

مقدمه ای بر

برنامه ریزی اوقات فراغت

نویسنده:

امیر حسن کجایی

ویراستار: مریم بختیاری قلعه



انتشارات آرون

سرشناسه	: کوهی، امیرحسین، ۱۳۵۸
عنوان و نام پدیدآور	: مقدمه‌ای بر برنامه‌ریزی اوقات فراغت / نویسنده: امیرحسین کوهی، ویراستار: مریم بختیاری قلعه
مشخصات نشر	: تهران، آرون، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۹۰ ص.
شابک	: ۸ - ۵۵۹ - ۲۳۱ - ۹۶۴ - ۹۷۸.
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیبا.
یادداشت	: کتابنامه: ص ۸۹
موضوع	: اوقات فراغت - برنامه ریزی
موضوع	: Leisure - Planning
شناسه افزودن	: بختیاری قلعه، مریم، ۱۳۶۷، ویراستار
رده‌بندی کد ده	: ۱۳۹۶ م ۷ ۹ ک / ۱۸۱ GV
رده‌بندی دیوید	: ۳۰۶ / ۴۸۱۲
شماره کتابخانه	: ۵۰۸۳۸۰۹



مقدمه‌ای بر برنامه‌ریزی اوقات فراغت

نویسنده: امیرحسین کوهی

ویراستار: مریم بختیاری قلعه

ناشر: انتشارات آرون

چاپ اول: ۱۳۹۷

تیراژ: ۱۲۰۰ نسخه

۱۳۰۰۰ تومان

نشانی: میدان انقلاب - خیابان ۱۲ فروردین - خیابان وحید نظری

نرسیده به خیابان منیری جاوید، پلاک ۱۰۵ - واحد ۳ تلفن: ۵۱ - ۶۶۹۶۲۸۵۰

ایمیل: Arvannashr@yahoo.com وبسایت: www.Arvannashr.ir

فهرست مطالب

۱۱	 دیباچه
۱۳	 فصل اول: برنامه‌ریزی
۱۳	 مقدمه
۱۳	 برنامه‌ریزی
۱۷	 گامهای برنامه‌ریزی
۱۸	 اهمیت و ضرورت برنامه‌ریزی
۱۸	 هدف‌های برنامه‌ریزی
۱۸	 انواع برنامه‌ریزی از نظر مقاصد آن
۱۹	 برنامه‌ریزی تخصصی
۲۳	 انواع برنامه‌ریزی از منظر اقتضایی
۲۴	 برنامه‌ریزی مؤثر
۳۱	 ابزارهای برنامه‌ریزی
۳۱	 هرم برنامه‌ریزی
۳۲	 قلمرو برنامه‌ریزی
۳۲	 برنامه‌ریزی بر مبنای هدف
۳۳	 محاسن برنامه‌ریزی
۳۳	 محدودیت‌های برنامه‌ریزی

۳۴	 مراحل برنامه‌ریزی
۳۷	 فصل دوم: کلیاتی در باره اوقات فراغت
۳۹	 تعریف واژه فراغت
۴۱	 تعریف اوقات فراغت
۴۲	 چیستی اوقات فراغت
۴۲	 اوقات فراغت به عنوان فعالیت
۴۳	 اوقات فراغت از دیدگاه عملکردی
۴۳	 اوقات فراغت از دیدگاه آزادی عمل
۴۳	 انواع فراغت
۴۵	 فصل سوم: اهمیت اوقات فراغت
۴۵	 اهمیت اوقات فراغت
۴۶	 اهمیت برنامه‌ریزی اوقات فراغت
۵۰	 نقش و کارکردهای اوقات فراغت
۵۱	 اوقات فراغت و توسعه مهارت‌های شناختی و شکوفایی استعدادها
۵۲	 اوقات فراغت و آسیب‌پذیر اجتماعی
۵۳	 فصل چهارم: جوانان و اوقات فراغت
۵۳	 نحوه نگرش به جوانان و تعریف جوانی
۵۴	 نحوه گذراندن اوقات فراغت جوانان
۵۴	 آموزش اوقات فراغت و ارتقای سلامت جامعه
۵۹	 فصل پنجم: نظریه‌های اوقات فراغت
۶۰	 نظریه‌های اوقات فراغت
۶۱	 اوقات فراغت به منزله وقت آزاد
۶۳	 اوقات فراغت به منزله فعالیت
۶۳	 اوقات فراغت به منزله حالتی ذهنی یا حالتی از بودن
۶۴	 اوقات فراغت به منزله مفهوم کل نگر و همه جانبه
۶۴	 اوقات فراغت به منزله شیوه‌ای از زندگی
۶۵	 کارکردهای اجتماعی و فردی اوقات فراغت

گذران اوقات فراغت.....	۷۷
دیدگاه دومازیه.....	۷۷
دیدگاه ادینگتون.....	۷۸
نظریه رشد.....	۷۸
نظریه ها.....	۷۹
اوقات فراغت و جهانی شدن.....	۸۰
فصل پنجم: رویکردهای مختلف به اوقات فراغت جوانان.....	۸۵
رویکردهای مختلف به اوقات فراغت جوانان.....	۸۵
رویکرد اقتصادی.....	۸۶
رویکرد اجتماعی.....	۸۶
رویکرد آسیب شناسی.....	۸۷
رویکرد جنسیتی به اوقات فراغت.....	۸۷
رویکرد مشارکتی.....	۸۷
منابع.....	۸۹

دیباچه

اوقات فراغت یکی از مهم‌ترین منابع ثروت ملی در هر جامعه به شمار می‌رود، که نحوه برخورد با آن‌ها می‌تواند نحوه استفاده از سایر سرمایه‌های مادی و مفهومی است. در صورتی که با این بزرگس منطقی و خطمشی صحیح با در نظر گرفتن شرایط جامعه به اوقات فراغت توجه شود و برنامه‌ریزی دقیقی در مورد آن به اجرا گذاشته شود طبیعتاً جامعه از ادراک مثبت آن بهره‌مند خواهد شد. در چنین حالتی با جامعه‌ای روبرو خواهیم شد که نیروی انسانی از کارایی بالاتری برخوردار است و به دنبال آن بهروری در تمامی بخش‌ها خواهد بود. میزان نابهنجاری‌ها، کجروی‌ها و آسیب‌های اجتماعی پایین‌تر است و جامعه از سلامت روحی و روانی و شادابی فیزیکی بیشتری برخوردار است.

لذا با توجه به اهمیت و ضرورت اوقات فراغت در زندگی همه افراد جامعه خصوصاً نوجوانان و جوانان، برنامه‌ریزی مناسب و شایسته جهت بهروری کامل و بهینه و استفاده مطلوب از اوقات فراغت در همه جوامع و به‌ویژه کشورهای در حال توسعه، مانند کشور عزیزمان ایران که بخش مهمی از جمعیت آن را نوجوانان و جوانان تشکیل می‌دهند از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

در این کتاب سعی شده تا نگاهی هر چند مختصر به مفهوم اوقات فراغت، ضرورت برنامه‌ریزی و کارکردهای آن در جامعه داشته باشیم. از

دانشجویان گرامی و اساتید و همکاران محترم انتظار می‌رود نظرات سازنده و اصلاحی خود را از طریق ایمیل amirk1015@yahoo.com با مولف در میان بگذارند.

امیر حسن کوهی

پائیز ۱۳۹۶

www.ketab.ir