

درس چهاردهم : برنامه ریزی برای اوقات فراغت

۱ - اوقات فراغت را تعریف کنید؟

پاسخ : انسانها، اغلب اوقات خود را برای انجام کار یا تحصیل یا وظایف و تکالیفی که بر عهده دارند صرف می کنند، به اوقاتی که فرد از این امور فارغ یا آسوده است، اوقات فراغت می گویند.

۲ - فراغت چگونه زمانی است و معمولاً چگونه سپری می شود؟

پاسخ : فراغت زمانی است که پس از انجام کار یا تکالیف درسی، فرصت پیدا می کنیم تا به فعالیت های دلخواه خودمان مانند کارهای هنری، ورزش و بازی و سرگرمی های مفید یا آموختن مهارت های مختلف بپردازیم.

۳ - چه زمان هایی برای انجام فعالیت های دلخواه دانش آموزان مناسب است؟

پاسخ : برای دانش آموزان، روزهای تعطیل و همچنین تعطیلات تابستان فرصت خوبی برای انجام فعالیت های دلخواه است. برای استفاده از اوقات فراغت باید برنامه ریزی مناسب داشته باشیم تا بتوانیم بهترین و مفید ترین استفاده را از این اوقات ببریم.

۴ - چند راه استفاده از اوقات فراغت را نام ببرید؟

پاسخ : شرکت در مجالس مذهبی- حضور در شرکت های اجتماعی- پرداختن به هنر و سرگرمی- رفتن به مسافرت (سیر و سفر)- مطالعه و مهارت آموزی- بازی و ورزش

۵ - چند نمونه از کارهایی را که در اوقات فراغت به تنهایی می توانید انجام دهید بنویسید؟

پاسخ : مطالعه یا حل کردن جدول، ساختن کاردستی، پرورش حیوانات یا جمع آوری مجموعه های سنگ و تمبر

۶ - چند نمونه از کارهایی را که در اوقات فراغت بهتر است به صورت گروهی انجام دهید بنویسید؟

پاسخ : سفرهای زیارتی یا دیدار اقوام یا رفتن به گردشگاه ها را بهتر است همراه خانواده یا دوستان انجام دهیم.

۷ - منظور از در نظر گرفتن شرایط و امکانات برای پر کردن اوقات فراغت چیست؟

پاسخ : ممکن است در محل زندگی ما برخی از امکانات وجود نداشته باشد یا پول کافی برای دسترسی به آن ها نداشته باشیم. در این صورت بهتر است از روش های دیگر که با امکانات و هزینه ی کمتری قابل انجام است، استفاده کنیم.

۸ - چند نمونه از روش های پر کردن اوقات فراغت در گذشته را بنویسید؟

پاسخ : شرکت در مراسم و جشن ها، شرکت در مسابقات زور آزمایی و تیراندازی، مجالس نقالی و بازیهای گروهی

۹ - چند بازی قدیمی را که از گذشته تا کنون در نواحی مختلف ایران رایج بوده اند را نام ببرید؟

پاسخ : قایم باشک (قایم موشک)، نون بیار کباب ببر، عمو زنجیر باف، الک و دولک، باد بادی و طناب بازی.

۱۰ - تعدادی از مکانهای عمومی گذران اوقات فراغت را بنویسید؟

پاسخ : کتابخانه های عمومی- سالن های تئاتر و سینما- نمایشگاه ها- بوستان ها (پارک ها)- مجموعه های شهر بازی-

اردوگاه ها- مجتمع های فرهنگی- هنری و...

۱۱ - چند مورد از رفتار های مناسب هنگام حضور در ورزشگاه ها را بنویسید؟

پاسخ : برای تهیه ی بلیت، نوبت را در صف رعایت کنیم.

از مسخره کردن یک تیم یا هواداران آن خودداری کنیم و فقط تیم مورد علاقه مان را تشویق کنیم.

از اموال عمومی حفاظت کنیم- با نظم و آرامش به سالن ها وارد یا خارج شویم.

با انتظامات یا کارکنان ورزشگاه همکاری کنیم و...

-چند مورد از رفتار های مناسب هنگام حضور در بوستان ها (پارک ها) را بنویسید؟

پاسخ: روی چمن ها راه نرویم و فقط از پیاده رو ها استفاده کنیم

گل ها را نچینیم

زباله ها را در سطل های مخصوص بریزیم و...

۱۳ -برخی از مؤسسات و سازمان هایی که در امور اوقات فراغت فعالیت می کنند را نام ببرید؟

پاسخ: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان- سازمان دانش آموزی- سازمان فرهنگی هنری شهرداری- سازمان تربیت

بدنی- سازمان آموزش فنی و حرفه ای- وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و...