

## نشاط و شادی در مدرسه

امام علی علیه السلام:

### السُّرورُ يَبْسُطُ النَّفْسَ وَيُثِيرُ النَّشَاطَ

شادی باعث انبساط نفس می‌شود و نشاط را برمی‌انگیزاند

غررالحکم، صفحه ۳۲۰

#### مقدمه

شادی به‌عنوان یک ضرورت فردی و در نتیجه اجتماعی است. توصیه‌های دین مبین اسلام در خصوص مسرت و نشاط نیز مؤید همین مطلب است. همان‌طور که علمای روانشناسی سفارش مؤکد در برقراری فضای شاد و مسرت‌بخش برای افراد جامعه دارند. محیط تربیتی شاد موجب پویایی ذهن، گویایی زبان، توانایی دستان و شکوفایی استعدادها می‌گردد. اگرچه آن دسته از خوشی‌ها و شادی‌ها که موجب غفلت از خدا و غضب پروردگار باشد منفی و مطرود است اما نعمت ارزشمند نشاط و سرور از زیباترین و کارسازترین نعمات خداوند بر انسان است. طبق نظر متخصصان وقتی احساس رضایتمندی و نشاط موجب هیجان مثبت در انسان می‌شود، سیستم‌های عصبی به‌طور خودکار فعال می‌شوند و در اثر فعل و انفعالات درونی حالت فرح و شادی در انسان پدید می‌آید. انسان در چنین حالتی آماده انجام فعالیت‌های شایسته و مثبت می‌شود. در بند ۱۰ فصل دوم سند تحول بنیادین آموزش و پرورش (بیانیه ارزش‌ها) در نظام آموزش و پرورش کشور بر «سلامت جسمانی، نشاط و تقویت اراده دانش‌آموزان» تاکید شده است. ضمن آن که توجه به نکات مورد اشاره در فصل هفتم راهکار ۶-۶ سند تحول از جمله «غنی‌سازی محیط مدرسه و تنوع بخشی به محیط‌های یادگیری» نیز موجبات نشاط و شادابی دانش‌آموزان را فراهم خواهد نمود.

## اهداف

داشتن مدرسی شاد و دانش‌آموزانی بانشاط به‌منظور:

- ۱- پویایی بیشتر در دانش‌آموزان
- ۲- علاقه‌مندی بیشتر دانش‌آموزان به مدرسه
- ۳- افزایش خلاقیت دانش‌آموزان
- ۴- افزایش میزان رضایت از نعمت زندگی که خداوند عنایت کرده است.

مسئول اجرا: معاون آموزشی	زمان برنامه‌ریزی: تابستان
زمان اجرا: در طول سال تحصیلی	زمان ارزشیابی: پایان نوبت اول و دوم

برای نیل به اهداف فوق‌الذکر وظایف و مسئولیت‌هایی برای هر یک از عوامل مدرسه، معلمین، خانواده و دانش‌آموزان تعریف می‌گردد.

## وظایف مدرسه:

- ۱- به‌کارگیری معلمین متخصص، کارآمد و بانشاط
- ۲- ارتباط محبت‌آمیز بین کارکنان مدرسه
- ۳- برخورد با دانش‌آموزان همراه با تبسم و خوش‌رویی
- ۴- آموزش برنامه‌ریزی به دانش‌آموزان
- ۵- آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان
- ۶- مشارکت دادن دانش‌آموزان در فعالیت‌های کلاس و مدرسه
- ۷- ایجاد امید در دانش‌آموزان با دعوت از فارغ‌التحصیلان
- ۸- داشتن انتظارات معقول و منطقی از دانش‌آموزان
- ۹- توجیه مقررات انضباطی برای ایجاد نظم
- ۱۰- داشتن سرودهای شاد با محتوای مفید و اجرای با هیجان
- ۱۱- برگزاری مراسم مذهبی و ملی و استفاده از مشارکت دانش‌آموزان در آنها
- ۱۲- تأمین نیاز دانش‌آموزان به فعالیت‌های جسمی از طریق ساعات ورزش و نرمش صبحگاهی و مخصوصاً آموزش شنا
- ۱۳- برگزاری مسابقات ورزشی

- ۱۴- برگزاری اردوهای دانش‌آموزی و بیتوته در مدرسه به منظور ایجاد نشاط، افزایش آگاهی‌های اجتماعی، رشد علمی و ... با تأکید بر مراقبت جسم و اخلاق و جان دانش‌آموزان
- ۱۵- برگزاری برنامه‌های گفتگوی دانش‌آموزی همراه با شوخ‌طبعی و طنزهای دانش‌آموزی و درس‌آموز
- ۱۶- استفاده از فیلم‌های سالم و نشاط‌انگیز در مناسبت‌ها
- ۱۷- تشویق‌های مؤثر و پرهیز از شرطی شدن دانش‌آموزان همراه با وعده‌های شوق‌انگیز کوتاه‌مدت
- ۱۸- فراهم آمدن فرصت‌های مناسب برای بروز خلاقیت‌ها و فعالیت‌های دانش‌آموزان مثل ایجاد غرفه‌های دانش‌آموزی در مناسبت‌ها
- ۱۹- تأمین شرایط فیزیکی مناسب اعم از رنگ، نور، تهویه، فضاسازی و استفاده از تصاویر زیبا و پر لبخند

### وظایف دانش‌آموزان:

- ۱- طراحی و اجرای فعالیت‌ها و کمک‌های داوطلبانه در مدرسه
- ۲- نگرش مثبت دانش‌آموزان نسبت به درس‌ها و موضوعات درسی
- ۳- رعایت حقوق مدرسه، معلمین و دانش‌آموزان در فعالیت‌ها
- ۴- شرکت جستن و قبول مسئولیت در برنامه‌ها
- تحقیقات علمی نشان می‌دهد بین فعالیت‌های داوطلبانه با کاهش اضطراب ناشی از انزوا و ایجاد خوشی، رابطه معناداری وجود دارد.
- ۵- آموزش برنامه‌ریزی و برنامه‌پذیر بودن در تمام امور تحصیلی و زندگی
- ۶- داشتن برنامه ورزشی متناسب در طول روز
- ۷- انتخاب دوستان مناسبی که در رشد آن‌ها مؤثر باشند.
- ۸- توجه به برخی از وظایف خانواده‌ها مانند شرکت در مراکز دینی، صلہ‌رحم، هم‌غذایی با خانواده و ...

### وظایف خانواده:

- ۱- پرهیز از سیاه‌نمایی خانواده و آینده‌جامعه

- ۲- تأمین بهداشت روانی در منزل
- ۳- پرهیز از تنبیه بدنی ناروا و داشتن برخورد محترمانه و دوستانه با فرزند
- ۴- پرهیز از مقایسه شکننده فرزند با دیگران
- ۵- تخصیص اوقاتی برای گفتگو و مشورت در خانواده
- ۶- رعایت عدالت بین فرزندان
- ۷- پذیرش سعی دانش‌آموزان در تحصیل
- ۸- تشویق و ایجاد زمینه‌های لازم برای آموزش‌های علمی مهارت‌های فنی
- ۹- هم‌غذایی و هم‌سفره بودن همه اعضای خانواده
- ۱۰- داشتن برنامه‌هایی برای صلح‌رحم
- ۱۱- ایجاد ارتباط خانواده و فرزند با مراکز دینی و مذهبی به‌خصوص مساجد
- ۱۲- مشورت با فرزند در امور متناسب در منزل
- ۱۳- القای حس خودشناسی و مفید بودن در فرزند

### وظایف معلمین:

- ۱- نگرش مثبت معلم به دانش‌آموزان
  - ۲- داشتن مهارت و ارتقای آن و تخصص در تدریس
  - ۳- برخورد محترمانه همراه با خوش‌رویی و لبخند با دانش‌آموزان و پرهیز از تحقیر آنان
  - ۴- داشتن برنامه منظم و طرح درس در اداره کلاس
  - ۵- آشنایی با روانشناسی رشد و حقوق کودک و نوجوان و جوان
  - ۶- تقویت و افزایش انعطاف‌پذیری و سعه صدر
  - ۷- رعایت انصاف و پرهیز از پیش‌داوری و تبعیض بین دانش‌آموزان
  - ۸- پرهیز از به‌کار بردن کلمات توهین‌آمیز و مخرب شخصیت دانش‌آموزان
  - ۹- پرهیز از اعمال تنبیه بدنی
  - ۱۰- پرهیز از سخت‌گیری‌های زیاد و غیرمنطقی
  - ۱۱- پرهیز از اخراج دانش‌آموزان از کلاس
- ذی‌ربطان این شیوه‌نامه که باید در جریان اجرای آن قرار گیرند، عبارتند از: کلیه همکاران

بررسی موارد شیوه‌نامه شماره ۸ / نشاط و شادی در مدرسه

ردیف	شرح	بلی	خیر	امتیاز
۱	آیا برای ایجاد نشاط و شادی در دانش‌آموزان در تابستان برنامه‌ریزی می‌شود؟			
۲	آیا دانش‌آموزان در اجرای فعالیت‌های کلاس و مدرسه به نحو مطلوب مشارکت دارند؟			
۳	آیا معلمان و مربیان مدرسه از دانش‌آموزان انتظارات معقول، منطقی و در حد توانشان دارند؟			
۴	آیا برای دانش‌آموزان مقررات مدرسه به خوبی تبیین شده است که این مقررات برای آنها آزردهنده نباشد؟			
۵	آیا در مدرسه در زمانهای مقتضی برای دانش‌آموزان سرودهای شاد پخش می‌شود؟			
۶	آیا دانش‌آموزان به اجرای سرودهای شاد با محتواهای مفید تشویق و ترغیب می‌شوند؟			
۷	آیا در برنامه سالانه و تقویم اجرایی مدرسه آموزش شنا برای دانش‌آموزان در نظر گرفته شده است؟			
۸	آیا کیفیت ساعت ورزش با علایق، نیازها و دنیای مطلوب دانش‌آموزان هماهنگی دارد؟			
۹	آیا به مناسبت‌های مختلف در طول سال تحصیلی مسابقات ورزشی میان دانش‌آموزان به اجرا در می‌آید؟			
۱۰	آیا اردوهای دانش‌آموزی با کیفیت، لذت‌بخش و با نشاط مطابق تقویم اجرایی برپا می‌شود؟			
۱۱	آیا در مناسبت‌های مختلف از فیلم‌های سالم و نشاط‌انگیز برای دانش‌آموزان استفاده می‌شود؟			

\*در هر ردیف با توجه به کیفیت اجرا امتیاز ۱ (کمترین) تا ۵ (بیشترین) در نظر گرفته می‌شود.

ردیف	شرح	بلی	خیبر	امتیاز
۱۲	آیا دانش‌آموزان ساعی و موفق به طور مرتب و منظم در حضور سایر دانش‌آموزان مورد تشویق قرار می‌گیرند؟			
۱۳	آیا فرصت‌های مناسب برای بروز خلاقیت‌های دانش‌آموزان مثل ایجاد نمایشگاه و غرفه‌های دانش‌آموزی فراهم می‌شود؟			
۱۴	آیا شرایط فیزیکی مدرسه اعم از رنگ، نور، تهویه، فضا سازی، تصاویر زیبا، فضای سبز و ... مناسب است؟			
۱۵	آیا از دانش‌آموزان درباره برنامه‌ها و فعالیت‌های مدرسه به صورت دوره‌ای نظر خواهی می‌شود؟			
۱۶	آیا به معلمان و سایر مربیان همواره تأکید می‌شود که دانش‌آموزان مورد تهدید، تحقیر، مقایسه، سرزنش و ... قرار نگیرند؟			
۱۷	آیا نسبت به برقراری عدالت میان دانش‌آموزان و پرهیز از تبعیض توجه و اهتمام لازم صورت می‌گیرد؟			
۱۸	آیا در رفتار مربیان نسبت به تأمین نیازهای روانی دانش‌آموزان مثل نیاز به امنیت، احترام و عزت نفس و ... دقت و توجه لازم صورت می‌گیرد؟			
۱۹	آیا از ارائه تکالیف آزاردهنده و پرحجم به دانش‌آموزان پرهیز می‌شود؟			
۲۰	آیا از سخت‌گیری‌های زیاد و غیرمنطقی پرهیز می‌شود؟			
۲۱	آیا از اعمال تنبیه بدنی و رفتارهای خشونت‌آمیز و یا اخراج از کلاس پرهیز می‌شود؟			
۲۲	آیا معلمان و مربیان مدرسه برای ایجاد و تقویت خودباوری در دانش‌آموزان از تدابیر و راهکارهای مناسب استفاده می‌کنند؟			
۲۳	آیا مربیان مدرسه با روانشناسی رشد و حقوق کودک و نوجوان آشنایی کافی دارند؟			
۲۴	آیا از به کار بردن کلمات توهین‌آمیز و تخریب و تضعیف شخصیت دانش‌آموزان پرهیز می‌شود؟			

ردیف	شرح	بلی	خیر	امتیاز
۲۵	آیا مسؤول اجرای این شیوه‌نامه برای اجرای بهتر از تجربیات حداقل سه مدرسه موفق استفاده نموده است؟			
۲۶	آیا مسؤول اجراء اهمّ فعالیت‌های این شیوه‌نامه را به شکل مناسب در سایت مدرسه بارگذاری نموده است؟			

اقدامات اصلاحی برای مواردی که اجرا نشده است:

نام و نام خانوادگی  
و امضای مدیر

نام و نام خانوادگی  
و امضای معاون مربوطه

نام و نام خانوادگی و امضای  
مسئول مستقیم اجراء