



اوقات فراغت و برابری فرصت‌ها جهت افراد معلول

عباس خاک

رئیس اداره آموزش و پرورش استثنایی استان قم

مقدمه

اوقات فراغت از موضوعات و مسائل بسیار مهمی است که همواره ذهن و فکر مسؤولان و مدیران اجرایی و نیز دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت و هر انسان آینده‌نگر و عاقل را به خود مشغول می‌دارد. در مقیاسی گسترده‌تر امروزه مسأله بهره‌وری درست و بهینه و کارآمد از زمان و بویژه اوقات فراغت از مهمترین اموری است که همه جوامع بشری را ملزم به یافتن راهکاری برای آن کرده است. پس بدرستی باید مفهوم اوقات فراغت را شناخت و راهکارهای لازم را ارائه داد. اوقات فراغت فرصت ارزشمندی برای ایجاد همبستگی اجتماعی و احیای روحیه جامعه‌گرایی در بین گروه‌های مختلف اجتماع می‌باشد. اوقات فراغت زمینه‌ای برای نیرو گرفتن جهت ادامه کار و تلاش روزانه است از این رو باید با برنامه‌ریزی دقیق و اصولی همراه باشد. کودکان معلول نیز که قشر عظیمی از ایران اسلامی ما را تشکیل می‌دهند بر همه مسؤولان بلند پایه و مدیران اجرایی و مربیان تعلیم و تربیت کشور لازم است تا برای اوقات فراغت این قشر عظیم برنامه‌ریزی گسترده‌ای داشته باشند.

هدف مقاله:

هدف از این مقاله برنامه‌ریزی صحیح برای اوقات فراغت کودکان استثنایی است که بهینه‌سازی اوقات فراغت این قشر از ضرورت‌های عدالت اجتماعی جمهوری اسلامی ایران می‌باشد. مدنیت جامعه اسلامی ایران اقتضای رسیدگی بیشتر به محرومین را دارد بر توجه و رسیدگی به امور معلولین در کلام گهربار معصومین فراوان تأکید شده است.

مفهوم فراغت:

هر کسی ممکن است تعریفی خاص از اوقات فراغت داشته باشد. روانشناسان، جامعه‌شناسان، مدیران و صاحب‌نظران و دست‌اندرکاران امر تعلیم و تربیت. هر یک ممکن است برداشتی متفاوت از اوقات



همایش حقوق کودکان و دانش آموزان استثنایی

فراغت داشته باشد. در فرهنگ فارسی واژه فراغت به معنای آسودگی، آسایش و آسوده شدن از کار را گویند. در گفتار عامیانه فارسی واژه فراغت معادل تفریح، سرگرمی و خوشگذرانی می‌آید.

عواملی که بر اوقات فراغت مؤثر هستند:

۱- جنس

طبیعی است که گذراندن اوقات فراغت در دختران و پسران معلول متفاوت است و هر کدام با توجه به موقعیت اجتماعی خود شیوه‌های گوناگونی را بر می‌گزینند.

۲- سن

سن هم یکی از عوامل مؤثر در گذراندن اوقات فراغت به شمار می‌رود که افراد به سنین کودکی، نوجوانی و جوانی و بزرگسالی تقسیم می‌شود.

۳- میزان و نوع معلولیت

استفاده از اوقات فراغت در نابینایان و ناشنوایان و کم‌توان ذهنی در هر کدام به نوعی متفاوت می‌باشد.

۴- فصل

همیشه با اوقات فراغت فصل تابستان در ذهن تداعی می‌شود لکن اوقات فراغت مختص تابستان نیست. تنها در این فصل بررسی اوقات فراغت از اهمیت بیشتری برخوردار است.

۵- روز

جمعه در ایران تعطیل رسمی است بنابراین در این روز باید برای اوقات فراغت معلولین برنامه‌ریزی خاصی داشت.

۶- خانواده

طبیعتاً نوع فرهنگ و روابط اجتماعی خانواده در استفاده از اوقات فراغت مؤثر می‌باشد.

۷- عامل اقلیمی و جغرافیایی

منطقه آب و هوایی و جغرافیایی در استانهای مختلف کشور در میزان استفاده از اوقات فراغت تأثیر بسزایی دارد.



همایش حقوق کودکان و دانش آموزان استثنایی

انواع فعالیت‌هایی که برای اوقات فراغت مناسب می‌باشد:

۱- تفریح

تفریح، فعالیت یا فعالیت‌های ویژه‌ای است که در اوقات فراغت به شکل‌های گوناگون و فارغ از هدف‌های مادی بلکه تنها برای سرگرمی استراحت و ارضای خواسته‌های شخصی صورت می‌گیرد.

که آثار تفریح عبارتند از :

- ۱- برطرف کردن خستگی‌های جسمانی ۲- تقویت بهداشت روانی و جسمی ۳- شکوفایی استعداد‌های فردی ۴- از بین بردن افسردگی و اضطراب ۵- تقویت مهارت‌های جسمی و حرکتی.

۲- ورزش

ورزش از نیازهای اساسی و ضروری همه انسانها خصوصاً معلولین عزیز می‌باشد که بر مسؤولین نظام لازم است که با ایجاد سالن‌های ورزشی خاص معلولین را در این مهم یاری کنند.

۳- فیلم

۴- موسیقی

۵- فعالیت‌های هنری و دستی

۶- سیر و سفر و برنامه‌های اردویی

۷- همنشینی با دوستان

از برنامه‌های اوقات فراغت که بسیار برای همه افراد جامعه لذت بخش است، معاشرت با دوستان است هیچ فردی را نمی‌توان یافت که دوست و رفیقی نداشته باشد که افراد معلول نیز قطعاً برای خود دوستانی دارند و چه خوب است که خانواده‌ها زمینه‌های معاشرت و همنشینی با دوستان را برای این عزیزان فراهم کنند.

۸- ایجاد کارگاه‌های آموزشی

۹- کتابخوانی و مطالعه نشریات

۱۰- انجام فعالیت‌های عام‌المنفعه

یکی از بهترین و زیباترین برنامه‌های اوقات فراغت انجام فعالیت‌های عام‌المنفعه است. این که انسان گاه‌گاهی بدون انگیزه‌های مادی و تنها برای رضای خدا و رضایت مردم و رفاه دیگران کار کند. این امر



همایش حقوق کودکان و دانش آموزان استثنایی

علاوه بر آنکه زمینه تماس معلولین عزیز را با افراد اجتماع فراهم می‌کند رضایت و رغبت و آفری را در خود آنها ایجاد می‌کند.

۱۱- عبادت

ارتباط با خداوند باعث آرامش روح و روان می‌شود. چه خوب است که معلولین عزیز را نیز به این

امر آشنا کنیم

۱۲- مسجد

مسجد در فرهنگی اسلامی واژه مقدس و مورد احترام همه افراد جامعه است زیرا بهترین مکان

عبادت و خانه خدا محسوب می‌شود که در آن به کارهای فرهنگی، سیاسی، آموزشی و نظامی اهمیت

خاص دارد. چه خوب است که بخشی از اوقات فراغت معلولین عزیز در مسجد سپری شود.