

بررسی رابطه بین اوقات فراغت و انگیزه تحصیلی دانش آموزان مقطع ابتدایی

نگار خان محمدی

کارشناس علوم تربیتی گرایش ابتدایی، آموزگار آموزش و پرورش

چکیده

بدون شک دانش آموزان هر جامعه، سرمایه های گرانبهائی اند که اگر مورد بی توجهی قرار گیرند در تصمیم گیری ها مد نظر نباشند، آن جامعه دچار خسران زیادی خواهد شد. با نگاهی به ارقام بودجه کشورهای صنعتی و پیش رفته در مقایسه با کشورهای جهان سوم فاصله زیاد بین آن دورا می توان دید. بسیاری از کشور های توسعه یافته معتقدند که هر چه در این ارتباط هزینه نمایند، تبدیل به سرمایه های دیگری در ابعاد مختلف آن کشور خواهد شد. در میان دانش آموزان با توجه به دانش آموزان متوسط جایگاه ویژه ای دارد. زیرا علاوه بر این که در آینده نزدیک می توانند در امور جامعه مؤثر واقع شوند. در زمان تحصیل هم به دلیل ویژگیهای خاصی که دارند، قادرند منشاء حرکت های سازنده یا مخرب شوند. بدین لحاظ هر چه به این نیروی خارق العاده توجه شود از قدرت خروشان و پیر تحرک آنان می توان بهره جست و هر چه به بوته فراموشی سپرده شوند، این سیل عظیم می تواند خسارت زیادی را به وجود آورد، سئوا لی که در این جا مطرح است این است که در برابر هدر رفتن فرصت های جوانی چه کسانی مسئولند

واژگان کلیدی: اوقات فراغت، انگیزه تحصیلی، دانش آموزان، ابتدایی

مقدمه

بدیهی است که نظام تعلیم و تربیت به تنهایی نمی تواند در تربیت و استفاده صحیح از جوانان موفق شود. یکی از موضوعات بسیار مهم برنامه ریزی برای اوقات فراغت دانش آموزان می باشد که اگر اصولی و حساب شده باشد میتواند زمینه رشد و تعالی جامعه مهیا نمایند و کشور را از آسیبها و خطرات احتمالی که ممکن است در اثر بی توجهی به این امر گریبان گیر کشور شود مصون بدارد. فلسفه اوقات فراغت از پیچیدگی، تنوع و تفاوتهای بنیادی برخوردار است هر فرد براساس تفاوت های زیست شناختی (بیولوژیک) فرهنگی، نگرش و تجربیات گذشته و اهداف و مقاصدی که برای آینده خود دارد، تعبیر متفاوت یا متضاد نسبت به دیگران از تأمین اوقات فراغت و چگونگی تأثیر آن بر انگیز دارد. اگر ما بتوان تأثیر و تأثیری را که این دو واژگان اوقات فراغت یکدیگر دارند را به درستی مشخص نمائیم قدم مثبتی در راه کسب هر چه بهتر علم و دانش همراه با لذت بردن از زندگی برداشته ایم.

تعریف اوقات فراغت :

اوقات فراغت را غالباً به معنای بیکاری، اوقات غیرموظف، ساعات بدون برنامه، اوقات غیر رسمی و ... تلقی می نمایند. به همین علت بزرگسالان مربیان و اولیا برای جلوگیری از هدر رفتن این اوقات سعی می کنند که با برنامه ها، سرگرمی و اشتغالات مختلف اوقات فراغت دانش آموزان را پر کنند.

حال فلسفه اوقات فراغت این است که فرد بدون اجبار و خارج از چارچوب های قبلی بودن اشتغال ورزشی دیگر ساخته خود با میل و رغبت به فعالیت های دلخواه خویش بپردازد و از طرف دیگر گفته می شود که اوقات فراغت منشاء خلاقیت ها باروری افکار، شکل دهی شخصیت، تأمین انرژی و بازیابی قوای حیات و کشف و اختراع و نوآوری و ابتکار، بازاندیشی و اصلاح افکار، محاسبه و مراقبت، ارزیابی و بازیابی و ایجاد استعداد و رغبت و میل در فرد می شود.

اوقات فراغت را به حسب تفاوت های ارزشی و فرهنگی، نگرش ها، تجربیات، شرایط و موقعیت های مادی و معنوی هر فرد تعریف کرد. طبیعت آدمی اساساً به گونه ای است که دائماً در حال تعادل جوئی است. نظریه در روان شناسی انگیزشی وجود دارد که معتقد است حالات هیجانی و انگیزش با حالات متضاد و متعارض همراه می گردد که این نظریه به عنوان نظریه فرآیند متضاد OPPONENT PROGRESS THEORY مشهود است.

پس موضوع تحقیق :

(بررسی رابطه بین اوقات فراغت و استعداد تحصیلی دانش آموزان مدارس ابتدایی شهرستان گیلانغرب می باشد)

هدف از انتخاب موضوع :

اگر بپذیریم که مهمترین بخش شکل گیری شخصیت نوجوانان و جوانان در اوقات آزاد، فارغ از همه وظایف و برنامه های از پیش تعیین شده بیرونی و دیگر ساخته است و اگر قبول کنیم که ذهن هنگامی به جوشش و خلاقیت می افتد که منشاء تحریک آن تمایلات درونی و خود انگیزه باشد و فرد فعالانه و با انتخاب آزاد و به دور از انتظارات بیرونی و مقبولیت نهادی و نقش بازی کردن های تصنعی، در شکل دادن افکار و اندیشه ها و اعمال خود دخالت نماید، آنگاه می تواند به فلسفه وجودی اوقات فراغت، آن هم با جهت گیری مثبت، رشد دهنده و کمال زا پی برد.

با توجه به انحرافات و مشکلات پیچیده و عدیده ای که در جامعه امروزی وجود دارد برای استفاده بهینه از اوقات فراغت و تأثیر بیشتر آن بر ایجاد استعداد در دانش آموزان به نظر رسید که می توان قدم مثبتی در این راه برداشت و همین امر ما را مصمم کرد که به این عنوان بپردازیم شاید مثمر واقع گردد.

علل و دلایل انتخاب موضوع :

نکاتی در پی می آید می توانند در علل و دلایل انتخاب موضوع مؤثر باشند :

- (۱) فعالیت ها و برنامه های متنوع و متعددی وجود داشته باشند که در خلال آن دانش آموزان بتوانند به صورت انتخابی، آزاد. خودانگیزخته و به میل خود به آن ها مشغول شوند و بازدهی و کارائی مناسبی دهند.
- (۲) از تبدیل اوقات فراغت به اوقات سرگرمی و گذراندن وقت، صرف انرژی بیهوده و اشتغالات بدون هدف پرهیز شود.
- (۳) زمینه ای فراهم نمود که دانش آموز فرصت کاوش، تفکر و تأمل درباره خود، قابلیت و خدای خویش داشته باشد.
- (۴) باعث حرمت نفس، شکوفائی، زیبا دوستی، حقیقت یابی. خیرخواهی و خیر دوستی از جمله عناصر سازنده برنامه اوقات فراغت می باشد.
- (۵) دانش آموز باید بین لذت و فرح و نشاط تفاوت قائل شود.
- (۶) زمینه بهتر و مناسبی برای حسن کنجکاوی، حیرت، شکوه و پرسش گری دانش آموز را اوقات فراغت تحریک می کند.

قلمرو تحقیق:

الف- قلمرو موضوعی:

همانگونه که از عنوان تحقیق پیداست قصد بر آن است که رابطه اوقات فراغت و استعداد تحصیلی پرداخته شود. این موضوع گرچه تا حدود زیادی گسترده است و انجام تحقیق را نیز با مشکل مواجه می کرد ولی به حول وقوه الهی این مهم صورت گرفت. امید است که پاره ای از مشکلات را مشخص ساخته و در حل آنها راه حلی نیز بتواند ارائه و پیشنهاد نماید.

ب- قلمرو زمانی:

قلمرو و دوره زمانی این تحقیق در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ می باشد.

ج- قلمرو مکانی:

قلمرو مکانی این تحقیق مدارس ابتدایی دخترانه شهر گیلانغرب اعم از دولتی و غیر انتفاعی می باشد که اطلاعاتی از مدارس سطح شهر جمع آوری گردید و براساس آن اطلاعات به تجزیه و تحلیل موضوع پرداخت خواهد شد.

محدودیت های تحقیق:

بیشتر تحقیقات علوم اجتماعی که اساس و پایه اش انسان است همیشه با شکل جمع آوری اطلاعات مواجه بوده است. این مشکل در کشورهای جهان سوم که فاقد فرهنگ، روحیه و مدیریت تحقیق می باشند، مضاعف است تحقیق حاضر از این امر مستثنی نیست در امر جمع آوری اطلاعات با مشکلات عدیده ای روبرو بوده است.

محدودیت دوم: محدودیت منابع، مأخذ غنی و تحقیقات انجام شده قبلی در زمینه موضوع تحقیق یا موضوعات مرتبط با آن است با توجه به نقش و اهمیت خاص که اوقات فراغت در ایجاد استعداد در مدارس ابتدایی دارد تحقیقات بسیار کمی در این زمینه انجام شده است به همین خاطر در بخش ادبیات تحقیق و مبانی نظری با مشکل منابع و مأخذ مواجه بوده است.

یکی دیگر از محدودیت ها، محدودیت بودجه بود. با توجه به گستردگی تحقیق به فراخوی موضوع به بودجه هنگفتی نیاز دارد و هیچ سازمان و نهادی هم هزینه را تقبل ننموده بود.

محدودیت دیگر به نظر می رسد که افراد با میل و رغبت و براساس بینش و آگاهی قابل قبولی به پرسش ها پاسخ نمی دهند و وقت زیادی را صرف خواندن و مطالعه سئوالات نمی کردند که همین امر را به وسواس انداخته بود که نکند نتایج قابل قبولی به دست نیاید.

شاغل بودن و داشتن شغل دوم به علت فشار مالی و اقتصادی شاید بتوان به عنوان یکی از محدودیت ها از آن ذکر کرد.

استعداد :

عبارت است از نیروی محرک درونی افراد که آنها را وادار به انجام عملی می کند .

هیچ کس به اجبار و فشار تن در نمی دهد مگر ناگزیر باشد . (برشت)

تعریف انگیزش :

انگیزش ، فرآیند انگیز به نیروهای پیچیده ، سائقه های نیاز و شرایط تنش را یا مکانیسم های دیگری اطلاق می گردد که فعالیت انسان را جهت تحقیق هدف های وی آغاز نموده و به آن تداوم می بخشد . به عبارت دیگر ترغیب کردن افراد به انجام کار را انگیزش می گویند .

اوقات فراغت :

اوقات فراغت را غالباً به معنای بی کاری ، اوقات غیر موظف ، ساعات بدون بهره ، اوقات غیر رسمی و ... تلقی می نمایند . یا به عبارتی :

وقت فراغت زمانی است که احساس مسئولیت فرد در آن شرایط به پائین ترین وضعیت ترین درجه خود برسد .

فراغت :

در واقع در زمان و فرصتی است که یک فرد رشد یافته و مسئولیت پذیری در طول زندگی خود فارغ از انجام کارهای مؤلف و بعد از پرداختن به امور دینی و عبادی باید با میل و رغبت و اراده شخصی و در نهایت آزادی از آن بهره گیرد و به فعالیتی بپردازد که آن را دوست می دارد .

زمان فراغت:

ارزشمندترین لحظات ، ساعات و روزهای زندگی انسان است . بدیهی است که ارزشمندی اوقات فراغت به موازات رشد فکری و توسعه قابلیت های شخصی و مسئولیت پذیری های خانوادگی ، حرفه ای و اجتماعی ، مضاعف می شود در زندگی کودکان و نوجوانان ، در اوقات فراغت به زمانی معنا و مفهوم روشن و ارزشمند پیدا می کند : که حضور مؤلف در مدرسه و انجام تکالیف مکلف را برای نخستین بار تجربه می کنند . در روزهای سال تحصیلی ، ساعت خارج از مدرسه و زمانی که دانش آموزان تکالیف آموزشی را انجام داده اند و فارغ از برنامه های معمولی روزانه فرصتی می یابند که با استعداد شخصی و آزاد به هدایت و نظارت اولیاء و مربیان در این زمینه می تواند فوق العاده پرثمر و پربرکت باشد . اما تعطیلات تابستانی برای اکثر دانش آموزان از اهمیت ویژه ای برخوردار است ، تعطیلاتی بسیار طولانی و افزون بر یک صد روز؟!

اوقات فراغت ، به ویژه در روزهای نسبتاً طولانی هم چون تابستان ، علاوه بر اینکه مناسب ترین بستر پس از شکستن عادت های نامطلوب ، توسعه مهارت های شناختی و فعالیت های جسمی و حرکتی ، زدودن غبار اضطراب و پریشانی های فکری ، دست یابی به سلامت و آرامش روانی و اعتلای شخصیت و حضور فعال در عرصه های زندگی اجتماعی و تعامل بین فردی است ، بهترین فرصت برای ظاهر و پیدایش خلاقیت های ذهنی و نوآوری های فکری است ، چراکه کودکان، نوجوانان و جوانان در طول سال تحصیلی یا حین انجام وظایف موظف ، فرصت چندانی برای پرداختن به اندیشه های بدیع و ایده های نو و تجربه مفروضات فکری خود نمی

یابند و لذا در زمان فراغت، بستر بروز و ظهور نورآوری‌های ذهنی، خلاقیت‌ها و تولیدات برتر فکری و تجربه‌های مود است.

تجارب محققان خلاق و اندیشمندان نورآور در عرصه‌های علوم و فنون برتر حاکی از آن است که جوانه‌های خلاقیت ذهنی آن‌ها در اوقات فراغت بارور گردیده است. زیرا اشتغالات مکلف و متعهد بودن به انجام مسئولیت‌های مؤظف نمی‌گذارند اندیشه‌های خلاق به راحتی شکوفا شوند. بنابراین بارور شدن اندیشه‌های خلاق و تولیدات برتر ذهنی مستلزم آزادی و اختیار، میل و اراده، قدرت انتخاب و بهره‌گیری از اوقات فراغت، به دور از وظایف مؤظف و تکالیف مکلف است. اوقات فراغت همانند شمشیر دو لبه است چرا که از یک سو هموارگر بستر پیدایش و ظهور و بروز خلاقیت‌ها و نوآوری‌های فکر است و از سوی دیگر می‌تواند زمینه‌آسیب‌پذیری‌های فردی و اجتماعی را فراهم کند. متأسفانه اغلب آسیب‌پذیرهای کودکان و نوجوانان در جوامع مختلف، در ایام اوقات فراغت صورت می‌پذیرد. تعطیلات آخر هفته تعطیلات عید نوروز، تعطیلات طولانی تابستان اگر به گونه‌ای بایسته و شایسته و با راهنمایی و آموزش‌های لازم مورد بهره‌گیری کافی و وافی قرار نگیرند ظرفیت آسیب‌پذیرهای فردی و کژروی‌های اجتماعی نوجوانان را مضاعف می‌کند. صرف فراهم نمودن امکانات ورزشی با تدارک کلاس‌های تقویتی و کمک آموزشی و طراحی برنامه‌های متنوع هنری و فرهنگی، نمی‌تواند میزان آسیب‌پذیری فکری و رفتارهای نوجوانان را به حداقل برساند. آن‌چه بیش از همه می‌بایست مد نظر قرار گیرد، ایجاد نگرش و بازخورد مثبت و هدفتمند در میان اولیاء و مربیان، به ویژه نوجوانان نسبت به اهمیت و ارزشمندی اوقات فراغت و قدرت خلاقیت و نوآوری ایشان در این ایام است. بدیهی است همان طوری که پیش‌تر نیز اشاره گردید، اگر برنامه‌های تدارک دیده شده برای کودکان و نوجوانان در این فراغت همراه با اجبار و تحصیل یا چشم‌وهم‌چشمی و صرفاً برای رضایت خانواده باشد یا نوجوانان از روی بی‌میلی و بی‌تفاوتی واکراه بدن بپردازند نمی‌تواند چندان مفید و پربرتک باشد.

تابستان به شیوه‌های مختلف زمینه‌رغبت و تمایل و استعداد حضور و فعالیت در ایشان فراهم گردد، بدیهی است که طراحی یک برنامه جامع و متنوع برای نوجوانان و جوانان با مشارکت و مشاورت خودشان و نقش‌آفرینی الگوهای مطلوب و محبوب در این امر می‌تواند زمینه‌خلاقیت‌های فکری آن‌را فراهم کند و آسیب‌پذیری‌های اخلاقی، رفتاری و اجتماعی را به حداقل ممکن برساند.

شایان ذکر است که مشغولیت‌های انفعالی در این فراغت، نظیر نشستن در مقابل تصاویر تلویزیونی و ویدئویی برای چندین ساعت و سرگرم شدن یا بازی‌های کامپیوتری و اینترنت برای ساعت‌های طولانی، غالباً آسیب‌پذیری‌های روانی و فکری و مشکلات رفتاری قابل توجهی را می‌تواند در پی داشته باشد. اعتیاد به دستگاه‌های صوتی، تصویری و کامپیوتر و اینترنت از جمله مشکلات بسیاری از نوجوانان و جوانان حتی بزرگ‌سالان در دنیای امروز است.

لذا شایسته آن است که اولیاء ارجمند در کانون خانواده‌ها زمینه‌هایی فراهم کنند که در ایام تابستان بی‌نظمی‌های فکری و رفتاری و مشغولیت‌های طولانی مدت انفعالی بر زندگی ایشان و فرزندانشان غالب نگردد. توصیه پژوهشگری علوم ارتباطات بر این مبناست که نوجوانان دانش‌آموز در شبانه‌روز حداکثر بیش از دو ساعت در مقابل دستگاه‌های تصویری نظیر تلویزیون، ویدئو، کامپیوتر و بازی‌های کامپیوتری قرار نگیرند. برای مصونیت هرچه بیشتر نوجوانان در برابر اعتیاد الکترونیکی بهتر آن است که همه وسایل و دستگاه‌های تصویری

وصوتی دراتاق نشیمن عمومی خانواده قرارداد داشته باشد و از اختصاصی کردن این دستگاهها دراتاق خاص فرزندان اجتناب شود .

- از تبدیل اوقات فراغت به اوقات سرگرمی، گذران وقت، صرف انرژی بیهوده و اشتغالات بدون هدف پرهیز کرد .
- دانش آموزان در اوقات فراغت باید محصول کارائی، خلاقیت و اثرگذاری خود را احساس کنند .
- در اوقات فراغت باید زمینه ای فراهم شود که دانش آموزان فرصت کاوش، تفکر و تامل درباره خود، طبیعت و خدای خویش را داشته باشد .

- از آنجا که انسان ضمن این که (ثبات و یک‌نواختی) را در جای خود مطلوب می داند، تغییر را در فطرت، خود دارد و به تناسب این ثبات خواهی و تغییر پذیری باید زمینه ها و شرایط متفاوتی فراهم کرد .

- حرمت نفس، شکوفائی، زیبادوستی، حقیقت یابی، خیرخواهی و خیردوستی از جمله عناصر سازنده برنامه اوقات فراغت می باشد . این مفاهیم باید در خلال فعالیت ها به صورت غیرمستقیم، غیرکلامی و عملی نمایان گردد .
- بگذارید دانش آموزان آنچه را که شما خواهان آن هستید خودشان به خواست خودشان برگزینند . دست یابی به چنین موقعیتی ظرافت تربیتی و هنر برنامه ریزی ویژه ای می‌طلبد .

- بر اساس حدیث نبوی ان الله یبغض شاب الفارغ . یعنی خدا دوست ندارد که جوان فارغ باشد به محض فراغت بی حاصل، شرایطی را فراهم آورد تا بر حسب نیاز و علاقه دانش آموز، اشتغال مفیدی صورت گیرد . این مفید بودن را باید خود دانش آموز احساس کند و نه ماه !

- بر اساس فرازی از دعای امام سجاد (ع) که می فرماید : اللهم صفی الایام خلقتی له . سعی کنید سمت و سوی اوقات فراغت در جهتی قرار گیرد که سرمایه های فطری و الهی نهفته در وجود او شکوفا گردد .

- در برنامه های اوقات فراغت حسن کنجکاو، حیرت، شکوه و پرسشگری دانش آموزان را تحریک کنید بدون این که پاسخ مستقیم و آماده ای در اختیار آنان قرار دهید .

- روابط صمیمی، ساده اما جدی در تعامل بین فردی دانش آموزان با مربیان می تواند در تبعیت جوئی و اطاعت پذیری از مقررات و ارزش های مورد نظر مؤثر واقع شود .

تابستان و اوقات فراغت دانش آموزان:

با فرا رسیدن فصل تابستان و هنگام تعطیلی مدارس، حدود ۱۵ میلیون دانش آموز کشور، رها شده از کلاس درس و بحث، بری گذران دوره فراغتی چهار ماهه آماده می شوند . مسئولین دلسوز و متعهد نظام اسلام اعم از آموزش و پرورش و سایر متولیان امور هم با تمام توان در فکر برنامه ریزی برای پر کردن اوقات فراغت این خیل عظیم کودک و نوجوان و جوانان می باشند و مراکز فرهنگی و ورزشی هر کدام در حد توان و در راستای وظایف محوله به جذب آنان اقدام کنند .

به فرموده شهید رجائی، در تابستان اگر مدرسه ها تعطیل می شوند، اما تعلیم و تربیت تعطیل بردار نیست و وظیفه سنگینی که بر دوش پدران و مادران در قبال تربیت فرزندان نهاده شده است در تابستان نیز همانند سایر فصول سال سنگینی می کند . متولیان امر تعلیم و تربیت کشور نیز وظیفه تربیت و آموزش کودکان و نوجوانان و جوانان عزیز را فراموش نکرده و دست به کار می باشند .

درایام تابستان، اگر چه فرصتی است تا خستگی حدود ۹ ماه کاروتلاش علمی را از تن بدر کرد، لیکن به خصوص در مقطع سنی کودکان و نوجوانان و با عنایت به ویژگی های جسمی و فکری آنان، به بطالت گذراندن ایام تعطیل، خسارت جبران ناپذیری است که میزان واقعی آن قابل محاسبه نمی باشد .

تعطیلات بخشی از فرآیند تربیت:

برپایان یک حدیث که از موسی بن جعفر (ع) نقل شده است: اوقات شبانه روز به چهار بخش تقسیم می شود. مناجات با خدا و خودسازی، امرار معاش، معاشرت با دوستان و اقوام و استفاده از لذت های حلال و تفریحات.

زندگی مجموعه های از فرصت هاست که انسان فرهیخته که برای کارهایشان برنامه ریزی دارند به خوبی از آنها استفاده می کنند. اگر تعطیلات را بخشی از فرآیند تربیت بدانیم از این فرصت هم به صورت برنامه ریزی شده و هدف مند استفاده می کنیم. به طور مثال با گرفتاری های روزمره ای که خانواده ها در طول سال درگیر آن هستند. تعطیلات فرصت خوبی برای گسترش ارتباطات فامیلی است که صرفاً جنبه دید و بازدید ندارد بلکه این ارتباطات اجتماعی باعث انتقال میراث فرهنگی و سنت های پسندیده گذشتگان به نسل جوان نیز می شود.

گردش در طبیعت:

بخش دیگر از این تعطیلات را می توان به ارتباط کودکان و نوجوانان با طبیعت اختصاص داد رفتن به دامن طبیعت و سیاحت گردش به نقاط دیدنی کشور صرفاً جنبه تفریحی ندارد چرا که بچه ها و حتی بزرگترها در این گردش ها با آیات و نشان های عظمت خداوند آشنا می شوند. زمانی که دانش آموزان احساس کنند که زندگی تنها درس و تلویزیون و... نیست، می آموزند. که زندگی مجموعه ای از بخش های متنوع است و در واقع جریان تربیت، برخورد متنوع با جنبه های متنوع محیطی تحت نظارت است درسی که کودکان و نوجوانان با رفتن به دامن طبیعت فرا می گیرند جدا از درسی نیست که معلم در سر کلاس به آنها آموزش می دهد. بنابراین اقدامات والدین با برنامه ریزی صحیح در این ایام می تواند مکمل فعالیت های درسی آنها و در راستای رشد و تکامل آنها باشد. استفاده از برنامه های تلویزیونی که خاص این ایام تهیه شده نیز می تواند بخشی از این اوقات را به خود اختصاص دهد. البته باید توجه داشت نشستن به طور مداوم پای برنامه های تلویزیونی صحیح نیست چرا که در آن صورت بسیاری از فعالیت های ذهنی کاهش می یابد زیرا فعالیت های دیداری نسبت به فعالیت های فکری دیگر مثل مطالعه و... از ضعف بیشتری برخوردار است که این امر جنبه علمی نیز دارد. بسیاری از والدین نیز ترجیح می دهند فرزندانشان در این ایام از کلاس های مختلف پایگاههای تابستانی که در رشته های گوناگون هنری، تفریحی، ورزشی و... برگزار می شود استفاده کنند که در صورت تمایل فرزندشان به این امر فرصت مناسبی در اختیار آنها می گذارد که بهترین استفاده را از وقت خود داشته باشند. برنامه ریزی برای استفاده صحیح از اوقات فراغت دانش آموزان در تابستان ذهن بسیار از والدین را به خود مشغول می دارد. باید توجه داشت که تمام دانش آموزان امکان استفاده از این تعطیلات را ندارند. به عنوان مثال عده ای از نوجوانان در این ایام برای کمک به امرار معاش خانواده در خارج از خانه مشغول به کار می شوند. عده ای برحسب علاقه یاب توصیه والدین در کلاس های گوناگون آموزشی ثبت نام می کنند و عده ای دیگر به تفریح و گردش و مسافرت می پردازند. بنابراین برای پر کردن اوقات فراغت همه دانش آموزان، نمی توان برنامه مشخصی تنظیم کرد.

نتیجه گیری:

مسئله مهم در برنامه ریزی برای گذران این اوقات این است که والدین نباید فرزندان خویش را مجبور به پذیرش برنامه هائی که خود در نظر دارند، کنند. صرف نظر از دانش آموزانی که در تابستان به کار در کارگاههای مختلف یا دستفروشی مشغول می‌شوند. در سایر موارد اجبار در پذیرش برنامه های خلاف میل آنها نه تنها نتیجه مفیدی در بر ندارد بلکه اثرات منفی آن بیشتر است. در این ایام والدین باید فرزندان خود را در انتخاب نحوه پر کردن اوقات فراغت آزاد بگذارند به این شرط که خود همواره نقش راهنما را برای آنها داشته باشند و فرزندانشان را با توجه به زمینه های مورد علاقه شان در جهت رشد و پرورش استعدادهایشان یاری کنند. به این ترتیب نتیجه مطلوبی در جذب مفاهیم و مسائل مورد یادگیری دانش آموزان حاصل می شود، در مرحله بعد کمک به دانش آموزان برای شناسایی استعداد و علایق آنها و برنامه ریزی برای حداکثر استفاده از این زمان کوتاه بر عهده کمیته های فرهنگی و هنری و مراکزی است که به نحوی در پر کردن اوقات فراغت دانش آموزان نقش دارند.

در کشور ما به دلیل وجود اعیاد مذهبی و سنتی مختلف و تعطیلی های آخر هفته عمومی مردم از زنان فراغت قابل توجهی برخوردار هستند. با محاسبه ای سرانگشتی تقریباً ۷۲ روز تعطیلی به طور ناپیوسته در سال وجود دارد. علاوه بر تعطیلی های مذکور دانش آموزان نیز تقریباً سه ماه تابستان معادل ۹۳ روز تعطیلی نیز دارند اگر تعطیلی های فصل امتحانات را نیز به آن بیفزائیم قریب ۶ ماه تعطیلی خواهند داشت. یعنی نصف سال که بیشترین روزهای تعطیلی را به خود اختصاص داده اند. به دلیل اینکه غالب دانش آموزان در سنی قرار گرفته اند که به هیچ فعالیت اقتصادی اشتغال ندارند یا حداقل فعالیت اقتصادی دارند

پیشنهادات:

- برای پر کردن اوقات فراغت دانش آموزان شیوه های زیر پیشنهاد می گردد امید که مفید فایده واقع گردد.
- ۱- انتخاب دانش آموزان منضبط و با اخلاق و دسخوان و دارای معدل بالا و اعزام آنان به سفرهای زیارتی و سیاحتی و تفریحی، علمی و ... این کار ضمن ایجاد استعداد در دانش آموزان اعزام شده به ورود یا سفر نوعی جو رقابتی سالم میان بقیه دانش آموزان به وجود می آورد.
 - ۲- برگزاری کلاس های آموزشی (کامپیوتر، هنر، خط و نقاشی و احکام و غیره) در طی سال تحصیلی و تابستان. این کار ضمن پر کردن اوقات فراغت دانش آموزان عامل مهمی در کاهش بزهکاری های اجتماعی است و در ضمن دانش آموزان مهارت هائی نیز کسب می کنند و می توانند در صورت کسب موفقیت در ادامه تحصیلی وارد بازار کار شده واز مهارت تحصیلی استفاده لازم را ببرند بدون اینکه نیاز به این باشد که سالهائی از عمر خویش را صرف یادگیری این علوم و فنون و هنرها کرده باشد.
 - ۳- مشارکت فعال دانش آموزان در امور مدارس و استفاده از نظرات آنان در صورتی که نظرات خوبی باشد.
 - ۴- استفاده از نظرات اولیای دانش آموزان در جهت پرکردن مناسب اوقات فراغت دانش آموزان.
 - ۵- گنجاندن درست مهارت مثل کامپیوتر، حسابداری و دروس عملی در میان دروس طی یکسال تحصیلی و کاستن از دروس نظری و تئوریک.
 - ۶- استفاده بیشتر از آزمایشگاه های زبان، شیمی، فیزیک و غیره برای ایجاد رغبت و استعداد در دانش آموزان.
 - ۷- شرکت در مراسم های دینی و مذهبی و اعیاد ضمن شرکت دسته جمعی دانش آموزان به همراه اولیاء و مربیان در نماز جمعه.

منابع :

۱. شولتز دوان پی : تاریخ روان شناسی نوین . ترجمه دکتر سیف و همکاران انتشارات سروش ۱۳۷۸
۲. خولی امین انور : فلسفه اوقات فراغت . ترجمه قاسم کریمی - انتشارات فرایض تابستان ۱۳۷۳
۳. یونگ ، کارل گوستاو : خاطرات ، رویاها اندیشه ها . ترجمه وجیهه حاتمی - انتشارات دانشگاه تهران ۱۳۷۶
۴. میتوس آندره : راز شاد زیستن ترجمه وحید افضلی راد - نشر دانا ۱۳۷۱
۵. اردبیلی ، یوسف : اصول و فنون راهنمایی و مشاوره آموزش و پرورش انتشارات بعثت ۱۳۷۳
۶. حسینی ، سید مهدی : اصول و روش های راهنمایی و مشاوره انتشارات علمی دانشگاه آزاد اسلامی ۱۳۷۸
۷. شریفی ، حسن پاشا : شریفی نسترن ، روش های تحقیق در علوم رفتاری انتشارات سخن ۱۳۸۰
۸. شکوهی ، غلامحسین : تربیت و مراحل آن ، انتشارات آستان قدس رضوی ۱۳۶۷
۹. صافی احمد : اصول و فنون راهنمایی و مشاوره در آموزش و پرورش . دفتر برنامه ریزی و تألیف کتب درسی انتشارات بعثت ۱۳۷۸
۱۰. عصاره ، علیرضا : خانواده و ضرورت توجه به اوقات فراغت فرزندان نشریه پیوند ۱۳۷۷
۱۱. پیوند ... نشریه ماهانه آموزشی - تربیتی کد ۲۶۲-۲۶۱ تابستان ۱۳۸۰
۱۲. مطالبی از کتب ژانوماژان : مربیان بزرگ ترجمه دکتر شکوهی انتشارات ارشد ۱۳۷۰
۱۳. ماسن ، پاول هنری : رشد و شخصیت کودک ترجمه مهشید یاسائی نشر فرهنگ ۱۳۶۷