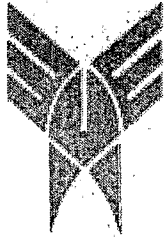


1412



دانشگاه آزاد اسلامی  
واحد مرودشت

برای اخذ درجه کارشناسی ارشد رشته برنامه ریزی درسی

**عنوان:**

**تاثیر استفاده از اوقات فراغت دانش آموزان دوره راهنمایی  
شرکت کننده در کلاسهای کانون فرهنگی تربیتی مهر شهر  
سده بر افزایش عزت نفس آنها**

**استاد راهنما:**

دکتر سیامک رضا مهجور

**استاد مشاور:**

دکتر پروین غیاثی

اطلاعات مذکور صحیح است  
تستورن

۱۳۸۸/۱۲/۲

**نگارش:**

یوسف قاسمی

بهار ۱۳۸۷

۱۳۱۰۸۶



دانشگاه آزاد اسلامی

واحد مرودشت

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد

گرایش برنامه ریزی درسی

عنوان :

تاثیر استفاده از اوقات فراغت دانش آموزان دوره راهنمایی شرکت کننده در کلاسهای کانون فرهنگی تربیتی مهر شهر سده برافزایش عزت نفس آنها .

نگارش :

یوسف قاسمی

بهار ۸۷

هیئت داوران :

۱- دکتر سیامک رضا مهجور

۲- دکتر پروین غیاثی

۳- دکتر سلطانه علی کاظمی

## تشکر و قدردانی:

سپاس بیکران خداوند متعال را که علم و قدرت و اراده او ازلی وابدی است. خداوندی که بی لطف و اراده او هیچ جنبنده ای به تکامل نخواهد رسید و به من قدرت فراگیری علم را عطا فرمود و همیشه با توکل به ذات مقدس و درگاه ربوبی او بر مشکلات فائق آمده، و نامش چراغ راه زندگیم بوده است. با تشکر صمیمانه از اساتید گرامی و ارجمند که همواره در مراحل مختلف تحصیل مرا یاری نموده و در این رهگذر روشنگری پر فروغ بوده، و در تمام مراحل تهیه، تدوین و تالیف پایان نامه مرا یاری نموده اند، هرچند در این عبارت کوتاه و مختصر نمی توان حق مطلب را ادا نمود. بجاست که از زحمات صمیمانه استاد محترم راهنما دکتر سیامک رضامهجور، استاد محترم مشاور سرکار خانم دکتر پروین غیسانی و استاد داور محترم، دکتر سلطانه علی کاظمی و سایر کسانی که با این جانب همکاری صمیمانه داشته اند تشکر و قدر دانی مینمایم.

یوسف قاسمی - بهمن ۱۳۸۶

تقدیم :

به همسر گرامیم و فرزندان عزیزم حامد و فروغ، که همواره در طول تحصیل و مراحل مختلف پایان نامه با من همکاری صمیمانه داشته، صبر و حوصله و سختی های زیادی را بر دوش کشیدند. از ایشان تشکر و قدردانی مینمایم و از خداوند متعال برای ایشان بهروزی و آرزوی موفقیت دارم.

## چکیده

هدف از انجام این تحقیق بررسی تاثیر استفاده از کلاس های اوقات فراغت بر افزایش عزت نفس دانش آموزان دوره راهنمایی شهر سده است. در این تحقیق کلاسهای کانون فرهنگی مهر به عنوان متغیر مستقل و افزایش عزت نفس دانش آموزان به عنوان متغیر وابسته است. این پژوهش شامل پنج فرضیه تحقیقی است.

نمونه تحقیق شامل ۳۰ نفر از دانش آموزان دوره راهنمایی که در سال تحصیلی ۸۶-۸۵ در کانون فرهنگی تربیتی مهر شهر سده مشغول به فعالیت بودند. نمونه تحقیق با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی انتخاب گردید.

در این تحقیق برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه ی عزت نفس ۵۸ سئوالی کوپراسمیت در چهار مقیاس کلی، اجتماعی، خانوادگی، و تحصیلی استفاده شد.

روش تحقیق از نوع آزمایشی است که با طرح پیش ازمون و پس ازمون اجرا شد. برای تعیین تفاوت بین متغیرها از  $t$  استودنت استفاده شد و نتایج تجزیه و تحلیل نشان داد که شرکت در کلاس های اوقات فراغت باعث افزایش عزت نفس دانش آموزان شده است.

## فهرست مطالب

صفحه	عناوین
	چکیده :
	قدر دانی و تشکر :
	تقدیم :
	فصل اول : کلیات تحقیق
۱.....	مقدمه.....
۳.....	بیان مسئله.....
۴.....	اهمیت تحقیق.....
۷.....	اهداف تحقیق.....
۷.....	فرضیه های تحقیق.....
۸.....	تعریف مفاهیم وازه ها.....
	فصل دوم : پیشینه تحقیق
۱۱.....	مقدمه.....
۱۱.....	اوقات فراغت و بهداشت روانی.....
۱۲.....	اوقات فراغت و اصلاح رفتار شخصی.....
۱۳.....	اوقات فراغت و آسیب پذیری اجتماعی.....
۱۴.....	تحقیقات خارجی.....
۱۹.....	تحقیقات داخلی.....
۲۲.....	برنامه درسی و اوقات فراغت در ایران.....
	دیدگاه های برنامه درسی
۲۳.....	۱- دیدگاه رشد و توسعه ی فرآیندهای ذهنی و عقلی.....
۲۳.....	۲- دیدگاه منطق گرایی:.....
۲۳.....	۳- دیدگاه تحقق خود یا ارتباط شخصی.....
۲۳.....	۴- دیدگاه بازسازی اجتماعی.....
۲۳.....	برنامه درسی ایران.....
۲۴.....	اوقات فراغت در ایران.....

## دیدگاه های مربوط به اوقات فراغت

- ۱- دیدگاه های نظری مربوط به اوقات فراغت..... ۲۵
  - ۱-۱ نظریه ارتباط مذهب و تفریح..... ۲۵
  - ۲- نظریه غریزی بازی و تفریح..... ۲۶
  - ۳- نظریه استراحت و کسب لذت..... ۲۷
  - ۲- دیدگاه های جامعه شناسی اوقات فراغت..... ۲۷
  - ۳- دیدگاه کار کرد گرایی..... ۲۸
  - ۴- دیدگاه اقتصادی مربوط به اوقات فراغت..... ۲۸
  - ۵- دیدگاه اجتماعی مربوط به اوقات فراغت..... ۲۹
  - ۶- دیدگاه تعلیم و تربیت فرهنگی..... ۲۹
  - ۷- دیدگاه سیاسی درباره ی اوقات فراغت..... ۳۰
- اوقات فراغت از دیدگاه اسلام..... ۳۲
- مکاتب فلسفی و برخورد آنها با مسئله ی سرگرمی و اوقات فراغت
- ۱- دیدگاه فلسفه ی «ایده الیسم»..... ۳۳
  - ۲- دیدگاه «فلسفه رئالیسم»..... ۳۴
  - ۱- دیدگاه فلسفه «طبیعت گرایی»..... ۳۴
  - ۴- دیدگاه فلسفه «پراگماتیسم»..... ۳۵
- دیدگاه فلسفه تربیتی کمونیسم..... ۳۷
- نقش و کارکرد های اوقات فراغت در فرایند آموزش و پرورش
- ۱- نقش فعالیت های فراغتی در رشد تفکر انتقادی دانش آموزان..... ۳۷
  - ۲- نقش فعالیت های فراغتی در رشد شخصیت روانی و عاطفی دانش آموزان..... ۳۸
  - ۳- نقش اوقات فراغت در رشد خلاقیت و نو آوری در دانش آموزان..... ۳۸
  - ۴- نقش اوقات فراغت در جامعه پذیری دانش آموزان..... ۳۹
  - ۵- نقش اوقات فراغت در اثر بخشی و کار آمدی نظام آموزش و پرورش..... ۳۹
  - ۶- نقش فعالیت های اوقات فراغت در،  
ایجاد یک فرایند آموزش و پرورش مردم سالار..... ۳۹
  - ۷- نقش فعالیت های اوقات فراغت در حل مشکلات رفتاری دانش آموزان..... ۴۰
- انواع و اقسام فراغت



۵۲.....	فرضیه ۳-۳
۵۳.....	فرضیه ۳-۴
۵۳.....	فرضیه ۴-۱
۵۴.....	فرضیه ۴-۲
۵۵.....	فرضیه ۴-۳
۵۵.....	فرضیه ۴-۴
۵۶.....	فرضیه ۵-۱
۵۶.....	فرضیه ۵-۲
۵۷.....	فرضیه ۵-۳
۵۸.....	فرضیه ۵-۴

#### فصل پنجم: بررسی نتایج

۵۹.....	خلاصه پژوهش
۶۰.....	بررسی فرضیه ۱-۱
۶۰.....	بررسی فرضیه ۱-۲
۶۱.....	بررسی فرضیه ۱-۳
۶۱.....	بررسی فرضیه ۱-۴
۶۲.....	بررسی فرضیه ۲-۱
۶۲.....	بررسی فرضیه ۲-۲
۶۳.....	بررسی فرضیه ۲-۳
۶۳.....	بررسی فرضیه ۲-۴
۶۴.....	بررسی فرضیه ۳-۱
۶۴.....	بررسی فرضیه ۳-۲
۶۵.....	بررسی فرضیه ۳-۳
۶۵.....	بررسی فرضیه ۳-۴
۶۵.....	بررسی فرضیه ۴-۱
۶۶.....	بررسی فرضیه ۴-۲
۶۶.....	بررسی فرضیه ۴-۳
۶۷.....	بررسی فرضیه ۴-۴

۶۷.....	بررسی فرضیه ۱-۵.....
۶۸.....	بررسی فرضیه ۲-۵.....
۶۸.....	بررسی فرضیه ۳-۵.....
۶۸.....	بررسی فرضیه ۴-۵.....
۷۰.....	پیشنهادها:.....
۷۱.....	محدودیت های تحقیق.....

پیوستها

پیوست الف

## فهرست جداول

جدول

صفحه

- جدول شماره ۱- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کل کلاسها ی کانون و افزایش عزت نفس کلی..... ۴۷
- جدول شماره ۲- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کل کلاسها ی کانون و افزایش عزت نفس اجتماعی..... ۴۷
- جدول شماره ۳- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کل کلاسها ی کانون و افزایش عزت نفس خانوادگی ..... ۴۸
- جدول شماره ۴- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کل کلاسها ی کانون و افزایش عزت نفس آموزشی ..... ۴۸
- جدول شماره ۵- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس نقاشی کانون و افزایش عزت نفس کلی..... ۴۹
- جدول شماره ۶- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس نقاشی کانون و افزایش عزت نفس اجتماعی..... ۴۹
- جدول شماره ۷- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس نقاشی کانون و افزایش عزت نفس خانوادگی..... ۵۰
- جدول شماره ۸- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس نقاشی کانون و افزایش عزت نفس تحصیلی..... ۵۰
- جدول شماره ۹- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس زبان انگلیسی کانون و افزایش عزت نفس کلی..... ۵۱
- جدول شماره ۱۰- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس زبان انگلیسی کانون و افزایش عزت نفس اجتماعی..... ۵۲
- جدول شماره ۱۱- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس زبان انگلیسی کانون و افزایش عزت نفس خانوادگی..... ۵۲

جدول شماره ۱۲- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس زبان انگلیسی کانون و افزایش عزت نفس

آموزشگاهی.....۵۳

جدول شماره ۱۳- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس احکام و اخلاق اسلامی کانون و افزایش

عزت نفس کلی.....۵۳

جدول شماره ۱۴- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس احکام و اخلاق اسلامی کانون و افزایش

عزت نفس اجتماعی.....۵۴

جدول شماره ۱۵- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس احکام و اخلاق اسلامی کانون و افزایش

عزت نفس خانوادگی.....۵۵

جدول شماره ۱۶- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس احکام و اخلاق اسلامی کانون و افزایش

عزت نفس تحصیلی.....۵۵

جدول شماره ۱۷- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس تنیس کانون و افزایش عزت نفس

کلی.....۵۶

جدول شماره ۱۸- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس تنیس کانون و افزایش عزت نفس

اجتماعی.....۵۶

جدول شماره ۱۹- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس تنیس کانون و افزایش عزت نفس

خانوادگی.....۵۷

جدول شماره ۲۰- ۴ نتایج آزمون t بین شرکت در کلاس تنیس کانون و افزایش عزت نفس.

تحصیلی.....۵۸

# فصل اول

## کلیات تحقیق

## مقدمه

در دوره کشاورزی و روزگار پیش از انقلاب صنعتی کار روزانه با دست یس ابزارهای ساده انجام می شد، قسمت اعظم وقت و قوای مردم در راه تامین معاش و تهیه ضروریات زندگی مصرف می شد و موقعی که از کار دست می کشیدند، نیروی اضافی در وجودشان باقی نمانده بود که آن را برای تفریح و سرگرمیهای فرح آور و اوقات فراغت به کار بندند، ناچار به بستر خواب پناهنده می شدند تا خستگی روزانه را جبران کنند و نیروی تازه ای برای فردای خود ذخیره کند. تنها افراد متمکن و مرفه که در امر معاش نیازی به فعالیت های بدنی نداشتند از تفریحات گوناگون استفاده می کردند و نیروی زاید خود را بدان وسیله آزاد می ساختند.

در جهان صنعتی وضع کارگر از حالت بنده ای و برده ای، دگرگون شده است. وظیفه انسان فقط مراقبت و نظارت بر کار ماشین است. از طرف دیگر سرعت کار ماشین و زیادی محصول ایجاب کرده است که ساعات کار تقلیل یابد؛ در نتیجه یک کارگر چند ساعت وقت آزاد و مقدار زیادی نیروی ذخیره در بدن دارد. به همین علت با بی صبری از پی این تفریح و تفرج می رود تا از ساعات فراغت خود استفاده کند و نیروی باقی مانده را در لذت و کامرانی آزاد سازد.

از زمان صنعتی شدن سبک زندگی انسان تغییر کرد و روز به روز زندگی مدرن را در پیش گرفت و تفریح و لذت را هدف اساسی زندگی خود شناخت و چند ساعت کار را وسیله قرار داد که در مواقع فراغت به تفریح پردازد.

اوقات فراغت نزدیک ترین پیوند را با زندگی معنوی و فرهنگی انسان مدرن پیدا کرده است. اوقاتی که به میل و اختیار در راه آموختن، آفریدن، پژوهش، تربیت، مشارکت، و دیگر عرصه های اندیشه صرف می گردد. به مثابه همین زندگی مدرن، ویژگی هایی در زندگی انسان به وجود آمده است. ویژگی هایی مانند:

- رشد و گسترش خرید به عنوان یک پیشه فراغتی
- رشد و تخلیه آگاهی مردم در تمام لحظه های زندگی

- دستکاری زمان و مکان برای ایجاد فراغت و وقت صرف کردنی افزایش علاقه به ایجاد کلکسیون جمعی و فردی و نمایش کالاها جهت غنی کردن و پر کردن اوقات فراغت .

مهجور، (الف ۱۳۸۱: ۹۴) اظهار می دارد: «یکی از سرگرمی های بشر در طول تاریخ و یا حداقل در سال های جدید علاقه ی او به گرد آوری آثار هنری و مظاهر طبیعی و مصنوعی زندگی است». این مطلب خود گویای این واقعیت است که روش های غنی کردن اوقات فراغت ارتباط نزدیکی با حیات معنوی و فرهنگی انسان پیدا کرده است چون فرد می تواند در اوقات فراغت همان چیزی را که می پسندد انجام دهد، شخصیت نهایی خود را باز یابد و آن را ابراز کند، بنابراین قابلیت های فرد در عرصه ی اوقات فراغت جلوه گر می شود. ایام بیکاری، یعنی ایامی که باید به خوشی و تفریح بگذرد تنها زمانی است که زندگی را شایسته زندگی کردن می سازد و ایام دیگر را تنها از آن لحاظ تحمل می کنیم که در غنی ساختن و با ارزش کردن ایام بیکاری و فراغت ما اثر دارد.

دانش آموزان باید به طور فزاینده به دانش ها، مهارتها و نگرشهای مجهز شوند که بتواند خود را با تحولات و تغییرات گپیچ کننده جامعه ی صنعتی در عرصه های مختلف هماهنگ سازند. آنها هم چنین باید خود را به مهارتهای گوناگون تفکر، برای تصمیم گیری و حل مسائل پیچیده جامعه آماده کنند. عزت نفس، می تواند بر مشارکت موفق دانش آموزان با یکدیگر در یک طرح اثر گذارد.

متأسفانه اوقات فراغت در جامعه ما و در باره ی جوانان ما نه تنها دارای تعریف علمی و منطقی نیست بلکه برنامه ریزان راجع به اوقات فراغت جوانان و نوجوانان سر در گم میباشند و نسبت به سازوکار مبانی و مفاهیم اوقات فراغت شناخت کافی ندارند. حتی الگوهای عملی اوقات فراغت از نظر زمانی با استاندارد های جهانی متفاوت است.

کانونهای فرهنگی در کشور ما، از جمله مراکزی هستند که با هدف پر کردن اوقات فراغت دانش آموزان و شناسایی و هدایت استعداد های آنها در زمینه های مختلف، آموزشی علمی، فرهنگی، هنری، برنامه هایی را تدوین و ارائه کرده است. دانش آموزان می توانند از این فرصتها، افکار و اندیشه های خود و در نهایت دنیای درون خود را کنترل کنند و با افزایش عزت نفس، خود را در گیر مسائل و مطالب مفید کنند و مایوس و ناامید نشوند و برای

به رشد و بالندگی همه جانبه علاوه بر کتابهای درسی به تحقیق و مطالعه و بررسی های همه جانبه دیگر نیز روی بیاورند .

و این نوع فعالیت ها آرامش روحی و روانی برای افراد به همراه خواهد داشت . این نشان دهنده اهمیت بر نامه ریزی برای اوقات فراغت است (عصاره ، ۱۳۷۷ : ۲۹) .

### «بیان مسئله»

در این پژوهش ، هدف بررسی این موضوع است که آیا اوقات فراغت دانش آموزان پسر و دختر دوره راهنمایی سده که در فعالیتهای آموزشی ، تربیتی کانون های فرهنگی شرکت می کنند تاثیری بر افزایش عزت نفس آنها دارد یا نه ؟

در این پژوهش کلاس های آموزشی تربیتی کانون های فرهنگی به مثابه «متغیر مستقل» و بررسی تاثیر آن بر افزایش عزت نفس دانش آموزان مقطع راهنمایی شهر سده به مثابه «متغیر وابسته» می باشد .

در تعلیم و تربیت کودکان و نوجوانان ، اوقات فراغت یکی از موارد بسیار اساسی و تاثیر گذار در فرایند رشد روحی آنان است . در وضعیت عادی که جوانان و نوجوانان ما به زندگی معمول خود ادامه می دهند و شرایط خاصی برای آنها بوجود نیامده ، تربیت تا حدودی آسان است کافی است که از روش های تربیت و حالات روحی و روانی فرزندان جامعه آگاه باشیم و با حوصله لازم آنان را در مسیر رشد و کمال هدایت کنیم؛ ولی در اوقات فراغت این چنین نیست .

نخستین نکته ای که خانواده و مربیان و دست اندر کاران باید به خاطر داشته باشند این است که ، اوقات فراغت ، اوقات بیکاری نیست و این که اوقات فراغت را در کجا و چگونه بگذرانند ، مسئله بسیار مهمی است . کانون های فرهنگی ، از جمله مراکزی هستند که برای اجرای برنامه ها و فعالیت های فرهنگی ، هنری ، ورزشی ، علمی و مهارت هایی برای رشد و کمال و شکوفایی استعداد های گوناگون کودکان و نوجوانان دانش آموز در سراسر کشور تشکیل گردیده و و به منظور هر چه بیشتر و بهتر پر کردن اوقات فراغت دانش آموزان به فعالیت می پردازند .



یکی از جنبه‌هایی که در دانش آموزان، در ایام فراغت می‌تواند رشد کند عزت نفس است. عزت نفس مجموعه‌ای از عقاید یا احساساتی است که ما در خودمان داریم. شکل‌گیری عزت نفس در زندگی فرد خیلی زود شروع می‌شود. عزت نفس سالم برای کودکان و نوجوانان مانند زرهی است که وی را در مقابل چالش‌های زندگی محافظت می‌کند.

فعالیت‌های اوقات فراغت در کانونها بهترین فرصت و عامل ارضای این نیاز نوجوانان و جوانان به شمار می‌رود. محیط کانونها، بهترین موقعیت‌های طبیعی برای افزایش عزت نفس و اعتماد به نفس دانش آموزان است؛ زیرا فعالیت کانونها به صورت تشکیلی و گروه‌های مختلف است و می‌تواند عزت نفس دانش آموزان را تقویت کند و بدین وسیله از میزان ناهنجاری و ناسازگاریها بکاهد.

در مجموع باید گفت: رسالت خانواده و مربیان و دولت در مقابل تربیت کودکان و نوجوانان بسیار سنگین است و کانون‌های فرهنگی تربیتی می‌توانند در ایام فراغت، کمک بسیار بزرگی برای بالا بردن عزت نفس آنها باشد.

#### « اهمیت تحقیق »

مسأله اوقات فراغت و چگونگی و محل گذران آن با توجه به فعالیت‌ها و تحولات اجتماعی و پیشرفت‌های علم و فن آوری دوران اخیر به عنوان یک مسئله مهم مورد توجه قرار گرفته به شکلی که جامعه جدید را مصادف با تجلی تمدن فراغت دانسته‌اند. تغییر ساختار اجتماعی جامعه و نحوه نگرش به زندگی حتی مفهوم اوقات فراغت را تغییر داده است.

در کشور ما ایران، با فرا رسیدن فصل تابستان، چگونگی گذراندن اوقات فراغت میلیون‌ها نوجوان و جوان، به یکی از دغدغه‌های خانواده‌ها و متولیان امر تبدیل می‌شود. به همین علت چنانچه بر نامه ریزی جدی و جامعی برای گذراندن اوقات فراغت نوجوانان و جوانان انجام نشود پیامدهای ناگواری را بر جای می‌گذارد و باعث رشد انحرافات و بزهکاری‌هایی در آنها می‌شود. استفاده از اوقات فراغت می‌تواند آمادگی لازم برای بروز

خلاقیت ها و ابتکارات را در جوانان و نوجوانان داشته باشد. با غنی کردن این اوقات می توان برای تربیت نسل آینده گام مؤثر برداشت .

در این مورد که آیا کانون های فرهنگی تربیتی می توانند اوقات فراغت نوجوانان و جوانان را پر کنند باید گفت که فعالیت کانونهای فرهنگی تربیتی نه تنها جنبه ی پرکردن اوقات فراغت را دارند. بلکه جنبه های آموزشی و ارتقاء سطح علمی و درسی دانش آموزان را نیز تأمین می کند.

اوقات فراغت امروزه پیش از هر زمان دیگری وجود دارد ؛ زیرا ساعت های رسمی و الزامی کار در مراکز و کشورهای مختلف کاهش پیدا کرده است . بنابراین این هریک از آحاد مردم ساعتی را در اختیار دارند که باید برای استفاده از آنها طبق نظر خود برنامه ریزی کنند علاوه بر آن اینک اوقات فراغت بخش مهمی از زندگی مردم جوامع بشمار می رود .

نقش و اهمیت اوقات فراغت در زندگی جوانان و نوجوانان ضرورت تحقیقات را بیش از پیش جلوه گر می سازد و ما را ملزم به انجام تحقیقاتی در این زمینه می کند. انسان آن قدر که با سختی و مشکلات می تواند کنار بیاید و شرایط را بپذیرد ، قادر نیست با اوقات فراغت وسیع و بی برنامه مواجه شود. اوقات فراغت فرصتی به نوجوان می دهد تا انرژی هایش را آزاد کند و به خلاقیت و خود کفایی نائل شود و لیکن در صورتی که این فرصت ها به هدر رود و نتواند نوجوان را مشغول کند زمینه ساز انحرافات و کجروی های او خواهد بود (کاربخش راوری ، ۱۳۸۲: ۱۷).

در گذران اوقات فراغت ، شاید اعتماد به نفس ، یکی از مهمترین متغیر هایی باشد که بر مشارکت موفق دانش آموزان با یکدیگر در یک طرح اثر می گذارد. پایه های ارزشی داوری کودکان درباره ی شایستگی بر اساس توانایی انجام کارها و نیز تأیید دیگران است که به صورت پذیرش دوستی نزدیک آن ها آشکار می شود. ایجاد شرایط مختلفی که کودکان بتوانند قابلیت های خود را به نمایش بگذارند ، در بهبود اعتماد به نفس مؤثر است.

مهجور، ( ب ۱۳۷۶: ۱۵۲ ) اظهار می دارد که : « دیدگاه کودک از خود ، در واقع به مهارت و توانایی او در برداشت دنیای خارج از خود و نقشی که در آن بر عهده دارد ارتباط مییابد . بنابراین هرگاه فرصتی به کودکان و نوجوانان بدهیم که به صورت بازی های گروهی باشد آن ها میتوانند توانایی خود را با دیگران مقایسه کنند و یا احیاناً پاسخ دیگران را نسبت به تواناییهای ارائه شده ی خود دریابد آنگاه مطمئن تر از گذشته به خود می نگرند و بر خودشناسی خود می افزاید.» .

گانیه <sup>۱</sup> (۱۹۹۳) معتقد است که : « آموزش و پرورش مجموعه ای از رویدادهاست که بر یادگیرندگان به طرق مختلف اثر می کند که یادگیری آسان شود » . برای آنکه از طریق فرایند یادگیری ، تربیت افراد تحقق پیدا کند لازم است آموزش و پرورش شرایط محیطی را فراهم سازد که در آن تمام استعداد های افراد در زمینه های موزون و هماهنگ شکوفا شود (، گانیه، آر ، ام و همکاران ، مترجم علی آبادی ، ۱۳۷۴ : ۲۱) .

بنابراین پاسخ گویی به مسائل کودکان و نوجوانان ، ضرورت تحقیق را ایجاب می کند تا راهکارهایی ارائه شود. دست اندرکاران و مسئولین و مربیان و والدین فضاهای سازنده و مناسب را ایجادکنند و اوقات فراغت و تفریحات فرزندان را هر چه بیشتر غنی تر سازند تا بر عزت نفس آن ها بیفزایند. با توجه به تجربه ای که پژوهشگر در این آموزشگاه دارد شاهد پایین بودن عزت نفس دانش آموزان و عدم ارتباطات قوی در آنها بوده است . بدیهی است محک زدن اثر کلاسهای فوق برنامه جهت رفع این نقیصه ضروری به نظر می رسد .

---

## 1- Gagne

## اهداف تحقیق

هدف کلی: بررسی تأثیر اوقات فراغت دانش آموزان دوره راهنمایی شرکت کننده در کلاس های کانون فرهنگی تربیتی (مهر) شهر سده، بر افزایش عزت نفس آنها.

## اهداف فرعی

- ۱- تاثیر شرکت دانش آموزان در کلاس نقاشی در افزایش عزت نفس آنها.
- ۲- تاثیر شرکت دانش آموزان در کلاس زبان انگلیسی در افزایش عزت نفس آنها
- ۳- تاثیر شرکت دانش آموزان در کلاس احکام و اخلاق اسلامی در افزایش عزت نفس آنها
- ۴- تاثیر شرکت دانش آموزان در کلاس تربیت بدنی در افزایش عزت نفس آنها

## فرضیه های تحقیق

۱. شرکت در کلاسهای اوقات فراغت کانون فرهنگی تربیتی مهر باعث افزایش عزت نفس کلی، اجتماعی، خانوادگی و تحصیلی دانش آموزان دوره راهنمایی شهر سده می شود.
- ۲- شرکت در کلاس نقاشی، کانون فرهنگی تربیتی مهر باعث افزایش عزت نفس کلی، اجتماعی، خانوادگی و تحصیلی دانش آموزان دوره راهنمایی شهر سده می شود.
- ۳- شرکت در کلاس زبان انگلیسی، کانون فرهنگی، تربیتی مهر باعث افزایش عزت نفس کلی، اجتماعی، خانوادگی و تحصیلی دانش آموزان دوره راهنمایی شهر سده می شود.
- ۴- شرکت در کلاس تربیت بدنی، کانون فرهنگی، تربیتی مهر باعث افزایش عزت نفس کلی، اجتماعی، خانوادگی و تحصیلی دانش آموزان دوره راهنمایی شهر سده می شود.