

## عنوان مقاله:

کاربرد ورزش در آموزش و سلامت دانش آموزان

## محل انتشار:

فصلنامه پژوهش های تربیت بدنی و علوم ورزشی، دوره 2، شماره 15 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 19

## نویسندگان:

صابر اخلاقی نسب - کارشناسی تربیت بدنی، دانشگاه شهید بهشتی تهران

سجاد شریفی - کارشناسی کامپیوتر رشته نرم افزار، دانشگاه غیرانتفاعی اندیشه چهارم

یاسر حیدری - کارشناسی ارشد فقه و مبانی حقوق، دانشگاه غیرانتفاعی امیرالمومنین اهواز

علی دالوند - دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مبارکه

## خلاصه مقاله:

ورزش به عنوان ضرورتی اساسی برای زندگی سالم شناخته می شود. در همین راستا، تلاش برای بالا بردن سطح سلامت دانش آموزان و کمک به تحقق هدفهای نظام آموزش و پرورش از طریق ورزش به عنوان یک فرایند آموزشی ضروری است. پژوهش حاضر با هدف بررسی کاربرد ورزش در آموزش و سلامت دانش آموزان و به روش توصیفی - تحلیلی انجام گرفته است. یافته های پژوهش حاکی از آن است که ورزش مداوم بدنی در صورتی که به درستی انجام شود و با بیماری شخص در تضاد نباشد در نگهداری سلامت جسم و روان و بهزیستی فرد، بهبود خلق و خو و پیشگیری بسیاری از بیماری ها، یکی از مهم ترین عوامل به شمار می رود. همچنین فعالیت بدنی، قرار گرفتن در موقعیتهای ورزشی و دقت و تفکر در ایفای مطلوب نقش ورزشی و مهارتها و توانایی هایی که دانش آموز در ورزش کسب می کند، او را در انجام بهتر فعالیتها کمک می کند. این موقعیتهای به منزله پیش رو داشتن مساله و حل آن است. تقویت توانایی های جسمی و روحی در اثر ورزش زمینه مناسبی برای یادگیری بهتر و پیشرفت در برنامه درسی است.

## کلمات کلیدی:

ورزش، آموزش، یادگیری، سلامت، دانش آموزان.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1938677>

