

نقش مثبت صبحانه در موفقیت تحصیلی کودکان

یک مطالعه جدید نشان می دهد آنچه کودکان می خورند، ارتباط نزدیکی با موفقیت تحصیلی آنها دارد.



یک مطالعه جدید نشان می دهد آنچه کودکان می خورند، ارتباط نزدیکی با موفقیت تحصیلی آنها دارد.

به گزارش خبرنگار مهر، محققان دانشگاه کاردیف بریتانیا با مطالعه ۵۰۰۰ دانش آموز این کشور با رده سنی ۸ تا ۱۱ سال دریافتند که یک صبحانه خوب به عملکرد تحصیلی بهتر کودکان در مدرسه کمک می کند.

آنها به این نتیجه رسیدند دانش آموزانی که یک صبحانه سالم می خوردند در مقایسه با کودکانی که صبحانه نمی خوردند دو برابر نمرات بهتری کسب می کردند.

«هانا لیتلکوت»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «همواره اثبات شده است که مصرف صبحانه با پیامدهای سلامت عمومی و تمرکز و عملکرد شناختی بهتر مرتبط بوده است. حال مطالعه ما نشان می دهد که بین آنچه که دانش آموزان می خورند و عملکردشان در مدرسه ارتباط قوی ای وجود دارد.»