



دانشگاه پیام نور مرکز مشهد

پایان نامه کارشناسی

رشته علوم تربیتی (مدیریت و برنامه ریزی آموزشی)

موضوع:

بررسی اوقات فراغت جوان دختر بین ۱۵-۲۴ سال ناحیه یک و دانشجویان دانشگاه پیام نور مشهد

استاد راهنما:

.

محققان:

.

.

شماره دانشجویی:

.

.

نیمسال اول ۹۰-۸۹

)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

www.kandoo.cn

www.kandoo.cn

چکیده:

در این تحقیق سعی شده به بررسی میزان اوقات فراغت جوانان دختر بین ۲۴-۱۵ سال ناحیه یک و دانشجویان دانشگاه پیام نور مشهد پرداخته شود. این تحقیق شامل ۴ فرضیه می باشد که فرضیه اصلی آن بررسی میزان رضایت جوانان از نحوه گذران اوقات فراغت خویش می باشد. برای حصول به نتیجه و بررسی فرضیه ها از روش آماری و پرسشنامه و استفاده از منابع مختلف استفاده شده سات. برای انجام آن بین دختران جوان مقطع دبیرستان، پیش دانشگاهی ناحیه یک و تعدادی از دانشجویان دانشگاه پیام نور مشهد ۱۳۰ نفر به صورت تصادفی ساده و به عنوان نمونه انتخاب شده است.

هدف از تحقیق میزان بررسی اوقات فراغت دختران جوان سنین ۲۴-۱۵ سال مقطع دبیرستان، پیش دانشگاهی ناحیه یک و تعدادی از دانشجویان دانشگاه پیام نور مشهد می باشد و در پایان تحقیق هم بین آنها تفاوتی دیده شد.

همچنین میزان انگیزه، علاقه و سلیقه جوان و شکوفایی خلاقیت، خانواده، اجتماع دانش و مهارت و برنامه ریزی و استفاده بهینه از زمان بر نحوه گذران اوقات فراغت تأثیر می گذارد.

در کل پیشنهاد می شود که مسئولان نظام آموزشی زمینه هر چه بهتر را برای نحوه گذران اوقات فراغت جوانان فراهم آورند و در این زمینه امکانات و شرایط لازم را برای دسترسی افراد به مجلات و روزنامه ها در سطح کشور فراهم نمایند و همچنین امکانات رفاهی و مالی و ورزشی و تفریحی را برای جوانان فراهم کنند و برگزاری کلاسهای اوقات فراغت در روزهای جمعه و ایام تعطیل برای اشخاص که مشغله کاری دارند بتوانند از این کلاسها به نحو احسن استفاده نمایند.

صفحه	عنوان
۷	فصل اول: مقدمات و کلیات
۸	مقدمه
۱۰	بیان مسئله
۱۱	اهمیت و ضرورت تحقیق
۱۲	اهداف تحقیق
۱۳	فرضیه های تحقیق
۱۴	تعریف عملیاتی واژه ها
۱۵	فصل دوم: پیشینه نظری (مرور مطالعاتی)
۱۶	اوقات فراغت
۱۶	اوقات فراغت در لغت
۲۰	تعاریف ارائه شده از اوقات فراغت
۲۳	مقایسه مفهوم اوقات فراغت با چند واژه دیگر
۲۴	مشخصات فراغت در دوران جدید
۲۵	ارزش و اهمیت اوقات فراغت از دیدگاه اسلام و مکاتب دیگر
۲۷	ویژگیها، نقش و آثار اوقات فراغت
۲۹	نقش و کارکردهای اوقات فراغت
۳۱	آثار و نتایج اوقات فراغت
۳۷	اوقات فراغت و تعالی شخصیت
۳۷	اوقات فراغت و آسیب پذیری اجتماعی
۳۸	اوقات فراغت و اشاعه فرهنگ عمومی
۳۸	مقدار اوقات فراغت
۴۳	بهره وری و مفهوم آن
۴۳	تعاریف بهره وری
۴۴	مروری بر تحقیقات مشابه
۴۵	تحقیقات انجام شده در خارج کشور
۴۹	فصل سوم: روش تحقیق
۵۰	روش اجرای تحقیق
۵۰	جامعه آماری
۵۰	گروه نمونه و حجم آن
۵۱	ابزار پژوهش (جمع آوری اطلاعات)
۵۱	روایی و اعتبار آزمون
۵۲	اجرای طرح و تجزیه تحلیل آماری داده ها.
۵۳	فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها
۵۴	مقدمه

۵۳
۹۹
۱۰۰
۱۰۲
۱۰۲
۱۰۴
۱۰۵
۱۰۷
۱۱۱

یافته های توصیفی

فصل پنجم: استنتاج و پیشنهادات

۱. بحث و نتیجه گیری

۲. پیشنهادات

۳. پیشنهاد برای محقق و پژوهشگر بعدی

۴. محدودیت های تحقیق

۵. کلام آخر

منابع فارسی و انگلیسی

ضمائم.

صفحه

فهرست جداول

- ۴۰ جدول ۱-۲ مقدار اوقات فراغت و گروههای مختلف اجتماعی
- ۴۱ جدول ۲-۲ مدت زمان فراغت دختران جوان سنین ۲۴-۱۵ در شبانه روز
- ۴۲ جدول ۲-۳ سهم ساعات مختلف شبانه روز در وقت فراغت دختران جوان ۲۴-۱۵ سال
- ۴۷ جدول ۲-۴ میزان پرداختن جامعه شهری و ساعات فراغت
- ۵۵ جدول ۴-۱ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت مقطع دبیرستان در روزهای هفته
- ۵۷ جدول ۴-۲ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت مقطع پیش دانشگاهی در روزهای هفته
- ۵۹ جدول ۴-۳ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت دانشجویان در روزهای هفته
- ۶۱ جدول ۴-۴ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت جوانان در روزهای جمعه
- ۶۳ جدول ۴-۵ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت مقطع دبیرستان در روزهای جمعه
- ۶۵ جدول ۴-۶ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت مقطع پیش دانشگاهی در روزهای جمعه
- ۶۷ جدول ۴-۷ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت دانشجویان در روزهای جمعه
- ۶۹ جدول ۴-۸ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت مقطع دبیرستان در ایام نوروز
- ۷۱ جدول ۴-۹ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت مقطع پیش دانشگاهی در ایام نوروز
- ۷۳ جدول ۴-۱۰ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت دانشجویان در ایام نوروز
- ۷۵ جدول ۴-۱۱ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت مقطع دبیرستان در ایام تابستان
- ۷۷ جدول ۴-۱۲ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت مقطع پیش دانشگاهی در ایام تابستان
- ۷۹ جدول ۴-۱۳ نمایش توزیع فراوانی اوقات فراغت دانشجویان در ایام تابستان
- ۸۰ جدول ۴-۱۴ نمایش میانگین ساعت فراغت دانش آموزان بر حسب ساعت
- ۸۱ جدول ۴-۱۵ نمایش میانگین دختران جوان از ساعات اوقات فراغت روزانه برای افزایش دانش و مهارت درسی در ایام سال
- ۸۲ جدول ۴-۱۶ نمایش توزیع فراوانی و میزان استفاده از ساعات فراغت مقطع دبیرستان برای انجام فعالیتهای تفریحی در روزهای هفته
- ۸۴ جدول ۴-۱۷ نمایش توزیع فراوانی میزان استفاده از ساعات فراغت مقطع پیش دانشگاهی برای انجام فعالیتهای تفریحی در روزهای هفته
- ۸۶ جدول ۴-۱۸ نمایش توزیع فراوانی میزان استفاده از ساعات فراغت دانشجویان برای انجام فعالیتهای تفریحی در روزهای هفته

- ۸۷ جدول ۳-۱۶ نمایش میانگین میزان استفاده از ساعات فراغت دانش آموزان برای انجام فعالیتهای تفریحی به نحی که ایام سال و مقطع تحصیلی
- ۸۹ جدول ۴-۲۰ نمایش توزیع فراوانی انواع فعالیتهای تفریحی در ساعات فراغت بر اساس اولویت
- ۹۰ جدول ۴-۲۱ نمایش توزیع فراوانی عوامل و انگیزههایی که در اوقات فراغت مؤثرند بر اساس اولویت
- ۹۱ جدول ۴-۲۲ جدول فرضیه اول
- ۹۳ جدول ۴-۲۳ جدول فرضیه دوم
- ۹۵ جدول ۴-۲۴ جدول فرضیه سوم
- ۹۷ جدول ۴-۲۵ جدول فرضیه چهارم

صفحه

فهرست نمودارها

۹۲

نمودار توصیفی فرضیه اول

۹۴

نمودار توصیفی فرضیه دوم

۹۶

نمودار توصیفی فرضیه سوم

۹۸

نمودار توصیفی فرضیه چهارم

فصل اول:

مقدمات و

کلیات

مقدمه:

مهمترین سرمایه حیات برای بشر عمر و فرصتی است که خداوند متعال برای زندگی در این دنیا به انسان عطا فرموده زیرا به برکت معینی وقت و فرصت است که انسان می تواند از سایر نعمتهای دیگر الهی (نعمت هستی، سلامتی، عقل، ...) در راه تکامل خویش و پیشرفت جامعه بشری و در نهایت رسیدن به فلاح و رستگاری بهره مند گردد.

- اهمیت و ارزش اوقات زندگی و حیات در این دنیا، براساس بینش و درک افراد از عالم و نظام هستی (جهان بینی) متفاوت است و در نتیجه قدر و اهمیت لحظات زندگی و استفاده بهره گیری از آن نیز متناسب با همین بینش و درک در انسانها متفاوت خواهد بود.

در جهان بینی الهی، که دنیا را مقدمه ای برای آخرت می داند، اوقات زندگی موحد را نه تنها محدود به کسب لذائد و خواسته های دنیوی و نفسانی نمی کند بلکه توصیه می نماید، تا از لحظه لحظه آن برای کمال همه جانبه خویش و پیشرفت جامعه استفاده نماید.

امام صادق (ع) در اهمیت استفاده از عمر می فرماید:

کسیکه دو روزش در بهره زندگی و رشد انسانی یکسان باشد، در معامله عمر غمگین و کسیکه امروزش بهتر از دیروز باشد شایسته است تا مورد غبطه دیگران واقع شود و توفیق را تمنا کنند و کسیکه امروزش بدتر از دیروز باشد محروم از رحمت حق است و ...

محبتش از عمر و زندگی همه انسانها را، زمانهایی تشکیل می دهند که او (فرد) بدون داشتن وظیفه و مسئولیت و کمی، احترام به انجام فعالیتهایی می نماید که بر اساس میل و علاقه اش می باشد (اوقات فراغت) به عبارتی: اوقات فراغت موضوع مشترک بین تمامی اقشار جامعه است که زن و مرد، پیر و جوان را که دارای فعالیتهای مختلف هستند در بر می گیرد.

بدیهی است که اوقات فراغت انسان مسلمان و موحد مانند عمر و اوقات دیگر زندگی او باید در راستای کمال و سعادت فردی و اجتماعی اش سپری شود، در اهمیت اوقات فراغت این فرمایش امام صادق (ع) را باید همیشه مورد عنایت و توجه قرار داد که:

سلامت و نیرومندی، فراغت، جوانی، نشاط و بی نیازی خود را فراموش منما، در دنیا از آنها بهره برداری کن و متوجه باش که از آن سرمایه های عظیم به نفع معنویات و آخرت خود استفاده نمایی. تحقق و ارتقاء سطح فرهنگ عمومی و فرهنگ خاص، نیازمند تلاش، پشتکاری، همدلی، همفکری و سعه صدر نخبگان، اندیشمندان، کارشناسان حوزه فرهنگ و اجتماع است که از طریق مطالعه، تحقیق شناخت تدبیر برنامه ریزی، فرهنگ و آموزش امکان پذیر است. یکی از سبزهایی که بطور خاص نیازمند برنامه ریزی و عنایت جدی مسئولان امر و محققین می باشد، اوقات فراغت کلیه اقشار جامعه است که امروزه رشته ای را با عنوان (جامعه شناسی اوقات فراغت) به خود اختصاص داده با وجود تأکید فراوان ادیان الهی به ویژه اسلام به استفاده هرچه بهتر و پر بارتر از اوقات فراغت انسانها، در کشور ما کمتر بدین مهم توجه شده و آنچنانکه شایسته و بایسته است، برنامه ریزیهای جدی همراه با استمرار در اجرای آنها در این زمینه به کار نرفته است. بعد از پیروزی انقلاب اسلامی و بعد از دوران دفاع مقدس تلاش مسئولان و متوالیان امور فرهنگی بر این بوده که اوقات فراغت اقشار جوان و نوجوان با برنامه ریزیهای اصولی تحت پوشش قرار گیرد. امید آنکه در پرتو عنایت الهی و همت دولتمردان و مریبان و متولیان امور فرهنگی هزاران گل امید در گلستان وجود نسل جوان بشکفد و ساحت و فضای مقدس جامعه اسلامی، از معنویت و کمال و مهرورزی عطر آگین گردد.

بیان مسئله

اوقات فراغت به عنوان یک پدیده فرهنگی، اجتماعی که در ابعاد اقتصادی، سیاسی و ... نیز مؤثر است. موضوع مشترک بین تمامی اقشار جامعه است. اوقات فراغت به جهت داشتن ویژگی های خاص، از یک سو مورد توجه و عنایت دست اندرکاران تعلیم و تربیت و مسئولان امور فرهنگی و ... و از طرف دیگر روانشناسان و جامعه شناسان و ... قرار گرفته، که بیشتر از سایر اقشار جامعه (نوجوانان و جوانان) مورد توجه خاص می باشند.

در این تحقیق می خواهیم: بررسی کنیم اوقات فراغت جوانان دختر سنین ۱۵-۲۴ سال ناحیه یک مقطع دبیرستان و پیش دانشگاهی و تعدادی از دانشجویان دانشگاه پیام نور مشهد و همچنین در پی یافتن:

۱) انجام فعالیتهایی هستیم که انگیزه جوان را سوی بهتر گذراندن اوقات فراغت ترغیب می کند؟

۲) آیا اسلام برای برنامه ریزی اوقات فراغت جوانان طرحی دارد؟

۳) آیا اوقات فراغت را می توان از مهم ترین و دلپذیرترین اوقات جوانان دانست؟

اهمیت و ضرورت تحقیق:

غور و تفحص در گستره حیات بشر، بیانگر این حقیقت است که در زندگی پر فراز و نشیب، انسان لحظه ها و اوقاتی وجود دارد که از اهمیت و حساسیت فوق العاده ای برخوردار است. بدون تردید زمانی که از اوقات فراغت بحث به میان می آید سخن از ارزشمندی همین اوقات است. هنگامه هایی بسیار حساس و پر معنا، اوراقی سرنوشت ساز از کتاب زندگی که نیازمند اراده هایی استوار و اندیشه هایی خلاق است، چراکه:

اوقات فراغت بستر مطلوبی است برای جریان نیکوی رشد شخصیت و اعتلای وجود یا زمینه همواری است برای بروز اختلالات رفتاری، انحرافات اخلاقی و بزهکاریهای اجتماعی.

لذا امروزه بعلت اهمیت و آثار سازنده و مثبتی که در نتیجه بهره وری مطلوب از اوقات فراغت در زمینه های مختلف (بهداشت روانی، خلاقیت و نوآوری، توسعه مهارت های شناختی و شکوفایی استعدادها، تقویت مهارت های حسی و حرکتی، اصلاح رفتار تعالی شخصیت و ...) بنابراین برای تأمین نیروی متخصص جامعه باید درصد بهبود «عناصر آموزشی» برآمد که معلم را می توان مهمترین آنها دانست:

زیرا به قول پیازه: زیباترین طرح اصلاح و بازسازی آموزش و پرورش در صورتی که معلم به تعداد کافی و با کیفیت مطلوب در اختیار نباشد با شکست روبرو خواهد شد.

در این تحقیق سعی شده است تا به بررسی اوقات فراغت دختران سنین ۲۴-۱۵ سال (مقطع دبیرستان و پیش دانشگاهی ناحیه یک و تعدادی از دانشجویان دانشگاه پیام نور مشهد) پرداخته شود.

اهداف تحقیق

هدف کلی

هدف از این پژوهش میزان بررسی اوقات فراغت دختران جوان سنین دبیرستان، پیش دانشگاهی ناحیه یک و دانشجویان دانشگاه پیام نور مشهد که ۱۳۰ نفر می باشند.

هدف جزئی

- اوقات فراغت تا چه میزان می تواند در رشد و تعالی اجتماعی جوانان نقش داشته باشد؟

- آیا اوقات فراغت می تواند یکی از نیازهای اساسی نسل جوان باشد؟

- آیا اوقات فراغت می تواند برنامه ریزی مناسبی برای شکوفایی خلاقیت فراهم کند؟

فرضیه های تحقیق

۱. بین برنامه کانون خانواده و اوقات فراغت جوانان رابطه وجود دارد.

۲. بین برنامه مدارس و دانشگاه ها و میزان اوقات فراغت جوانان رابطه وجود دارد.

۳. بین برنامه محل زندگی و اوقات فراغت جوانان رابطه وجود دارد.

۴. بین برنامه مساجد و دانشگاه ها اوقات فراغت جوانان رابطه وجود دارد.

تعارف عملیاتی واژه ها

الف) اوقات فراغت:

ساعات غیر از ساعات مدرسه که دانش آموز می تواند به فعالیتهای «دلخواه» خود بر اساس «میل و رغبتش» بپردازد.

ب) دانش آموزان:

کلیه افرادی که به نوعی در این حیطه سنی در مدارس می باشند و در مقطع دبیرستان به تحصیل مشغول هستند.

ج) بهره وری:

استفاده صحیح از عمر، از طریق بهره برداری از منابع (انسانی، مالی و مادی) و به کارگیری توانایی ها، استعدادها، خلاقیتها و رغبت های فرد برای رسیدن به کمیت و کیفیت مطلوب (مناسب) در فعالیتهای و دستیابی به زندگی بهتر و متعالی تر است.

فصل دوم:

مرور مطالعاتی

(پیشینه نظری)

اوقات فراغت:

اوقات فراغت را می توان مهمترین و دلپذیرترین اوقات آحاد بشر دانست. این اوقات مستعد است که برای مؤمنان لحظه های نیایش با معبود برای عالمان دقایق تعمق و تفکر و برای هنرمندان زمان ساختن ابداع باشد و در عین حال برای عده ای نیز این اوقات به جای «فراغت» ملال آورترین لحظه هاست.

الف) اوقات فراغت در لغت:

واژه «اوقات فراغت» خود از دو کلمه «اوقات» و «فراغت» ترکیب شده است و ضروریست که قبل از بیان تعریف مفهوم آن به معنای لغوی این دو کلمه اشاره ای داشته باشیم.

- اوقات در لغت: اوقات را در لغت به معنی جمع کلمه «وقت»، هنگامها، روزگاریها، ساعات، از منته تعریف کرده اند و در فرهنگ عمید.

اوقات به معنی: جمع «وقت»، هنگامها، گاهها و زمانها آورده شده است.

در معنای وقت: هنگام، گاه، مقداری از «زمان» بیان گردیده است.

دکتر محمد معین معانی بیشتر و دقیق تری برای وقت بیان نموده است که عبارتند از:

- مقداری از «زمان» که برای امری فرض شده

- هنگام - عهد، عصر - فصل - موقع، مقام

در میان معانی که برای وقت بیان شده است «زمان» بیشترین کاربرد و نزدیکترین مفهوم را به وقت دارد (نشان می دهد) و زمان پدیده ایست که همه موجودات عالم هستی متأثر و نیازمند به آن هستند، از خلقت و آفرینش آنها گرفته تا مرگ و نیستی زمان پدیده ایست که می توان آن را به اقیانوس بی انتهایی شبیه دانست که همه موجودات عالم هستی از جماد، نبات، حیوان، انسان تا کرات و سیارات در آن شناورند و برای حیات و زنده بودن و رسیدن به رشد و کمال نهایی خود نیازمند به این اقیانوس بی کرانند. و انسان به عنوان اشرف مخلوقات عالم هستی بیش از سایر مخلوقات و موجودات دیگر نیازمند به آن است و باید قدردانش آن را پاس دارد و مابه

عنوان یک مسلمان بیش از سایر انسانهای دیگر دعوت به استفاده صحیح و بهره وری مطلوب از آن شده ایم تا از این نعمت الهی در رسیدن به کمال نهایی خود بهره گیری نماییم و شکر آن را به درگاه خداوند متعال با استفاده بهینه از آن به جا آوریم.

- اکنون ضروریست که به بررسی و تجزیه و تحلیل ابعاد گوناگون «زمان» پردازیم چرا که اوقات فراغت هر انسان فقط بخشی از زمانی است که به عنوان عمر در اختیار اوست و از طرق دیگر ارزش که فرد برای اوقات فراغت قائل است متأثر از ارزشی خواهد بود که برای در زمان و سرمایه ای به نام عمر اائل است.

- در میان تحقیقات به عمل آمده درباره «زمان» به بخشی از تحقیق نسبتاً جامعی که توسط آقای دکتر حسینی یا هر استاد محترم دانشگاه انجام شده است اشاره می نمایم تا با مفهوم ابعاد مختلف زمان و اهمیت وانه ش آن بیشتر آشنا شویم.

- «زمان» پدیده ایست که دارای اهمیت فوق العاده ای بوده و یکی از موضوعاتی که نه تنها علم و فلسفه بلکه ادیان الهی و آیین های انسانی مورد توجه قرار می دهند همانا تفسیر تعبیر آنها از کم و کیف «زمان» است.

- آنچه در این مکتوب خواهد آمد تشخیص نسبی از «ماهیت زمان» است و استفاده بهینه از این نعمت خدایی به عبارت دیگر پس از آنکه مختصری درباره «زمان» و اصطلاحات و تعابیر هم خانواده آن مطالعه کردیم، به اهمیت زمان در انجام کلیه امور مادی، معنوی، اخلاقی، عرفانی خواهیم پرداخت و نهایتاً به این نتیجه خواهیم رسید که
چطور:

- زمان گذشته (تاریخ) می تواند عبرت آموز برای امروز و آینده باشد.
- زمان حال: اولاً بعلت آنی و ملموس بودن آن و ثانیاً به عنوان حلقه واسطه میان زمان گذشته و آینده و ثالثاً به عنوان فرصتی مناسب برای برنامه ریزیهای آینده مورد توجه و اهمیت است.

- زمان آینده: محمل تحولات تغییراتی است که تا حدود زیادی تابع برنامه ریزیهای و فعالیتهای امروز جامعه بشری است، به طوریکه هر چه توجه انسان به زمان و بهره وری مطلوب از آن بیشتر باشد سیر کیفی آن طولانی تر و هر چه توجه انسان امروز به زمان بهره وری از آن کاهش یابد سیر کیفی آن کوتاهتر خواهند بود.

ب- فراغت در لغت:

۱. در زبان فارسی:

- فراغت در لغت به معنی «آسودگی و آسایش» است و معمولاً در مقابل اشتغالات و درگیری های روزمره که نوعاً موجب خستگی می شود به کار می رود.

در تعریف دیگری (عصاره - علیرضا - ۱۳۷۷) آمده است که:

«فراغت در لغت به معنی آسودگی و آسایش، آسوده شدن از کار و آزاد بودن از کار روزانه معنی می شود» در فرهنگ عمید نیز به همین معنا تأکید شده است.

در معنای دیگری (ساروخانی باقر - دایره المعارف علوم اجتماعی ۱۳۷۰) آمده است که «فراغت در لغت به معنی فراغ، آسایش، آرامش و استراحت است و آزاد بودن از کار روزانه و هر گونه فرصت و مجال دیگر نیز معنی می دهد.»

در فرهنگ معین در مقابل کلمه فراغت این معانی آمده است:

فراغت: «۱- پرداختن از فراغ ۲- آسایش، استراحت، آسودگی، آرامش ۳- بی اعتنائی، وارستگی ۴- فرصت، مجال»

۲. در زبان عربی:

«فراغت: در زبان عربی به معنی بی تابی و اضطراب است»

در «فرهنگ فارسی» آمده است که: فراغت در لغت عربی به معنی اضطراب و «فراغ» به معنی آسایش است. «در نشر طویی» در ذیل ماده «فرغ» این معانی آمده است.

«افرخ، يتفرغ، فرغا: اسود کی، پرداختن، تهی شدن، ریختن، قصد کردن»

- در کتاب فرهنگ جدید عربی - فارسی ترجمه منجد الطلاب معانی بیشتری برای این لغت آمده است از جمله

آنها: (فرغ = تمام شدن، دست کشیدن از کار، هدر رفتن به پایان رسیدن، خالی شدن، ریختن و ...)

الفرغ = بیکاری، فراغت، تهی بودن است.

«موسی قرأت»: «فراغ» به معنی دست کشیدن از کار معنا شده است.

«الفراغ: خلاف الشغل» چون از کار فارغ شدی تلاش کن.

- در تفسیر المیزان و تفسیر نمونه در ترجمه آیه «فاذا فرغت فانصبه» فرغت به معنی فارغ شدن آمده است.

- در تفسیر «مجمع البیان» طبرسی در ترجمه آیه یاد شده علامه بر «فارغ شدن» «خلاص شدن» نیز آمده است.

۳. در زبان انگلیسی:

- «فراغت بر گرداندن اصطلاح (Leisure) و از واژه لاتین (Licere) است.

از جمله اصطلاحات دیگری که به معنای فراغت به کار برده می شود عبارتند از:

«Ease» که به معنای آسانی، سهولت، راحت، فراغت، آسایش آمده است.

Leisure/ ١e٣ (r) : us ١i = ٣ or/ n[u]

Time free from work or other duties : sparetime:

وقت آزاد از کار یا وظایف دیگر، وقت اضافی:

In creased Leisure time aronge of Leisure aeticities.

وقت آزاد افزایش یافته، یک رشته از فعالیتهای اضافی.

IDM at Lasure ١

(fm١) not occupied; free the rest of the dejmajbe spent at.

مشغول نبودن، آزاد: بقیه روز که ممکن است در وقت آزاد سپری شود.

Leisure cie you can do what you Like

(شما می توانید انجام دهید آنچه را که دوست دارید)

۲ without hurrying I'll take the report home and read it at Leisure.

۲- بدون عجله: من گزارش را به خانه خواهم برد و آن را در وقت آزاد می خوانم.

At one's Leisure when one has free time.

Leisure: زمانی است که شخص وقت آزاد دارد یا وقت بدون کار کردن دارد.

- اکنون با توجه به معنای لغوی متعددی که از وقت و فراغت ارائه گردید. مفهوم اوقات فراغت در لغت را می

توان به طور خلاصه زمانها، مواقع و ساعاتی دانست که فرد در آسایش استراحت آسودگی و آرامش به سر می

برد.

تعاریف ارائه شده از اوقات فراغت:

- در تعریف اوقات فراغت صاحب نظران علوم مختلف، نظرات متفاوتی ارائه نموده اند و هرگز از آنها بر اساس

عواملی مانند:

۱. نوع فرهنگ و مبانی ارزشی، اعتقادی.

۲. مبانی و دیدگاههای خاص علوم مورد نظر

۳. گروه و جامعه یا قشر مورد توجه (نوجوانان، جوانان)

به ارائه تعریف اوقات فراغت پرداخته و موارد خاص را مورد توجه و تاکید قرار داده اند که پاره ای از آنها

عبارتند از:

۱. ضرورت و اهمیت اوقات فراغت

۲. اهداف اوقات فراغت

۳. مقدار اوقات فراغت (کمیت)

۴. چگونگی اوقات فراغت (کیفیت)

۵. اثار و نتایج (ویژگی های) اوقات فراغت

۶. مشکلات اوقات فراغت

اکنون نمونه هایی از تعاریف ارائه شده را بیان می کنیم:

- اوقات فراغت جوانان و نوجوانان: بطور کلی می توان اوقاتی از زندگی جوانان و نوجوانان را جز اوقات فراغت

آنان محسوب داشت که صرف رفتن به مدرسه و انجام تکالیف مدرسه در خانه یا اجرای فرامین بزرگترها و

احیاناً کار اقتصادی نشود و این اوقات بگونه ای سپری می شود که به دلخواه و از روی رضایت باطنی انجام

پذیرد و سرانجام به ارضا تمایلات ایشان بیانجامد.

- اوقات فراغت (دانش آموزان): بخشی از مدت زمان روزانه هفتگی ماهانه یا سالانه است که طی آن یک دانش

آموز می تواند به فعالیتهای دلخواه بپردازد.

- اوقات فراغت (جوانان): به اوقاتی از زندگی جوان گفته می شود که خارج از اوقاتی است که صرف رفتن به

مدرسه و یا انجام تکالیف مربوط به مدرسه و کارهای خانه و یا اجرای دستورات اولیای منزل و احیاناً کار

اقتصادی می شود تا انسان بتواند آن را به دلخواه سپری نماید.

- اوقات فراغت: ساعتی است که باید بدون اجبار صرف اموری شود که شخص در آن تمایل دارد و تا حد

ممکن نباید با نفع اقتصادی همراه باشد یا منبع درآمدی برای شخص محسوب گردد بلکه باید به کسب تنوع

ایجاد سرگرمی فراهم آوردن امکانات رشد فکری و جسمی در راستای تعالی و رسیدن به ارزشهای معنوی منجر

گردد.

و اما در بررسی دیدگاههای علمی مشاهده می شود که: «اوقات فراغت» به عنوان یک پدیده فرهنگی، اجتماعی،

بیش از هر علمی مورد توجه خاص دانشمندان جامعه شناس علمای علوم تربیتی و شاخه های مربوط به آنها قرار

گرفته و پیدایش «جامعه شناسی فراغت» موجب گردیده است که در قسمت های آینده «پیشینه قله ی» با عنوان

«بررسی آرا و اندیشه های صاحب نظران» بصورت مفصل به آن اشاره خواهیم کرد.

- در ارائه یک تعریف علمی از «اوقات فراغت» دکتر «جی، بی، نیشن» در کتاب «فلسفه فراغت و تفریحات سالم» اینگونه بیان می نماید: «فراغت مربوط به اوقاتی از زندگی انسان می شود که از کار کردن آزاد است یا در خواب نیست»

(افروز، غلامعلی، ۱۳۷۰) معتقد است که: «منظور از اوقات فراغت، فرصت و زمانی است که انسان مسئولیت پذیر، هیچگونه تکلیف یا کار موظف را عهده دار نبوده، زمان در اختیار اوست که با میل و انگیزه شخصی به امر خاصی پردازد.

«واژه» «اوقات فراغت» را اینگونه تعریف می کند:

منظور از فراغت، سرگرمی ها، تفریحات، فعالیتهایی است که به هنگام آسودگی از کار عادی با شوق و رغبت، افراد به سوی آن رو می آورند.

- گروه بین المللی جامعه شناسی

«مجموعه ای از اشتغالات، که فرد با رضایت خاطر، برای استراحت یا برای تفریح و یا به منظور توسعه آگاهیها یا فراگیری غیر انتفاعی و مشارکت اجتماعی، داوطلبانه بعد از رهایی از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی بدان می پردازد.

«دومازیه» جامعه شناسی فرانسوی مؤلف کتاب «به سوی یک تمدن فراغت» معتقد است که: «اوقات فراغت»: «مجموعه فعالیتهایی است که شخص پس از ارزشیابی از قهرات و تکالیف شغلی، خانوادگی، اجتماعی با میل و اشتیاق به آن می پردازد و غرض استراحت، تفریح توسعه دانش یا به کمال رساندن شخصیت خویش یا به ظهور رساندن استعدادها، خلاقیت ها و یا بالاخره مشارکت آزادانه در اجتماع است.

اکنون با بررسی این تعاریف می توان به این نکات اشاره نمود:

۱. در ارائه تعریف «اوقات فراغت» عده ای از صاحب نظران به «ویژگی های اوقات فراغت» اشاره نموده و عده ای دیگر «اهداف اوقات فراغت و گروهی در آثار و نتایج اوقات فراغت» را مورد توجه قرار داده اند.

۲. از میان تعاریف ارائه شده هفت تعریف دومازیه Dumazdeiei تقریباً جامعه مهمترین تعریف برای اوقات فراغت است که در آن علاوه بر ویژگی های «اوقات فراغت» به کارکردها و نتایج آن نیز اشاره نموده است. - اکنون مناسب است که قبل از آشنایی با ابعاد مختلف اوقات فراغت به مقایسه اوقات فراغت با چند واژه دیگر پردازیم.

مقایسه مفهوم «اوقات فراغت» با چند واژه دیگر

- برداشتی که افراد جامعه از مفهوم یک واژه یا کلمه دارند نقش مهمی در چگونگی کاربرد و استفاده از آن در زندگی روزمره آنها خواهد داشت. به بیانی دیگر اگر افراد جامعه در بحث مورد نظر ما «اوقات فراغت» را فرصتی مناسب برای تأمین بهداشت جسمی روانی و سبب مطلوبی برای شکوفایی خلاقیت ها و استعدادهای خود و ... بدانند و یا اینکه «اوقات فراغت» را مترادف با «زمان بیکاری» خود در نظر بگیرند و با «اوقات فراغت» را به معنای تفریح و سرگرمی تلقی نمایند. و یا...

بدیهیست که چگونگی استفاده برنامه ریزی و نهایتاً بهره وری از آن در هر یک از موارد یاد شده کاملاً متفاوت خواهد بود. از این جهت ضرورست که مقایسه ای را بین «اوقات فراغت» و چند واژه دیگر انجام دهیم.

الف: (فراغت و بیکاری):

- در مردم اغلب اوقات فراغت را معادل زمان بیکاری در نظر می گیرند باید دانست که اوقات فراغت با بیکاری تفاوت دارد.

- بیکاری ایامی است که فرد شغل خود را بطور موقت یا دائم از دست می دهد.

- فراغت هنگامی است که فرد شاغل زمانی از وقت خود را «فارغ از کار» بطور دلخواه می گذرانند.^۱

ب: فراغت و کار

۱ یوسفی، باقر- چگونگی گذراندن اوقات فراغت - ص ۷۷

- در کار و فراغت مفاهیمی هستند که با «وقت و زمان» ارتباط دارند. ولی کار: گذراندن وقت برای فعالیت خاص و با هدف خاص است (که مبتنی بر اجبار اقتصادی، اجتماعی، اخلاقی و ... است)
فراغت: وقت آزادی است که فرد (مجبور به انجام) فعالیت خاص نیست. او مبتنی بر میل و رغبت و انتخاب آزاد است.

ج: فراغت و تفریح سالم:

- دکتر «جی.بی.نیش» در کتاب «فلسفه فراغت و تفریحات سالم» در تعریف فراغت نوشته است:
فراغت: مربوط به اوقاتی از زندگی انسان می شود که از کار کردن آزاد است یا در خواب نیست.
تفریحات سالم: مربوط به «نحوه استفاده» و برداشتن از این فراغت است.
نگاهی کوتاه به سیر تحول چگونگی گذراندن اوقات فراغت:

- درباره اینکه اصولاً زمان فراغت پدیده خاص جامعه صنعتی است یا آغاز آن را می توان با خلقت بشر و شروع زندگی اولیه انسان دانست همه صاحب نظران هم عقیده نیستند اما آنچه مسلم است مفهوم اوقات فراغت و چگونگی گذراندن آن در دوره های مختلف زندگی بشر متفاوت و با تحولات اجتماعی، بر کمیت و اهمیت آن افزوده شده است.

مشخصات فراغت در دوران جدید:

مشخصات اصلی فراغت در جهان کنونی:

شاخص اول: در جوامع رشد یافته دیگر فراغت به طبقات ممتاز و متمتع اختصاص ندارد بلکه به طبقات دیگر تعمیم یافته است و با توسعه صنعت و تکامل فنی نه فقط گسترش می یابد بلکه افزایش پیدا می کند.
شاخص دوم: اینست که در سابق طبقات کوچکتر جامعه از لحاظ مورد آزادی و آسودگی برخوردار بودند. این اوقات درون خانه و خانواده صرف می شد و صورت غیر رسمی و خودمانی داشت و به همنشینی و معاوره با

خویش و پیوند دوست و همسایه می گذشت. با پیشرفت جوامع و پراکندگی وظایف خانواده، متدرجاً جنبه رسمی و در مواردی تجارتي پیدا کرد و جزء وظایف مؤسسات خاص درآمد. شاخص سوم: عبادت است از بکار بردن روز افزون وسایل و اسباب ماشینی چون اتومبیل، رادیو و تلویزیون و مانند آن که هر یک در گذراندن اوقات فراغت آسایش سهمی بزرگ و نقشی نمایان دارد. شاخص چهارم: اهمیت خاص است. که در حیات فردی و اجتماعی اجزای کرده است. چنانکه زمان کار از فراغت بطور کلی جدا شده اوقات فراغت ارزشی بذاته پیدا کرده است.^۱

ارزش و اهمیت «اوقات فراغت» از دیدگاه اسلام مکاتب دیگر:

قبل از طرح دیدگاههای برخی از مکاتب در مورد اوقات فراغت لازم است به دو نکته اساسی اشاره نمایم.

الف - «اوقات فراغت» بخشی از «عمر و فرصت حیات» بشری است که ارزش و اهمیت آن متأثر از ارزش و اهمیتی است که فرد برای «عمر و حیات» خود قائل است.

ب - اهمیت و ارزشی که هر فرد برای زندگی و حیات خویش قائل است. خود متأثر از مجموعه شناخته‌های کلی و اساسی است که از:

- جهان و نظام هستی

- انسان

- زندگی

و این شناخته‌هاست که فرد را در یافتن «فلسفه زندگی» یاری می دهد. و این فلسفه است که بر همه ابعاد زندگی و

فعالیت‌های فرد، در تمام دوران زندگی سایه می افکند و به همه آنها از جمله «وقت و عمر» معنی می دهد.

به عبارت دیگر، ارزش و اهمیت «وقت و عمر» برای هر فرد مستقیماً متأثر از جهان بینی و ایدئولوژی اوست.

۱ ادبی، فرهنگ - توسعه توریسم و گذراندن اوقات فراغت ۲۲-۱۸ اسفند ۱۳۵۲، کمیته گذراندن اوقات فراغت، سازمان برنامه و بودجه، صفحه ۲۱۶.

به این معنا که: هر قدر شناخت و طرز نگرش فرد از جهان، انسان و زندگی و ابعاد آنها وسیعتر و عمیقتر باشد فرد با دید جامعتر و کاملتری به ارزش و اهمیت «وقت و عمر» نگریسته و برای استفاده از بهره وری از آن برنامه ریزی می نماید.

-مکاتب مادی:

در مکاتب مادی که افق دید آنها از زندگی بشر و حیاط او تا لحظه مرگ است و همه مراحل تکامل و پیشرفت بشر را در محدوده جهان و کیان زندگی این جهان می بیند.

اهمیت عمر و زمان بسیار کمتر و محدودتر است از دیدگاهی که یک انسان الهی نسبت به حیات و زندگی دارد. بر اساس این دیدگاه انسان مادی از لحظه عمر خود باید بیشترین استفاده را در ایجاد شرایط بهتر و مناسب تر برای کسب لذتهای دنیوی برده و با کسب علوم و تسلط بر قوانین حاکم بر نظام طبیعت امکانات موجود در عالم را که در زمین و آسمانها و کرات است به خدمت در آورد.

در این دیدگاه وقت و عمر حیات بشری از دو جهت محدود است.

۱. محدودیت کمی: چرا که زندگی و حیات بشر را محدود به همین دنیا می داند پس وقت و عمر انسان محدود به این دنیا است. و «اوقات فراغت» هم محدود به ساعاتی خاص از ساعات شبانه روز است که بر اساس میل و رغبت شخصی شکل می گیرد.

۲. محدودیت کیفی: چرا که وقت و عمر انسان صرفاً صرف امور مادی و دنیوی می شود و از این سرمایه گرانبها در جهت تأمین نیازهای دنیوی و لذت های مربوط به آن استفاده می گردد نه نیازهای معنوی و اخلاقی که در ادامه به آن اشاره خواهیم نمود.

-مکاتب الهی:

از دیدگاه مکاتب الهی این دنیا مقدمه حیات ابدی است. و زندگی این جهانی زمینه سازندگی سراسر سعادت و یا شقاوت جهان آخرت است:

لذا انسان موحد نه تنها اوقات زندگی خود را صرفاً برای کسب لذائد و خواسته های نفسانی و مادی صرف نمی کند و چون این جهان را گذرگاه رسیدن به سعادت ابدی می داند و در واقع به حیات دنیا بعنوان مقدمه حیات آخرت و زندگی جاودانه می نگرد لذا از لحظه لحظه عمرش بیشترین استفاده و بهره وری را در جهت رشد و کمال همه جانبه خود می نماید. و از آنجائیکه انسان موحد «عمر و فرصت حیات» را یک نعمت الهی می داند، لذا در همه لحظات عمر، اعمال و رفتار خود را در سیر قرب الهی قرار می دهد. یعنی کار، استراحت، عبادت، تفریح، و ... همه و همه برای خداوند و در مسیر کمال است. (ان صلاتی و نسکی و محیای و مماتی لله رب العالمین)^۱ براین اساس است که در مکاتب الهی خاصه مکتب اسلام مفهوم اوقات فراغت تفاوت اساسی با سایر مکاتب دیگر مخصوصاً مکاتب مادی پیدا می کند.

- در واقع انسان مسلمان نمی تواند «اوقات فراغت» به مفهوم مادی آن داشته باشد، چرا که اگر فرصتی هم برای او فراهم شود آنرا برای تجدید قوا و آمادگی روحی و جسمی پیش بینی نموده است. اگر می خورد یا می آشامد ورزش می کند و ... برای اینست که قادر باشد با بدنی آماده تر و توانمندی بیشتر خدمت خالصانه به خلق خدا نماید تا رضای خداوند را از این طریق بیشتر حاصل کند.

(قو علی خدمتک) جوارحی^۲

ویژگیها، نقش، آثار اوقات فراغت:

الف) شرایط و ویژگی ها ب) نقش و کارکردها ج) آثار و نتایج

الف. شرایط و ویژگی های اوقات فراغت: با بررسی تعاریفی که برای اوقات فراغت ارائه شده است مشاهده می گردد که مهم ترین و بارزترین ویژگی های اوقات فراغت عبارتند از:

۱. جدا بودن وقت فراغت از کار و مسئولیت های دیگر:

۱ سوره انعام (۶)، آیه ۱۶۲

۲ قمی، عباسی. کلیات مفاتیح الجنان - ص ۱۱۵

- در ارائه تعریف اوقات فراغت دکتر جی، بی، نیش و دکتر سید محمد میر کمالی صرفاً بر این ویژگی تأکید نموده اند.

۲. وجود میل و فعالیت دلخواه و در نهایت داشتن حق انتخاب:

- عده ای از صاحب نظران تنها داشتن حق و انتخاب را بعنوان بارزترین ویژگی اوقات فراغت بیان می نمایند که از جمله می توان به نظر آقای دکتر غلامعلی افروز اشاره نمود.

- بارزترین ویژگی اوقات فراغت وجود نیروی انگیزه و عامل مهم انتخاب است. به لحاظ وجود همین میل و انگیزه شخص و انتخاب آزادانه، بهره وری از اوقات فراغت، هر همدی را که به همراه داشته باشد، قطعاً (برای فرد) خوشایند و مطلوب است.

ولی اکثر صاحب نظران علاوه بر ویژگی اول بر این خصوصیت نیز تأکید نموده اند و هر دو آنها را بعنوان شرایط و ویژگی های اوقات فراغت بیان می نمایند که از جمله می توان به این موارد اشاره کرد:

- از ویژگی های اوقات فراغت باید به دو موضوع توجه داشت. اول اینکه وقت فراغت از کار و مسئولیت فرد، جدا و به ایامی آزاد که فرد در آن زمان هیچگونه تقید و التزامی به انجام کاری خاص نداشته باشد اطلاق می گردد. دوم اینکه: در چنین زمانی فرد هر نوع کار یا فعالیتی را که خود علاقه مند باشد باید انجام دهد و به هیچ وجه برای استفاده از اوقات فراغت نباید از سوی دیگران در محضور یا تقید باشد.

- تعریف گروه بین المللی جامعه شناسان از اوقات فراغت.^۳

- تعریف دومازیه Dumazdejei جامعه شناس فرانسوی در کتاب «بسوی یک تمدن فراغت» از اوقات فراغت.^۴

۱ عصاره، علیرضا - خانواده و ضرورت توجه به اوقات فراغت فرزندان - ص ۳۱

۲ یوسفی، باقر - چگونگی گذران اوقات فراغت - ص ۷۷

۳ عصاره - علیرضا - خانواده و ضرورت توجه به اوقات فراغت - ص ۳۰

۴ جنسی، عطاء الله - فصل نامه مدیریت در آ «وزش و پرورش».

- تعریف اوقات فراغت دانش آموزان در فصلنامه مدیریت و آموزش و پرورش.

۳. نداشتن انگیزه و نفع اقتصادی:

عده ای از صاحب نظران علاوه بر دو ویژگی یاد شده شرط سومی را برای اوقات فراغت و فعالیتهای آن در نظر می گیرند، و آن نداشتن انگیزهای اقتصادی در اوقات فراغت است که بعنوان مثال می توان به آن اشاره کرد.

- اوقات فراغت: ساعتی است که باید بدون اجبار صرف اموری شود که شخص به آن تمایل دارد و تا حد ممکن نباید با نفع اقتصادی همراه باشد یا منبع در آمدی برای شخص محسوب گردد. بلکه بدیهیست در غیر اینصورت به مرور زمان انگیزهای مادی می تواند تأثیر خود را در کمیت و کیفیت گذران اوقات فراغت افزایش داده و ۲ عامل قبلی را تحت تأثیر خود قرار دهد. و در نتیجه به آثار و نتایج حاصل از گذران اوقات فراغت لطمه اساسی وارد آورد.

نقش و کارکردهای اوقات فراغت

- دومازیه به منظور شناخت مفهوم فراغت سه کارکرد برای آن بیان نموده.

۱. **تأمین استراحت:** که نقش آن رفع خستگی، جبران صدمات جسمی و روانی ناشی از هیجانات مدام کار و انجام وظایف گوناگون می باشد.

۲. **تفریح و کم کردن کسالت:** که نقش آن رهاندن انسان از کسالت ناشی از یکنواختی و انجام وظایف روزانه در کارگاه، دفتر کار، خانه و مدرسه است.

۳. **رشد شخصیت (او معتقد است که):** فراغت، انسان را از کارهای روزمره و قالبهای زاینده خود کاری و یا تخصصی شدن امور روزانه می رهاند، استعدادهای بدنی و ذهنی فرد نظایر آن را پرورش می دهد که در شکل گیری شخصیت فرد بی تردید مؤثر خواهد بود.

در تقسیم بندی دیگری برای اوقات فراغت سه نقش اساسی در نظر گرفته شده است.

۱ یوسفی، باقر. چگونگی گذران اوقات فراغت.

- بطور کلی اوقات فراغت سه نقش اساسی در زندگی انسان دارد:

۱. استراحت و رفع خستگی

۲. آسایش روحی و روانی

۳. رشد فردی و اجتماعی

- طرفداران توسعه فرهنگی، برنامه ریزی اوقات فراغت را مناسب ترین شرایط برای رشد و ارتقا فرهنگ عمومی می شناسند و «تاگور» اندیشمند هندی:

تمدن بشری را نتیجه استفاده درست از اوقات فراغت می داند.

بنابراین مجموعه کارکردهایی را می توان برای اوقات فراغت بیان کرد عبارتند از:

۱. استراحت و رفع خستگی

۲. تفریح

۳. آسایش روحی و روانی (تأمین بهداشت روانی)

۴. رشد فردی و اجتماعی

۵. رشد شخصیت

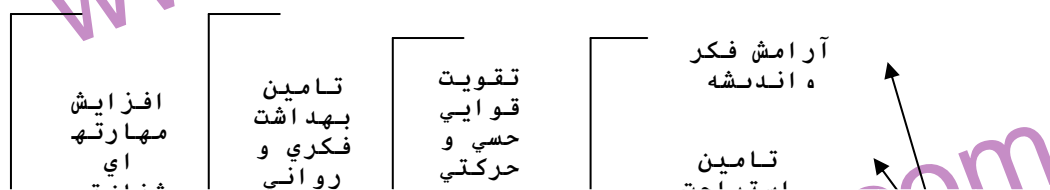
۶. فکری و فرهنگی

- اکنون با توجه به اینکه در مبحث شرایط و ویژگی های اوقات فراغت یکی از خصوصیات آن را جدا بودن از

اوقات اشتغال و کار موظف فرد بیان نمودیم و از طرف دیگر در ارائه معنای فراغ: دست کشیدن از کار (الفراغ =

خلاف الشغل) اشاره کردیم به نظر می رسد که رابطه بین کارکردهای فراغت در مقایسه با اوقات اشتغال و کار

موظف را می توان اینگونه بیان و ترسیم نمود.



www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

آثار و نتایج اوقات فراغت

قبل از شروع این بحث توجه به دو نکته ضروریست:

۱. اکثر صاحب نظران و اندیشمندان یکی از مهم ترین آثار و نتایج اوقات فراغت را تأمین بهداشت روانی فرد میدانند در این میان علمای علوم تربیتی دست اندرکاران علوم اجتماعی بیش از دیگران بر این اثر تأکید دارند و معتقدند که:

- حسن گذراندن اوقات فراغت تضمین کننده سلامت و بهداشت روانی انسان است و همواره اشتغال مستمر و بدون وقفه فکری و عملی در فعالیت ها یا مشاغل معین موجب خستگی جسمی و ذهنی گردیده و بتدریج فرد نشاط و سرزندگی خود را از دست می دهد. و در واقع فشارهای ناشی از اشتغال ممتد ذهنی و جسمی (مخصوص ذهنی) نه تنها ممکن است همراه با از دست دادن نشاط و تعادل حیاتی فرد باشد. بلکه در مواقعی عامل مهمی در بروز بسیاری از اختلالات روانی همچون نوروژها و افسردگیها و نارسایی های جسمی بویژه از نوع بیماریهای روانی تنی (سایکوسوماتیک) می گردد.

www.kandoo.cn.com

بررسی های متخصصان تربیت بدنی نشان داده است که:

بسیاری از ناراحتی های جسمی مانند اسهال، یبوست، ناراحتی های معده، کوفتگی عضلات، سر درد و ناراحت های پوستی، ریشه روانی از قبیل استرس، خشم، یأس دارند... فشار و انقباض عضلانی که در اثر ناراحتی های روانی و عاطفی پیش می آید از عوامل مهم اختلالات و کسالت هایی است که به پاره ای از آنها در فوق اشاره شد.

- «ژفر دومازیه» نیز معتقد است که:

اولین نتیجه گیری از اوقات فراغت: دستیابی به آموزش و آسایش و جبران صدمات جسمی و روانی است.

- بدیهیست که: برخورداری از یک برنامه جامع و پیش بینی فرصتی آزاد و فارغ از کار موظف و بهره وری از آن اولین و مهمترین گام در پیشگیری از آسیب های ذهنی و حفظ بهداشت روانی است چرا که: از پرداختن به امور تفنن، تفریحی و فرهنگی (که بر اساس میل و رغبت فرد صورت می گیرد) نوعی رضایت خاطر و آرامش خیال حاصل می گردد و افراد معمولاً در پناه استفاده از اوقات فراغت، اضطرابها و نگرانی ها خویش را رها نموده، به آرامش و آسایش لازم دست می یابند.

- به گفته «ژوفر دومازیه» رها شدن از کسالت ناشی از یکنواختی، فاصله گرفتن از کارهای روزمره و قالبی، «جبران صدمات جسمی و روانی» ناشی از هیجانات مداوم کار و انجام استراحت به منظور رفع خستگی، همگی از آثار و برکاتی است که از فعالیتهای اوقات فراغت حاصل می گردد. و نوعی آرامش روحی و روانی برای فرد به همراه خواهد داشت.

۲. اوقات فراغت و تأمین سلامت جسمی:

همانطور که در بحث «کارکردهای اوقات فراغت» بیان کردیم یکی از نقش ها و کارکردهای اوقات فراغت از دیدگاههای صاحب نظران «استراحت و رفع خستگی» و میزان صدمات جسمی و روانی ناشی از هیجانات مداوم کار و انجام وظایف گوناگون می باشد.

- امروزه صاحب نظران (نبوی، صمد - دکایی، محمود - ۱۳۷۶) معتقدند که:

- استراحت از نظر حفظ سلامت و کارایی بدن امری مهم است که باید مخصوص در مورد از استراحت بدن بیشتر استراحت عضلات است در اثر تحریکاتی که از مرکز دستگاه عصبی به آنان وارد می شود منقبض می گردند استراحت عضلانی به حالتی اطلاق می شود که عضله دارای کمترین انقباض باشد عضله در حال استراحت بار کمتر، طبیعی تر نرم تر و قابل انعطاف تر است. البته هیچ عضله ای از نظر زیستی نمی تواند در حال استراحت کامل باشد و همیشه انقباض بسیار کمی در آن وجود دارد. و گرنه بدن شل شده، تنش خود را از دست می دهد. از طرفی عضله در هنگام کار و فعالیت نیز هیچ گاه به انقباض کامل نمی رسد.

اوقات فراغت و تقویت مهارت های حسی و حرکتی و فعالیت های ورزشی:

- اگرچه نقض اختصاص زمانی از اوقات فراغت روزانه به اوقات فراغت (داشتن استراحت جسمی) خود می تواند در تأمین سلامت جسمی مؤثر باشد، بدیهیست که انجام فعالیت های بدنی مانند ورزش در صورتیکه بر اساساً میل و رغبت فرد صورت می گیرد اثرات سازنده تری نه تنها در تأمین سلامت جسمی بلکه تقویت قوای حسی و حرکتی فرد به همراه خواهد داشت.

- امروزه میلیون ها نفر از تمامی جهان به تناسب شرایط و ویژگی های خاص و مقتضای اوقات فراغتی که دارند به ورزش می پردازند و آن را یک امر حیاتی برای رفع خستگی های ناشی از زندگی و یا تماس و آشنایی با افراد دیگر و بالاخره جزء لوازم ضروری آن به حساب می آورند.

- از مهمترین نکاتی که می توان در اهمیت ورزش از آن سخت گفت این است که: مهمترین دارو جهت پیشگیری از بیماریها و بهبود مزاج و دوام مستمر آدمی است. ارزش و اهمیت ورزش از نظر پزشکان دنیا به مرحله ای رسیده است که «ویکتور پوشه» از مشاهیر جهان طب به دولتش پیشنهاد می کند در دبیرستانها بجای تدریس زبانهای یونانی و لاتین از ورزش استفاده شود تا به وصیت «فرنسیس بیکن» که می گفت: ورزش کنید تا تندرست و سالم باشید (زیرا تن سالم برای روان به حکم یک مهمانخانه است) عمل شود از طرف دیگر:

- تاثیر مهارت‌های حسی، حرکتی و فعالیتهای ورزشی بر کنشهای ذهنی و ایجاد تحول روانی (امروزه مورد تایید و

تاکید روانشناسان و کارشناسان تعلیم و تربیت می باشد) بازیها را معمولاً به سه دسته تقسیم می کنند:

الف. بازیهایی که به پرورش جسم کمک می کنند و مهارت‌های جسمی و حرکتی را تقویت می کنند: دوچرخه سواری، والیبال، فوتبال.

ب. بازیهایی که قدرت تفکر را پرورش می دهند مانند شطرنج.

ج. بازیهایی که قدرت تخیل را پرورش می دهند مانند: مجسمه سازی، نقاشی و ...

این اثرات زمانی قابل توجه و اهمیت بیشتر است که بدانیم نتایج یک تحقیق در مورد اوقات فراغت نوجوانان و

جوانان نشان می دهد که: بیش از ۸۰٪ جوانان (اوقات فراغت) خود را با ورزش کردن سپری می کنند.

اوقات فراغت و توسعه مهارت‌های شناختی:

(افروز غلامعلی - ۱۳۷۰) معتقد است که:

- اوقات فراغت مناسبترین فرصت‌ها برای توسعه مهارت‌های شناختی و شکوفایی استعدادهاست. زیرا هنگامی که

فرد بر اساس علاقه و انگیزه شخصی (بدون داشتن اجبار و وظیفه رسمی) بخواهد در زمینه های متنوع فعالیت

داشته باشد. مسلماً تلاش او در چنین شرایط مطلوب و خوشایند ذهنی و روانی، از یک طرف در تأمین بهداشت

جسمی، روانی فرد مؤثر خواهد بود.

و از طرف دیگر (در ابعاد تربیتی) موجب فراگیریهای پایدار در او خواهد شد.

- اوقات فراغت فرصت مناسبی است برای فعالیتهایی نظیر، مطالعه و پژوهش، حضور در جلسات مختلف

سخنرانی، سمینار و کنفرانس‌ها جشنواره های گوناگون هنری، ملاقات و گفت و شنود با الگوهای شاخص

رفتاری و صاحب نظران و کارشناسان و متخصصان در رشته های مختلف علمی، فنی، اعتقادی، فرهنگی و ... و

بازدید از مراکز فرهنگی و سفتی و بالاخره سفرهای زیارتی و سیاحتی دور و نزدیک و ... که هر یک از آنها به

سهم خود نقش بسزایی در توسعه توانایی های شناختی و در نهایت تحول شخصیت فرد خواهد داشت.

- «دومازیه» (مؤلف کتاب «به سوی تمدن فراغت») نیز بر تاثیر فعالیتهای اوقات فراغت در شکوفایی استعدادها و توسعه دانش فرد تاکید می نماید و آنها را از نتایج و اهداف فعالیتهای اوقات فراغت بر می شمارد و معتقد است که:

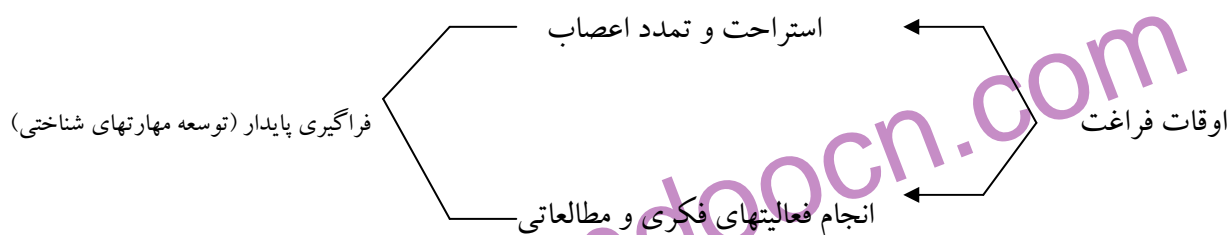
- غرض از انجام فعالیتهای اوقات فراغت عبارتند از:

۱. استراحت ۲. تفریح ۳. توسعه دانش و ... ۴. به ظهور رساندن استعدادها و ...

- گروه بین المللی جامعه شناسی نیز ضمن ارائه تعریف اوقات فراغت یکی از نتایج و اثرات فعالیتهای اوقات فراغت را «توسعه آگاهی» یا فراگیری غیر انتفاعی فرد دانسته است و معتقد است که اوقات فراغت عبارتست از:

- مجموعه ای از اشتغالات که فرد کاملاً با رضایت خاطر یا برای:

۱. استراحت ۲. تفریح ۳. توسعه آگاهی ۴. فراگیری غیر انتفاعی و ... بدان می پردازد.



اوقات فراغت و خلاقیت ها:

- انسانها هنگام اشتغال به فعالیتهای آزادی یعنی به هنگام «گذراندن اوقات فراغت» قابلیت های مردمی خود را نشان می دهند و استعدادهای ویژه و قدرت خلاصه خود را ظاهر می کنند.

- «دومازیه» جامعه شناس فرانسوی نیز معتقد است که یکی از اهداف و نتایج فعالیتهای اوقات فراغت «بر ظهور رساندن استعدادها و خلاقیتهای فرد» است.

- یکی دیگر از محققان به نام «دینس گیور» که مطالعات زیادی در زمینه اوقات فراغت نوجوان ... انجام داده است می گوید:

- اوقات فراغت فرصتی به (فرد) می دهد تا انرژی خود را آزاد کند و به خلاقیتها برای ... «بالا بردن قدرت ابتکار و خلاقیت افراد می شناسند»

مطالعات انجام شده در زمینه ویژگی های افراد خلاق (سبک ۱۹۸۵ نشان می دهد که آنان علاوه بر این که از هوشی سرشار صداقت، صراحت و انعطاف پذیری برخوردار هستند، از اوقات فراغت حداکثر بهره را گرفته با آزاد اندیشی و تفکر و اگر مسائل مختلف را حل و بررسی می کنند و به راه حل های نو دست می یابند. در واقع وجود «فشار زمان یا فشار وقت» در زندگی روزمره خود زمینه ساز تنش و اضطراب فزاینده است، بدیهی است وجود اضطراب شدید نیز همانطور که پیش تر اشاره گردید، از آفات تفکر موارد خلاق خواهد بود. بنابراین بهره گیری از ساعات و ایام فراغت عامل مهمی در پیشگیری از تأثیرات نامطلوب «فشار زمان» همچون اضطراب و هیجان زدگی است، و نقش بسزایی در تأمین بهداشت روانی و تبلور اندیشه های آزاد خواهد داشت. شاید یکی از دلایلی که «اوقات فراغت» را مورد توجه صاحب نظران علوم اجتماعی و تربیتی قرار داده است.

نقش مؤثر فعالیتهای اوقات فراغت در رشد و شکوفایی خلاقیت ها و نوآوریهای انسان باشد. چرا که در سایه اندیشه های خلاق است که نوآوریها شکل می گیرند و پیشرفتهای علمی و عملی و نهایتاً آسایش و آرامش برای بشر به ارمغان آورده می شود.

اوقات فراغت و تعالی شخصیت:

از جمله آثار و نتایج دیگری که برای اوقات فراغت ذکر کرده اند «نقش اوقات فراغت در اصلاح رفتار و تعالی شخصیت» فرد است اوقات فراغت از دو جهت در تعالی بخشیدن به شخصیت نقش دارد.

اولاً: اوقات فراغت «به عنوان مناسب ترین فرصت به انسان این امکان را می دهد تا رفتار فردی و اجتماعی خود را مورد ارزیابی و ارزشیابی قرار داده» و با آرامش خاطر نسبت به خصوصیات اخلاقی و رفتاری... خود به تفکر و اندیشه پردازد و نقاط قوت و ضعف خود را دریابد و با تمام توان در اصلاح آنها تلاش کند. عدّه ای از

صاحب‌نظران ارتباط اوقات فراغت و شخصیت را از این دیدگاه مورد بررسی قرار داده اند. می‌توان از اوقات فراغت به عنوان مناسب‌ترین زمینه برای اصلاح بسیاری از اختلالات رفتاری ... بهره گرفت.

ثانیاً: اوقات فراغت از آن جهت که (فرصت مناسبی برای ظهور و رشد و شکوفایی استعدادها و توانایی‌ها و خلاقیت‌ها و نوآوری‌های فرد است) می‌تواند در تعالی بخشیدن به شخصیت فرد مؤثر و مفید باشد. لذا عده‌ای از صاحب‌نظران از این دیدگاه به اوقات فراغت و نقش آن در تکوین شخصیت فرد توجه نموده اند.

اوقات فراغت و آسیب‌پذیری‌های اجتماعی

همانگونه که پیشتر اشاره شد. در کنار همه ارزشمندی‌ها و اثرات حیات‌بخش و آفرینندگی‌هایی که از اوقات فراغت انتظار می‌رود، باید واقعیت ناخوشایندی را نیز مورد اطمینان نظر قرار داد. متأسفانه به دلایل متعدد، از جمله عدم ایجاد نگرش مثبت در اذهان نسبت به اوقات فراغت و نبودن برنامه‌های آموزش و توجیهی در حسن بهره‌وری از فرصت‌های آزاد، بویژه تعطیلات تابستانی و بالاخره بلا تکلیفی‌ها و بی‌برنامه‌گی‌ها، بررسی‌ها و مطالعات انجام شده در ارتباط با بزه‌کاری‌ها حاکی از آن است که در غالب موارد، انحرافات اخلاقی و آسیب‌پذیری‌های اجتماعی با اوقات فراغت همسنگی دارد.

باید توجه داشت که اگرچه اوقات فراغت می‌تواند فرصت مناسبی برای آسیب‌پذیری اجتماعی باشد لکن در صورتیکه از اوقات فراغت به شکل مطلوب استفاده کرد نه تنها از مرز و هدر رفتن نیروها جلوگیری می‌شود بلکه با شرکت در فعالیتهای سازنده فردی و گروهی در نتیجه کار و فعالیت احساس مفید بودن و اعتماد بنفس در فرد ایجاد خواهد شد و عملاً اوقات فراغت از یک سو نقش بازدارنده از بزه‌کاریهای اجتماعی را خواهد داشت و از سوی دیگر بعنوان زمینه مناسب برای رشد فردی و اجتماعی مطرح خواهد بود.

اوقات فراغت و اشاعه فرهنگ عمومی:

- عده‌ای از صاحب‌نظران بر این عقیده اند که فعالیتهای اوقات فراغت در نهایت موجب «رشد و توسعه فرهنگی در جامعه» خواهد شد. آنها معتقدند:

- در اثر فعالیتهای سالم، از جمله کتابخوانی، فعالیتهای هنری، شرکت در اردوهای جمعی، انجام فعالیتهای جسمانی و ورزش، انجام فعالیتهای فوق برنامه عملی و ذوقی، ... نه تنها از فرصت های بیکاری و بعضاً بزهکاریهای اجتماعی کاسته می شود. بلکه اشاعه فرهنگی عمومی و توسعه فرهنگی و نشاط و سرزندگی در جامعه افزایش خواهد یافت.

- (تاگور اندیشمند هندی) نیز بر این عقیده است که:

«تمدن نتیجه استفاده درست از اوقات فراغت است»

مقدار اوقات فراغت:

یکی از عوامل مهم در تنظیم و اجرای برنامه های اوقات فراغت برای هر یک از اقشار جامعه، کمیت (مقدار) اوقات فراغت است. یعنی مقدار ساعتی از وقت شبانه روز که فرد برای انجام فعالیتهای فراغت در اختیار دارد در نقش اهمیت و اثرات «مقدار اوقات فراغت» موارد زیر را یادآور می شویم:

الف. منظور اوقات فراغت هر فرد «نشان دهنده میزان فعالیتهای اجباری روزانه وی نیز می باشد» که ممکن است بعلت الزامات اقتصادی، اجتماعی، اخلاقی و ... مجبور به اختصاص قسمتی از وقت روزانه خود برای انجام آنها باشد که در نهایت از مقدار اوقات فراغت فرد خواهد کاست.

ب. کمیت اوقات فراغت از آن جهت که «می تواند در تنوع برنامه های فراغت و کیفیت آنها نقش مؤثر داشته باشد» نیز باید مورد توجه قرار گیرد چراکه هر چه زمان فراغت باشد امکان استفاده از برنامه های متنوع تر در اوقات فراغت که تأمین کننده نیازهای همه جانبه (جسمی و روانی) فرد باشد بیشتر خواهد بود و بالعکس.

ج. آگاهی از مقدار اوقات فراغت «برای برنامه ریزان و دست اندرکاران امور فرهنگی و اجتماعی جامعه از ضروریات اجتناب ناپذیر است»

د. بدیهیست در صورتیکه برنامه ریزان فعالیتهای اوقات فراغت فرصت کافی برای ارزیابی و ارزشیابی فعالیتهای اجرا شده داشته باشند. باز خوردهای حاصل می تواند نقش مفید و سازنده ای در تحقق هدفهای اوقات فراغت داشته باشد.

- با توجه به اینکه بیشتر تحقیقات انجام شده در جامعه ما، مربوط به قشر نوجوان و جوان است. لذا آمارهای موجود بیشتر مربوط به این قشر اجتماعی است. که محقق با مراجعه به منابع مختلف سعی نموده است که آمارهای مربوط به اقشار دیگر اجتماع را نیز بدست آورده و ارائه نماید. که در جدول به آنها اشاره شده است.

جدول شماره ۱-۲

مقدار اوقات فراغت گروههای اجتماعی مختلف

مقدار اوقات فراغت گروههای مختلف اجتماعی	میانگین ساعات فراغت روزانه	کل ساعات فراغت درسال	کل ساعات عمر در سال	درصد ساعات فراغت سالانه
مقدار اوقات فراغت دانش آموزان ^۱	۸	۲۹۲۰	۸۷۵۰	۳۳

۱ یوسفی، باقر - چگونگی گذران اوقات فراغت - ص ۸

۲۲	۸۷۵۰	۱۹۲۰	۳-۲	مقدار اوقات فراغت دانش آموزان
۱۰/۴	۸۷۵۰	۹۱۲	۲/۵	مقدار اوقات فراغت نوجوانان ۱۱- ۱۴ سال ^۲
۱۲/۵	۸۷۵۰	۱۰۹۵	بیشتر از ۳	مقدار اوقات فراغت گروه سنی زیر ۲۵ سال ^۳
۱۲/۵	۸۷۵۰	۱۰۹۵	۳	مقدار اوقات فراغت ۱۵-۲۹ سال ^۴
۲۲	۸۷۵۰	۱۹۲۰	۵	مقدار اوقات فراغت سالانه انسان در تحقیقات جامعه شناسی ^۵
۲۵	۸۷۵۰	۲۱۶۰	۶	مقدار اوقات فراغت سالانه در ایران ^۶
۱۰/۴	۸۷۵۰	۹۱۲	۳-۲	مقدار اوقات فراغت در گروههای اجتماعی ^۷

بر طبق بررسیهای جامعه شناسان از ۸۷۵۰ ساعت عمر انسان در یک سال، میزان ۶۸۳۰ ساعت (۷۸ درصد) آن صرف کار و تأمین نیازهای ضروری، از جمله خوابیدن، غذا خوردن آمد و رفت، استحمام و غیره می شود و ۱۹۲۰ ساعت باقیمانده یعنی حدود ۸۰ شبانه روز (۲۲٪) کل وقت انسان در یک سال از اوقات فراغت تشکیل می دهد که این رقم در کشور ایران به بیش از ۳ ماه می رسد.^۸

جدول ۲-۲ مدت زمان فراغت جوانان دختران جوان (۱۵ تا ۲۴ سال) در شبانه روز (به تفکیک

گروه سنی)

- ۱ ماهانه تربیت - بحثی پیرامون اوقات فراغت - ص ۴۹
- ۲ شریفیان مسعود و ... - چگونگی پرداختن به فعالیتهای اوقات فراغت بین نوجوانان و جوانان ص ۸۱ - جدول ۱۳
- ۳ سیمای کودک و کتابخوانی، دبیرخانه شورای عالی تبلیغات ص ۲۳
- ۴ شریفیان مسعود و ... چگونگی پرداختن به فعالیتهای اوقات فراغت بین نوجوانان و جوانان ص ۸۱ - جدول ۱۴
- ۵ سیمای کودک کتاب و کتابخوانی - دبیرخانه شورای عالی تبلیغات - ص ۲۹
- ۶ سیمای کودک کتاب و کتابخوانی - دبیرخانه شورای عالی تبلیغات - ص ۲۹
- ۷ سیمای کودک کتاب و کتابخوانی - دبیرخانه شورای عالی تبلیغات - ص ۲۹
- ۸ عصاره، علیرضا - خانواده و ضرورت توجه به اوقات فراغت فرزندان ص. ۳۱-۳۰

سن	مدت	۲۰-۲۴	۱۹-۱۵
تا یک ساعت	۱۰/۷	۸/۴	
بیش از ۱ تا ۲ ساعت	۲۹/۴	۲۱/۶	
بیش از ۲ تا ۳ ساعت	۲۳/۸	۱۶/۳	
بیش از ۳ تا ۴ ساعت	۱۹/۰	۲۴/۲	
بیش از ۴ تا ۵ ساعت	۷/۳	۱۱/۰	
بیش از ۵ تا ۶ ساعت	۲/۸	۷/۵	
بیش از ۶ تا ۷ ساعت	۲/۰	۳/۰	
بیش از ۷ ساعت	۱/۴	۴/۰	
اظهار نشده	۳/۴	۴/۰	
جمع	۱۰۰/۰	۱۰۰/۰	
متوسط زمان دقیقه	۱۵۰	۱۸۴	

همانگونه که مشاهده می شود مدت زمان فراغت جوانان زن مجرد در شبانه روز با سن آنان بستگی دارد و با افزایش سن بر میزان فراغت افزوده می شود به طور مشخص مشهود است که بیش از ۵۰ درصد افراد ۱۵ تا ۱۹ سال بین یک تا سه ساعت در شبانه روز وقت فراغت دارند در حالی که این نسبت در گروه سنی ۲۰ تا ۲۴ سال ۳۸ درصد و در گروه سنی ۲۵ تا ۲۹ سال ۳۱ درصد است. در مقابل، درصد کسانی که بیش از چهار ساعت در شبانه روز وقت فراغت دارند در سنین بالاتر بیشتر است. در عین حال متوسط زمان فراغت هر فرد در شبانه روز نیز به روشنی مؤید تفاوت بین گروههای سنی جوانان زن مجرد است.

جدول ۳-۲ سهم ساعات مختلف شبانه روز در وقت فراغت جوانان

دختران جوان (۱۵ تا ۲۴ سال)

ساعت	فراغت	مجرد

۰/۴	۱۲ نیمه شب تا یک بامداد
۳/۸	۱ تا ۵ بامداد
۱/۰	۶ تا ۵
۱/۳	۸ تا ۷
۱/۸	۹ تا ۸
۵/۴	۱۰ تا ۹
۱۳/۰	۱۱ تا ۱۰
۱۵/۵	۱۲ تا ۱۱
۱۳/۸	۱۳ تا ۱۲
۱۲/۹	۱۴ تا ۱۳
۲۰/۳	۱۶ تا ۱۵
۲۷/۷	۱۸ تا ۱۷
۲۹/۸	۱۹ تا ۱۸
۳۷/۸	۲۰ تا ۱۹

بهره وری (productivity)

مفهوم بهره وری:

بهره وری در لغت:

الف: زبان فارسی

- در فرهنگ معین در مقابل کلمه «بهره وری» این معانی آمده است:

۱. بهره بری ۲. با فایده کی، بهره برداری ۳. سود برنده کی ۴. کامیابی

لغت بهره وری که از نظر ادبی (حاصل مصدر) است از واژه «بهره و بهره ور» مشتق شده است. در فرهنگ معین ر بیان معانی «بهره» گفته شده است.

«بهره» به معنای ۱. حصه، قسمت ۲. سود، نفع و ... ۳. حاصل محصول ۴. حاصل قسمت و در مقابل کلمه «بهره ور آمده است

«بهره ور» به معنای ۱. بهره ور ۲. بهره بردار ۳. سود برنده ۴. کامیاب

ب. زبان انگلیسی

واژه productivity که واژه انگلیسی است در لغت به معنای قدرت تولید بارور و مولد بودن است مثلاً زمینی که استعداد زراعت دارد و بذر آن رشد و نمو می کند اصطلاحاً زمینی productive یعنی زمین مولد و بارور گفته می شود. افرادی productiveness یعنی افرادی غیر مولد خوانده می شوند. پس واژه productivity در قاموس زبان انگلیسی به داشتن قدرت تولید و بارآور بودن کسی یا چیزی اطلاق می شود.

تعاریف بهره وری:

استاتیر:

معیار عملکرد و یا قدرت و توان موجود در تولید کالا و خدمات

استیگل

نسبت میان باز داده و مرتبط با عملیات تولیدی مشخص و معین

فایر یکانت

یک نسبت همیشگی بین خروجی به ورودی

همانطور که مشخص است بهره وری رابطه بین تولید و امکانات و منابع مورد استفاده جهت تولید را توصیف و تبیین می کند. به عبارت دیگر، بهره وری عبارتست از استفاده مؤثر و بهینه از منابع موجود به منظور تولید کالا با

خدمت، در واقع بهره وری نشان می دهد تا چه اندازه در تولید کالا و یا ادائه خدمت از دادها و منابع موجود و در دسترس استفاده مؤثر و کارآمدی به عمل آمده است بهره وری رابطه بین تولید و مصرف منابع را نشان می دهد و جهت توصیف و تبیین این رابطه نگرشی تحلیلی اعمال می شود. پس باید از نظر تحلیلی (کمی) بین ستاده و داده یک رابطه کمی را جستجو کرد. نسبت بین ستاده و داده هر سیستم نشان دهنده سطح بهره وری آن سیستم یعنی میزان آشنایی استفاده از منبع یا منابع موجودات به سخن دیگر:

$$\text{Productivity} = \frac{\text{output}}{\text{input}} = \frac{\text{ستاده}}{\text{دادهها}} = \text{بهره وری}$$

مروری بر تحقیقات مشابه (پیشینه تجربی)

از بیان کتابهای فارسی بطور مشخص مؤلفان «مقدمه جامعه شناسی» برای نخستین بار مسأله فراغت تحت عنوان «جامعه شناسی فراغت» را مورد توجه قرار دادند و از دیدگاههای مختلفی چون فراغت، گروهها و طبقات مختلف، تاریخچه تفریحات در ایران، پاتولوژی تفریحات و آنرا مورد بررسی قرار دادند. متأسفانه تألیفاتی که بطور مشخص دال بر توجه به اوقات فراغت و نحوه گذران آن باشد ارائه کننده تجربیات جدید تر علمی در این زمینه باشد، وجود ندارد. تحقیقات و بررسی ها، پایان نامه ها طرح های تحقیقاتی سازمانهای مختلف که به نوعی به مسأله گذران اوقات فراغت مربوط می شوند نیز عمدتاً در سه حوزه انجام شده است:

- مسائل و مشکلات جوانان و بررسی نیازمندیهای آنان
- چگونگی گذران اوقات فراغت در گروههای سنی خاص
- توجه به عواقب اجتماعی و فرهنگی ناشی از کمبود امکانات مناسب جهت گذران اوقات فراغت و تأثیر آن در گرایش به کجروی.

این دسته از پژوهشها بیشتر بررسی های پراکنده ای در شهر تهران چند شهر دیگر در مورد گروههای مقیم در آن (غالباً دانش آموزان و دانشجویان) راجع به نحوه گذران اوقات فراغت است. اکثریت قریب به اتفاق این مطالعات مربوط به دهه ۱۳۵۰ است که اگر حتی از نظر «روش» دارای اعتبار قابل قبولی باشند از لحاظ.

«جامعه آماری» بسیار محدودند و نمی توان آنها را به کلیه افراد گروه سنی یا اجتماعی خاص تعمیم داد یا از خلال آنها مظاهر گویایی از نحوه گذران اوقات فراغت مشاهده کرد.

در دهه ۱۳۶۰ معدود پژوهشهایی در زمینه اوقات فراغت در «مرکز تحقیقات صدا و سیما» و «مرکز پژوهشهای اجتماعی نهاد ریاست جمهوری» انجام گرفته است که ضمن اینکه محدودیت جامعه آماری (عمدتاً تهران) را دارد، نتایج آن لزوماً برای تبیین وضعیت کنونی قابل استفاده نیست و تنها در مطالعات تطبیقی کاربرد دارد.

تازه ترین کارهای پژوهشی در این زمینه سلسله مطالعاتی است که پس از تشکیل «شورای عالی جوانان» با هدف تأمین نیازهای اطلاعاتی شورای عالی و کمیسیونهای ذیربط توسط بخش پژوهش دبیرخانه شورای عالی جوانان بر اساس «بودجه زمان» صورت گرفته است.

و اما به طور مشخص در رابطه با «اوقات فراغت دانش آموزان»

تحقیقات انجام شده در خارج از کشور:

اما در بخش تحقیقات خارجی، باید اشاره کنیم که: یکی از مراکز قابل دسترسی برای محقق «مرکز منابع اطلاعات آموزشی» بوده است که بر اساس اطلاعات بدست آمده از این منبع تا سال ۱۹۹۸ تحقیق مستقیمی با عنوان «بررسی اوقات فراغت دانش آموزان» انجام نگرفته است اما بیشترین تحقیقات انجام شده در زمینه اوقات فراغت مربوط به:

الف) نوجوانان و جوانان ب) گروه های سنی بالای جامعه (بازنشستگان و از کار افتاده ها و ...) ج) بزهکاران اجتماعی و ... بوده است که به پاره ای از موضوعات و نتایج تحقیقات انجام شده اشاره می کنیم.

رابطه اوقات فراغت و شخصیت:

- شو سوزان (۱۹۹۵) در بررسی عوامل مؤثر بر رابطه اوقات فراغت و شخصیت تحقیقی را با عنوان «ارتباط فراغت و شخصیت در زنان مردان بزرگسال» انجام داده است و نتایج تحقیق خود را اینگونه بیان می کند.

- بررسی ها و مصاحبات تحقیق نشان می دهد که:

۱. فعالیتهای مختلف اوقات فراغت می تواند تأثیرات مفید یا مضر در «ساخت شخصیت افراد» داشته باشد.

۲. ارتباط بین اوقات فراغت و تأثیر آن در رشد شخصیت به جنسیت (فرد) بستگی دارد.

۳. ارتباط بین اوقات فراغت و تأثیر آن در رشد شخصیت به نوع فعالیتهای اوقات فراغت بستگی دارد.

تأثیرات اوقات فراغت و رابطه آن با استعدادها و نیازهای فرد:

- یکی دیگر از تحقیقات انجام شده در زمینه اوقات فراغت و اثرات آن تحقیقی است که توسط تنسلی هاوارد و

الدروچ باربارا - (۱۹۹۵) با عنوان «اثرات طبقه بندی فعالیتهای اوقات فراغت بر اساس استعدادها و علایق و

نیازهای مطلوب فرد» انجام شده است.

- نتایج این تحقیق نشان می دهد که:

- فعالیتهای اوقات فراغت، مخصوصاً طبقه بندی آنها بر اساس علایق و رغبت ها احساس نیاز افراد به انجام

گروهی خاص از فعالیتها (در سه بعد) اثرات مستقیم بر روی فرد خواهد داشت که عبارتند از: ۱- تأمین سلامت

جسمی ۲- تأمین سلامت روحی و روانی ۳- تأمین سلامت فکری.

جدول ۴-۲

میان پرداختن جوانان (۲۱-۲۴) سال و نوجوان (۱۵-۲۰) سال جامعه شهری به انواع فعالیتهای در ساعات فراغت (جمعه)

نوجوانان			جوانان			جنس	نوع فعالیت
۵۴/۰	۵۵/۴	۵۴/۷	۵۹/۴	۵۷/۶	۵۸/۶		استراحت، دراز کشیدن
۴۹/۷	۲۷/۰	۴۹/۸	۴۰/۸	۵/۸	۳۲/۸		بازی و ورزش
۱۱/۸	۶/۰	۹/۱	۱۱/۳	۵/۶	۸/۵		رفتن به سینما
۰/۳	۰/۴	۰/۳	۰/۷	۰/۲	۰/۵		رفتن به تئاتر

باردید از نمایشگاهها و موره ها	۱/۵	۲/۶	۱/۰	۱/۳	۱/۱	۱/۵
گوش کردن به نوار مذهبی	۹/۶	۶/۳	۱۲/۷	۹/۷	۶/۲	۱۲/۸
گوش کردن به نوار موسیقی	۲۰/۴	۱۳/۴	۲۷/۱	۱۴/۴	۱۱/۱	۱۷/۳
گوش کردن به رادیو	۲۸/۱	۲۶/۶	۲۹/۴	۲۲/۶	۱۸/۹	۵/۸
تماشای تلویزیون	۷۱/۴	۷۱/۲	۷۱/۶	۸۱/۸	۸۰/۲	۸۳/۳
تماشای ویدئو	۶/۲	۳/۳	۹/۰	۴/۹	۳/۲	۶/۴
شرکت در پایگاههای بسیج و کانون فرهنگی	۲/۴	۰/۴	۴/۲	۱/۸	۰/۶	۲/۹
شرکت در مساجد، هیأت مذهبی و مراسم دعا	۸/۷	۵/۶	۱۱/۷	۸/۶	۵/۷	۱۱/۱
رفتن به نماز جمعه	۱۴/۴	۱۱/۲	۱۷/۵	۱۴/۱	۲/۳	۱۵/۸
زیارت اماکن مقدسه	۱۶/۹	۱۵/۹	۱۷/۸	۱۴/۵	۱۲/۶	۱۶/۲
تماشای مسابقات ورزشی	۱۰/۲	۲/۷	۱۷/۴	۱۱/۳	۳/۳	۱۸/۳
مطالعه روزنامه	۱۲/۵	۸/۳	۱۶/۴	۱۰/۴	۸/۷	۱۲/۰
مطالعه کتاب	۲۵/۴۰	۲۱/۸	۲۸/۸	۳۷/۲	۳۶/۱	۳۸/۱
مطالعه مجله	۹/۴	۸/۰	۱۰/۱/۸	۹/۸	۹/۵	۱۰/۰

از نوجوانان نمونه آماری انتخابی سؤال شد «معمولاً روزهای جمعه را چگونه می گذرانید؟» نتایج بدست آمده نشان می دهد که بجز «استراحت و دراز کشیدن» تماشای تلویزیون عمده ترین صورت گذراندن ساعات فراغت در روز تعطیل می باشد. (۸۲٪) بعد از تماشای تلویزیون بازی و ورزش هر کدام (۵۰٪) مطالعه کتاب (۳۷٪) سهم بیشتری در گذراندن اوقات فراغت در ایام تعطیل (جمعه) دارند.

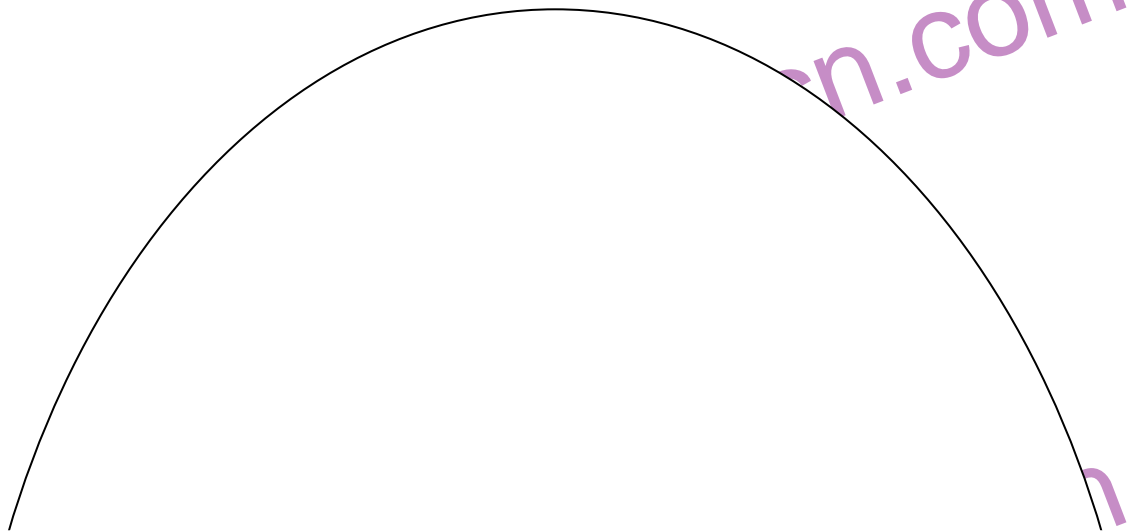
همچنین نتایج بدست آمده نشان می دهد که تماشای تلویزیون (۷۱٪) عمده ترین صورت گذران اوقات فراغت جوانان در روز تعطیل می باشد.

www.kandoo.cn

[www.kandoo.cn.com](http://www.kandoo.cn)

[www.kandoo.cn.com](http://www.kandoo.cn)

[www.kandoo.cn.com](http://www.kandoo.cn)



وصف سه

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

روش اجرای تحقیق:

- این تحقیق به روش زمینه یابی (پیمایشی) «survey» انجام گردیده است. زیرا هدف محقق از این پژوهش، توصیف عینی، واقعی و منظم واقعتهای موجود درباره موضوع تحقیق می باشد، به عبارت دیگر محقق سعی دارد تا «آنچه هست» را بدون دخالت و استنتاج ذهنی گزارش دهد و نتایج عینی از موقعیت موجود بگیرد.

- (دلاور، علی - ۱۳۷۴ - ص ۱۳۸) معتقد است که:

«معمولاً تحقیق زمینه یابی به منظور «کشف واقعتهای موجود» یا «آنچه هست» انجام می شود.»

www.kandoo.cn.com

۳-۱- جامعه آماری:

جامعه آماری در این پژوهش، دانش آموزان دختر مقطع دبیرستان مقطع پیش دانشگاهی ناحیه یک مشهد تعدادی از دانشجویان دانشگاه پیام نور مشهد در سال تحصیلی ۱۳۸۹-۱۳۹۰ می باشد که در حال حاضر در اوقات فراغت به سر می برند، در نظر گرفته شده است.

۳-۲- گروه نمونه و حجم آن: حجم گروه نمونه مورد پژوهش بر اساس جدول مورگان «Morgan»

($S = 100$) نفر تعیین گردیده است.

- با توجه به در اختیار بودن آمار تفکیکی نواحی آموزش و پرورش به صورت:

الف) آمار تفکیکی مقاطع دبیرستان و پیش دانشگاهی و دانشجو

ب) محقق با در نظر گرفتن حجم جامعه آماری در ناحیه یک مشهد و با رعایت نسبت آمار دختران پیش

دانشگاهی اقدام به تعیین حجم نمونه در این ناحیه اقدام به پژوهش نموده است.

- با توجه به حجم نمونه، برای انتخاب آزمودنی ها از «روش نمونه گیری تصادفی ساده» استفاده شده است.

۳-۳- ابزار پژوهش (جمع آوری اطلاعات):

ابزار جمع آوری اطلاعات که محقق از آن استفاده نموده است و پرسشنامه بوده که محقق با توجه به سؤالات

مطرح شده در طرح تحقیق، آن را تدوین نموده است و شامل ۳ بخش می باشد.

الف) مشخصات فردی:

شامل مجموعه ای از سؤالات نظیر: جنس، تاریخ تولد، وضعیت تأمل وضعیت جسمانی

ب) مشخصات تحصیلی، آموزشی:

شامل سؤالات مانند: مدرک تحصیلی، رشته تحصیلی، و...

ج) میزان و نحوه گذراندن اوقات فراغت:

شامل سؤالات است که اطلاعات مورد نیاز برای پاسخگویی به سؤالات تحقیق را در اختیار محقق قرار می دهد مانند میزان اوقات فراغت فرد در طول سال و یا میزان اوقات فراغت که صرف افزایش دانش و مهارت و یا فعالیتهای تفریحی و ... می نماید.

از نظر نوع سؤالات، در این پرسشنامه از دو نوع سؤال استفاده شده است.

۱. سؤالات گزینه ای یا بسته پاسخ

۲. سؤالات تشریحی یا باز پاسخ، که در انتهای هر بخش از سؤالات گزینه ای جای یک سؤال باز در نظر گرفته شده است. تا آزمودنی علاوه بر سؤالات گزینه ای در صورت تمایل بتواند به سؤال باز نیز پاسخ دهد.

۴-۳- اعتبار و روایی:

برای تقویت اعتبار و روایی سؤالات پرسشنامه اقدامات زیر صورت پذیرفت.

الف - مراجعه به تحقیقات مرتبط و مشابه و استفاده از نمونه پرسشنامه های آنها (کمی و کیفی)

ب - انجام مصاحبه با دانش آموزان در مقاطع دبیرستان و پیش دانشگاهی در رشته های متفاوت.

ج - استفاده از نظرات صاحب نظران علوم اجتماعی، روانشناسی، تربیت بدنی و دانشجویان دوره های مدیریت آموزشی.

د - همفکری و نظر خواهی از استادان محترم راهنما و مشاور.

ه - تنظیم پرسشنامه مقدماتی.

و - اجرای پرسشنامه در میان ۱۳۰ نفر از دختران دبیرستان و پیش دانشگاهی ناحیه یک مشهد و تعدادی از دانشجویان دانشگاه پیام نور بصورت تصادفی.

ز - بازنگری سؤالات از نظر تعداد، نوع و انشا توسعه استادان محترم راهنما و مشهد و انجام تغییرات لازم.

ح - تنظیم پرسشنامه نهایی

ط - محاسبه اعتبار پرسشنامه با استفاده از ضریب القای کرنباخ که معادل (۰.۸۹) بوده است.

۵-۳- اجرای طرح و تجزیه و تحلیل آماری داده ها:

با آماده سازی پرسشنامه نهایی (اصلی) کار اجرای طرح از ابتدای بهار ۱۳۸۹ در میان ۱۳۰ نفر نمونه جامعه آماری

آغاز که در ناحیه یک مشهد پرسشنامه های مربوط توزیع و جمع آوری گردید.

که تقریباً در این ناحیه به طور متوسط حدود یک ماه کار اجرای طرح به طول انجامیده است (جمعاً ۴ ماه). در

بسیاری موارد محقق با حضور در جمع دانش آموزان آموزشگاه و در مواردی با داشتن جلسه مشترک با مدیران،

اهداف طرح رایبان و آزمودنی ها را توجیه می نموده است. پس از جمع آوری پرسشنامه ها، اطلاعات و

داده های آنها برای پردازش و تحلیل آماری داده های پژوهش استفاده شده است که تحلیل داده ها با

الف: تنظیم جدول فراوانی مطلق، فراوانی درصدی، فراوانی تراکمی درصدی

ب: تعیین میانگین صورت گرفته است.

فصل چهارم:

مقدمه:

پس از اجرای مراحل مختلف تحقیق و جمع آوری اطلاعات، محقق برای تجزیه و تحلیل داده ها، از روش آمار توصیفی (تعیین فراوانی، درصد فراوانی، فراوانی تراکمی درصدی، میانگین و ...) استفاده نموده است.

در ارائه داده ها و طبقه بندی آنها سعی شده است که تنظیم جداول به گونه ای صورت گیرد که به ساده ترین شکل قابل استفاده برای خوانندگان محترم باشد.

بدین منظور در ارائه پاسخهای هر سؤال، ابتدا اطلاعات کل دانش آموزان و سپس همان اطلاعات به تفکیک جنسیت و مقاطع تحصیلی مختلف (دبیرستان، پیش دانشگاهی و دانشجو) تنظیم گردیده است. این اقدام سبب شده است که برای تجزیه و تحلیل این پژوهش ۲۵ جدول تنظیم گردد.

- برای تجزیه و تحلیل داده های مربوط به سؤالاتی که آزمودنیها، اولویتهای انتخابی خود را اعلام نموده بودند، اقدام به تنظیم جداول الویتهای برای تمام سؤالات صورت گرفته است (نه تنها ۵ اولویت اول)، چراکه به نظر محقق اطلاع از ترتیب الویتهای بعدی برای مسئولان و برنامه ریزان نظام آموزش و پرورش و ... می تواند بسیار مفید و قابل استفاده باشد.

- امید است که با همه سعی و تلاشی که محقق در ارائه جداول مختلف انجام داده است نتایج این تحقیق بتواند مورد استفاده دست اندرکاران نظام تعلیم و تربیت و برنامه ریزان امور فرهنگی جامعه قرار گیرد.

انشاءالله

ارایه تجزیه و تحلیل داده ها :

الف: یافته های توصیفی

در برگیرنده اطلاعاتی در خصوص تعداد آزمودنی ها و کلیه سؤالات پرسشنامه از لحاظ درصد و فراوانی در ۳ گروه دبیرستان ، پیش دانشگاهی و دانشجو می باشد .

جامعه آماری دختران محصل سنین (۱۵-۲۴) سال ونمونه ۱۳۰ نفرمی باشد.

جدول شماره ۱- ۴، نمایش توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت دانش آموزان

مقاطع دبیرستان» در روزهای هفته

ردیف	مقدار ساعت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۶۱	۳۲/۴	۳۲/۴
۲	۶ ساعت و کمتر	۲۷	۱۴/۴	۴۶/۸
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۳۴	۱۸/۱	۶۴/۹
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۱۶	۸/۵	۷۳/۴
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۲۱	۱۱/۲	۸۴/۶
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۸	۴/۳	۸۸/۹
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۲۰	۱۰/۶	۹۹/۵
۸	بدون پاسخ	۱	۰/۵	۱۰۰
	جمع	۱۸۸	٪۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۱۲/۸

- جدول شماره ۱-۴، توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت دانش آموزان دبیرستان» را در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) نشان می دهد.

- در پاسخ به این سؤال دانش آموزان مقطع دبیرستان مجموع میزان اوقات فراغت خود را در روزهای هفته اعلام نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده، بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان مقطع دبیرستان نمونه جامعه آماری، شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۳۲/۴ درصد از دانش آموزان مقطع دبیرستان در طول روزهای هفته «۳ ساعت و کمتر» از آن می باشد که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. میزان اوقات فراغت $\frac{4}{3}$ درصد از دانش آموزان مقطع دبیرستان در طول روزهای هفته «۳۰ ساعت و کمتر» از آن می باشد که کمترین فراوانی را شامل می شود.

۳. میانگین میزان اوقات دانش آموزان مقطع دبیرستان در طول روزهای هفته « $\frac{12}{8}$ ساعت» است که متوسط روزانه آن معادل $\frac{2}{1}$ ساعت (۱۲۶ دقیقه) در هر روز می باشد.

جدول شماره ۲-۴، نمایش توزیع فراوانی در میزان اوقات فراغت دانش آموزان

مقطع پیش دانشگاهی در روزهای هفته

ردیف	مقدار ساعت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۳۳	۳۴	۳۴
۲	۶ ساعت و کمتر	۷	۷/۲	۴۱/۲
۳	۱۲ ساعت کمتر	۱۸	۱۸/۶	۵۹/۸
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۱۳	۱۳/۴	۷۳/۲
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۶	۶/۲	۷۹/۴
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۹	۹/۳	۸۸/۷
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۱۰	۱۰/۳	۹۹
	جمع	۹۷	٪۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۱۳/۶

جدول شماره ۲-۴، توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت دانش آموزان پیش دانشگاهی» را در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) نشان می دهد.

- در پاسخ به این سؤال، دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی مجموع میزان اوقات فراغت خود را در روزهای هفته اعلام نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده، بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی نمونه جامعه آماری شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۳۴ درصد از دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی در طول روزهای هفته «۳ ساعت و کمتر» از آن می باشد که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. میزان اوقات فراغت ۶/۲ درصد از دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی در طول روزهای هفته، ۳۰ ساعت و کمتر از آن می باشد. که کمترین فراوانی را شامل می شود.

۳. میانگین «میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی» در طول روزهای هفته، «۱۳/۶ ساعت» است که متوسط روزانه آن معادل ۲/۲ ساعت (۱۳۲ دقیقه) در هر روز می باشد.

جدول شماره ۳-۴، نمایش توزیع فراوانی در میزان اوقات فراغت دانشجویان در روزهای هفته.

ردیف	مقدار ساعت فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۳۱	۳۴/۱	۳۴/۱
۲	۶ ساعت و کمتر	۱۵	۱۶/۵	۵۰/۶
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۲۰	۲۲	۷۲/۶
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۶	۶/۶	۷۹/۲
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۱۰	۱۰/۹	۹۰/۱
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۴	۴/۴	۹۴/۵
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۴	۴/۴	۹۸/۹
۸	بدون پاسخ	۱	۱/۱	۱۰۰
	جمع	۹۱	%۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۱۱/۲

- جدول شماره ۳-۴، توزیع فراوانی «میزان اوقات دانشجویان» را در روزهای هفته (۶ روز اول هفته نشان می دهد).

- در پاسخ به این سؤال دانشجویان مجموع میزان اوقات فراغت خود را در روزهای هفته اعلام نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانشجویان نمونه جامعه آماری شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۳۴/۱ درصد از دانشجویان در طول روزهای هفته «۳ ساعت و کمتر» از آن می باشد که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. میزان اوقات فراغت ۴/۴ درصد از دانشجویان در طول روزهای هفته «بیشتر از ۳۰ ساعت و ۳۰ ساعت کمتر» از آن می باشد که کمترین فراوانی را شامل می شود.

۳. میانگین میزان اوقات فراغت دانشجویان در طول روزهای هفته «۱/۲ ساعت» است که متوسط روزانه آن معادل ۱/۹ ساعت (۱۱۴ دقیقه) در هر روز می باشد.

جدول شماره ۴-۴ نمایش توزیع فراوانی در میزان اوقات جوانان در روزهای

جمعه

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۱۹۶	۵۲/۱	۵۲/۱
۲	۶ ساعت و کمتر	۸۵	۲۲/۶	۷۴/۷
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۶۵	۱۷/۳	۹۲
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۲۰	۵/۳	۹۷/۳
۵	۲۴ ساعت و کمتر	—	—	—
۶	۳۰ ساعت و کمتر	—	—	—
۷	۳۰ ساعت و کمتر	—	—	—
۸	بدون پاسخ	۱۰	۲/۷	۱۰۰
	جمع	۳۷۶	%۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۶

جدول شماره ۴-۴، توزیع فراوانی «میزان اوقات جوان» را در روزهای جمعه نشان می دهد.

- در پاسخ به این سؤال جوان مجموع (نمونه جامعه آماری) میزان اوقات فراغت خود را در روزهای جمعه اعلام

نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده، بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات ۱۳۰ نفر جوانان نمونه جامعه آماری

شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۳۴/۱ درصد از جوانان در روزهای جمعه، «۳ ساعت و کمتر» از آن می باشد که بیشترین

فراوانی را به خود اختصاص داده است. (۱۳۰ نفر)

۲. میزان اوقات فراغت ۵/۳ درصد از جوانان در روزهای جمعه، «۱۸ ساعت و کمتر» از آن می باشد که کمترین

فراوانی را شامل می شود. (۱۳۰ نفر)

۳. میانگین «میزان اوقات فراغت جوانان» «نمونه جامعه آماری» در روزهای جمعه «۶ ساعت» است.

جدول ۵-۴، نمایش توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع

دبیرستان» در روزهای جمعه

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۱۰۵	۵۵/۷	۵۵/۷
۲	۶ ساعت و کمتر	۴۰	۲۱/۶	۷۷/۳
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۲۷	۱۴/۳	۹۱/۶
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۱۳	۶/۹	۹۸/۵
۵	۲۴ ساعت و کمتر	—	—	—
۶	۳۰ ساعت و کمتر	—	—	—
۷	۳۰ ساعت و کمتر	—	—	—
۸	بدون پاسخ	۳	۱/۵	۱۰۰
	جمع	۱۸۸	٪۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۶

- جدول شماره ۵-۴، توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع دبیرستان» را در روزهای جمعه نشان می دهد.

- در پاسخ به این سؤال دانش آموزان مقطع دبیرستان مجموع میزان اوقات فراغت خود را در روزهای جمعه اعلام نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده، بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان مقطع دبیرستان نمونه جامعه آماری شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۵۵/۷ درصد از دانش آموزان از مقطع دبیرستان در روزهای جمعه، «۳/۱ ساعت و کمتر» از آن می باشد که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. میزان اوقات فراغت ۶/۹ درصد از دانش آموزان مقطع دبیرستان در روزهای جمعه «۱۸ ساعت و کمتر» از آن

می باشد که کمترین فراوانی را شامل می شود.

۳. میانگین «میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع دبیرستان» در روزهای جمعه «۶ ساعت» است.

جدول ۶-۴ نمایش توزیع فراوانی میزان اوقات فراغت پیش دانشگاهی در روزهای

جمعه

ردیف	مقدار ساعت فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۵۳	۵۴/۶	۵۴/۶
۲	۶ ساعت و کمتر	۱۶	۱۶/۵	۷۱/۱
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۲۲	۲۲/۷	۹۳/۸
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۵	۵/۲	۹۹/۲
۵	۲۴ ساعت و کمتر	—	—	—
۶	۳۰ ساعت و کمتر	—	—	—
۷	۳۰ ساعت و کمتر	—	—	—
۸	بدون پاسخ	۱	۱	۱۰۰
	جمع	۹۷	٪۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۶/۳

جدول شماره ۶-۴ توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت مقطع پیش دانشگاهی» را در روزهای جمعه نشان می دهد.

- در پاسخ به این سؤال دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی مجموع میزان اوقات فراغت خود را در روزهای

جمعه نشان می دهد.

محاسبات آماری انجام شده، بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان پیش دانشگاهی نمونه

جامعه آماری شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۵۴/۶ درصد از معلمین مقطع پیش دانشگاهی در روزهای جمعه «۳ ساعت و کمتر» را آن

می باشد. که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده.

۲. میزان اوقات فراغت $\frac{5}{2}$ درصد از دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی در روزهای جمعه «۱۸ ساعت و کمتر» از آن می باشد. که کمترین فراوانی را نشان می دهد.

۳. میانگین «میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی» در روزهای جمعه $\frac{6}{3}$ ساعت است.

جدول ۷-۴ نمایش توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت محصلین مقطع دانشجو»

در روزهای جمعه

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۳۸	۴۱/۸	۴۱/۸
۲	۶ ساعت و کمتر	۲۹	۳۱/۹	۷۳/۷
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۱۶	۱۷/۶	۹۱/۳
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۲	۲/۱	۹۳/۴
۵	۲۴ ساعت و کمتر	—	—	—
۶	۳۰ ساعت و کمتر	—	—	—
۷	۳۰ ساعت و کمتر	—	—	—
۸	بدون پاسخ	۶	۶/۶	۱۰۰
	جمع	۹۱	٪۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۵/۷

جدول شماره ۷-۴ توزیع فراوانی میزان اوقات فراغت محصلین مقطع دانشجو را در روزهای جمعه نشان می دهد. در پاسخ به این سؤال محصلین مقطع دانشجو مجموع میزان اوقات فراغت خود را در روزهای جمعه اعلام نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات محصلین مقطع دانشجونمونه جامعه آماری شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۴۱/۸ درصد از دانشجویان در روزهای جمعه «۳ ساعت و کمتر» از آن می باشد که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. میزان اوقات فراغت ۲/۱ درصد دانشجویان مقطع متوسطه در روزهای جمعه «۱۸ ساعت و کمتر» ازان می باشد

که کمترین فراوانی را شامل می شود.

۳. میانگین «میزان اوقات فراغت دانشجویان» روزهای جمعه «۵/۷ ساعت» است.

جدول ۸-۴ نمایش توزیع فراوانی میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع دبیرستان در ایام نوروز

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۶۶	۳۵/۱	۳۵/۱
۲	۶ ساعت و کمتر	۱۷	۹	۴۴/۱
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۱۹	۱۰/۱	۵۴/۲
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۱۵	۸	۶۲/۲
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۲۱	۱۱/۲	۷۳/۴
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۱۶	۸/۵	۸۱/۹
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۳۳	۱۷/۶	۹۹/۵
۸	بدون پاسخ	۱	۰/۵	۱۰۰
	جمع	۱۸۸	٪۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۱۵

جدول شماره ۸-۴ توزیع فراوانی میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع دبیرستان را در ایام نوروز نشان می دهد.

در پاسخ به این سؤال مقطع دبیرستان مجموع میزان اوقات فراغت را در ایام نوروز (۶ روز اول هفته) اعلام نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده، بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان مقطع دبیرستان، نمونه جامعه آماری شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۳۵/۱ درصد از معلمان مقطع ابتدایی در ایام نوروز (۶ روز اول هفته) (۳ ساعت و کمتر) از آن می باشد که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده.

۲. میزان اوقات فراغت ۸ درصد از دانش آموزان مقطع دبیرستان در ایام نوروز (۶ روز اول هفته) «۱۸ ساعت و کمتر» از آن می باشد. که کمترین فراوانی را شامل می شود.

۳. میانگین «میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع دبیرستان» در ایام نوروز «۶ روز اول هفته» ۱۵ ساعت است. که متوسط روزانه آن معادل ۲/۵ ساعت (۱۵۰ دقیقه) در هر روز می باشد.

جدول ۹-۴ نمایش توزیع فراوانی میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی در ایام نوروز.

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۳۷	۳۸/۲	۳۸/۲
۲	۶ ساعت و کمتر	۴	۴/۱	۴۲/۳
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۷	۷/۲	۴۹/۵
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۵	۵/۲	۵۴/۷
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۹	۹/۳	۶۴
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۱۷	۱۷/۵	۸۱/۵
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۱۷	۱۷/۵	۹۹
۸	بدون پاسخ	۱	۱	۱۰۰
	جمع	۹۷	%۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۱۶/۱

جدول شماره ۹-۴ توزیع فراوانی میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی را در ایام نوروز نشان می دهد.

در پاسخ به این سؤال دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی مجموع میزان اوقات فراغت خود را در ایام نوروز (۶ روز اول هفته) اعلام نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده ابر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی نمونه جامعه آماری شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۳۸/۲ درصد از دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی در ایام نوروز (۶ روز اول هفته) «۳ ساعت و کمتر» از آن می باشد. که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. میزان اوقات فراغت ۴/۱ درصد از دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی در ایام نوروز «۶ روز اول هفته» ۶ ساعت و کمتر از آن می باشد. که کمترین فراوانی را شامل می شود.

۳. میانگین میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی در ایام نوروز «۶ روز اول هفته» ۱۶/۱ ساعت است که متوسط روزانه آن معادل ۲/۷ ساعت (۱۶۸ دقیقه) در هر روز می باشد.

جدول ۱۰-۴ نمایش توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت دانشجویان در ایام نوروز»

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۲۶	۲۸/۶	۲۸/۶
۲	۶ ساعت و کمتر	۹	۹/۹	۳۸/۵
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۱۷	۱۸/۸	۵۷/۳
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۵	۵/۵	۶۲/۸
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۴	۴/۴	۶۷/۲
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۸	۸/۸	۷۶
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۲۱	۲۳	۹۹
۸	بدون پاسخ	۱	۱	۱۰۰
	جمع	۹۱	٪۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۱۵/۵

جدول شماره ۱۰-۴، توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت دانشجویان» را در ایام نوروز نشان می دهد.

- در پاسخ به این سؤال دانشجویان مجموع میزان اوقات فراغت خود را در ایام نوروز (۶ روز اول هفته) اعلام

نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده، بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانشجویان نمونه جامعه آماری

شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۲۸/۶ درصد از دانشجویان در ایام نوروز (۶ روز اول هفته) «۳ ساعت و کمتر» از آن

می باشد. که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. میزان اوقات فراغت ۴/۴ درصد از دانشجویان در ایام نوروز (۶ روز اول هفته) «۳۰ ساعت و کمتر» از آن می باشد. که کمترین فراوانی را شامل می شود.

۳. میانگین «میزان اوقات فراغت دانشجویان» در ایام نوروز (۶ روز اول هفته) «۱۵/۵ ساعت است. که متوسط روزانه آن معادل ۲/۶ ساعت (۱۵۶ دقیقه) در هر روز می باشد.

جدول ۱۱-۴ نمایش توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت دانش آموزان دبیرستانی» در ایام تابستان.

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۵۱	۲۷/۱	۲۷/۱
۲	۶ ساعت و کمتر	۱۰	۵/۳	۳۲/۴
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۱۶	۸/۵	۴۰/۹
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۹	۴/۸	۴۵/۷
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۱۲	۶/۴	۵۲/۱
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۱۵	۸	۶۰/۱
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۷۵	۳۹/۹	۱۰۰
۸	بدون پاسخ	—	—	—
	جمع	۱۸۸	%۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۱۹/۳

جدول شماره ۱۱-۴، توزیع فراوانی میزان اوقات فراغت دانش آموزان دبیرستان را در ایام تابستان نشان می دهد.

- در پاسخ به این سؤال دانش آموزان مقطع دبیرستان مجموع میزان اوقات فراغت خود را در روزهای تابستان (۶ روز اول هفته) اعلام نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده، بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان مقطع دبیرستان، مونه جامعه آماری شرکت کننده در این پژوهش نشان می هد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۳۹/۹ درصد از دانش آموزان مقطع دبیرستان در روزهای تابستان «بیشتر از ۳۰ ساعت» می باشد که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. میزان اوقات فراغت $\frac{4}{8}$ درصد از دانش آموزان دبیرستانی در روزهای تابستان (۶ روز اول هفته) ۱۸ ساعت و کمتر از آن می باشد. که کمترین فراوانی را شامل می شود.

۳. میانگین «میزان اوقات فراغت دانش آموزان دبیرستانی» در روزهای تابستان (۶ روز اول هفته) $\frac{19}{3}$ ساعت است که متوسط روزانه آن معادل $\frac{3}{2}$ ساعت (۱۹۲) دقیقه در هر روز می باشد.

جدول ۱۲-۴ نمایش توزیع فراوانی میزان اوقات فراغت مقطع پیش دانشگاهی در ایام تابستان.

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۳۰	۳۰/۹	۳۰/۹
۲	۶ ساعت و کمتر	۵	۵/۲	۳۶/۱
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۶	۶/۲	۴۲/۳
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۶	۶/۲	۴۸/۵
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۶	۶/۲	۵۴/۷
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۸	۸/۳	۶۳
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۳۵	۳۶	۹۹
۸	بدون پاسخ	۱	۱	۱
	جمع	۹۷	٪۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۱۸/۲

جدول شماره ۱۲-۴ توزیع فراوانی میزان اوقات فراغت مقطع پیش دانشگاهی را در ایام تابستان نشان می دهد.

- در پاسخ به این سؤال دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی مجموع میزان اوقات فراغت خود را در روزهای تابستان (۶ روز اول هفته) اعلام نموده اند.

محاسبات آماری انجام شده، بر اساس اطلاعات بدت آمده از نظرات مقطع پیش دانشگاهی نمونه جامعه آماری شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که؟

۱. میزان اوقات فراغت ۳۶ درصد از دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی در روزهای تابستان (۶ روز اول هفته) «بیشتر از ۳۰ ساعت» می باشد. که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. میزان اوقات فراغت ۵/۲ درصد از دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی در روزهای تابستان (۶ روز اول هفته)

«۶ ساعت و کمتر» از آن می باشد. که کمترین فراوانی را شامل می شود. (۱۸ نفر)

۳. میانگین میزان اوقات فراغت دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی، در روزهای تابستان (۶ روز اول هفته) «۱۸/۲

ساعت» است. که متوسط روزانه آن معادل ۳/۲ ساعت (۱۹۲) دقیقه در هر روز می باشد.

جدول ۱۳-۴ نمایش توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت مقطع دانشجوی» در ایام تابستان.

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۲۴	۲۶/۴	۲۶/۴
۲	۶ ساعت و کمتر	۴	۴/۴	۳۰/۸
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۱۲	۱۳/۲	۴۴
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۳	۳/۳	۴۷/۳
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۱۰	۱۱	۵۸/۳
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۹	۹/۹	۶۸/۲
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۲۸	۳۰/۸	۹۹
۸	بدون پاسخ	۱	۱	۱۰۰
	جمع	۹۱	٪۱۰۰	—

جدول شماره ۱۳-۴، توزیع فراوانی «میزان اوقات فراغت مقطع دانشجوی» را در ایام تابستان نشان می دهد.

محاسبات آماری انجام شده بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات معلمان مقطع دانشجوی نمونه جامعه آماری شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. میزان اوقات فراغت ۳۰/۸ درصد از دانشجویان در روزهای تابستان (۶ روز اول هفته) «بیشتر از ۳۰ ساعت» می باشد. که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.
۲. میزان اوقات فراغت ۳/۳ درصد از دانشجویان در روزهای تابستان (۶ روز اول هفته) «۱۸ ساعت و کمتر» از آن می باشد که کمترین فراوانی را شامل می شود.
۳. میانگین «میزان اوقات فراغت دانشجویان» در روزهای تابستان (۶ روز اول هفته) «۱۸/۴» ساعت است که متوسط روزانه آن معادل ۳/۲ ساعت (۱۹۲) دقیقه در هر روز می باشد.

جدول ۱۴-۴ نمایش میانگین «ساعات فراغت دانش آموزان (بر حسب ساعت) به

تفکیک ایام سال، جنس، مقطع تحصیلی.»

میانگین ساعات روزانه بر اساس					ایام	ردیف
میانگین کل	مقطع			جنس		
	دانشجو	پیش دانشگاهی	دیپارتمان	زن		
۲/۱	۱/۹	۲/۲	۲/۱	۱/۷	روزهای هفته	۱
۶	۵/۷	۶/۳	۶	۵/۵	جمعه ها	۲
۲/۶	۲/۶	۲/۷	۲/۵	۲/۵	ایام نوروز	۳
۳/۱	۳/۱	۳	۳/۲	۳	ایام تابستان	۴
۳/۴	۳/۳	۳/۵	۳/۴	۳/۱	میانگین روزهای سال	۵

میانگین ساعت فراغت روزانه دانش آموختگان در روزهای هفته ۲/۱ ساعت (۱۲۶) دقیقه در روز می باشد.

میانگین ساعت فراغت روزانه دانش آموختگان در روزهای جمعه ۶ ساعت (۳۶۰) دقیقه در روز می باشد.

میانگین ساعت فراغت روزانه دانش آموختگان در روزهای تابستان ۲/۶ ساعت (۱۵۶) دقیقه در روز می باشد.

میانگین ساعات فراغت روزانه دانش آموختگان در کل روزهای سال ۳/۴ ساعت (۲/۴) دقیقه در روز می باشد.

جدول ۱۵-۴ نمایش میانگین «میزان استفاده دانش اموختگان دختر از ساعات فراغت روزانه، برای افزایش دانش و مهارت درس خود به تفکیک ایام سال، جنس، مقطع تحصیلی.

میانگین ساعات روزانه بر اساس					ایام	ردیف
میانگین کل	مقطع			جنس		
	دانشجو	پیش دانشگاهی	دبیرستان	زن		
۱/۲	۱/۲	۱/۲	۱/۲	۱/۱	روزهای هفته	۱
۳/۵	۳/۴	۳/۴	۳/۶	۳/۷	جمعه ها	۲
۱	۱/۲	۰/۷	۱/۲	۱/۱	ایام نوروز	۳
۲/۱	۲/۱	۱۱/۷	۲/۴	۲/۲	ایام تابستان	۴
۱/۹	۲	۱/۷	۱/۹	۲	میانگین روزهای سال	۵

میانگین میزان استفاده دانش اموختگان دختر بر اساس ساعات فراغت روزانه خود برای افزایش

دانش و مهارت شغلی خویش، در کل روزهای سال ۱/۹ ساعت (۱۱۴ دقیقه) در روز است.

جدول شماره ۱۶-۴، نمایش توزیع فراوانی «میزان استفاده دانش آموزان مقطع دبیرستان از ساعات فراغت خود، برای انجام فعالیتهای تفریحی و تأمین سلامت جسمی و روانی در روزهای هفته.

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۹۳	۴۹/۵	۴۹/۵
۲	۶ ساعت و کمتر	۴۸	۲۵/۵	۷۵
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۲۳	۱۲/۳	۸۷/۳
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۱۳	۶/۹	۹۴/۲
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۴	۲/۱	۹۶/۳
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۳	۱/۶	۹۷/۹
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۳	۱/۶	۹۹/۵
۸	بدون پاسخ	۱	۰/۵	۱۰۰
	جمع	۱۸۸	%۱۰۰	—

میانگین ساعات: ۷/۲

جدول شماره ۱۶-۴ نمایش توزیع فراوانی، میزان استفاده دانش آموزان مقطع دبیرستان از ساعات فراغت روزانه، برای انجام فعالیتهای تفریحی و تأمین سلامت جسمی، روانی خود در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) را نشان می دهد.

محاسبات آماری انجام شده بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. ۴۹/۵ درصد دانش آموزان مجموع ساعات فراغت را که در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) صرف انجام فعالیتهای تفریحی یا تأمین سلامت جسمی، روانی خود می نمایند «۳ ساعت و کمتر» از آن اعلام نموده اند، که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. ۱/۶ درصد از دانش آموزان، مجموع ساعات فراغت را که در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) صرف انجام فعالیتهای تفریحی یا تأمین سلامت جسمی، روانی خود می نمایند «بیشتر از ۳۰ ساعت از آن اعلام نموده اند، که کمترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۳. میانگین مقدار ساعات فراغت را که دبیرستانی ها در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) صرف انجام فعالیتهای تفریحی یا تأمین سلامت جسمی روانی خود می نمایند، ۷/۲ ساعت است که متوسط روزانه آن تقریباً معادل ۱/۲ ساعت (۷۲ دقیقه) در هر روز می باشد.

جدول ۱۷-۴ نمایش توزیع فراوانی «میزان استفاده دانش آموزان مقطع پیش
دانشگاهی از ساعات فراغت خود، برای انجام فعالیتهای تفریحی و تأمین سلامت
جسمی و روانی ... در روزهای هفته»

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۵۵	۵۶/۷	۵۶/۷
۲	۶ ساعت و کمتر	۲۷	۲۷/۸	۸۴/۵
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۷	۷/۱	۹۱/۶
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۲	۲/۱	۹۳/۷
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۲	۲/۱	۹۵/۸
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۲	۲/۱	۹۷/۹
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۰	۰	۹۷/۹
۸	بدون پاسخ	۲	۲/۱	۹۷/۹
	جمع	۹۷	٪۱۰۰	۱۰۰

میانگین ساعات: ۵/۸

جدول شماره ۱۷-۴ نمایش توزیع فراوانی، میزان استفاده دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی، از ساعات فراغت روزانه، برای انجام فعالیتهای تفریحی و تأمین سلامت جسمی و روانی خود در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) را نشان می دهد.

محاسبات آماری انجام شده بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان (نمونه جامعه آماری) شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. ۵۶/۷ درصد از دانش آموزان، مجموع ساعات فراغت را که در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) صرف انجام فعالیتهای تفریحی یا تأمین سلامت جسمی، روانی خود می نمایند «۳ ساعت و کمتر» از آن اعلام نموده اند. که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. ۲/۱ درصد از دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی، مجموع ساعات فراغتی را که در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) صرف انجام فعالیتهای تفریحی یا تأمین سلامت جسمی، روانی خود می نمایند «۳۰ ساعت و کمتر» از آن اعلام نموده اند، که کمترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۳. میانگین مقدار ساعات فراغتی را که دانش آموزان مقطع پیش دانشگاهی، در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) صرف انجام فعالیتهای تفریحی یا تأمین سلامت جسمی، روانی خود می نمایند، ۵/۸ ساعت است. که متوسط روزانه آن تقریباً معادل ۱ ساعت (۶۰ دقیقه) در هر روز می باشد.

جدول شماره ۱۸-۴، نمایش توزیع فراوانی «میزان استفاده دانشجویان» از ساعات فراغت خود برای انجام فعالیتهای تفریحی و تأمین سلامت جسمی و روانی ... در روزهای هفته.

ردیف	مقدار ساعات فراغت	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی تراکمی درصدی
۱	۳ ساعت و کمتر	۵۰	۵۴/۹	۵۴/۹
۲	۶ ساعت و کمتر	۲۶	۲۸/۶	۸۳/۵
۳	۱۲ ساعت و کمتر	۱۱	۱/۱	۹۵/۶
۴	۱۸ ساعت و کمتر	۲	۱۲/۱	۹۷/۸
۵	۲۴ ساعت و کمتر	۰	۲/۲	۹۷/۸
۶	۳۰ ساعت و کمتر	۰	۰	۹۸/۹
۷	۳۰ ساعت و کمتر	۱	۰	۹۷/۸
۸	بدون پاسخ	۱	۱/۱	۱۰۰
	جمع	۹۱	٪۱۰۰	—

محاسبات آماری انجام شده بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانشجویان (نمونه جامعه آماری) شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. ۵۴/۹ درصد از دانشجویان، مجموع ساعات فراغتی را که در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) صرف انجام فعالیتهای تفریحی یا تأمین سلامت جسمی و روانی خود می نمایند «۳ ساعت و کمتر» از آن اعلام نموده اند، که بیشترین فراوانی را به خود اختصاص داده است.

۲. ۱/۱ درصد از دانشجویان، مجموع ساعات فراغتی را که در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) صرف انجام فعالیتهای تفریحی یا تأمین سلامت جسمی و روانی خود می نمایند «بیشتر از ۳۰ ساعت» اعلام نموده اند.

۳. میانگین مقدار ساعات فراغتی را که دانشجویان، در روزهای هفته (۶ روز اول هفته) صرف انجام فعالیتهای تفریحی یا تأمین سلامت جسمی، روانی خود می نمایند ۵/۶ ساعات است که، متوسط روزانه آن تقریباً معادل ۱ ساعت (۶۰ دقیقه) در هر روز می باشد.

جدول شماره ۱۹-۴ نمایش میانگین میزان استفاده دانش آموزان از ساعات فراغت روزانه، برای انجام فعالیتهای تفریحی، تأمین سلامت جسمی و روانی، به تفکیک ایام سال جنس، مقطع تحصیلی.

میانگین ساعات روزانه بر اساس				ایام	ردیف	
میانگین کل	مقطع		جنس			
	دانشجو	پیش دانشگاهی	دبیرستان	زن		
۱/۱	۱	۱	۱/۲	۱	روزهای هفته	۱
۴/۱	۳/۷	۴/۱	۴/۳	۴/۱	جمعه ها	۲
۱/۸	۱/۷	۱/۷	۱/۶	۱/۹	ایام نوروز	۳
۲/۳	۲/۲	۲	۲/۷	۲/۵	ایام تابستان	۴
۲/۳	۲/۱	۲/۲	۲/۶	۲/۳	میانگین روزهای سال	۵

محاسبات آماری این جدول که بر اساس اطلاعات بدست آمده صورت گرفته نشان می دهد.

۱. میانگین، میزان استفاده دانش آموختگان از ساعات فراغت روزانه خود برای انجام فعالیتهای تفریحی و تأمین سلامت جسمی و روانی خویش در روزهای هفته ۱/۱ ساعت (۶۶ دقیقه) در روز است.

۲. میانگین میزان استفاده دانش آموزان از ساعات فراغت روزانه خو برای انجام فعالیتهای تفریحی و تأمین سلامت جسمی و روانی خویش در روزهای جمعه ۴/۱ ساعت (۲۴۶ دقیقه) در روز است.

۳. میانگین میزان استفاده دانش آموزان از ساعات فراغت روزانه خود برای انجام فعالیتهای تفریحی و تأمین سلامت جسمی و روانی خویش در ایام نوروز ۱/۸ ساعت (۱۰۸ دقیقه) در روز است.

۴. میانگین میزان استفاده دانش آموزان از ساعات فراغت روزانه برای انجام فعالیتهای تفریحی و تامین سلامت جسمی و روانی در ایام تابستان ۲/۳ ساعت (۱۳۸ دقیقه) در روز است.

۵. میانگین میزان استفاده دانش آموزان از ساعات فراغت روزانه خود برای انجام فعالیتهای تفریحی و تامین سلامت جسمی و روانی در کل روزهای سال ۲/۳ ساعت (۱۳۸ دقیقه) در روز است.

جدول شماره ۲۰-۴ نمایش توزیع فراوانی، انواع فعالیت‌های (تفریحی و ...) در ساعات فراغت، برای تأمین سلامت جسمی، روانی خود - بر اساس اولویت.

ردیف	موضوع فعالیت	فراوانی	درصد فراوانی
۱	رسیدگی به وضعیت درسی	۱۴۴	۶۰/۷
۲	انجام دید و بازدید از بستگان و آشنایان	۱۲۷	۵۱/۸
۳	استفاده از رادیو و تلویزیون	۱۲۳	۵۱
۴	رسیدگی به نظافت و بهداشت شخصی	۱۰۸	۴۵/۵
۵	شرکت در فعالیت تفریحی و ... (رفتن به پارک و ...)	۹۶	۴۰/۵
۶	حضور در جلسات و مراسم مذهبی (جلسات قرآن و نماز جماعت و ...)	۸۳	۲۵
۷	کمک به امور داخلی خانه	۷۹	۳۳/۳
۸	کمک به والدین	۷۸	۳۲/۹
۹	انجام فعالیت‌های ورزشی	۶۰	۲۵/۳
۱۰	رفتن به مسافرت‌های زیارتی	۴۰	۱۶/۸
۱۱	رفتن به مسافرت‌های سیاحتی	۳۹	۱۶/۴
۱۲	استفاده از سینما	۸	۳/۳
۱۳	حضور در جلسات و مراسم فرهنگی و سیاسی	۷	۲/۹

محاسبات آماری انجام شده بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان (نمونه جامعه آماری)

شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. ۶۰/۷ درصد از دانش آموزان رسیدگی به وضعیت درسی را به عنوان اولین فعالیت انجام می دهند.

۲. ۵۱/۸ درصد انجام دید و بازدید از بستگان و آشنایان را به عنوان دومین فعالیت انجام می دهند.

۳. ۵۱/۸ درصد انجام استفاده از رادیو و تلویزیون را به عنوان سومین فعالیت انجام می دهند.

۴. ۴۵/۵ درصد انجام فعالیت رسیدگی به نظافت و بهداشت شخصی را در اوقات فراغت انجام می دهند.

جدول شماره ۲۱-۴، نمایش توزیع فراوانی، عوامل و انگیزه هایی که در میزان و چگونگی گذران اوقات فراغت مؤثرند.

ردیف	موضوع فعالیت	فراوانی	درصد فراوانی
۱	تأمین نیازهای روزمره زندگی	۱۳۰	۵۴/۸
۲	تأمین سلامت روحی و روانی	۱۱۹	۵۰/۲
۳	علاقه داشتن به درس و ادامه تحصیلات	۹۵	۴۰
۴	تأمین سلامت جسمانی	۷۰	۲۹/۵
۵	تأمین خواسته های افراد خانواده	۴۳	۱۸/۳
۶	ارزش که فرد برای وقت و عمر خود قائل است	۴۲	۱۷/۷
۷	تأمین هزینه ادامه تحصیل دانشگاهی	۳۳	۱۳/۹
۸	داشتن علاقه به فعالیت خاص	۳۲	۱۳/۵
۹	تأمین هزینه های بهداشتی درمانی	۳۱	۱۳
۱۰	فعالیت در مشاغل هنری (خطاطی، تاتر و نقاشی و...)	۸	۸/۷
۱۱	فعالیت در بخشهای فرهنگی	۳	۳/۲
۱۲	فعالیت در هنرهای (خیاطی و گلدوزی و ...)	۵	۵/۴

محاسبات آماری انجام شده بر اساس اطلاعات بدست آمده از نظرات دانش آموزان و دانشجویان، نمونه جامعه

آماري شرکت کننده در این پژوهش نشان می دهد که:

۱. ۶۰/۸ درصد دانش آموزان «تأمین نیازهای روزمره زندگی عنوان این عامل (انگیزه) مؤثر در میزان و

چگونگی گذران اوقات فراغت می دانند.

۲.۵۰ درصد از دانش آموزان «تامین سلامت روحی و روانی» به عنوان دومین عامل (انگیزه) مؤثر در میزان

چگونگی گذران اوقات فراغت می دانند.

۳.۴۰ درصد علاوه داشتن به درس و ادامه تحصیلات را به عنوان سومین عامل (انگیزه) مؤثر در میزان و چگونگی

گذران اوقات فراغت می دانند.

جدول ۴-۲۲ توزیع فراوانی برنامه کانون خانواده و اوقات فراغت

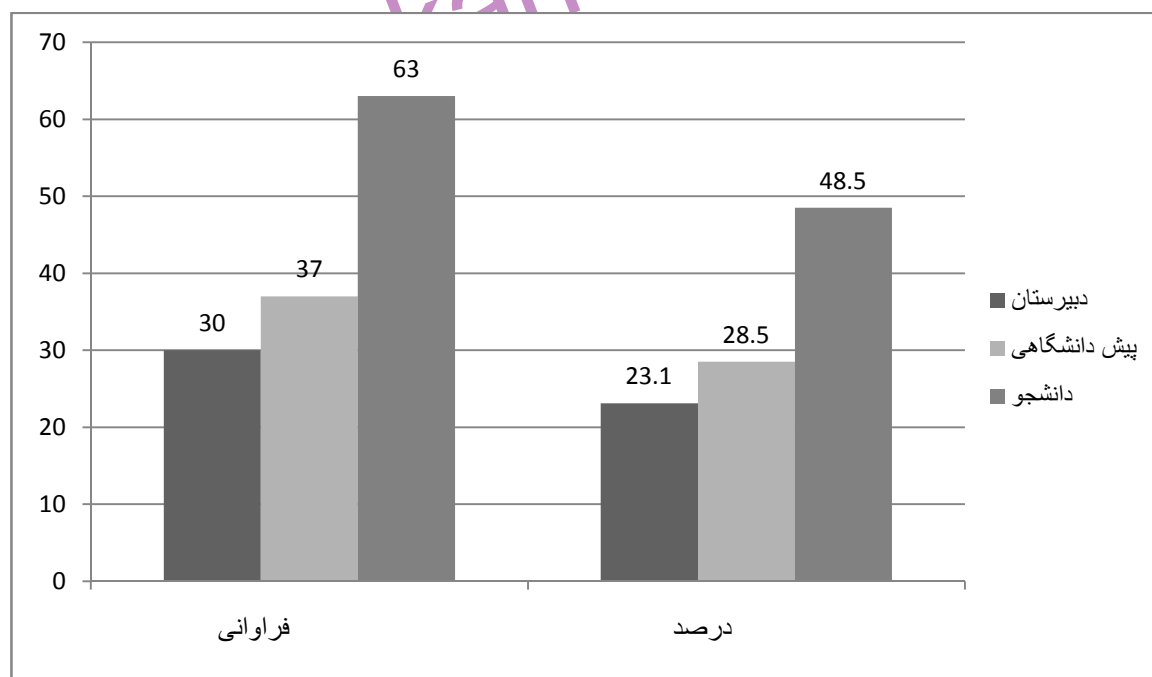
درصد	فراوانی	نوع برنامه اوقات فراغت از نظر کانون خانواده
۲۳/۰۸	۳۰	دبیرستان
۲۸/۴۶	۳۷	پیش دانشگاهی
۴۸/۴۶	۶۳	دانشجو
۱۰۰	۱۳۰	جمع کل

همانطور که از جدول بالا استنباط می شود از نمونه ۱۳۰ نفری، ۳۰ نفر (۲۳/۰۸ درصد) دارای مقطع دبیرستان و

۳۷ نفر (۲۸/۴۶ درصد) دارای مقطع پیش دانشگاهی و ۶۳ نفر (۴۸/۴۶ درصد) دارای مقطع دانشجو می باشد.

نمودار توصیفی فرضیه اول

بین برنامه کانون خانواده و اوقات فراغت جوانان رابطه وجود دارد.



دبیرستان پیش دانشگاهی دانشجو

بین مقاطع دبیرستان، پیش دانشگاهی و دانشجو از نظر برنامه کانون خانوادگی تفاوت وجود دارد.

فرضیه دوم:

بین برنامه مدارس و دانشگاه ها و میزان اوقات فراغت جوانان رابطه معناداری وجود دارد.

جدول ۴-۲۳ توزیع فراوانی برنامه مدارس و دانشگاه ها و اوقات فراغت

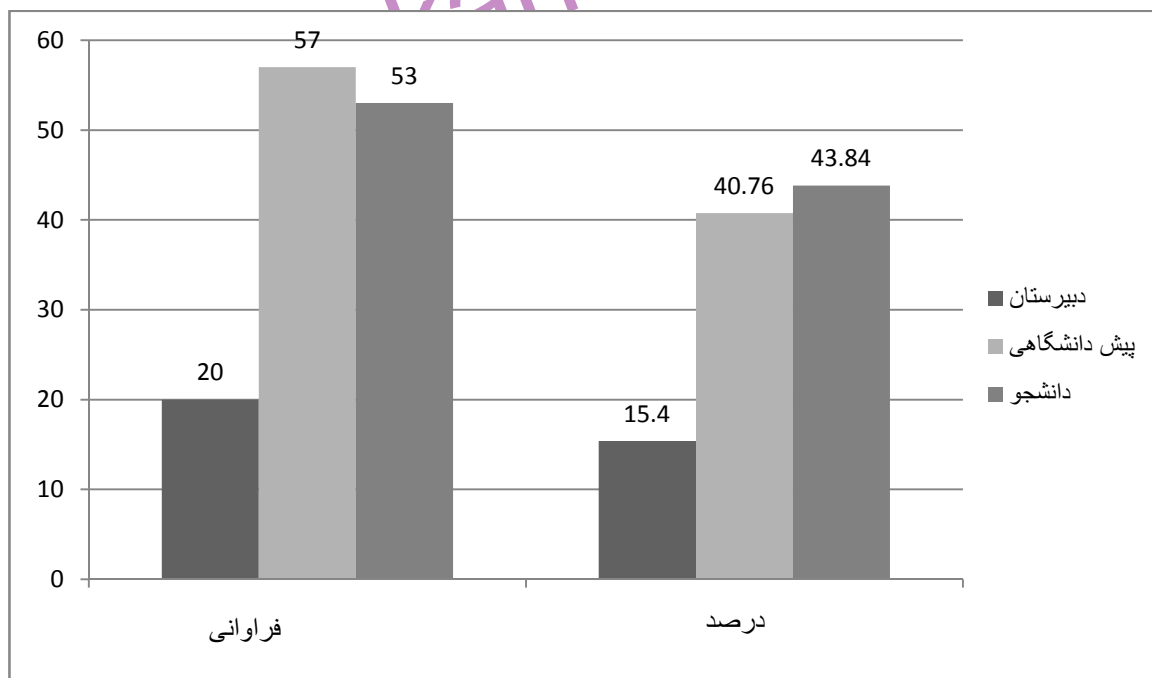
درصد	فراوانی	نوع برنامه اوقات فراغت از نظر مدارس و دانشگاه ها
۱۵/۴۰	۲۰	دبیرستان
۴۳/۸۴	۵۷	پیش دانشگاهی
۴۰/۷۶	۵۳	دانشجو
۱۰۰	۱۳۰	جمع کل

همانطور که از جدول بالا استنباط می شود از نمونه ۱۳۰ نفری، ۲۰ نفر (۱۵/۴۰ درصد) دارای مقطع دبیرستان، ۵۷

نفر (۴۳/۸۴ درصد) دارای مقطع پیش دانشگاهی و ۵۳ نفر (۴۰/۷۶ درصد) دارای مقطع دانشجو می باشد.

نمودار توصیفی فرضیه دوم

بین برنامه مدارس و دانشگاه ها و اوقات فراغت جوانان رابطه وجود دارد.



دبیرستان □ پیش دانشگاهی ■ دانشجو □

بین مقاطع دبیرستان، پیش دانشگاهی و دانشجو از نظر برنامه مدارس و دانشگاه ها تفاوت وجود دارد.

فرضیه سوم:

بین برنامه محل زندگی و اوقات فراغت جوانان رابطه ای برقرار است.

جدول ۴-۲۴ توزیع فراوانی برنامه محل زندگی و اوقات فراغت

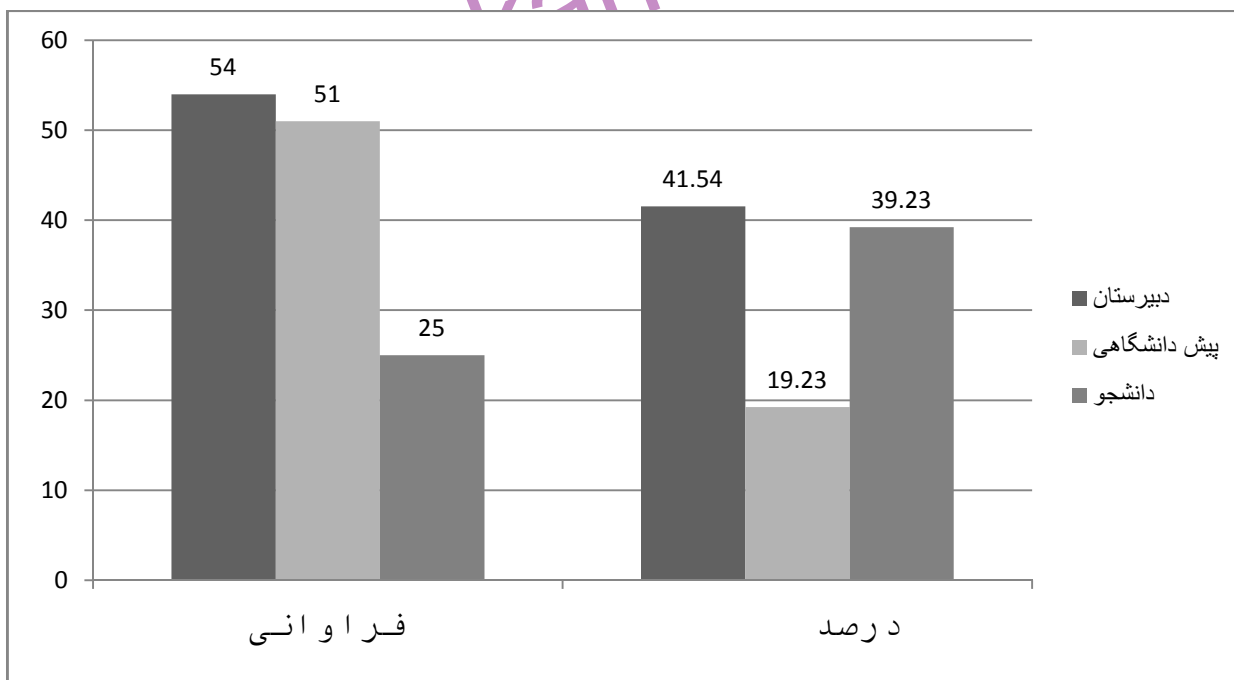
درصد	فراوانی	بین برنامه اوقات فراغت از نظر محل زندگی
۴۱/۵۴	۵۴	دیبرستان
۹۱/۲۳	۲۵	پیش دانشگاهی
۳۹/۲۳	۵۱	دانشجو
۱۰۰	۱۳۰	جمع کل

همانطور که از جدول بالا استنباط می شود از نمونه ۱۳۰ نفری، ۵۴ نفر (۴۱/۵۴ درصد) دارای مقطع دیبرستان و

۲۵ نفر (۱۹/۲۳ درصد) دارای مقطع پیش دانشگاهی و ۵۱ نفر (۳۹/۲۳ درصد) دارای مقطع دانشجو می باشد.

نمودار توصیفی فرضیه سوم:

بین برنامه محل زندگی و اوقات فراغت جوانان رابطه وجود دارد.



دبیرستان پیش دانشگاهی دانشجو

بین مقاطع دبیرستان، پیش دانشگاهی، دانشجو از نامۀ محل زندگی تفاوت وجود دارد.

فرضیه چهارم:

بین برنامه مساجد و دانشگاه ها و اوقات فراغت جوانان رابطه وجود دارد.

جدول ۴-۲۵ توزیع فراوانی برنامه مساجد و دانشگاه ها و اوقات فراغت

برنامه اوقات فراغت از نظر مساجد و دانشگاه ها	فراوانی	درصد
دبیرستان	۵۵	۴۲/۳۱
پیش دانشگاهی	۵۰	۳۸/۴۶
دانشجو	۲۵	۱۹/۲۳
جمع کل	۱۳۰	۱۰۰

همانطور که از جدول بالا استنباط می شود از نمونه ۱۳۰ نفری، ۵۵ نفر (۴۲/۳۱ درصد) دارای مقطع دبیرستان و

۵۰ نفر (۳۸/۴۶ درصد) دارای مقطع پیش دانشگاهی و ۲۵ نفر (۱۹/۲۳ درصد) دارای مقطع دانشجو می باشد.

نمودار توصیفی فرضیه چهارم:

بین برنامه مساجد و دانشگاه ها و اوقات فراغت جوانان رابطه وجود دارد.



دبیرستان پیش دانشگاهی دانشجو

بین مقاطع دبیرستان، پیش دانشگاهی و دانشجو از نظر برنامه مساجد و دانشگاه ها تفاوت وجود دارد.

فصل پنجم:

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

۱-۵- بحث و نتیجه گیری:

- «اوقات فراغت» به عنوان یک پدیده فرهنگی، اجتماعی که در ابعاد اقتصادی، سیاسی و ... نیز مؤثر است، موضوع مشترک بین تمامی اقشار جامعه می باشد.

غور و تفحص در گستره حیات بشر، بیانگر این (واقعیت) است که در زندگی پر فراز و نشیب انسان لحظه ها و اوقاتی وجود دارد که از اهمیت و حساسیت فوق العاده ای برخوردار است.

بدون تردید زمانی که از «اوقات فراغت» بحث و به میان می آید، سخن از ارزشمندی همین اوقات است. چراکه: «اوقات فراغت» بستر مطلوبی برای جریان نیکوی رشد شخصیت و اعتلای وجود و یا زمینه همواری برای بروز اختلالات رفتاری انحرافات اخلاقی و بزهکاری های اجتماعی می باشد.

لذا امروزه بعلت اهمیت و آثار سازنده و مثبتی که در نتیجه بهره وری مطلوب از «اوقات فراغت» در زمینه های مختلف (بهداشت روانی، خلاقیت و نوآوری، توسعه مهارت های شناختی و شکوفایی استعدادها، تقویت مهارت های حسی و حرکتی، اصلاح رفتار و تعالی شخصیت و ...) می توان داشت، «اوقات فراغت» و راه های بهره وری مطلوب از آن مورد توجه خاص صاحب نظران و دست اندر کاران نظام تعلیم و تربیت و مسئولان و برنامه ریزان امور فرهنگی جامعه قرار گرفته است. و از طرف دیگر چون نتیجه بررسی ها و مطالعات انجام شده در ارتباط با بزهکاری کودکان و نوجوانان، حاکی از آن است که: در غالب موارد انحرافات اخلاقی و آسیب پذیری های اجتماعی با اوقات فراغت دانش آموزان همبستگی دارد. این امر مورد توجه و عنایت روانشناسان و جامعه شناسان و ... نیز قرار گرفته است.

از آنجائیکه هر دانش آموز حدود ۱۰۰۰ ساعت از مفیدترین ساعات عمر روزانه خود را در طول یک سال تحصیلی در مدرسه سپری می کند مسلماً وجود مربیان و معلمان لایق و شایسته نقش حیاتی و ارزنده ای را در تربیت و هدایت صحیح آنها ایفا خواهد نمود و این خود نیازمند آن است که: دانش آموزان بتوانند از اوقات فراغت خود در جهت رشد و کمال معنوی و علمی و ... خویش استفاده شایسته و مطلوبی داشته باشند.

با هدایت صحیح، خودشان را در جهت بهره وری مطلوب از عمر و اوقات فراغت یاری رسانند. و جامعه را بسوی خود کفایی و استقلال همه جانبه به پیش ببرند. متأسفانه شواهد نشان می دهد که: با همه نقش و اهمیتی که جوانان در توسعه فرهنگی، اجتماعی و ... جامعه دارند، بنا به عللی از جمله مشکلات اقتصادی و اجتماعی و ... جوانان نه تنها اوقات فراغت خود بلکه بخش عمده ای از وقت روزانه خویش را صرف تأمین نیازهای مادی و اقتصادی می نمایند، بطوریکه عملاً فرصت لازم برای رشد علمی و مهارتی و تأمین سلامت جسمی، روانی و ... آنها وجود ندارد. توجه به واقعیهایی که نتایج پژوهشهای انجام شده در این زمینه نشان می دهند، مسئولان آموزش و پرورش کشور (شورای تحقیقات آموزش و پرورش) را بر آن داشت تا موضوع این تحقیق را (بررسی و مطالعه چگونگی گذران اوقات فراغت جوانان و راههای بهره وری مطلوبتر از آن) از جمله اولویتهای تحقیقاتی سال ۱۳۷۶ اعلام نمایند. و از آنجائیکه محقق خود نیز قطره کوچکی از دریای عظیم جامعه فرهنگی کشور است این موضوع تحقیقاتی را (با اعتقاد به نقش مهم دانش آموزان در پرورش و تربیت خویش و توسعه فرهنگی و اجتماعی و ... جامعه به انگیزه خدمت به جامعه فرهنگی کشور، مخصوصاً مسئولان و دست اندرکاران نظام تعلیم و تربیت، از طریق ارائه نتایج این تحقیق به آنان) انتخاب نموده است در این راستا، پس از موافقت مسئولان ذیربط، محقق با دستیابی به تحقیقات مشابه، نظر خواهی از صاحب نظران، از جمله دانش آموزان اقدام به تنظیم پرسشنامه مقدماتی نموده که با اجرای آن برای حدود ۱۳۰ نفر (۳۰٪) از دانش آموزان دختر مقطع دبیرستان و پیش دانگاهی ناحیه یک و تعدادی از دانشجویان دانشگاه پیام نور مشهد بصورت تصادفی و انجام اصلاحات لازم، پرسشنامه نهایی را با ۲۰ سؤال اصلی در ۲ صفحه به همراه مقدمه مناسب تنظیم و در اختیار ۱۳۰ دانش آموز نمونه جامعه آماری (بر اساس جدول مورگانی) انتخاب شده بصورت تصادفی در سطح دانش آموزان دختر دبیرستانی و پیش دانگاهی و تعدادی از دانشجویان دانشگاه پیام نور مشهد قرار داده است. پس از دریافت پرسشنامه ها تجزیه و تحلیلی داده ها با استفاده از اطلاعات بدست آمده و منابع مختلف موجود در کتابخانه این تحقیق صورت گرفت.

پیشنهادات:

۱-۲-۵- پیشنهاد برای مسئولان نظام آموزش و پرورش و برنامه ریزان امور فرهنگی اجتماعی:

الف: فراهم کردن امکانات و شرایط لازم براس دسترسی دانش آموزان به مجلات و روزنامه ها در سطح مدارس

ب: تهیه و تنظیم کتب آموزشی و کمک آموزشی تخصصی برای رشته ها و پایه های مختلف تحصیلی و ارسال

آنها به مدارس کشور توسط وزارت آموزش و پرورش

ج: برگزاری کلاسهای اوقات فراغت در روزهای جمعه و ایام تابستان (باتوجه به ساعات فراغت اعلام شده

توسط دانش آموزان در این پژوهش).

د: اختصاص ساعات بیشتری از برنامه های رادیویی و تلویزیونی به فعالیتهای آموزشی و تخصصی دانش آموزان

برای افزایش دانش و مهارت آنان

ه: گسترش کتابخانه های مدارس از نظر کمی و کیفی به منظور تسهیل در دسترس دانش آموزان به کتابهای

فرهنگی - اجتماعی و تخصصی

و: فراهم نمودن امکانات لازم برای دانش آموزان در اوقات فراغت

۲-۲-۵- به منظور بهره وری مطلوبتر از اوقات فراغت دانش آموزان از طریق تأمین سلامت جسمی، روانی آنان

انجام اقدامات زیر پیشنهاد می شود.

الف: تأمین مراکز ورزشی مناسب خاص دانش آموزان در ناحیه

ب: تأمین امکانات رفاهی مناسب برای گذراندن اوقات فراغت دانش آموزان

ج: فراهم نمودن امکانات لازم (مالی) برای اوقات فراغت دانش آموزان

۳-۲-۵- پیشنهاد برای محقق و پژوهشگر بعدی:

در کنار سؤالات این تحقیق ضروریست که سؤالات دیگری مورد پژوهش قرار گیرد مانند:

۱-۲-۲-۵- رابطه سن دانش آموز با اوقات فراغت چگونه است؟

۲-۲-۲-۵- رابطه تعداد دانش آموزان با میزان و چگونگی گذران اوقات فراغت آنان چگونه است؟

۲-۲-۳-۵- رابطه رشته های تحصیلی دانش آموزان (علوم انسانی، علوم پایه) با میزان و چگونگی گذران اوقات

فراغت آنان چگونه است:

...

۲-۲-۴-۵- در صورتی که محقق بتواند انگیزه انجام هر یک از فعالیتهای فراغت را به صورت طبقه بندی شده

تعیین نماید.

بتر می تواند راههای بهره وری از اوقات فراغت دانش آموزان را پیشنهاد نماید

محدودیت های تحقیق:

در این تحقیق مشکلات و محدودیتهای عمده ای وجود داشت که به چند نکته از آنها اکتفا می کنیم:

محدودیتهای خارج از کنترل محقق

الف - فقدان پیشینه مربوط به موضوع مورد پژوهش در حد نیاز که اساسی ترین محدودیت را شامل می شده و خود اثرات و محدودیتهای دیگری را ایجاد می کند.

- ضرورت صرف وقت زیاد برای تهیه و تنظیم پرسشنامه تحقیق مناسب که روایی و پایایی این پژوهش را تضمین نماید.

- ضرورت صرف وقت زیاد برای اجرای تحقیق (توزیع و جمع آوری پرسشنامه ها)

- بخشی از زمان اجرای تحقیق با ایام تابستان و تعطیلی مدارس و دانشگاه ها برخورد داشته است.

- عدم علاقه بعضی از جوانان به تنظیم پرسشنامه و شرکت در این پژوهش

- وسعت سؤالات تحقیق و ضرورت صرف وقت زیاد برای انجام مراحل مختلف این پژوهش

- نیاز به تأمین هزینه مالی و خسارات مالی ناشی از ضرورت صرف وقت توسط محقق

کلام آخر

از مجموع مباحث مطروحه در این کتاب چنین استنباط می شود که اوقات فراغت همزمان با آغاز پیدایش نسان بوجود آمده است. کلیه ادیان الهی در خصوص اهمیت اوقات فراغت و استفاده صحیح از آن دستوراتی داده اند. بخصوص در دین مبین اسلام و کلام معصومین (ع) بیشترین تأکید بر استفاده مطلوب و سالم از اوقات فراغت شده است. آنچه که در این میان اهمیت اوقات فراغت را از دیدگاه اسلامی دو چندان می کند نوع نگرش است که دین اسلام نسبت به آن دارد. در تعالیم اسلامی اوقات فراغت مهمترین فرصت برای رشد و تعالی و کسب کمالات است در صورتی که در نظام سرمایه داری غرب این فرصت برای استفاده سطحی و زودگذر همراه با انگیزه مادی و اقتصادی در نظر گرفته می شود.

اوقات فراغت امروزه بیش از گذشته مورد توجه قرار گرفته و کم کم جایگاه واقعی خویش را در میان سایر رشته ای علوم اجتماعی و تربیتی پیدا می کند. راه اندازی و فعال نمودن رشته جامعه شناسی فراغت با توجه به نیازهای جامعه امروزی جهت استفاده بهینه از اوقات فراغت لازم و ضروری بنظر می رسد.

نحوه استفاده از اوقات فراغت چون سایر نیازهای بشری سیر تحولات تاریخی را طی نموده که روز بروز اهمیت و نقش آن در سلامت جامعه و رشد خلاقیت و بهداشت روانی و دهها مورد دیگر آشکار می شود. برای اینکه بتوانیم نهایت استفاده و بهره برداری از اوقات فراغت بنماییم باید اصول و پایه هایی را که در برنامه ریزی فعالیتها و برنامه ها جهت گذران آن دخیل هستند مورد ملاحظه قرار می گیرد.

اگر در اوقات فراغت اصولی را که باید بر اساس آن برنامه ریزی صورت گیرد در نظر گرفته نشود موفقیت لازم را در پی نخواهد داشت حتی ممکن است نتیجه معکوس نیز به همراه داشته باشد. هدف از اوقات فراغت همانطور که قبلاً ذکر شد این است که انسان از انجام فعالیت در این فرصت لذت و استفاده لازم را ببرد و در این اوقات موجبات ترقی و رشد وی نیز فراهم گردد. اگر این مهم یعنی اصول و پایه های اوقات فراغت در نظر گرفته نشود نه تنها موجب ناراحتی مخاطبان می شود بلکه ممکن است زمینه های انحراف آنان را نیز هموار کند.

وجود بستر و مکانهای متعدد و تنوع فعاليتها در زمينه های فرهنگي و هنري، علمي، آموزشي، ورزشي و ... مطابق با ذوق و سليقه اقشار مختلف جامعه مي باشد موجب شده است که هر يك از اين افراد بتوانند بدلخواه در يکي از اين مکانها و رشته های فعاليت، اوقات فراغت خود را سپري نمايند.

منابع فارسی و انگلیسی

منابع فارسی

۱. قرآن کریم
۲. آمدی، عزرا الحکم، انتشارات انصاریان، قم، ۱۳۷۸
۳. ابوالقاسمی، محمد جواد، جلوه گاه حضور، نشر پاس کبود، تهران، ۱۳۷۸
۴. احمدی علی اصغر، نقش اولیاء در گذراندن اوقات فراغت - ماهنامه پیوند.
۵. افروز غلامعلی، هنگامه فراغت، ماهنامه پیوند، انتشارات انجمن اولیاء و مربیان، تهران
۶. بهنام جمشید، مقدمه ای به جامعه شناسی ایران، انتشارات خوارزمی، تهران ۱۳۴۸
۷. حاجی احمد نرگس، اصول برنامه ریزی و روشها، روزنامه کیهان، تهران ۱۳۷۷
۸. حرّانی، تحف العقول، انتشارات اسلامیه، تهران ۱۳۹۸ هجری قمری
۹. دیل کارنگی، آئین زندگی، انتشارات افشار، تهران ۱۳۷۲
۱۰. زمانی، مصطفی، نهج البلاغه، انتشارات کتاب یوسف، تهران ۱۳۷۸
۱۱. زندی پور، طیه، مشاوره حرفه ای، انتشارات فردوس، تهران ۱۳۶۶
۱۲. سپهوند ناصر خودباوری - روزنامه همشهری، ۸ آذر ۱۳۷۹
۱۳. مجلسی، علامه، بحار الانوار، دارالکتب اسلامیه، بیروت لبنان
۱۴. محدثی جواد، سیره نبودی، نشر معروف، قم ۱۳۷۸
۱۵. مقدم، مصطفی و ترکمان منوچهر، بازیهای آموزش، انتشارات مدرسه، تهران ۱۳۷۵
۱۶. ملک خواه مجید، کاربرد هنر در تربیت اسلامی، روزنامه کیهان، ۱۳۷۵
۱۷. نهج الفصاحه، انتشارات جاویدان، تهران ۱۳۷۷
۱۸. محمود زاده حسین، سید حمید، اعتکاف خلوت درانس، نشر قدس، قم ۱۳۷۵
۱۹. تفصیلی، فریدون - تاریخ عقاید اقتصادی - نشر نی - ۱۳۷۲

۲۰. دیوبی، جان - مدرسه و اجتماع - ترجمه مشفق همدانی - تهران، بنکاه صفی عیشاه ۱۳۲۷

۲۱. روزنامه جمهوری اسلامی ایران - شماره ۱۴۸۸۳ دوشنبه ۱۳۷۵/۱/۲۰

۲۲. تی، بی، شیرو - آموزش و پرورش زنده - ترجمه احمد آرام - سال ۱۳۵۷

۲۳. حسنی، عطال الله - میزگرد فصل نامه مدیریت در آموزش و پرورش - شماره مسلسل ۲

۲۴. کومبز، فیلیپ - بحران تعلیم و تربیت در دهه ۱۹۸۰ - ترجمه فریده آل آقا

۲۵. فیض الاسلام، سید علی نقی، ترجمه و شرح نهج البلاغه

۲۶. معاونت پرورش وزارت آموزش و پرورش - ماهنامه تربیت شماره ۱۰ - سال ۷۱

۲۷. فوراستیه، ژان - قدرت تولید - ترجمه امین مؤید، مجید چاپ دوم - ۱۳۵۶

۲۸. وزارت آموزش و پرورش - ماهنامه تربیت - سال هشتم - شماره ششم

منابع انگلیسی

- ۱) Jane .J .white. The teacher as broker of scholarly Knowledge. Journal of teacher Education.
,۱۹۸۷) *NO*₂ (u .S .A :vol ۳۸,
- ۲) Leonard ho clark. Secondary school teaching me thuds.(newyork Macmillan,
۳Ed ۱۹۶۷)
- ۳) Jane .J .white. the teacher as Broker of scholarly Knowledge Journal if teacher Education.
,۱۹۸۷) *NO*₂ (u .S .A :vol ۳۸,
- ۴) Z. A. Malkova. Loc. Eit.cit – Farzanegi.
Kh –Jadid English & Persian Dictionary –published by Golshaie Book stire –
Tehran.
- ۵) Marc singer, Human Resource Management, pws –kentpub ,company, ۱۹۹۰.
- ۶) James A.F stoner& Edward R.free man, management, prentice –Hall
International, Inc, ۱۹۹۲.
- ۷) stattlea, J.Assesment of chibleren's. intelligence and –special –abilities,
Bostow Allyn, Bacon(۱۹۸۲).
- ۸) Marc singer, Human Resource Management, pws –dent pub, company, ۱۹۹۰,
pp.۱۰۰ –۱۰۱.
- ۹) James w.walker. Human Resource planning.
Nc graw Hill, ۱۹۸۰, pp.۱۲۵ –۱۷۸.

۱۰) Kebor w.Konald, personal Administration, prentice –Hall, ۱۹۸۷, pp ۳۱۳.۲.

۱۱) Green, T.work and Leisure, p.۶۲.

۱۲) Journal –of Leisue –Researsh .۷۲۷ n۳p۲۴۵ -۶۳- ۱۹۹۵ (ERIC)

۱۳) Reprts –Research (۱۴۳). Journal Aritles(۰۸۰). ۱۹۹۵ (ERIC).

ضمائم

www.kandoo.cn.com

بسمه تعالی

پرسشنامه:

پاسخگوی گرامی سلام علیکم:

این پرسشنامه شامل ۲۰ سؤال می باشد که صرفاً جنبه پژوهش دارد و برای حصول اطمینان از محفوظ ماندن آن نیازی به ذکر نام و نام خانوادگی نیست. لذا خواهشمندم با کمال صداقت جواب آن را در پاسخنامه علامت بزنید.

رشته تحصیلی:	جنس:	سن:	شغل:
دانش آموز مقطع:	محل سکونت:		

ردیف	سؤالات	کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالقم	کاملاً مخالفم
۱	کانون خانواده می تواند در جهت حفظ سلامت نفس و اوقات فراغت جوان نقش داشته باشد.	۵۰	۴۷	۲۰	۱۳	۰
۲	تشکیل هیأت دفتر ارزیابی اعمال روزانه می تواند جز برنامه اوقات فراغت جوان باشد.	۲۷	۵۱	۳۰	۱۹	۳
۳	تشکیل جلسات دینی می تواند جزء برنامه خانواده در جهت اوقات فراغت باشد.	۶۴	۴۰	۱۳	۱۱	۲
۴	هدایت رفتار عاطفی برای ایجاد اعتدال در حیطه برنامه خانواده مؤثر است.	۵۶	۴۷	۲۳	۴	۰
۵	برنامه ریزی در معرفی دین در جریان برنامه کانون خانواده و اوقات فراغت جوان مؤثر است.	۴۹	۳۸	۳۸	۴	۱

www.kandoo.cn.com

۶	مدرسه و دانشگاه می تواند نسبت به تربیت دینی جوان و فعالیتهای فرق برنامه نقش داشته باشد.	۲۵	۵۲	۱۵	۵	۱۳
۷	برگزاری مسابقات حفظ و تفسیر قرآن در مراکز آموزش در اوقات فراغت جوان مؤثر است.	۲۹	۵۲	۳۹	۸	۲
۸	برگزاری مراسم دعا و نیایش جهت تقویت ایمان می تواند جزء برنامه اوقات فراغت باشد.	۴۲	۶۰	۲۵	۳	۰
۹	برگزاری اردوی وحدت با شرکت جوانان مسلمان فرق مختلف می تواند یاری دهنده اوقات فراغت جوان باشد.	۵۶	۴۱	۲۴	۵	۴
۱۰	مراقبت بر شیوه سلوک رفتار جوانان با یکدیگر در مدارس اوقات فراغت آنان مؤثر است.	۲۹	۵۱	۲۷	۲۰	۳
۱۱	بین تشکیل انجمنهای اسلامی با عضویت جوانان و اوقات فراغت رابطه وجود دارد.	۱۸	۵۰	۲۷	۲۹	۶
۱۲	تنظیم برنامه در خصوص ترغیب جوان، حفظ کرامت جزء وظایف برنامه محل زندگی در اوقات فراغت جوان است.	۳۸	۵۳	۲۴	۱۲	۳
۱۳	اعطای بن کتاب به جوانان عضو کانونهای فرهنگی در اوقات فراغت مؤثر است.	۵۸	۳۶	۲۷	۸	۱
۱۴	برگزاری شب شعر در خانه های فرهنگ محله برای سرگرمی جوانان در اوقات فراغت مؤثر است.	۴۵	۳۶	۲۵	۱۵	۹
۱۵	نظارت بر اماکن عمومی برای سالم سازی محیط معاشرتی جوان در اوقات فراغت مؤثر است.	۳۶	۴۴	۱۷	۱۹	۱۴
۱۶	تنظیم برنامه سالم سازی جسم و روان جوان می تواند جزء برنامه ساجد و دانشگاهها در اوقات فراغت باشد.	۴۰	۳۸	۳۰	۱۲	۱۰
۱۷	بین ایجاد مکانهای ورزشی برای دختران در مؤسسات آموزشی و اوقات فراغت رابطه وجود دارد.	۴۹	۳۴	۱۷	۲۰	۱۰
۱۸	تشکیل اردوهای فرهنگی و تنظیم برنامه از سوی مساجد و دانشگاهها برای تقویت روحیه در اوقات فراغت جوان مؤثر است.	۳۹	۴۲	۳۸	۸	۳
۱۹	ایجاد فرصت برای استفاده جوان از ورزش همگانی با فضای فرهنگی مدرسه و دانشگاه می تواند جزء برنامه های اوقات فراغت باشد.	۴۴	۳۶	۲۰	۱۶	۱۴
۲۰	بین تنظیم برنامه جهت بازدید جوان از نمایشگاه کتاب و اوقات فراغت می تواند رابطه وجود داشته باشد.	۳۳	۴۵	۳۰	۱۰	۱۲

www.kandooon.com

www.kandooon.com

بسمه تعالی

پرسشنامه:

پاسخگوی گرامی سلام علیکم:

این پرسشنامه شامل ۲۰ سؤال می باشد که صرفاً جنبه پژوهش دارد و برای حصول اطمینان از محفوظ ماندن آن نیازی به ذکر نام و نام خانوادگی نیست. لذا خواهشمندم با کمال صداقت جواب آن را در پاسخنامه علامت بنزید.

رشته تحصیلی:	جنس:	سن:	شغل:
دانش آموز مقطع:	محل سکونت:		

ردیف	سؤالات	کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالقم	کاملاً مخالفم
۱	کانون خانواده می تواند در جهت حفظ سلامت نفس و اوقات فراغت جوان نقش داشته باشد.					
۲	تشکیل هیأت دفتر ارزیابی اعمال روزانه می تواند جز برنامه اوقات فراغت جوان باشد.					
۳	تشکیل جلسات دینی می تواند جزء برنامه خانواده در جهت اوقات فراغت باشد					
۴	هدایت رفتار عاطفی برای ایجاد اعتدال در حیطه برنامه خانواده مؤثر است.					
۵	برنامه ریزی در معرفی دین در جریان برنامه کانون خانواده و اوقات فراغت جوان مؤثر است.					

www.kandooon.com

۶	مدرسه و دانشگاه می تواند نسبت به تربیت دینی جوان و فعالیتهای فرق برنامه نقش داشته باشد.			
۷	برگزاری مسابقات حفظ و تفسیر قرآن در مراکز آموزش در اوقات فراغت جوان مؤثر است.			
۸	برگزاری مراسم دعا و نیایش جهت تقویت ایمان می تواند جزء برنامه اوقات فراغت باشد.			
۹	برگزاری اردوی وحدت با شرکت جوانان مسلمان فرق مختلف می تواند یاری دهنده اوقات فراغت جوان باشد.			
۱۰	مراقبت بر شیوه سلوک رفتار جوانان با یکدیگر در مدارس اوقات فراغت آنان مؤثر است.			
۱۱	بین تشکیل انجمنهای اسلامی با عضویت جوانان و اوقات فراغت رابطه وجود دارد.			
۱۲	تنظیم برنامه در خصوص ترغیب جوان، حفظ کرامت جزء وظایف برنامه محل زندگی در اوقات فراغت جوان است.			
۱۳	اعطای بن کتاب به جوانان عضو کانونهای فرهنگی در اوقات فراغت مؤثر است.			
۱۴	برگزاری شب شعر در خانه های فرهنگ محله برای سرگرمی جوانان در اوقات فراغت مؤثر است.			
۱۵	نظارت بر اماکن عمومی برای سالم سازی محیط معاشرتی جوان در اوقات فراغت مؤثر است.			
۱۶	تنظیم برنامه سالم سازی جسم و روان جوان می تواند جزء برنامه ساجد و دانشگاهها در اوقات فراغت باشد.			
۱۷	بین ایجاد مکانهای ورزشی برای دختران در مؤسسات آموزشی و اوقات فراغت رابطه وجود دارد.			
۱۸	تشکیل اردوهای فرهنگی و تنظیم برنامه از سوی مساجد و دانشگاهها برای تقویت روحیه در اوقات فراغت جوان مؤثر است.			
۱۹	ایجاد فرصت برای استفاده جوان از ورزش همگانی با فضای فرهنگی مدرسه و دانشگاه می تواند جزء برنامه های اوقات فراغت باشد.			
۲۰	بین تنظیم برنامه جهت بازدید جوان از نمایشگاه کتاب و اوقات فراغت می تواند رابطه وجود داشته باشد.			

www.kandoocn.com

www.kandoocn.com

www.kandoocn.com

www.kandoocn.com

www.kandoocn.com

اهم دلایل عدم موفقیت در جذب اقشار مختلف جامعه در فعالیتهای اوقات فراغت

۱. خلاء حضور یک ستاد قوی یا شورای سیاستگزاری کارآمد.
۲. عدم انسجام لازم و وحدت رویه در بین دستگاههای مجری طرح اوقات فراغت
۳. با توجه به اینکه مسئله اوقات فراغت فراگیر بوده و کلیه اقشار جامعه را در بر می گیرد و میلیونها نفر با آن درگیر می باشند.
۴. اجرای سلیقه ای برنامه ها و فعالیتهای فراغت و عدم پیروی از یک اصول مشخص و نظام مند
۵. کلان نگری در برنامه ریزی فعالیتهای اوقات فراغت

اسامی دستگاههای اجرایی و نهادهایی که در زمینه اوقات فراغت فعالیت می کنند.

۱. وزارت علوم، تحقیقات و فناوری (معاونت فرهنگی و دانشجویی)

۲. وزارت بهداشت و درمان آموزش پزشکی (معاونت فرهنگی، دانشجویی)

۳. وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

۴. وزارت کشور

۵. وزارت آموزش و پرورش (معاونت پرورشی)

۶. وزارت جهاد کشاورزی

۷. جهاد دانشگاهی

۸. سازمان تبلیغات اسلامی

۹. نیروهای مقاومت بسیج

۱۰. شورای عالی جوانان

۱۱. بنیاد مستضعفان و جانبازان