



صنعت اوقات فراغت و راه‌های غنی‌سازی آن

(رشته علوم تربیتی)

دکتر محمدرضا سرمدي عباس محمدي

سرشناسه	سرمدی، محمدرضا، ۱۳۴۴ -
عنوان و نام پدید آور	صنعت اوقات فراغت و راههای غنی سازی آن (رشته علوم تربیتی) / محمدرضا سرمدی، عباس محمدی.
مشخصات نشر	تهران: دانشگاه پیام نور، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	شانه زده، ۳۲۴ ص.
فروست	دانشگاه پیام نور؛ ۲۵۵۵. گروه علوم تربیتی؛ ۱/۱۷۰
شابک	7 - 0603 - 14 - 964 - 978
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	چاپ قبلی: دانشگاه پیام نور، ۱۳۹۵، (هفته، ۴۱۰ ص).
یادداشت	کتاب حاضر قبلاً تحت عنوان "راههای غنی سازی اوقات فراغت" منتشر شده.
یادداشت	کتابنامه: ص. ۳۱۷ - ۳۲۴.
موضوع	اوقات فراغت -- آموزش برنامه ای
موضوع	Leisure -- Programmed instruction
موضوع	اوقات فراغت -- ایران
موضوع	Leisure -- Iran
شناسه افزوده	سرمدی، محمدرضا، ۱۳۵۷ -
شناسه افزوده	دانشگاه پیام نور
شناسه افزوده	Payam Noor University
رده بندی کنگره	۱۳۹۷، ۱/اس، GV۱
رده بندی دیویی	۷۹۰/۱
شماره کتابشناسی ملی	۵۶۴۸۱۵۶



دانشگاه پیام نور

اول مرداد ۱۳۹۸

صنعت اوقات فراغت و راههای غنی سازی آن

شمارگان: ۲۰۰ جلد

مؤلفان: دکتر محمدرضا سرمدی - عباس محمدی

ویراستار علمی: دکتر ابوالفضل فراهانی

قیمت: ۳۵۰۰۰۰ ریال

تهیه و تولید: دفتر تدوین و تولید کتب و محتوای آموزشی

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: مرکز چاپ و توزیع دانشگاه پیام نور

شابک: ۷ - ۰۶۰۳ - ۱۴ - ۹۶۴ - ۹۷۸

ISBN: 978 - 964 - 14 - 0603 - 7

فروش این کتاب فقط از طریق نمایندگی های دانشگاه پیام نور مجاز می باشد و فروش

آن در سایر مراکز فروش کتاب موجب تعقیب قانونی فروشنده خواهد گردید.

(کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر محفوظ و متعلق به دانشگاه پیام نور است. تولید، کپی یا خلاصه برداری، نشر و ترجمه، چاپ، افست، توزیع گسترده، تهیه CD و ... این اثر یا بخشی از آن اعم از متن، طرح، پشت و روی جلد و ... بدون اخذ مجوز کتبی از معاونت فناوری و پژوهش دانشگاه خلاف مقررات و تعرض به حقوق مادی و معنوی دانشگاه است. متخلفین وفق قانون حمایت از مولفان و مصنفان و هنرمندان دارای مسئولیت حقوقی و کیفری بوده و تحت پیگرد قرار می گیرند.)

آدرس فروشگاه مرکزی چاپ و انتشارات دانشگاه پیام نور: تهران، خیابان شهید رجایی،

نرسیده به تقاطع آزادگان، جنب ورزشگاه یادآوران، تلفن: ۵۵۵۰۲۱۰۴ - ۵۵۰۰۹۸۲۸

سایت فروش اینترنتی: <http://digibook.pnu.ac.ir>

فهرست مطالب کتاب

پیشگفتار

سیزده

۱	فصل اول: تعاریف و تاریخچه فراغت
۱	هدف کلی
۱	هدف‌های یادگیری
۱	مقدمه
۲	۱-۱ مفهوم لغوی اوقات فراغت
۲	۱-۱-۱ معنای لغوی «وقت»
۲	۱-۱-۲ معنی لغوی «فراغت»
۴	۲-۱ مفهوم اصطلاحی اوقات فراغت
۶	۱-۲-۱ فراغت به عنوان فعالیت
۷	۲-۲-۱ به صورت زیرتعریف فراغت به عنوان یک تجربه درونی
۷	۳-۲-۱ فراغت به عنوان مفهومی ارزشی و کل‌نگر
۱۲	۳-۱ ویژگی‌های اوقات فراغت
۱۲	۱-۳-۱ جذاب‌بودن وقت فراغت از مسئولیت‌های دیگر
۱۲	۲-۳-۱ وجود میل و فعالیت دلخواه و درنهایت داشتن حق انتخاب
۱۳	۳-۳-۱ نداشتن انگیزه و نفع اقتصادی
۱۳	۴-۱ مقایسه مفهوم فراغت با چندواژه مشابه
۱۳	۱-۴-۱ فراغت و کار
۱۵	۲-۴-۱ فراغت و بیکاری
۱۶	۳-۴-۱ فراغت و تفریح سالم
۱۶	۴-۴-۱ فراغت و بازی
۱۷	۵-۴-۱ فراغت و سرگرمی
۱۷	۶-۴-۱ فراغت و وقت آزاد
۱۸	۵-۱ اهمیت اوقات فراغت

۲۰	۱-۶ اوقات فراغت و چشم انداز تاریخی آن
۲۲	۱-۶-۱ تاریخچه اوقات فراغت در جهان
۲۷	۱-۶-۲ تاریخچه اوقات فراغت در ایران
۲۹	خلاصه فصل اول
۳۰	خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل اول

فصل دوم: هدف‌ها، انواع و عوامل مؤثر بر گذران اوقات فراغت

۳۳	هدف‌های کلی
۳۳	هدف‌های یادگیری
۳۳	مقدمه
۳۴	۱-۲ آثار اوقات فراغت
۳۴	۲-۱-۱ آثار فرهنگی
۳۵	۲-۱-۲ آثار روانی
۳۵	۲-۱-۳ آثار اجتماعی
۳۵	۲-۲ هدف‌های گذران اوقات فراغت
۳۶	۲-۳ کارکردهای سنده اوقات فراغت
۳۶	۲-۳-۱ کارکرد تعالی و صلاح
۳۶	۲-۳-۲ شکوفایی خلاقیت
۳۷	۲-۳-۳ اوقات فراغت و اشاعه فرهنگ عمومی
۳۷	۲-۳-۴ بهداشت روانی
۳۷	۲-۳-۵ پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی
۳۸	۲-۳-۶ اوقات فراغت و تأمین سلامت جسم
۳۸	۲-۳-۷ اوقات فراغت و توسعه مهارت‌های شناختی
۳۸	۲-۳-۸ اوقات فراغت و رشد اجتماعی در افراد
۳۹	۲-۴ انواع فعالیت‌های اوقات فراغت
۴۰	۲-۴-۱ اوقات فراغت از نظر زمان
۴۱	۲-۴-۲ انواع اوقات فراغت از لحاظ سنی
۴۳	۲-۴-۳ انواع اوقات فراغت از نظر نوع
۴۳	۲-۴-۴ انواع اوقات فراغت از نظر مکان
۴۴	۲-۴-۵ انواع اوقات فراغت از نظر شرکت‌کنندگان
۴۴	۲-۴-۶ انواع اوقات فراغت از نظر اقتصادی
۴۵	۲-۴-۷ انواع اوقات فراغت در محیط‌های آموزشی
۴۵	۲-۵ عوامل مؤثر بر نحوه گذران اوقات فراغت
۴۶	۲-۵-۱ عوامل شخصی و خانوادگی
۴۸	۲-۵-۲ عوامل اجتماعی و محیطی
۵۰	۲-۵-۳ عوامل موقعیتی
۵۱	خلاصه فصل دوم

فصل سوم: نیازها، محدودیت‌ها و عوامل مؤثر بر مشارکت اوقات فراغت

هدف کلی

هدف‌های یادگیری

مقدمه

۱-۳ مفهوم نیاز

۲-۳ انواع نیازها

۳-۳ ارتباط نیاز، خواسته و فراغت

۴-۳ نیازها، انسان، و برنامه‌ریزی فراغت

۵-۳ محدودیت‌های مربوط به اوقات فراغت

۱-۵-۳ محدودیت‌های ساختاری

۲-۵-۳ محدودیت‌های مالی فردی

۳-۵-۳ محدودیت‌های درون فردی

خلاصه فصل سوم

خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل سوم

فصل چهارم: آرا و نظریات مربوط به اوقات فراغت

هدف کلی

هدف‌های یادگیری

مقدمه

۱-۴ دیدگاه‌های فلسفی اوقات فراغت

۱-۱-۴ اوقات فراغت از دیدگاه اسلام

۲-۱-۴ اوقات فراغت از دیدگاه ایدئالیسم

۳-۱-۴ اوقات فراغت از دیدگاه فلسفه رئالیسم

۴-۱-۴ دیدگاه انسان‌گرایی

۵-۱-۴ اوقات فراغت از دیدگاه فلسفه پراگماتیسم

۲-۴ رهیافت‌های جامعه‌شناسی اوقات فراغت

۱-۲-۴ رهیافت تجربی و رسمی جامعه‌شناسی فراغت

۲-۲-۴ رهیافت تاریخی و نظری جامعه‌شناسی اوقات فراغت

۳-۴ دیدگاه‌های جامعه‌شناسی اوقات فراغت

۴-۴ دیدگاه‌های روان‌شناسی اوقات فراغت

خلاصه فصل چهارم

خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل چهارم

فصل پنجم: مدیریت اوقات فراغت

هدف کلی

۹۷	هدف‌های یادگیری
۹۷	مقدمه
۹۸	۵-۱ برنامه‌ریزی
۱۰۰	۵-۱-۱ اهداف برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت
۱۰۱	۵-۱-۲ مبانی برنامه‌ریزی فراغتی
۱۰۳	۵-۱-۳ پیش‌فرض‌های برنامه‌ریزی اوقات فراغت
۱۰۴	۵-۱-۴ اصول حاکم بر برنامه‌ریزی اوقات فراغت
۱۰۵	۵-۱-۵ معیارهای برنامه‌ریزی در اوقات فراغت
۱۰۶	۵-۱-۶ عوامل مؤثر بر برنامه‌ریزی اوقات فراغت
۱۰۶	۵-۱-۷ فرایند و مراحل برنامه‌ریزی اوقات فراغت
۱۰۸	۵-۱-۸ برنامه‌ریزی فضا و مکان اوقات فراغت
۱۰۹	۵-۱-۹ اصل زمان
۱۱۰	۵-۱۰-۱ دستگاه اجرایی و نهادهایی متولی برنامه‌ریزی اوقات فراغت
۱۱۰	۵-۱۱-۱ راهکارها برای برنامه‌ریزی اوقات فراغت (ویژه مدیران)
۱۱۱	۵-۲ سازماندهی
۱۱۲	۵-۳ رهبری
۱۱۳	۵-۴ کنترل (ارزشیابی و نظارت)
۱۱۴	خلاصه فصل پنجم
۱۱۵	خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل پنجم
۱۱۷	فصل ششم: تفریحات سالم و اوقات فراغت
۱۱۷	هدف کلی
۱۱۷	هدف‌های یادگیری
۱۱۷	مقدمه
۱۱۸	۶-۱ مفهوم تفریحات سالم
۱۱۹	۶-۲ ویژگی تفریحات سالم
۱۲۰	۶-۳ تفریح
۱۲۱	۶-۴ مفهوم تفریح
۱۲۴	۶-۵ تاریخچه اجمالی تفریح
۱۲۷	۶-۶ نظریه‌های تفریح
۱۲۷	۶-۶-۱ تفریح به‌منزله خدمت‌رسانی در جهت نیازها
۱۲۸	۶-۶-۲ تفریح به‌عنوان فعالیتی برای اوقات فراغت
۱۲۹	۶-۶-۳ تفریح به‌منزله ارزش برای شخص و اجتماع
۱۳۰	۶-۶-۴ تفریح به‌عنوان یک بازآفرینی یا خلق مجدد
۱۳۲	۶-۷ ورزش‌های تفریحی
۱۳۲	۶-۸ فواید تفریح
۱۳۲	۶-۸-۱ منافع فردی

۱۳۳	۶-۸-۲ منافع اجتماعی
۱۳۳	۶-۸-۳ منافع اقتصادی
۱۳۳	۶-۸-۴ منابع محیطی
۱۳۳	خلاصه فصل ششم
۱۳۴	خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل ششم

۱۳۷	فصل هفتم: بازی و اوقات فراغت
۱۳۷	هدف کلی
۱۳۷	هدف‌های یادگیری
۱۳۷	مقدمه
۱۳۸	۷-۱ بازی سرگرمی؟
۱۳۸	۷-۲ مفهوم بازی
۱۴۷	۷-۳ تاریخچه بازی
۱۴۸	۷-۴ عوامل مؤثر بر بازی
۱۵۲	۷-۵ نظریه‌های بازی
۱۵۲	۷-۵-۱ نظریه‌های تک‌شماره
۱۵۵	۷-۵-۲ نظریه‌های جدید
۱۶۱	۷-۵-۳ نظریه‌های مدرن و پیرفته
۱۶۳	۷-۶ دیدگاه و نظریه اسلام و دانشمندان اسلامی درباره بازی
۱۶۷	۷-۷ نقش بازی از دیدگاه قرآن و سنت معصومین (ع)
۱۷۰	۷-۸ ارتباط ورزش با بازی، کار و فراغت
۱۷۳	۷-۹ فواید و ارزش‌های بازی از دیدگاه نظریه پردازان
۱۷۹	۷-۱۰ انواع بازی‌ها
۱۸۲	۷-۱۱ بازی درمانی
۱۸۳	خلاصه فصل هفتم
۱۸۵	خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل هفتم

۱۸۷	فصل هشتم: ورزش و اوقات فراغت
۱۸۷	هدف کلی
۱۸۷	هدف‌های یادگیری
۱۸۷	مقدمه
۱۸۸	۸-۱ ورزش و تربیت بدنی
۱۹۰	۸-۲ تعریف ورزش
۱۹۲	۸-۳ تعریف تربیت بدنی
۱۹۳	۸-۴ تفاوت ورزش و تربیت بدنی
۱۹۳	۸-۵ تاریخچه ورزش و تربیت بدنی
۲۰۰	۸-۶ اهمیت ورزش و تربیت بدنی

۲۰۴	۷-۸ کارکردهای گذران اوقات فراغت ورزشی
۲۰۶	۸-۸ انواع ورزش
۲۰۸	۹-۸ ورزش همگانی (شهروندی)
۲۱۰	۱۰-۸ تاریخچه ورزش همگانی
۲۱۲	۱۱-۸ اهداف ورزش همگانی
۲۱۳	۱۲-۸ ابعاد ورزش همگانی
۲۱۴	۱۳-۸ انواع نیازها در زمینه ورزش های همگانی
۲۱۵	۱۴-۸ موانع و محدودیت های ورزش همگانی
۲۱۶	۱۵-۸ ورزش از دیدگاه اسلام
۲۱۹	۱۶-۸ رابطه ورزش با علوم دیگر
۲۱۹	۱۶-۸ روان شناسی و ورزش
۲۲۳	۱۶-۹ آموزش و ورزش
۲۲۳	۱۷-۸ بهداشت و ورزش
۲۲۶	خلاصه فصل ۹ ششم
۲۲۷	خودآزمایی چهارگانه ای فصل هشتم
۲۲۹	فصل نهم: اقتصاد ورزشی
۲۲۹	هدف کلی
۲۲۹	هدف های یادگیری
۲۲۹	مقدمه
۲۳۱	۱-۹ پیامد انقلاب صنعتی برای اوقات فراغت
۲۳۲	۲-۹ صنعت اوقات فراغت و تفریحات سالم
۲۳۵	۳-۹ اقتصاد ورزشی
۲۴۰	۴-۹ اثرات اقتصادی ورزش
۲۴۲	۵-۹ جنبه های مختلف اقتصاد ورزشی
۲۴۴	۶-۹ اجزای صنعت ورزش برخی از کشورها
۲۴۵	۷-۹ بازاریابی ورزشی
۲۴۹	۸-۹ آمیخته بازاریابی ورزشی
۲۵۳	۹-۹ اماکن ورزشی
۲۵۴	۱۰-۹ محصول ورزشی
۲۵۵	۱۱-۹ تماشاگران
۲۵۶	خلاصه فصل نهم
۲۵۹	خودآزمایی چهارگانه ای فصل نهم
۲۶۱	فصل دهم: اوقات فراغت اقلیت های مختلف
۲۶۱	هدف های کلی
۲۶۱	هدف های یادگیری

۱-۱۰ نوجوانان و جوانان

- ۱-۱-۱۰ علل اهمیت اوقات فراغت نوجوانان و جوانان
 ۲-۱-۱۰ چالش‌ها و موانع اوقات فراغت نوجوانان و جوانان
 ۳-۱-۱۰ ویژگی‌های عمومی اوقات فراغت جوانان
 ۴-۱-۱۰ ویژگی‌های اساسی گذران اوقات فراغت در جوانان
 ۵-۱-۱۰ اوقات فراغت؛ راهی برای کاهش بزهکاری جوانان و نوجوانان
 ۶-۱-۱۰ رابطه اوقات فراغت و اعتیاد جوانان و نوجوانان

۲-۱۰ سالمندان

- ۱-۲-۱۰ عوامل مؤثر بر سطح فعالیت‌های سالمندان
 ۲-۱۰ اهمیت توجه به اوقات فراغت سالمندان
 ۳-۲-۱۰ برنامه‌های ویژه اوقات فراغت سالمندان
 ۴-۲-۱۰ عوامل رزر مشارکت سالمندان در فعالیت‌های اوقات فراغت
 ۵-۲-۱۰ موانع مشارکت سالمندان برای استفاده از اوقات فراغت
 ۶-۲-۱۰ رویکردهای اساسی در طرح راهبردی اوقات فراغت سالمندان
 ۷-۲-۱۰ فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت سالمندان
 ۸-۲-۱۰ جایگاه فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت سالمندان
 ۹-۲-۱۰ موانع مشارکت سالمندان در فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت

۳-۱۰ جانبازان و معلولین

- ۱-۳-۱۰ تعریف و مفهوم معلولیت
 ۲-۳-۱۰ اوقات فراغت معلولین و اهمیت آن
 ۳-۳-۱۰ جایگاه ورزش و تربیت بدنی در اوقات فراغت معلولین
 ۴-۳-۱۰ ورزش پارالمپیک
 ۵-۳-۱۰ نگاهی به تاریخچه ورزش معلولین
 ۶-۳-۱۰ تاریخچه کمیته بین‌المللی پارالمپیک
 ۷-۳-۱۰ تاریخچه کمیته ملی پارالمپیک
 ۸-۳-۱۰ عوامل سوق‌دهنده و بازدارنده ورزش معلولان و جانبازان

۴-۱۰ زنان و دختران

- ۱-۴-۱۰ جایگاه ورزش در غنی‌سازی اوقات فراغت زنان و دختران
 ۲-۴-۱۰ عوامل مؤثر بر مشارکت زنان در فعالیت‌های بدنی و ورزش
 ۳-۴-۱۰ عوامل بازدارنده زنان در فعالیت‌های بدنی و ورزش

خلاصه فصل دهم

خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل دهم

لغات و اصطلاحات فنی

امروزه، صنعت «اوقات فراغت» و تفریحات سالم، یکی از مباحث جدی مطروحه در گفتمان‌های دانشی و پژوهشی دانشگاه‌ها و مراکز علمی - تحقیقاتی، و نیز از زمره منابع و فعالیت‌های ثروت‌ساز و اثرات‌یک‌کشورها است. محورهای صنعتی، تجاری و فناوری آن از یک‌طرف؛ و مسیرهای فرهنگی، اجتماعی و آموزشی و بسترهای گردشگری و اقتصادی آن، از طرف دیگر؛ «اوقات فراغت» را به درون برنامه‌ها، دستور کارها و تصمیم‌گیری‌های کلان و راهبردی رت‌مردان، دانشگاهیان، و همچنین فعالان اقتصادی (کارآفرینان و بازارسازان) سوق داده است. اهمیت، ضرورت و چه‌بسا، آرزو و اشتیاق به داشتن یک جامعه پویا، شاداب و فعال «اوقات فراغت» را آمیخته با موضوعاتی کرده‌است که فراتر از انگیزه‌های اقتصادی، به سودآوری صرف، که به‌طور معمول به فعالیت‌های اقتصادی نسبت داده می‌شود، برداشت از نیاز انسان (به‌ویژه انسان معاصر) به تفریح، سرگرمی، شادی، و آرامش و خوشی برخاسته است. از آن، موجب شده‌است که به موازات تغییر و تحولات تکنولوژیکی در دیگر ساحات زندگانی، «اوقات فراغت» نیز واجد وجه یا سطحی تکنولوژیکی و در نتیجه، صنعتی شود. سلامت روانی و جسمی، تجدید انرژی و آمادگی‌های روحی، فرهنگی و معنوی انسان‌ها برای ساخت دنیایی سعادت‌مندتر و زیباتر، پای تحول صنعتی را به «اوقات فراغت» کشانیده‌است؛ گستره این صنعت بسیاری از شاخصه‌های کلان هنر، فرهنگ، جامعه‌شناسی، تجارت، صنعت و خلاقیت را به خدمت گرفته و جزء فعال‌ترین بخش‌های اقتصادی کشور به‌شمار می‌رود. این صنعت بسیاری از صنایع و فعالیت‌های

ممتاز کشورها و جهان را با خود همراه ساخته است، و به زودی با رویکردهای نوین و ایجاد چشم اندازهای بی نظیر گردشگری، فرهنگی و اقتصادی برجسته خواهد گردید.

توسعه صنعت اوقات فراغت از گذشته دور به تدریج روی داده است و روش ها و شیوه ها در هر دوره با گذشت زمان تغییر کرده است. در دوران باستان، هدف مردم، برآوردن نیازهای اولیه از قبیل غذا و سرپناه بود. آن ها بدین منظور به شکار می رفتند و در غارها سکونت می گزیدند. جهش «صنعت اوقات فراغت» زمانی رخ داد که مردم سبک زندگی خویش را از کوچ نشینی به اسکان در شهرها و روستاها تغییر دادند. با صنعتی شدن و ساخت شهرها و کارخانه های بزرگ، مفاهیمی همچون ساعات مرخصی و ساعات کار شکل گرفتند که بر اوقات فراغت اثرگذار بودند. «صنعت اوقات فراغت»، از بزرگ ترین صنایع جهان به شمار می آید و میلیون ها شغل را در حیطه های مختلفی چون گردشگری (توریسم)، انواع سرگرمی، هنرها، سلامت، برنامه های آمادگی جسمانی و... ایجاد کرده است. علاوه بر منافع اجتماعی، اوقات فراغت منافع فردی بسیاری؛ از جمله برآوردن نیازهای جسمانی و روانی را به دنبال دارد.

ورزش و فعالیت بدنی، نیز به عنوان یکی از راه های غنی سازی اوقات فراغت از مهم ترین صنایع اثرگذار بر اقتصاد کشورها، توسعه یافته بوده، و توجه جامعه جهانی را به خود جلب کرده است. این صنعت در بسیاری از کشورهای جهان اثرات مهمی بر درآمد های اقتصادی کشورها و همچنین اشتغال رسانی دارد. در این راستا، ورزش تفریحی به عنوان یکی از مهم ترین بخش های ورزش و نیز رکن اساسی در درآمد های اقتصادی صنعت ورزش، از طرف سیاست گذاران اقتصادی و اجتماعی مورد توجه بوده است. شرکت مردم در فعالیت های ورزش تفریحی در زمان فراغت می تواند نه تنها بر ارتقای سطح سلامت، نشاط و غنی سازی ارتباطات اجتماعی منجر شود، بلکه موجب درآمدزایی قابل توجهی برای سازمان های ورزشی شود. همچنین، تعاملات اجتماعی خارج از محیط کار در مکان هایی مانند باشگاه های ورزشی، فرصت آشنایی افراد با مشاغل مختلف را فراهم می آورد. این آشنایی ها می توانند در خدمت ایجاد فرصت های شغلی، یا توسعه و تکامل مشاغل موجود قرار گیرند.

مطالب کتاب حاضر براساس سرفصل های مصوب درس مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی در ۱۰ فصل به صورت زیر تدوین شده است:

فصل اول: تعاریف و تاریخچه اوقات فراغت

فصل دوم: اهداف، انواع و عوامل مؤثر بر گذران اوقات فراغت

فصل سوم: نیازها، محدودیت‌ها و عوامل مؤثر بر مشارکت اوقات فراغت

فصل چهارم: آرای و نظریات مربوط به اوقات فراغت

فصل پنجم: مدیریت اوقات فراغت

فصل ششم: تفریحات سالم و اوقات فراغت

فصل هفتم: بازی و اوقات فراغت

فصل هشتم: ورزش و اوقات فراغت

فصل نهم: اقتصاد ورزشی

فصل دهم: اوقات فراغت اقشار مختلف

امید است مطالعه این کتاب درسی که با توجه با نیاز دانشجویان و با استفاده از منابع مختلف تهیه شده، در آگاهی بخشی و استفاده آنان مفید و مؤثر بوده و با تلاش‌های چشمگیری که در راستای شناخت هر چه بیشتر و بهتر فعالیت‌های اوقات فراغت به‌ویژه تفریحات سالم و ورزش صورت می‌گیرد مسئولان را در جهت برنامه‌ریزی‌های لازم برای غنی‌تر شدن اوقات فراغت همه افراد بیش‌ازپیش موفق بگرداند.

کتاب حاضر به‌عنوان منبع درسی برای دانشجویان رشته تربیت بدنی نگاشته شده است. همچنین علاوه بر جامعه دانشگاهی، پژوهشگران و مسئولان سازمان‌ها و نهادهای ذی‌ربط همچون: وزارت ورزش و امور جوانان، وزارت آموزش و پرورش، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، شهرداری‌ها، سازمان تبلیغات اسلامی و امثالهم که به‌نوعی وظیفه برنامه‌ریزی و غنی‌سازی اوقات فراغت اقشار مختلف جامعه را برعهده دارند نیز بتوانند از آن بهره‌مند شوند.

از آنجایی که نقطه‌نظرات، پیشنهادات و انتقادات سازنده اساتید گرامی، دانشجویان عزیز و سایر مخاطبین محترم یاری‌بخش ما را پربار کردن محتوا و تصحیح و تکمیل کتاب حاضر و رفع نواقص احتمالی در چاپ‌های بعدی خواهد بود، بنابراین ضمن استقبال از هرگونه نظر هدایت‌گرانه این عزیزان، پیشاپیش از دقت‌نظر، راهنمایی و همراهی‌شان سپاسگزاریم.

در این راستا، از جناب دکتر ابوالفضل فراهانی که از راهنمایی و دانش
ویراستاری علمی ایشان استفاده وافر برده‌ایم، نهایت سپاس و قدردانی را داریم.
از استاد فرهیخته جناب آقای رحمان میرزایی که در پدیدآوری این مجموعه ما
را یاری کرده‌اند، نهایت سپاس و تشکر را داریم.

www.ketab.ir