

برنامه‌ریزی و ارائه برنامه برای اوقات فراغت

تألیف

روت وی. راسل، رد

دانشگاه ایندیانا

لین ام. جمیسون، رد

دانشگاه ایندیانا

ترجمه

دکتر رضا نیک‌بخش

دانشیار دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران جنوب

دکتر آ. ی. محمد صفانیا

استاد دانشگاه آزاد اسلامی - واحد علوم و تحقیقات

فاطمه جعفری سیارسان

دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران جنوب



دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران شمال

تهران، ۱۳۹۷

سرشناسه	۴ - راسل، روت وی، ۱۹۴۸ -
عنوان و پدیدآور	Russel, Ruth V برنامه‌ریزی و ارائه برنامه برای اوقات فراغت / تألیف رود وی. راسل، لین ام. جیمسون؛ ترجمه رضا نیک‌بخش، علی‌محمد صفائیا، فاطمه جعفری سیاوشانی.
مشخصات نشر	تهران: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران شمال، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	۲۵۵ص: مصور، جدول، نمودار.
شابک	۹۷۸-۹۶۴-۱۰-۲۶۸۷-۵
قیمت	۷۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست‌نویسی	فینا
یادداشت	عنوان اصلی: Leisure program planning and delivery, c2008
یادداشت	کتابنامه
موضوع	رهبری تحول‌آفرین
موضوع	Recreation leadership
موضوع	تفریح - مدیریت
موضوع	Recreation - Management
موضوع	اوقات فراغت - مدیریت
موضوع	Leisure - Management
موضوع	اوقات فراغت - برنامه‌ریزی
موضوع	Leisure - Planning
شنا افزوده	۴ - جیمسون، لین ماری، ۱۹۴۶ -
شناسه افزوده	Jamieson, Lynn Marie
شناسه افزوده	نیک‌بخش، رضا، ۱۳۴۹ - مترجم
شناسه افزوده	صفائیا، علی‌محمد، ۱۳۳۵ - مترجم
شناسه افزوده	جعفری سیاوشانی، فاطمه، ۱۳۶۱ -
شناسه افزوده	دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران شمال
شناسه افزوده	Islamic Azad University, Tehran North Branch
رده‌بندی کنگره	۳۹۶: ۷۱۸/۴۳/۲ب۴
رده‌بندی دیویی	۷۱۰/۶۴
شماره کتابشناسی ملی	۵۰۵۸۷



برنامه‌ریزی و ارائه برنامه برای اوقات فراغت

تألیف روت وی. راسل، رد و لین ام. جیمسون، رد

ترجمه دکتر رضا نیک‌بخش، دکتر علی‌محمد صفائیا، فاطمه جعفری سیاوشانی

ناشر: دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران شمال

صفحه‌آرا: فائزه روشنفکر

طراح جلد: سیدمحمد شاهری لنگرودی

چاپ اول: ۱۳۹۷

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: سازمان چاپ دانشگاه آزاد اسلامی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۱۰-۲۶۸۷-۵ ISBN: 978-964-10-4687-5

قیمت: ۷۰۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۲۱.....	دییاجه
۲۷.....	قدردانی
۲۹.....	بخش اول: مبانی برنامه‌ریزی اوقات فراغت
۳۱.....	فصل اول: اهمیت اوقات فراغت برنامه‌ریزی شده
۳۳.....	فواید اوقات فراغت.....
۳۵.....	فواید احساسی.....
۳۷.....	فواید جسمانی.....
۳۹.....	فواید اجتماعی.....
۴۰.....	اوقات فراغت و بهزیستی.....
۴۱.....	خوبی.....
۴۲.....	رضایت از زندگی.....
۴۳.....	کیفیت زندگی.....
۴۳.....	اوقات فراغت برنامه‌ریزی شده.....
۴۶.....	بنیاد و اساس فلسفی اوقات فراغت برنامه‌ریزی شده.....
۵۱.....	فراهم کردن بهزیستی با اوقات فراغت برنامه‌ریزی شده.....

۵۳.....	خلاصه
۵۳.....	واژه‌نامه
۵۴.....	منابع
۵۸.....	فصل دوم: حرفه برنامه‌ریزی اوقات فراغت
۵۹.....	مجموعه‌ها، سازمانی
۶۱.....	تفریح دولتی و آزادس‌های پارک
۶۲.....	سازمان‌های اجتماع غیرانتفاعی
۶۴.....	سازمان‌های عضو خصوصی
۶۵.....	خدمات کارکنان
۶۵.....	سازمان‌های تفریحی نیروهای مسلح
۶۶.....	سازمان‌های پردیس تفریحی
۶۷.....	تجارت‌های تفریح بازرگانی
۶۷.....	خدمات تفریح درمانی
۶۸.....	خدمات ورزشی
۶۹.....	خدمات جهانگردی و میهمان‌نوازی
۷۰.....	ویژگی‌های فردی
۷۰.....	همدلی
۷۱.....	انرژی

۷۱.....	راستی
۷۲.....	بصیرت
۷۳.....	حرفه‌ای بودن
۷۳.....	ویژگی‌های خاص برنامه‌ریزی
۷۴.....	در بات کالج
۷۵.....	آموزش مستمر
۷۶.....	آموزش ضمن خدمت
۷۶.....	گواهینامه
۷۹.....	خلاصه
۷۹.....	واژه‌نامه
۸۰.....	منابع
۸۲.....	فصل سوم: اصول برنامه‌ریزی
۸۳.....	کیفیت
۸۶.....	خدمات‌رسانی به مشتری
۹۰.....	جلب رضایت مشتری
۹۱.....	انتظارات شرکت‌کنندگان برنامه از کجا برمی‌خیزد؟
۹۲.....	تنوع
۹۵.....	کالای عمومی

۹۷.....	سازگاری زیست محیطی.....
۱۰۰.....	بهره‌وری.....
۱۰۴.....	خلاصه.....
۱۰۵.....	واژه‌نامه.....
۱۰۶.....	منابع.....
۱۰۹.....	فصل - چهارم: اجزای برنامه اوقات فراغت.....
۱۱۰.....	حوزه‌های فعالیت.....
۱۱۶.....	ورزش‌ها.....
۱۱۸.....	ورزش‌های آبی.....
۱۱۹.....	ماجرای جویی.....
۱۲۰.....	رقص.....
۱۲۱.....	نمایش.....
۱۲۲.....	هنرهای زیبا.....
۱۲۳.....	هنرهای دستی.....
۱۲۴.....	موسیقی.....
۱۲۵.....	عادات و سرگرمی‌ها.....
۱۲۶.....	هوای آزاد و یا طبیعت.....
۱۲۷.....	ذهنی یا ادبی.....

۱۲۸	 سفر
۱۳۰	 تفریحات و سرگرمی‌های اجتماعی
۱۳۰	 خدمات داوطلبانه
۱۳۱	 شکل‌های برنامه
۱۳۲	 رایت
۱۳۴	 جهت مکان‌های روباز
۱۳۶	 اتفاقات خاص
۱۳۸	 گروه‌های ذینفع
۱۴۰	 آموزش
۱۴۲	 قراردادن اجزا کنار هم
۱۴۴	 خوشه‌بندی فعالیت‌ها
۱۴۵	 تغییر فعالیت
۱۴۷	 فعالیت‌های جایگزین
۱۴۷	 خلاصه
۱۴۸	 واژه‌نامه
۱۴۹	 منابع
۱۵۱	 فصل پنجم: بررسی اجمالی مراحل برنامه‌ریزی
۱۵۲	 مدل‌های برنامه‌ریزی

۱۵۳	 مدل حمایت اجتماعی
۱۵۴	 مدل برنامه‌ریزی اجتماعی
۱۵۵	 مدل بازاریابی
۱۵۵	 مدل توسعه اجتماعی
۱۵۶	 بررسی فرایند برنامه‌ریزی
۱۵۷	 آمده‌های
۱۶۲	 اجرا (پیاده‌سازی)
۱۶۵	 ارزیابی
۱۶۶	 خلاصه
۱۶۷	 واژه‌نامه
۱۶۸	 منابع
۱۷۱	 بخش دوم: تدارکات برنامه‌ریزی
۱۷۳	 فصل ششم: شناخت سازمان و انجمن خود
۱۷۴	 فلسفه و ارزش‌ها
۱۷۵	 چشم‌انداز
۱۷۷	 پوشش زیست‌محیطی
۱۷۷	 اطلاعات موجود پایگاه
۱۷۸	 سرشماری

۱۷۹	تجزیه و تحلیل شرایط موجود
۱۸۰	روند تجزیه و تحلیل
۱۸۱	محیط‌های سیاسی و اجتماعی
۱۸۳	اجزای تشکیل‌دهنده شبکه
۱۸۷	شبکه‌ای از مؤلفه‌های گروهی
۱۹۱	علاقه
۱۹۱	واژه‌نامه
۱۹۲	منابع
۱۹۳	فصل هفتم: ارزیابی نیازهای موردنیاز کاربران
۱۹۵	روش‌های ارزیابی نیازها
۱۹۵	ادبیات سازمانی
۱۹۷	نظرسنجی‌ها
۱۹۹	مصاحبه‌ها و مشاهدات
۲۰۰	گروه‌های تمرکز
۲۰۱	شناسایی، تفسیر و استفاده از داده‌ها
۲۰۳	انجام یک ارزیابی نیاز
۲۰۶	کاربرد ارزیابی نیازها
۲۰۷	ویژگی‌های مشتریان

۲۱۰	 جلب رضایت مشتریان
۲۱۲	 از ارزیابی نیازها تا طرح بازاریابی
۲۱۲	 محصول
۲۱۴	 مکان
۲۱۵	 قیمت
۲۱۶	 نیروی انسانی
۲۱۷	 خلاصه
۲۱۸	 واژه‌نامه
۲۲۰	 منابع
۲۲۲	 فصل هشتم: اهداف و مقاصد برنامه
۲۲۳	 منطق برنامه
۲۲۴	 فلسفه‌های حرفه‌ای
۲۲۷	 مأموریت
۲۲۸	 ارزش‌های دیگر
۲۳۰	 تنظیم اهداف
۲۳۳	 آماده‌سازی مقاصد
۲۳۸	 خلاصه
۲۳۹	 واژه‌نامه

۲۴۰	 منابع
۲۴۲	 فصل نهم: طراحی برنامه
۲۴۳	 اهداف طرح برنامه
۲۴۴	 تصمیم‌گیری
۲۴۹	 ذائقیت
۲۵۱	 ابواء برنامه‌ریزی
۲۵۲	 عناصر برنامه
۲۵۸	 نقش دوره‌های زمانی برنامه
۲۶۱	 خلاصه
۲۶۱	 واژه‌نامه
۲۶۲	 منابع
۲۶۵	 بخش سوم: اجرای برنامه
۲۶۷	 فصل دهم: اتخاذ تصمیم‌های عملیاتی (مؤثر)
۲۶۷	 بودجه‌بندی
۲۶۸	 هزینه‌های مستقیم و غیرمستقیم
۲۷۱	 درآمدها
۲۸۳	 هماهنگی تسهیلات مورد استفاده
۲۸۸	 برنامه‌های ارتباطی

۲۸۸	نام‌گذاری
۲۹۰	زمان‌بندی
۲۹۰	زمان‌بندی سالاته و فصلی
۲۹۲	زمان‌بندی ماهانه، هفتگی و روزانه
۲۹۴	تبلیغ، ترویج
۲۹۵	ریاست‌های برنامه
۲۹۸	خلاصه
۲۹۹	واژه‌نامه
۳۰۱	منابع
۳۰۳	فصل یازدهم: رهبری و نظارت بر برنامه
۳۰۵	ناظران
۳۰۶	فعالیت رهبران
۳۱۰	انتظارات از برنامه کارکنان
۳۱۷	پویایی گروه (توان بالقوه گروه)
۳۱۹	مدیریت رفتار
۳۲۳	استخدام - تربیت و حفظ نیروی کار
۳۲۵	خلاصه
۳۲۶	واژه‌نامه

۳۲۷	منابع
۳۲۹	فصل دوازدهم: زیر نظر گرفتن و یا کنترل کردن برنامه
۳۳۰	اهمیت کنترل برنامه
۳۳۱	تحقق اهداف
۳۳۱	بودجه
۳۳۲	عما کرد
۳۳۳	کارایی
۳۳۳	اثربخشی
۳۳۴	نظارت
۳۳۴	سیستم‌های نظارت بر برنامه‌های خاص
۳۳۴	ثبت‌نام و رزرو کردن
۳۳۷	سیستم سفارشی (خرید) ساخته شده
۳۳۸	جهت‌یابی برنامه مشارکت
۳۳۹	آماده‌سازی برنامه بازاریابی
۳۴۱	برنامه دیگر سیستم‌های بازیابی
۳۴۲	ثبت رکوردها
۳۴۳	(تمرکز در محل یا مکان) برای ثبت‌نام
۳۴۴	برنامه‌ریزی در محل ثبت‌نام

۳۴۴	ثبت‌نام از طریق MAIL
۳۴۵	تلفن، فاکس برای ثبت‌نام‌ها
۳۴۵	ثبت‌نام براساس رایانه
۳۴۶	اتفاقات و گزارش‌هایی که رخ داده است
۳۴۷	هزینه نگهداری
۳۴۷	رکودهای حضار
۳۴۸	قرارداد برنامه‌ریزی
۳۵۱	گفت‌وگوها و ملاقات‌های مستند
۳۵۱	بایگانی‌ها یا ثبت‌های متنی بر روی
۳۵۳	خلاصه
۳۵۴	واژه‌نامه
۳۵۵	منابع
۳۵۷	فصل سیزدهم: مدیریت خطر در برنامه‌های فراغت
۳۶۰	گسترش و بهبود نقشه مدیریت ریسک
۳۶۱	پیش‌بینی کردن
۳۶۴	طراحی کردن
۳۶۸	پاسخگویی و یا واکنش نشان دادن
۳۷۱	اجرای برنامه‌ها با احتیاط

۳۷۸.....	خلاصه
۳۷۹.....	واژه‌نامه
۳۷۹.....	منابع
۳۸۱.....	بخش چهارم: ارزیابی برنامه
۳۸۳.....	فصل چهاردهم: دیدگاه‌های ارزیابی
۳۸۴.....	ارزیابی تکوینی
۳۸۵.....	ارزیابی تلخیصی
۳۸۶.....	پایه منطقی ارزیابی
۳۸۹.....	موانع ارزیابی
۳۸۹.....	موانع روان‌شناختی
۳۹۰.....	موانع ساختاری
۳۹۱.....	انواع ارزشیابی
۳۹۲.....	ارزشیابی مزایا و سودمندی
۳۹۲.....	ارزشیابی اجرایی
۳۹۳.....	راهبردهای مزایا و بهره‌مندی و ارزشیابی اجرایی
۳۹۸.....	ایجاد یک سیستم ارزشیابی
۴۰۶.....	خلاصه
۴۰۷.....	واژه‌نامه

۴۰۸	منابع
۴۱۰	فصل پانزدهم: مراحل ارزیابی
۴۱۱	مرحله ۱. آماده‌سازی طرح پیشنهادی برای روال ارزیابی
۴۱۴	مرحله ۲. طراحی مطالعه تحقیقاتی
۴۱۶	گروه کنترل قبل و بعد از آزمون
۴۱۷	طرح یک گروه در معرض قبل و بعد از آزمون
۴۱۷	طرح نظارت
۴۱۸	طراحی مطالعه و آماری
۴۲۰	مرحله ۳. انتخاب نمونه
۴۲۱	نمونه‌گیری تصادفی ساده
۴۲۲	نمونه‌گیری تصادفی لایه‌لایه
۴۲۳	نمونه‌گیری تصادفی سیستماتیک
۴۲۳	نمونه‌گیری هدفمند
۴۲۴	نمونه‌گیری گلوله برفی
۴۲۴	مرحله ۴. جمع‌آوری اطلاعات
۴۲۹	مرحله ۵. تعبیر و تفسیر اطلاعات جمع‌آوری شده
۴۳۵	نتیجه‌گیری
۴۳۶	مرحله ۶. آماده‌کردن گزارش‌های نهایی

مرحله ۷. به اجرا درآوردن یافته‌ها	۴۳۸
خلاصه	۴۴۰
واژه‌نامه	۴۴۱
منابع	۴۴۲
ضمیمه م	۴۴۵
ضمیمه الف: استانداردهای اعتباربخشی	۴۴۵
ضمیمه ب: استانداردهای اعتباربخشی	۴۴۷
ضمیمه ج: معیار راسمار مطالعات، فعالیتهای حرفه‌ای و تأییدشده بازآفرینی و پارک ...	۴۴۹
درباره مؤلفان	۴۵۳
برنامه‌ریزی و ارائه برنامه برای اوقات فراغت	۴۵۴

دیباچه

یکی از بهترین پیشرفت‌های قرن اخیر، پدیداری اوقات فراغت به عنوان ابزاری برای ارتقای رفاه افراد و جامعه است. بر این اساس، اوقات فراغت به نگرانی اصلی مأموران دولت، رهبران تجاری، متخصصان خدمات اجتماعی، مدرسان، والدین و هر فردی بدل شده است که به مسائل اجتماعی، رشد انسان، بهشت و رفاه می‌اندیشد. می‌توان رشد چشمگیر سودمندی اوقات فراغت را به عنوان یکی از اشکال اصلی مسئولیت مدنی، خدمات اجتماعی، مؤسسات تجاری، درمان پزشکی و کالای جهانی ردیابی کرد. یکی از هیئت‌های بارز این استفاده فزاینده از اوقات فراغت، برنامه‌ها است. برنامه‌های اوقات فراغت، یکی از عوامل توانمندی است که به رفاه عاطفی، فیزیکی و اجتماعی مردم کمک می‌کند و منبع مهم دستیابی به جوانی توانمند و موفق به شمار می‌رود.

هدف این کتاب

برنامه‌های اوقات فراغت، اساس کار متخصصان در حوزه‌های خدمات اوقات فراغت را تشکیل می‌دهد. بنابراین، برنامه‌ریزی و ارائه برنامه‌های اوقات فراغت، با هدف کمک به مطالعه، آموزش و تمرین برنامه‌ریزی برنامه‌های سرگرم کننده و بازآفرین انجام می‌شود.

برنامه‌ریزی و ارائه برنامه‌های اوقات فراغت، اساساً به عنوان متن درسی برای دانشجویان خدمات ورزشی، بازآفرینی، پارک، گردشگری، درمانی و فرهنگی نوشته شده است. از آنجا که پوشش مفاهیم برنامه‌ریزی و مهارت در عین اساسی بودن عمیق و پرمعنا است، برای کسانی که خود را برای انجام مشاغل حرفه‌ای در سازمان‌های خدمات اوقات فراغت و مؤسسات حامی برنامه‌ها آماده می‌سازند،

مفید خواهد بود. این کتاب حاضر، تمامی اطلاعات مورد نیاز برنامه‌ریزی، اجرا و ارزیابی خدمات برنامه‌های اوقات فراغت را در اختیار قرار می‌دهد. از این متن می‌توان به عنوان دوره آموزشی درباره برنامه‌ریزی اوقات فراغت و بازآفرینی، شامل مدیریت رویداد و منبع تکمیلی دوره مشترک در عرصه رهبری و برنامه‌ریزی یا مبانی خدمات اوقات فراغت نیز استفاده کرد. به علاوه به دلیل جامع بودن، برنامه‌ریزی و ارائه برنامه‌های اوقات فراغت، می‌تواند به عنوان مرجع پایه و منبع ارجاع متخصصان عرصه‌ها، بازآفرینی، پارک، درمان، گردشگری و خدمات ورزشی به کار رود.

سازمان‌دهی کتاب

برنامه‌ریزی و ارائه برنامه اوقات فراغت به چهار بخش تقسیم شده است. در بخش اول، مبانی برنامه‌ریزی آموزش داده و بررسی می‌شود. در فصل اول از نقش اوقات فراغت برنامه‌ریزی شده در ترویج رفاه افراد و جوامع دفاع می‌شود. دوم، برنامه‌ریزان حرفه‌ای که خدمات برنامه‌ریزی اوقات فراغت برای نهادها و سازمان‌ها فراهم می‌کنند، برجسته می‌شود. فصل سوم، اصول مهم برنامه‌ریزی مرور کرده و در فصل چهارم، بسته‌ها یا قالب‌های مختلف برنامه‌ریزی اوقات فراغت ارائه می‌شود. در نهایت فصل پنجم، مراحل فرایند برنامه‌ریزی برنامه‌ریزی خواهد شد که در آن، باقیمانده کتاب به اختصار سازمان‌دهی می‌شود.

در بخش دوم، به اولین مرحله، یعنی تدارکات برنامه‌ریزی شرح داده می‌شود؛ بخش ششم، درباره درک سازمان و جامعه‌ای که در آن فعالیت دارید، ارائه می‌شود. فصل هفتم، به مرحله منطقی بعدی پرداخته و شرح می‌دهد، چگونه باید نیازهای مراجعان برنامه را ارزیابی کرد. فصل هشتم، بر

ارائه اهداف و آرمان های برنامه متمرکز است و در فصل نهم، اطلاعات مربوط به نوشتن برنامه ارائه می شود.

بخش سوم، کتاب، مرحله بعدی فرایند برنامه ریزی برنامه، یعنی اجرا را پوشش می دهد. در فصل نهم، شرح داده می شود که چگونه تصمیمات عملیاتی برنامه باید اتخاذ شوند. در فصل یازدهم، رهبری و نظارت برنامه ها پوشش داده می شود و در فصل دوازدهم شرح داده می شود که چرا و چگونه برنامه ها جاری پایش می شوند. در فصل سیزدهم، اطلاعات مهم درباره مدیریت ریسک در برنامه های اوقات فراغت ارائه می شود.

در نهایت، در بخش چهارم، حله ارزشیابی برنامه را نشان داده می شود. در فصل چهاردهم، رویکردهای مختلف ارزشیابی اساسی برای اندازه گیری موفقیت برنامه، فهرست وار بیان کرده و در فصل پانزدهم شرح داده می شود که چگونه باید برنامه ها را ارزشیابی کرد.

ویژگی های این کتاب

متن کتاب، پایگاه توانمندی در عرصه های اوقات فراغت واقعی و حقیقی به شمار می رود؛ بنابراین، شامل مطالعه و تمرین برنامه ریزی در خدمات اوقات فراغت است. به دلیل تنوع نمونه های مبتنی بر حوزه های مختلف در مورد مهارت های برنامه ریزی قابل اطلاق برای اهداف حرفه خود، در عرصه تفریحات عمومی، تفریحات درمانی، ورزش و تناسب اندام، بازآفرینی تجاری، تفریحات فضای باز یا گردشگری، نکاتی آموزش داده خواهد شد. مشخصاً برنامه ریزی و ارائه برنامه های اوقات فراغت، موارد زیر را برجسته می سازد: