



گزارش نشست جامعه‌شناسی ورزش و اوقات فراغت جوانان در ایران

ابراهیم شکرانی

دبیر گروه جامعه‌شناسی ورزش انجمن جامعه‌شناسی ایران

اشاره

نشست علمی - تخصصی گروه جامعه‌شناسی ورزش انجمن جامعه‌شناسی ایران با عنوان «جامعه‌شناسی ورزش و اوقات فراغت جوانان در ایران» در تاریخ دوشنبه ۱۳۸۹/۳/۱۰ رأس ساعت ۱۶:۳۰ در سالن شریعتی دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه تهران با حضور اساتید محترم، آقایان دکتر سید مهدی آقاپور (استادیار دانشگاه تهران و رئیس گروه جامعه‌شناسی ورزش)، دکتر محمدرضا اسماعیلی (استادیار دانشگاه آزاد اسلامی و مدیر مسئول مجله ورزش و خانواده)، دکتر موسی عنبری (جامعه‌شناس، استادیار دانشگاه تهران و معاون دانشکده علوم اجتماعی) با همکاری اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش برگزار شد. با اینکه چند ماه از تاریخ برگزاری این نشست می‌گذرد، به دلیل اهمیت موضوع اوقات فراغت می‌خواستیم در موقعیتی مناسب گزارش این نشست در مجله آورده شود. اولین فرصتی که قادر بودیم این گزارش را خدمت مخاطبان گرامی ارائه کنیم در این شماره بود. امیدواریم مطالعه آن مفید واقع شود.



اثر متقابل فعالیت‌های ورزشی والدین و فرزندان بر یکدیگر در پرداختن به فعالیت‌های ورزشی در زمان‌های فراغت بسیار زیاد است



مقدمه

با توجه به در پیش بودن تعطیلات تابستانی و افزایش اوقات فراغت جوانان و نوجوانان و به‌ویژه دانش‌آموزان، ضرورت برنامه‌ریزی مناسب به منظور غنا بخشیدن به این زمان‌های خالی و گرانبها توسط مسئولین امر احساس می‌شود. ورزش ابزار قدرتمندی به منظور پر کردن اوقات فراغت نوجوانان و جوانان و به‌ویژه دانش‌آموزان است، زیرا علاوه بر جاذبه قوی و تأمین سلامتی و شادابی جسمانی و روحی آنان، به وسیله آن می‌توان به صورت پنهان و غیر مستقیم آموزش‌هایی سودمند را به دانش‌آموزان و جوانان و نوجوانان عزیز ارائه کرد.

هدف نشست

در نشست یادشده که با هدف بررسی عملی و نظری بحث ورزش و اوقات فراغت و همچنین فرهنگ‌سازی و الگودهی درباره اهمیت برنامه‌ریزی مناسب در اوقات فراغت برگزار شد، نقطه نظرانی به شرح زیر بیان شد:

عوامل تأثیرگذار در پرداختن به ورزش در اوقات فراغت

دکتر سید مهدی آقاپور به عنوان شروع کننده بحث گفت جامعه‌شناسی ورزش با جامعه‌شناسی اوقات فراغت پیوند نزدیکی دارد. اولین بار توریستن و بلن با کتاب طبقه تن آسا و ژوفر دومازدیه با کتاب جامعه‌شناسی اوقات فراغت به این موضوع پرداختند.

طبق برآوردها، به طور متوسط، هر انسان با متوسط ۸۰ سال عمر ۳۶ هزار ساعت اوقات فراغت در طول زندگی دارد که باید برای آن برنامه‌ریزی کند. کیفیت برنامه‌های اوقات فراغت هر شخص، تأثیر بسزایی در شکوفایی و رشد توانایی‌ها و استعدادها او دارد. همچنین داشتن اوقات فراغت خوب، سلامتی و شادابی جسمی و روحی را به‌ویژه در سنین پایه و نوجوانی موجب می‌شود.

از نظر ایشان کیفیت گذران اوقات فراغت توسط جوانان و نوجوانان و به‌ویژه دانش‌آموزان گرامی بسیار مهم است و در ایران خوشبختانه مصوبات و قوانین جامعی برای این منظور در نهادها و دستگاه‌های مختلف تدوین شده است که باید براساس آن‌ها، برنامه‌ریزی مناسب برای فعالیت‌های زمان فراغت جوانان و

نوجوانان صورت گیرد. به طور مثال، در منشور تربیتی جوانان که در سال ۱۳۷۴ توسط سازمان ملی جوانان تصویب شد و دارای ۱۴ بند می‌باشد، بند چهاردهم به مقوله ورزش پرداخته و آن را یکی از فعالیت‌های لازم و ضروری برای جوانان و نوجوانان دانسته است. همچنین در منشور ملی جوانان اصل ۹۲ تا ۹۸ به امر ورزش اختصاص دارد که به ترتیب شامل اصول سلامت جسم و روح، هدفداری، جوانمردی، دفاع شخص، وفاق و سازگاری، ورزش همگانی و افتخار آفرینی می‌باشد و در برنامه‌ریزی‌های ورزشی و فراغتی برای نوجوانان و جوانان عزیز باید سرلوحه کار قرار گیرد.

عوامل موثر بر برنامه‌های فراغتی در جامعه را می‌توان در شاخص‌هایی هم‌چون: داشتن برنامه‌های مناسب، بودجه‌های کافی، مربیان و معلمان کوشا و پرانگیزه، به‌ویژه مدیریت‌های خلاق و هماهنگ جست‌وجو نمود که باید به صورت یک‌پارچه و مکمل یکدیگر وجود داشته باشند.

از نظر دکتر آقاپور پرداختن به ورزش در برنامه‌ریزی‌های اوقات فراغت در ایران، اولویت بالایی دارد و باید به آن توجه ویژه‌ای کرد که دلایلی هم برای این منظور بیان کرده‌اند:

۱. آموزش‌های پایه و اصلی و هنجارپذیری، از طریق ورزش در بین نوجوانان بهتر صورت می‌گیرد.
۲. ورزش باعث دوری ورزشکاران و دانش‌آموزان از آسیب‌ها و انحرافات اجتماعی می‌شود.
۳. از طریق ورزش دوستیابی و ایجاد گروه به سرعت انجام می‌گیرد.
۴. شادابی روانی و سلامتی جسمانی از طریق ورزش به خوبی انجام می‌شود.

۵. جذابیت ورزش بسیار زیاد است و در بین جوانان و نوجوانان طرفداران بسیاری دارد.
۶. ورزش متناسب با روحیات و خصوصیات روحی و فیزیولوژیکی جوانان و نوجوانان است.
۷. مشکلات ساختار قامتی و اختلالات حرکتی به‌ویژه در دختران، توسط ورزش قابل حل می‌باشد.

نقش خانواده در اوقات فراغت فرزندان

دکتر محمدرضا اسماعیلی (استادیار دانشگاه آزاد اسلامی)، ابتدا به تعریف تفریح خانوادگی از نظر یکی از دانشمندان به نام هورنا (۱۹۸۶) پرداخت. از نظر ایشان، فعالیت‌های تفریحی را که با اعضای خانواده به‌ویژه همسر و فرزندان و بدون توجه به زمان و مکان صورت گیرد، تفریح خانوادگی گویند. اهمیت و ضرورت پرداختن به تفریح خانوادگی از نظر هورنا دو عامل زیر می‌باشد:

الف) ایجاد انگیزه

ب) تحکیم روابط خانوادگی

اسماعیلی، تأثیر اعضای خانواده را در تعیین نوع فعالیت‌هایی که در اوقات فراغت کودکان و نوجوانان انجام می‌گیرد، بسیار مهم دانست. از نظر وی، تأثیرات متقابل والدین و فرزندان نسبت به



طبق برآوردها، به طور متوسط، هر انسان با متوسط ۸۰ سال عمر ۳۶ هزار ساعت اوقات فراغت در طول زندگی دارد که باید برای آن برنامه‌ریزی کند

یکدیگر در پرداختن به فعالیت‌های ورزشی در زمان‌های فراغت بسیار زیاد است، به طوری که براساس تحقیقات موجود، والدین ورزشکاران به احتمال زیاد فرزندان ورزشکار و یا علاقه‌مند به ورزش خواهند داشت و از طرف دیگر فرزندان ورزشکار نیز می‌توانند انگیزه و علاقه لازم را برای ورزش کردن والدین فراهم نمایند. از نظر «هورنا» فعالیت‌هایی را که با اعضای خانواده انجام گیرد، فعالیت‌های تفریحی گویند، اما با توجه به تغییر تعریف خانواده در تمدن امروز (به دلیل افزایش خانواده‌های تک هسته‌ای) و گسترش تعداد افرادی که جزو اعضای خانواده محسوب می‌شوند، موارد زیر برای گذراندن یک اوقات فراغت خوب قابل ذکر است:

۱. خصوصیات اعضای خانواده از نظر وضعیت اقتصادی و سطح تحصیلات و جایگاه اجتماعی.
۲. انگیزه و علاقه اعضای خانواده به ورزش و تربیت‌بدنی و داشتن اوقات فراغت سالم و مفید.
۳. ویژگی‌های دوستانی که در دسته‌بندی گروه‌های اجتماعی قرار می‌گیرند، مثل ساکنین پرورشگاه یا زندان یا مشاغل صنفی.

سبک زندگی و اوقات فراغت

دکتر موسی عنبری (استادیار دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه تهران) درباره اهمیت اوقات فراغت و فعالیت‌هایی که در این زمان باید انجام شود، بیان داشت که در سال‌های اخیر، در مباحث جامعه‌شناسی، مفهوم طبقه اجتماعی به مفهوم سبک زندگی تغییر یافته است و در سبک زندگی نیز دو مقوله ورزش و هنر جزو ارکان اصلی آن به شمار می‌آیند. امروزه کمتر خانواده‌ای را می‌توان یافت که اوقات فراغت فرزندان خود را با یکی از فعالیت‌های ورزشی یا هنری پر نکند و

یا کمتر دانشکده یا دانشگاهی را می‌توانید پیدا کنید که درباره هنر و ورزش صحبت نکنند.

ورزش و تربیت‌بدنی که از آن با عنوان مدیریت بدن نیز نام برده می‌شود، بسیار فراتر از انتظارات رشد کرده و بسیاری از مقولات اجتماعی را تحت تأثیر قرار داده است. در فرهنگ سنتی ایران، ورزش اهمیت چندانی نداشت و معمولاً افراد بیکار به ورزش گرایش پیدا می‌کردند.

ورزش از نظر جامعه‌شناسی نیز اهمیت زیادی پیدا کرده است، به طوری که در گذشته بین کار و فراغت فاصله وجود داشت، به این معنی که اگر کسی سخت کار می‌کرد، انسان خوب و با اخلاق شمرده می‌شد و اگر شخصی اوقات بیکاری زیادی داشت به عنوان



بررسی فراغت نوجوانان و تقویت آن

دکتر اسماعیلی با استفاده از نظریه «هورنا» مواردی را درباره

تفریح خانوادگی مطرح کرد:

۱. بسیاری از افراد در زمان تفریح خانوادگی با هم آشنا می‌شوند، مثل کوه رفتن که معمولاً پس از ازدواج هم ادامه می‌یابد.
۲. در دو مقطع زمانی تفریح خانوادگی کاهش می‌یابد:
 ۱. قبل از تولد تا ۵ سالگی
 ۲. زمانی که کودک به مدرسه می‌رود تا قبل از بلوغ
 ۳. از پنج سالگی کودک، تا مدرسه رفتن، فعالیت‌های تفریحی خانواده افزایش می‌یابد.
 ۴. در زمان بلوغ، تفریحات خانوادگی افزایش می‌یابد، (خانواده و فرزندان به صورت مستقل)

از نظر اسماعیلی پیشنهادهایی که برای افزایش کیفیت و کمیت برنامه‌های ورزشی و فراغتی می‌توان برای جوانان و نوجوانان در نظر گرفت عبارت‌اند از:

۱. تفریح جمعی و خانوادگی بسیار مهم‌تر از تفریح فردی است
۲. جایگزینی تفریحات جسمی به جای تفریحات غیر جسمی
۳. انتخاب فعالیت تفریحی متناسب با اعضای خانواده و موقعیت اقتصادی و اجتماعی آنان
۴. تأکید بر فعالیت‌های جسمی متوسط به سمت فعالیت جسمی شدید

ورزش و تربیت بدنی که از آن با عنوان مدیریت بدن نیز نام برده می‌شود، بسیار فراتر از انتظارات رشد کرده و بسیاری از مقولات اجتماعی را تحت تأثیر قرار داده است

فرد لابلالی و بیکار از او نام برده می‌شد، در صورتی که امروزه مرز مشخصی بین کار و فراغت وجود ندارد و هنر و ورزش فاصله بین زمان فعالیت و فراغت را پر کرده است. به طوری که این سؤال به ذهن انسان متبادر می‌شود که؛ آیا امروزه ورزش، کار است یا فراغت یا هر دو؟

در گذشته ورزش، مانند کالای لوکس و تجملی بود، در صورتی که امروزه فعالیت‌های ورزشی در تولید ناخالص ملی کشورها مهم هستند و به خصوص اقتصاد ورزش در اقتصاد کشورها تأثیر بالایی دارد. در حقیقت افراد از طریق ورزش هم صاحب شهرت می‌شوند و هم صاحب ثروت. ورزش برای آنان هم کار است و هم فراغت.



۵. در دسترس قرار دادن امکانات لازم برای نوع خاص تفریحات
۶. بهتر است تفریحات خانواده و فرزندان هم زمان صورت گیرد.
۷. در هنگام تفریحات خانوادگی هم‌فکری و حل مشکلات خانواده راحت‌تر صورت می‌گیرد.
۸. برای انجام تفریح جسمانی خانوادگی، باید از قبل برنامه‌ریزی منظم و مدونی انجام پذیرد.
۹. تغییر عادت زندگی (آسانسور، فلیم دیدن و ...) مثل تغییر دکوراسیون خانه و استفاده از اندام‌ها و حرکات بدنی.
۱۰. انتخاب تفریح خانوادگی به عنوان یکی از فعالیت‌های اصلی خانواده با تأکید بر ورزش و تربیت بدنی
- دکتر عنبری**، در تشریح مفهوم فراغت بیان کرد که دو نوع فراغت قابل تصور است؛
۱. فراغت موثر [سازنده] که زمانی است برای انرژی گرفتن، بازسازی روحی و جسمی و توان افزایی
۲. فراغت مخدر که غیر جسمانی و غیر ورزشی است مثل با دوستان بودن و استعمال مواد مخدر، قلیان، بلوتوث بازی و ... خانواده‌ها باید به این مهم توجه نمایند که وقتی تلفن همراه در اختیار فرزندان کم سن و سال قرار می‌گیرد، در حقیقت وی به طور غیر مستقیم به سمت بازی با موبایل و ارسال بلوتوث و پیامک سوق داده می‌شود.
- در جوامع سنتی، حتی در مجالس عزاداری نیز نوعی شادابی وجود داشت و فعالیت‌ها در اوقات فراغت به صورت گروهی و دسته‌جمعی و فعال انجام می‌شد، ولی امروزه فراغت‌ها فردی و غیرفعال است مثل بازی‌های رایانه. بسیاری از راه‌ها در زندگی غیر قابل بازگشت است، بنابراین باید زمان فراغت فرزندان به بهترین شکل مدیریت شود.
- علم و فراغتم نیز وارد شده است. در تمدن امروز وسیله جای هدف را گرفته است. در تمدن امروز، علم هم در خدمت ورزش قرار گرفته است و در جهت گسترش آن به کار می‌رود.
- آسیب‌شناسی فراغت ورزشی در ایران**
- دکتر آقاپور** در ادامه صحبت‌های خود بیان کرد که، از نظر «هاکسلی» ورزش شاخص عمده روزگار ماست و از نظر «کواکلی» ورزش امروز یک عنصر دولبه است، به طوری که هم می‌تواند موجب شود انسان، اوقات فراغت خوب و مفرحی داشته باشد و هم می‌تواند عکس آن را موجب شود.
- برنامه فراغت فعال و ورزشی، با فراغت منفعل یا تماشاگری و آثار و تبعات آن‌ها کاملاً متفاوت است. باید فراغت ورزشی را در جامعه و در بین جوانان گسترش داد و توجه کرد که از نظر کسب شهرت، ثروت و الگودهی برای سنین پایه و نوجوانی، حتی هنرمندان معروف نیز با ورزشکاران و قهرمانان ورزشی قابل مقایسه نیستند. لذا در بین جوانان و نوجوانان یک گروه مرجع مهم محسوب می‌شوند.
- در ادامه این سوال مطرح شد که آیا با پنج برابر شدن بودجه
- ورزش توسط دولت، در جامعه ما ورزش و تربیت بدنی سالم و با نشاط رشد خواهد کرد؟ و فراغت فعال توسعه خواهد یافت؟
- متأسفانه شواهد نشان می‌دهد که اکثر این بودجه‌های ورزشی هدر می‌رود و برای ورزش پایه و دانش‌آموزی و استفاده بهینه در ورزش همگانی و غنای اوقات فراغت جوانان و نوجوانان هزینه نمی‌شود پس باید چاره‌اندیشی اساسی شود.
- از نظر این استاد دانشگاه تهران برنامه‌ریزی و اقدامات گذران اوقات فراغت جوانان از طریق ورزش در ایران دارای **آسیب‌هایی** است که عبارت‌اند از:
۱. براساس مطالعات انجام یافته، تنها یک سوم جوانان ایران در اوقات فراغت خود به ورزش می‌پردازند که فراغت فعال نام دارد.
۲. نگاه به ورزش در جامعه ما نگاه سیاسی و تجاری است، نه نگاه فرهنگی و تربیتی و لذا ورزش پایه و دانش‌آموزی اصل قرار نمی‌گیرد.
۳. نهادهای متولی اوقات فراغت جوانان، هماهنگی بسیار اندکی با هم دارند و برنامه‌ریزی موثر و واحدی ندارند.
۴. فعالیت‌های مقطعی و برنامه محور نبودن فعالیت‌ها در نهادهای ورزشی و فراغتی به چشم می‌خورد، که از کیفیت فعالیت‌ها می‌کاهد.
۵. عدم تخصیص بودجه لازم و کافی برای گذران اوقات فراغت فعال جوانان و نوجوانان کشور
۶. عدم وجود شناخت علمی و فرهنگ مناسب درباره اوقات فراغت و اصول و ویژگی‌های آن در جامعه و رسانه‌های گروهی
۷. اهمیت بیشتر پرداختن به جنبه‌های ظاهری و کمی نسبت به جنبه‌های زیربنایی و کیفی در برنامه‌ریزی‌های فراغتی جوانان
- پیشنهادهایی** که برای ارتقای اثربخشی برنامه‌های ورزشی و فراغتی می‌توان برشمرد عبارت‌اند از:
۱. نهادهای خانواده و آموزش و پرورش در فعالیت‌های فراغتی ورزشی بسیار مهم هستند و از اولویت بالایی برخوردارند و باید آن‌ها را محور اصلی قرار داد.
۲. اگر مدارس کشور محور فعالیت‌های ورزشی باشند، اوقات فراغت بسیار غنی خواهد. به همین منظور توصیه می‌شود، بودجه لازم برای اجرای فعالیت‌های ورزشی فراغتی در اختیار آموزش و پرورش و مدارس قرار گیرد.
۳. حمایت از معلمین ورزش و در نظر گرفتن امکانات و مزایای مناسب به منظور تقویت و غنای زمان فراغت فعال و ورزشی دانش‌آموزان بسیار مهم است.
۴. پرداختن به فعالیت ورزشی در اوقات فراغت از اولویت بیشتری برخوردار است و دلایل زیادی در این زمینه وجود دارد.
۵. دولت و نهادهای دولتی باید نقش نظارتی، حمایتی، و هدایتی داشته باشند و از دخالت در اجرا و تصدی‌گری فعالیت‌های فراغتی جوانان و نوجوانان بپرهیزند.
- در پایان این میزگرد تخصصی، استادان و دانشجویان حاضر در جلسه، به بحث و تبادل نظر در زمینه ورزش و اوقات فراغت جوانان و نوجوانان در ایران پرداختند.