



نگاهی به اوقات فراغت؛ خوبی ها و بدی های آن از نظر بچه ها و پدر و مادرها

تابستونه! فصل شادی و خنده!

نگاهی به اوقات فراغت دانش آموزان در روزهای گرم تابستان چطور فرزند دلبندمان را در تابستان تحمل کنیم!

دارند در فضای مجازی بچرخند و فیلم ببینند و بازی کامپیوتری انجام دهند اما به اعتقاد کارشناسان، اوقات فراغت کودکان و نوجوانان هم باید تفریح داشته باشد و هم به خلاقیت و یادگیری منجر شود و روح و جسم دانش آموز را برای چند ماه بعد که قرار است دوباره به مدرسه برود بازسازی کند.

البته نمی شود شرایط دشوار اقتصادی فعلی و بار هزینه ای که بر خانواده ها تحمیل شده را در این روزها نادیده گرفت اما اگر به نزدیک ترین مسجد، باشگاه ورزشی، سرای محله یا فرهنگسرای محله خود سری بزنید به احتمال فراوان کلاس مورد علاقه فرزندتان را با هزینه های تقریباً مناسب پیدا می کنید اما این همه ماجرا نیست.

برنامه ریزی خانوادگی را هم برای گذران اوقات فراغت نباید نادیده گرفت. چیدن برنامه برای گردش در شهر و سفر به استان های دیگر با هدف آشنایی با محیط زیست و آداب و رسوم و جغرافیای این مناطق، ورزش های روزانه و خانوادگی در پارک محله، برنامه ریزی برای خواندن کتاب های مناسب سن دانش آموز، شرکت در جمع های خانوادگی و مسئولیت دادن به نوجوان و کودک از جمله نگهداری از خردسالان و همیاری به سالمندان خانواده، می تواند به رشد و تکوین شخصیت دانش آموز منجر شود.

کارشناسان نقش مهمی برای وزارت آموزش و پرورش و نهادهای مختلف در راستای برنامه ریزی اوقات فراغت دانش آموزان قائل هستند اما اگر هر کدام از این نهادها در وظیفه خود کوتاهی کردند خودتان دست به کار شوید و با مشورت از مشاوران مدرسه، مطالعه و یک جست و جوی ساده در سایت های معتبر بهترین گزینه را برای اوقات فراغت فرزندتان انتخاب کنید.

لروما یک پدیده گران قیمت نیست و شرکت در کلاس های پرهزینه الزامی ندارد و مناسب به نظر می رسد. همچنین رفتن به کلاس های تابستانی هم آخرین راهکار برای گذراندن اوقات فراغت نیست بلکه نیاز است با کمی خلاقیت به برنامه ریزی در این زمینه پرداخت تا فرزندان بتوانند از طریق داشتن سرگرمی های شاد و مفرح نیازهای خود را برآورده سازند.

این خلاقیت در اوقات فراغت که کارشناسان از آن صحبت می کنند، چیست؟ خانواده ها ویژگی های شخصی، استعداد، خواسته ها و نقاط ضعف و قوت فرزند خود را به خوبی می شناسند، به همین دلیل باید با همفکری و در اولویت قراردادن علاقه او بهترین راه حل را برای گذراندن اوقات فراغت پیدا کنند.

خیلی از بچه ها دوست دارند روزهای تابستان تا لنگ ظهر بخوابند و به بهانه این که تابستان است، تا هر زمانی که دوست

در دوران بیکاری، قابل مدیریت نباشد. از سوی دیگر در این سال ها برگزاری کلاس های درسی و تقویتی مدارس در تابستان رونق گرفته است که همین تشابه روزهای تابستانی با روزهای سال تحصیلی انگیزه کودکان و نوجوانان را کاهش می دهد.

اوقات فراغت یک پدیده گران قیمت نیست

سمانه اسدی، روان شناس و کارشناس سلامت روان معتقد است: «با توجه به این که اوقات فراغت مختص دانش آموزان و متعلق به آنهاست، ضروری است که خودشان با توجه به علاقه مندی هایشان توسط خانواده ها در این مسیر هدایت شوند. با توجه به این که امروزه شرکت در کلاس های تابستانی و اوقات فراغت به بخش مهمی از دغدغه های والدین تبدیل شده، نیاز است والدین بدانند اوقات فراغت

با اتمام دوران دلبهره آوره امتحانات پایان سال، دانش آموزان بعد از این که خیال شان از قبولی در امتحانات راحت می شود، کم کم به

این موضوع فکر می کنند حالا که قرار است سه ماه از مدرسه دور باشند و فارغ از ارائه تکالیف اجباری و پیروی از برنامه روزمره سال تحصیلی، وقت خود را در خانه بگذرانند، قرار است چه کار دیگری انجام دهند؟ اینجاست که خانواده ها احساس خطر می کنند و خیلی از مادران دل نگران می شوند که چطور سه ماه فرزند دلبندشان را صبح تا شب تحمل کنند!

جالب است بدانید هر دانش آموز از اول ابتدایی تا پایان دوره متوسطه چهار سال از عمر خود را به فراغت می گذراند که نه تنها تعطیلات تابستان، بلکه تعطیلات عید نوروز و پنجشنبه و جمعه ها را نیز شامل می شود.

برخی خانواده ها از فردای امتحانات فرزندشان را در کلاس های متفاوت ثبت نام می کنند و اغلب برای خفرفروشی و با چشم و هم چشمی جای نفس کشیدن برای نوجوان و کودک خود نمی گذارند. از کلاس زبان انگلیسی گرفته تا کلاس پیانو، شنا، ژیمناستیک و دوره های مقدماتی برنامه نویسی!

تعدادی دیگر با این استدلال که سه ماه تابستان را استراحت کن تا اول مهر با انرژی به مدرسه بروی، تمام کارکرد اوقات فراغت را زیر سؤال می برند و موجب تحلیل استعدادها و توانمندی های غیرتحصیلی دانش آموز خود می شوند.

این تفکر که ممکن است به دلیل پایین بودن توان مالی خانواده هم باشد، باعث می شود انرژی انباشته دانش آموز

