

(چگونه توانستیم خواب آلودگی دانش آموزان پایه یازدهم تربیت کودک هنرستان کاوش را رفع نماییم)

مرضیه صادقی گوربندی^۱، فاطمه مظفری^۲

^۱کارشناسی، پرستاری، دانشگاه آزاد اسلامی بندرعباس

اداره آموزش و پرورش شهرستان میناب، هنرستان کار دانش پویش

^۲کارشناسی، زبان انگلیسی، دانشگاه آزاد اسلامی کرمان

اداره آموزش و پرورش شهرستان میناب، هنرستان کار دانش پویش

فهرست

۱	صفحه عنوان.....
۳	صفحه تقدیر و تشکر.....
۴	چکیده
۵	صفحه مرحله الف
۶	مقدمه.....
۸	توصیف وضع موجود
۱۰	شواهد (۱)
۱۵	صفحه مرحله ب
۱۶	تجزیه تحلیل اطلاعات (یافتن راه حل).....
۱۶	انتخاب راه حل و اعتبار بخشی.....
۱۷	اجرای راه حل و نظارت بر آن
۱۸	صفحه مرحله ج
۱۹	شواهد (۲) توصیف وضع مطلوب.....
۲۱	ارزیابی نهایی و اعتبار سنجی
۲۱	نتیجه گیری و پیشنهادات.....
۲۲	منابع
۲۳	پیوست ها

تقدیر و تشکر از :

سپاس بیکران داریم از خالق هستی که این توانایی را به ما بخشید تا بتوانیم گامی کوچک در راه برداشتن مانعی که به شدت نگران مان ساخته بود برداریم.

تقدیر و تشکر می کنیم از مدیر محترم هنرستان پویش شهرستان میناب خانم گیتی جهانگیری، آقای مرتضی چمیل نژاد، آقای اسلامی، معاونین و همکاران عزیزمان در هنرستان پویش، آقای حسن بهرامی که همواره در اجرای طرح اقدام پژوهی ما را همراهی نمودند. عزت و سربلندی از درگاه خداوند متعال را برای این بزرگواران خواهانیم.

چکیده:

پژوهش حاضر در صدد آن است که با استفاده از اقدامات گوناگون مشکلات خواب آلودگی دانش آموزان که خود باعث به وجود آمدن اختلال و مشکل در یادگیری و حضور ذهن دانش آموزان در کلاس درس می باشد را حل کند. مشکل خواب آلودگی می تواند روی سایر دانش آموزان نیز تاثیر گذاشته؛ باعث بی توجهی آنها به درس و در نتیجه خواب آلودگی آنان شود. همچنین دانش آموزان عادت به خوابیدن در همان ساعت از روز در طول هفته کرده و روی تمام دروسشان تاثیر گذار خواهد بود و افت تحصیلی آنان را در پی خواهد داشت. علاوه بر این مشکل خواب آلودگی که نتیجه نداشتن خواب کافی در شب می باشد ممکن است در طول زمان مشکلات و عوارضی را برای این دانش آموزان به همراه داشته باشد. پژوهش حاضر در صدد آن است تا ضمن تعریف خواب آلودگی و دلایل مختلف خواب آلودگی بهترین راه های جلوگیری از کسالت و خواب آلودگی دانش آموزان را ارائه دهد و همچنین از طریق پرسشنامه به دلایل خواب آلودگی دانش آموزان در کلاس درس پی برده و سعی در برطرف کردن آن با کمک خود دانش آموزان داشته باشیم.

واژگان کلیدی: خواب آلودگی، یادگیری، افت تحصیلی