

حمبرا احمدیان

با گذرش شهرها تا نیمه شب پای تلویزیون نشستن، ساعت ها ورق زدن بی هدف با رایانه، صبح ها تا در وقت خوابیدن و بخش عمده روز را با کسالت سپری کردن به شیوه رایج گذران تلویزیون نشستن، ساعت ها تلویزیون نشستن، ساعت ها تلویزیون نشستن...

هر چند که اوقات فراغت محدود به فصل تابستان و منحصراً به زمان و عهده ای خاص نیست، اما غالباً با شروع این فصل یادمان می آید که باید برای اوقات فراغت تعطیلات ما دانش آموزی که تعطیلات طولانی تابستان را در پیش دارد برنامه ریزی کنیم. بیشتر اوقات پر کردن اوقات فراغت دانش آموزان هم برای والدین و هم برای مسئولان تبدیل به یک معضل بزرگ می شود و در بسیاری از مواقع هم از این اوقات به خوبی بهره برداری نمی شود. حتی گاهی موضوع جدی تر می شود. چرا که آمار بزهداری در فصل تابستان و به تعبیری «فصل بیبکاری» به ویژه در شهریور ماه افزایش می یابد. بسیاری از نوجوانان بخصوص نوجوانان پسر وقتی راهی برای پر کردن اوقات فراغتشان پیدا نمی کنند به اعمال هرکارانه دست می زنند. برخی از آنها را حاکمی از این است که در پایان تابستان آمار آسیب های اجتماعی ۱۷ تا ۱۹ درصد افزایش می یابد.

اوقاتی مناسب برای آموختن حرفه

برای بسیاری از دانش آموزان فشار مدرسه در دوران تحصیل به قدری زیاد است که آنها ترجیح می دهند تابستان را فصل «استراحت مطلق» فرض کنند. اما این استراحت مطلق کم کم تبدیل به کسالت می شود. در حالی که اگر دانش آموزان در تعطیلات، حرفه ای یا بیاموزند، هم خود را سرگرم می کنند و هم می توانند از تجربیات این دوره در آینده استفاده کنند.

دختر نوجوانی تعریف می کند که در یک تابستان تصمیم گرفت حرفه گل سازی بیاموزد. بعد حتی در اوقات فراغت بعد از مدرسه هم این حرفه را دنبال کرد و حالا در تابستان اسفند ۸۰ هزار تومان حقوق نیز می گیرد. میگویند کس است که این حقوق بالایی ناشد ولی در مقایسه با دانش آموزی که روزهایش را با بیکاری و کسالت سپری می کند، دستاورد بسیار خوبی است.

سوده کار کشیشناس ارشد کارآفرینی می گویند: «اگر والدین بدانند که تنها مدرسه رفتن چقدر نمره خوب گرفتن و در انتظار شغلی مطمئن و تضمین شده ماندن کافی نیست به سهولت هم برای اوقات فراغت آنها برنامه ریزی می کنند. والدین باید بداند که کسالت بچه های امروزی به آموزش های پیچیده تری نیاز دارند. همان گونه که آموزش فرمسه ای ضروری است مهارت های مالی و ارتباطی هم با اهمیت است. اما پدر و مادرها به خاطر وقت کم تربیت فرزندان را تنها به مدرسه سپرده اند. در حالی که در هر زمانی به ویژه در اوقات فراغت چیه می توان این مهارت ها را به آنها آموزش داد. والدین حتی به پول بول جیبی دادن به بچه ها می توانند با چیه ها هم کاری شریک شوند و سود کارشان را باهم تقسیم کنند. در این ترتیب بچه ها مسئولیت و انصاف در کسب و کار را یاد می گیرند.»

وی می افزاید: به طور کلی دانش والدین فعال در تجارت با مشاغل مشابه آن، به کودکان کمک می کند که در آینده کارآفرین شوند. به ویژه چینی ها از این نوع تجربیات برای پرورش کودکان کارشان استفاده می کنند. خانواده های چینی به جز آموزش کودکان برای اتکا به خود، شغلی مهمی نیز در آموزش صنعت به آنان دارند. این گونه آموزش های زود هنگام، موجب توفیق افراد کارآفرین در کارشان می شود. داستان زندگی برخی از کارآفرینان موفق هم نشانگر این است که آموزش و دستاورد هم مهارت های فنی صنعتی

شیرجه در فراغت



بیش از مدرک دانشگاهی برای رسیدن به هدف کارآفرینی مؤثر است.

موضوع دیگر در رابطه با خانواده های چینی این است که والدین فعال در تجارت با مشاغل مشابه آن، کودکان را در دوران رشد در فعالیت های نظیر فروش، شمارش پول، پول خرد کردن، بازار و تحویل کالا درگیر می کنند.

اولیای چینی آموزش را هم به عنوان بنیان و هم به عنوان تعلیم برای کودکان در نظر می گیرند. در موقعیت تابستان یا کریسمس در بازارهای چین دختران و پسران جوانی در حال کمک به پدر و مادر خود دیده می شوند. آنان از اوقات فراغت خود برای یادگیری تجارت به شکل عملی استفاده می کنند.

با وجود این که والدین می توانند اوقات فراغت فرزندان شان را تبدیل به اوقاتی مفید، همراه با آموزش سرگرم کننده کنند، ولی بیشتر آنها تنها کاری که انجام می دهند این است که با ناخبر بچه هایشان را به کلاس های آموزشی مختلف می فرستند. ناخبر از آنکه این کلاس ها هم حالت تکلیفی پیدا می کنند. بسیاری از آنها حتی از بچه هایشان نمی پرسند که به چه چیزی علاقه دارند و با اسرار آنها در کلاس های مختلفی از قبیل کلاس های زبان و ورزش

محترم شجاعی کارشناس علوم تربیتی می گویند: «در کشورهایی پیشرفته والدین اهمیت زیادی به اوقات فراغت می دهند. به ویژه اگر این اوقات فراغت تعطیلات طولانی تابستانی باشد. اغلب آنها مرخصی خود را نگه می دارند تا در هنگام تعطیلات بچه ها مدت بیشتری را با آنها سپری کنند. پدر و مادرها از مدت ها قبل برای این تعطیلات برنامه ریزی می کنند و طوری نیست که یکدفعه با فرا رسیدن تعطیلات سرسریه دنبال برنامه ریزی باشند. البته در کنار برنامه های که خود والدین تدار می کنند می بینند امکانات هم برای گذران مفید اوقات فراغت در این کشورها زیاد است. در بعضی از کشورهایی اروپایی این امکانات را مراکز محلی که همان انجمن های محلی و دفاتر جوانان و جوانان هستند (مانند فرهنگسراها) ایجاد می کنند. آنها بچه های محل را که در سنین میان هفت و هشت سال و ۱۶ تا ۱۵ سال هستند را جمع می کنند و به مدت تقریباً سه هفته با اتوبوس به اردوگاه می برند. در این مدت بچه ها فعالیت های مختلف تفریحی، سیاحتی و گردشگری دارند. در کشورهایی که امکانات برای بچها در برابره آنها کم می کنند یا فعالیت های محلی مردم مناطق دیگر را مشاهده می کنند.

مراکز محلی در آستانه تابستان برنامه هایشان را پیشنهاد می دهند و بچه ها هر کدام را که بخواهند انتخاب می کنند. در اردوهای ورزش فعالیت اصلی است و بچه ها فعالیت های جنبی مانند نامه نگاری را هم می آموزند. این مراکز بچه ها را بیمه می کنند و مواظبت از آنها را به طور کامل به عهده می گیرند. از آنجایی که برای چنین فعالیت هایی نیاز است، این مراکز به داوطلبانی که به سن ۱۶ - ۱۵ سالگی وارد می شوند، نگهداری از بچه ها را آموزش می دهند. بچه ها از سن ۱۸ - ۱۷ سالگی به صورت پاره وقت در این اردوهای فعالیت می کنند. ویژگی این اردوها این است که هم افراد فقیر و هم افراد ثروتمند می توانند در آنها شرکت کنند. ضمن این که دولت برای بچه ها هزینه ای را در نظر می گیرد و می پردازد.»

وی می افزاید: «خانواده ها هم از این برنامه ها استقبال می کنند. چون علاوه بر این که نوجوانان اوقات فراغت بچه ها پریشان مهم است، می دانند که اگر بچه ها در این حال خود را کنند ممکن است به راه خطا بروند. در حالی که وقتی در این برنامه ها شرکت می کنند، دست کم اندکی تحت نظارت هستند.»

● گاهی رسانه های تصویری تنها سرگرمی بچه ها هستند اما راهی از این است که ۲۲/۵ درصد از وقت آزاد جوانان صرف استفاده از وسایل صوتی و تصویری می شود. دکتر معصومه رفیعی مشاور می گویند: «وقتی از خانواده هایی که به من مراجعه می کنند می پرسم اوقات فراغت بچه هایشان را با چه چیزی می کنند می گویند که تا آخر شب فیلم می بینند!»

واقفیت این است که فیلم ها و مجموعه های تلویزیونی مورد علاقه بچه ها است و بخصوص فیلم های اکشن برای نوجوانان جذابیت دارد. در حالی که کارشناسان می گویند که هر چند که فیلم های اکشن می تواند موجب تخلیه و رفع هیجان باشد، ولی اگر زمینه فقر و بیکاری در خانواده وجود داشته باشد، شاهد افزایش تقاضای والدین برای کارهای خانگی می باشیم. عده ای از بچه ها هم از گزروزی زیادی دارند و می خواهند این انرژی را تخلیه کنند و بهترین روش تخلیه انرژی را در ورزش و خریدی که از فیلم یا یاد گرفته اند می بینند. هم این امر می تواند افزایش بزهداری بچها هم اوقات فراغت تربیتی غیررسمی تلقی می شود که گاهی تأثیر آن از تربیت رسمی بیشتر است. چرا که در اوقات فراغت به شکل تفریحی می توان بسیاری از چیزها را یاد گرفت. اگر از این اوقات به درستی استفاده نشود، تبدیل به اوقات زایدی می شود که هم والدین گرفته تا مسئولان از آنجا می خواهند که هر چه سریع تر به پایان برسد.

جدول روزنامه ایران دارای دو شرح و عادی ویژه است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرحها را با مداد حل کرده و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

یک جدول را دو شرح ۳۹۵۸

جدول عادی ۱۰x۱۰ grid with numbers 1-10 and a crossword puzzle grid.

- ۱- زمان مرغ - از آینه تاریخی
۲- دودنیو استان کرمانشاه که در کنگاور واقع شده است
۳- جاما - یادول ساعت
۴- خاستگاه انکاشیان - سبی
۵- در استان گلستان - از مراکز استانی
۶- از شعرا نامدار سده ششم
۷- عدد دورومی - چیزی که دیده نشود
۸- منظر لاجری - دوستی
۹- اندک - فلز شیرجه
۱۰- اسب - سکوی شیرجه
۱۱- تنگی نفس - گازی بی رنگ
۱۲- آتش زا - خدای پیر
۱۳- خراب - از القاب فارسی
۱۴- نروتمندترین مرد زمان حضرت موسی (ع) در مصر باستان
۱۵- سرفه - سبزی
۱۶- آستان آذربایجان عربی - آلت
۱۷- چنگی - پیره مند
۱۸- نوبی خط کهنی - سرچشمه
۱۹- قشال زیز زیمینی - حرف مفهولی
۲۰- کیم مانه تا آدم شول - پهلوان قدرتمند یونان
۲۱- یکنده - جاشنی کباب - عرب
۲۲- کمک - راه بندان - آدم بسیار سختگیر و جدی
۲۳- از آینه تاریخی شیراز - دلبر و پهلوان
عمودی:
۱- نام دو کشور اروپایی است و اثری به قلم آلفرد موسه فرانسوی
۲- مقابل پیری - منطقه ای سردسیر در شمال روسیه - فریاد و بانگ
۳- کریمیه - کجرو منحرف - مار خطرناک
۴- از وسایل خیلی مؤثر در ماشین - واحد سطح - سازگار و نرم
۵- درخت انگور - کفوش فلاسه - خمنکاران
۶- چشم عرب - سم حشره کش - نمو کردن - حرف فاصله
۷- ضد حرارت - از حواریون دوازده گانه عیسی - خالص
۸- گوی گریمان - آنچه موجب آرایش خاطر شود - روم
۹- نخست - صفات و شرایط فاضی طبق موازین به وسیله ... معین می شود - دفاع
۱۰- بیج کج فراسه - نامیونال - وسیله ترمز - بند، ریمشان
۱۱- قطعه موسیقی برای ۳ نوازنده - واحدی برای پاره چه به اندازه یک دست لباس - چه کسی؟
۱۲- از فرزندان حضرت آدم - بیماری - اتاق یا خانه آذری
۱۳- نام کوچک اولین فضانورد - آهو - وسیله ای برای پرواز
۱۴- نوبی خواهر و برادر زیدست - خوشبخت
۱۵- از منکاب ادبی که بر پایه اصالت وجود، آزادی و پویایی زندگی استوار است

جدول روزنامه ایران دارای دو شرح و عادی ویژه است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرحها را با مداد حل کرده و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

یک جدول را دو شرح ۳۹۵۸

جدول عادی ۱۰x۱۰ grid with numbers 1-10 and a crossword puzzle grid.

- ۱- زمان مرغ - از آینه تاریخی
۲- دودنیو استان کرمانشاه که در کنگاور واقع شده است
۳- جاما - یادول ساعت
۴- خاستگاه انکاشیان - سبی
۵- در استان گلستان - از مراکز استانی
۶- از شعرا نامدار سده ششم
۷- عدد دورومی - چیزی که دیده نشود
۸- منظر لاجری - دوستی
۹- اندک - فلز شیرجه
۱۰- اسب - سکوی شیرجه
۱۱- تنگی نفس - گازی بی رنگ
۱۲- آتش زا - خدای پیر
۱۳- خراب - از القاب فارسی
۱۴- نروتمندترین مرد زمان حضرت موسی (ع) در مصر باستان
۱۵- سرفه - سبزی
۱۶- آستان آذربایجان عربی - آلت
۱۷- چنگی - پیره مند
۱۸- نوبی خط کهنی - سرچشمه
۱۹- قشال زیز زیمینی - حرف مفهولی
۲۰- کیم مانه تا آدم شول - پهلوان قدرتمند یونان
۲۱- یکنده - جاشنی کباب - عرب
۲۲- کمک - راه بندان - آدم بسیار سختگیر و جدی
۲۳- از آینه تاریخی شیراز - دلبر و پهلوان
عمودی:
۱- نام دو کشور اروپایی است و اثری به قلم آلفرد موسه فرانسوی
۲- مقابل پیری - منطقه ای سردسیر در شمال روسیه - فریاد و بانگ
۳- کریمیه - کجرو منحرف - مار خطرناک
۴- از وسایل خیلی مؤثر در ماشین - واحد سطح - سازگار و نرم
۵- درخت انگور - کفوش فلاسه - خمنکاران
۶- چشم عرب - سم حشره کش - نمو کردن - حرف فاصله
۷- ضد حرارت - از حواریون دوازده گانه عیسی - خالص
۸- گوی گریمان - آنچه موجب آرایش خاطر شود - روم
۹- نخست - صفات و شرایط فاضی طبق موازین به وسیله ... معین می شود - دفاع
۱۰- بیج کج فراسه - نامیونال - وسیله ترمز - بند، ریمشان
۱۱- قطعه موسیقی برای ۳ نوازنده - واحدی برای پاره چه به اندازه یک دست لباس - چه کسی؟
۱۲- از فرزندان حضرت آدم - بیماری - اتاق یا خانه آذری
۱۳- نام کوچک اولین فضانورد - آهو - وسیله ای برای پرواز
۱۴- نوبی خواهر و برادر زیدست - خوشبخت
۱۵- از منکاب ادبی که بر پایه اصالت وجود، آزادی و پویایی زندگی استوار است

حل جدول عادی شماره ۳۹۵۷

Completed crossword puzzle grid for section 3957.

جدول سودوکو ۳۳ رقم درسطرها ، سون ها و مربع های کوچک ۳×۳ یکبار دیده شود

Sudoku puzzle grid with numbers 1-9.

متوسط

Another Sudoku puzzle grid.

سخت

A third Sudoku puzzle grid.