



مدیریت فراغت و تفریحات ورزشی

Leisure and Recreational Sport Management

تالیف و ترجمه: دکتر حسن فهیم دوین

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد

احسان اسداللهی

دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی

سرشناسه	:	فهمیم دوین، حسن، ۱۳۳۴
عنوان و نام پدیدآور	:	مدیریت فراغت و ورزشهای تفریحی
		Leisure and recreational sport management
		/ تالیف و ترجمه حسن فهمیم دوین - احسان اسدالهی
مشخصات نشر	:	مشهد: مؤسسه فرهنگی، هنری و انتشاراتی ضریح آفتاب.
مشخصات ظاهری	:	۲۷۲ ص.
شابک	:	۹۷۸-۹۶۴-۴۲۹-۷۵۳-۳
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
موضوع	:	اوقات فراغت - مدیریت - تفریح - ورزش
یادداشت	:	کتابنامه: ص. [۲۶۶] - [۲۷۲].
شناسه افزوده	:	اسدالهی، احسان، ۱۳۶۵-
رده‌بندی کنگره	:	۱۳۹۳ م ۴ ۹ ف / ۱۸۱ GV
رده‌بندی دیویی	:	۳۰۶ / ۴۸۱۲
شماره کتابشناسی ملی	:	۳۷۴۵۹۵۴



نام کتاب	مدیریت فراغت و ورزشهای تفریحی
نویسندگان	حسن فهمیم دوین - احسان اسدالهی
ناشر	مؤسسه فرهنگی، هنری و انتشاراتی ضریح آفتاب
صفحه‌آرایی	گروه سبز
طرح جلد	مهدی حبیبی
نوبت چاپ	اول ۱۳۹۴
قطع	وزیری
شمارگان	۱۰۰۰ نسخه
قیمت	۱۲۰۰۰ تومان
چاپ	دقت ۳۳۱۲۵۰۵۲ - ۵۱
شابک	۹۷۸-۹۶۴-۴۲۹-۷۵۳-۳

مرکز پخش: مشهد، خیابان امام خمینی، جنب اداره کل آموزش و پرورش خراسان رضوی
بازرگانی: (۰۵۱)۳۲۲۸۱۴۱۰ سفارشات: (۰۵۱)۳۲۲۸۳۴۲۲ دفتر نشر: (۰۵۱)۳۲۲۸۰۱۶۷

«حق چاپ محفوظ است»



پیشگفتار

خدای را سپاس که به این حقیران توفیق ترجمه و تالیف کتاب حاضر را عطا فرمود.

اوقات فراغت به عنوان زمانی از بیداری انسان که فرد بتواند آن را به میل و دلخواه خود بدون هیچگونه الزامی بگذراند معنی می گردد. اوقات فراغت به عنوان مفهوم جدیدی که محصول جدایی کار از خانه، پیشرفت های فناورانه و تقسیم کار اجتماعی است این فرصت را مهیا کرد که انسان (هر چند کوتاه) از اجبارها و محدودیت های نظم اجتماعی مدرن رها شود. این رهایی از فشار کار، گذراندن اوقات فراغت را در قالب انواع فعالیت های ورزشی و تفریحی تسهیل کرد. گذران بهینه اوقات فراغت می تواند کارکردهای متفاوتی چون رفع خستگی، نیاز به تفریح، شکوفایی استعداد و رشد اجتماعی فرد داشته باشد. نباید فراموش کرد که تمدد جسم و خلاصی از استرس های روحی، احساس رضایت درونی و افزایش شادکامی زمانی میسر می شود که آدمی بتواند در فرصت مناسبی به فعالیت های تفریحی مناسب در اوقات فراغت خود پردازد.

بر اساس تحقیقات انجام شده در برخی کشور های در حال توسعه، مشکلات عمده گذران اوقات فراغت، نداشتن امکانات سالم تفریحی، عدم آگاهی، نداشتن برنامه صحیح و اصولی و همچنین اجرای سیاست های نامناسب فرهنگی و اقتصادی و اجتماعی می باشد که موجب انحراف نوجوانان و جوانان و کشیده شدن آنان به سوی تفریحات ناسالم است. پژوهش های انجام شده در ایران نیز حاکی از این مطلب است که بسیاری از معضلات اخلاقی و فرهنگی در بین نوجوانان و جوانان، موازی کاری ارگان ها و سازمان های ذی ربط



و فقدان برنامه ریزی صحیح جهت گذران اوقات فراغت در بین آنان بوده است. سالمندان نیز با توجه به بازنشسته بودنشان و مشغول به کار نبودنشان آن چیزی که زیاد دارند و نمی دانند با آن چه کنند وقت و زمان های آزاد است. اهمیت بررسی وضعیت اوقات فراغت و تفریحات سالمندان نیز از همین منظر قابل بررسی است به علاوه اینکه تنها بودن و فقدان حمایت اجتماعی، آنها را بیشتر در معرض خطر قرار می دهد. افراد خاص چون معلولین با توجه به ویژگی های منحصر به فردی نظیر بالا بودن ساعات فراغت، مشکلات جسمانی، حرکتی و روحی، نیاز مبرمی به پر کردن بهینه اوقات فراغت خود دارند. برای دانشجویان نیز به عنوان قشر پویا و پرسشگر جامعه تفریح و گذراندن مناسب اوقات فراغت وسیله ای موثر برای پرورش قوای فکری، جسمی و اخلاقی است و عاملی برای جلوگیری از کج روی های اجتماعی محسوب می شود. لذا، دانشجویان مستثنی از این امر نمی باشند. امید است که کتاب حاضر بتواند کاستی های موجود در این زمینه را برطرف سازد.

حسن فهیم دوین - احسان اسداللهی



فهرست

۷	مقدمه
	فصل اول
۱۱	مفاهیم اساسی در مطالعات فراغت
	فصل دوم
۴۷	نظریه های (رویکرد ها) مختلف در فراغت
	فصل سوم
۶۱	مدیریت تفریح، پارک ها و سازمان های ارائه دهنده خدمات فراغت
	فصل چهارم
۸۳	برنامه ریزی فراغت ، تسهیلات و خدمات تفریحی
	فصل پنجم
۱۱۹	بازاریابی فراغت و تفریح
	فصل ششم
۱۵۹	مدیریت ورزش و تفریحات سالم درون دانشگاهی
	فصل هفتم
۲۱۳	ورزش همگانی، چیزی برای همه
	فصل هشتم
۲۴۷	فراغت برای افراد خاص
۲۶۵	منابع



مقدمه

با توجه به اهمیت مساله اوقات فراغت ورزشی، در تدوین این کتاب سعی شده تا آنجا که ممکن است به تمامی زوایای اوقات فراغت و تفریح همچون مفاهیم اساسی در مطالعات فراغت (فصل اول) پرداخته شود. در این فصل خواننده با مفاهیمی چون فراغت، تفریح، بازی، ورزش، جهانگردی و مفهوم تفریح در فضای باز آشنا می شود. در (فصل دوم) به نظریه های (رویکردها) مختلف در فراغت پرداخته می شود. در ابتدای این فصل با یک نگاه اجمالی، پنج رویکرد در ارتباط با فراغت مورد بررسی قرار می گیرد. در پایان این فصل فراغت به عنوان یک روش زندگی به بحث گذاشته می شود.

در (فصل سوم) به بررسی مدیریت تفریح، پارک ها و سازمان های ارائه دهنده خدمات فراغت پرداخته می شود. در این فصل، مدیریت و مدیریت بهره ور به بحث گذاشته می شود. ویژگی های مدیران اثر بخش و بهره ور، طبقه بندی مدیران سازمان های ارائه دهنده خدمات فراغت، مهارت های مدیران ارائه دهنده فراغت و تفریح مورد بحث و بررسی قرار می گیرد و در پایان به شناسایی سازمان های تفریح، پارک ها و ارائه خدمات فراغتی پرداخته می شود.

در (فصل چهارم) کتاب به برنامه ریزی فراغت، تسهیلات و خدمات تفریحی پرداخته می شود. در این فصل، هدف از برنامه ریزی فراغت و تفریح بیان می گردد. نهادهای مسئول برنامه ریزی فراغت و تفریح شناسایی می شوند، طبقه بندی برنامه های تفریحی و فراغتی ارائه شده و سپس تشریح می شوند و در پایان این فصل چگونگی برنامه ریزی برای



مراکز چند منظوره به بحث گذاشته می شود.

در (فصل پنجم) کتاب، به بازاریابی فراغت، بخصوص فراغت خدمات عمومی که امری جدید است پرداخته می شود. اینکه بازاریابی اوقات فراغت و تفریح چیست و چه کسی آن را انجام می دهد؟ رویکرد بازاریابی، مفهوم بازاریابی اجتماعی، مشتریان و آمیخته بازاریابی از جمله مفاهیمی هستند که در این فصل به آنها پرداخته می شود.

(فصل ششم) مروری اجمالی بر ورزش و فعالیت های ورزشی - تفریحی در درون دانشگاه ها (ورزش درون دانشگاهی) دارد. در ادامه به مباحثی چون نقش برنامه های ورزشی - تفریحی دانشگاهی در فرآیند تعلیم و تربیت، فوق برنامه ورزشی و فواید آن برای دانشجویان، مدیریت فوق برنامه و فعالیت های ورزشی درون دانشگاهی و در پایان این فصل به اهداف، دستاوردها و دستورالعمل های ورزش درون دانشگاهی (فوق برنامه) پرداخته می شود.

در (فصل هفتم) به یکی از مهم ترین موضوعات مطرح شده در این کتاب، یعنی ورزش همگانی یا (ورزش برای همه) پرداخته می شود. در این زمینه، فصل با بحث درباره ارمغان ورزش همگانی برای جامعه آغاز شده و در ادامه به ورزش همگانی برای افراد خاص، توسعه برنامه ورزش برای همه (مطالعه موردی) و ارزیابی برنامه ورزش برای همه (همگانی) پرداخته می شود.

(فصل هشتم) کتاب رویکرد پژوهشی به مقوله ورزش و تفریح برای افراد خاص (سالمدان) دارد و در این راستا به مفاهیمی چون سالخوردگی، کیفیت زندگی و رضایت از زندگی و سلامت روان با نگاه پژوهش محور پرداخته می شود.

به طور کلی، در این کتاب تلاش شده است که هم از رویکرد های موجود در اوقات فراغت و تفریح و هم رویکرد های نوین پژوهش برای فهم بهتر موضوعات استفاده شود.



امید است ثمره‌ی بیش از دو سال تلاش که برای تدوین این کتاب به عمل آمده است مورد توجه دانش پژوهان رشته تربیت بدنی با گرایش مدیریت ورزشی قرار گیرد و این مجموعه بتواند بر منابع علمی آن‌ها بیفزاید. از استادان، دانشجویان و عزیزان فرهیخته تقاضا می‌شود تا نظرها و پیشنهادها و انتقادهای خود را در اختیار این جانبان قرار دهند تا در رفع و جبران کاستی‌ها اقدام گردد.

بردباری و شکیبایی خانواده عزیزمان که با ایجاد فضای مناسب و همکاری امکان تهیه این مجموعه را فراهم ساخته‌اند شایان سپاس گذاری است.

حسن فهیم دوین - احسان اسداللهی



فصل اول

مفاهیم اساسی در مطالعات فراغت

Basic Concepts in Leisure Studies

