

作者：高原 来源：新华网 发布时间：2009-4-14 14:26:58

[小字号](#)[中字号](#)[大字号](#)

研究发现体育能提高孩子注意力

美国的一项新研究发现，让孩子参加体育活动能帮助他们在学习时集中注意力。

美国伊利诺伊大学的科研人员在新一期美国《神经科学杂志》上报告说，他们在研究中发现，每当参加完体育活动后，孩子们学习时的注意力会更加集中，而且学习成绩也会更好。这些体育活动包括体育课、课间活动以及放学后的体育运动等。

研究小组对20名9岁学生进行了测试。第一天，学生休息20分钟后，研究人员对他们进行一系列测试；第二天，学生在跑道上步行20分钟后，再进行同样测试。每次测试中，研究人员都同时监测学生们的脑电图，了解其大脑活动情况。

测试结果显示，刚参加完体育活动后，学生们在回答问题时会更加集中注意力，答案也更准确，而且问题越难，答案的准确率越高。脑电图分析还表明，刚参加完体育活动的孩子能更好地分配注意力资源，而不容易受噪音等因素的影响。

为了证实这一结果同样适用于学生在课堂上的表现，研究人员让学生们进行了阅读、单词拼写和数学3项测试。结果证明，如果学生在体育活动后进行这些测试会取得更好的成绩。

发E-mail给：

GO

[打印](#) | [评论](#) | [论坛](#) | [博客](#)

读后感言：

发表评论

相关新闻

研究发现学生随手涂画有助其集中注意力
美研究称：户外呼吸新鲜空气可改善记忆力和注意力
研究发现吃零食有助于集中注意力
噪音或有助于患注意力缺陷多动症的学生学习
《儿科学杂志》：儿童常看电视影响青春期注意力

一周新闻排行

西北政法申博落选发质疑 省学位办三缄其口
盘点十大疗效奇特药物 抗忧郁药引发性高潮
华中科大学生情侣坠楼真相：男生杀害女友后跳楼
华北电力大学学生情侣在校外小树林遭劫遇害
《遗传学》：一见钟情可能存在并由基因决定
我国学科发展呈现五大特点和趋势
《自然》发表我国科学家纳米催化研究最新成果
美百年名校亚利桑那州立大学对奥巴马说“不”