

برنامه ریزی تحصیلی و نقش آن در کاهش اضطراب دانش آموزان

زهرا مسیبیان^{۱*}، منصور ترکیان تبار^۲

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد علوم تربیتی گرایش برنامه ریزی درسی، دانشگاه آزاد اسلامی، دورود، ایران

۲- گروه علم اطلاعات و دانش شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد دورود، دورود، ایران (نویسنده مسئول) torkiantabar@yahoo.com

چکیده:

یکی از مهمترین عوامل موثر در موفقیت تحصیلی دانش آموزان در تعلیم و تربیت نوین برنامه ریزی تحصیلی است در نظام های آموزشی یک برنامه ریزی تحصیلی پربار می تواند نقش مهم و به سزایی در موفقیت دانش آموزان در زمینه های مختلف داشته باشد برنامه ریزی تحصیلی به عنوان یک ابزار، این بستر را فراهم می سازد تا مسیر تحصیلی دانش آموزان مشخص شود و به آنان کمک می کند تا با صرفه جویی در وقت با آرامش بیشتری اهداف تحصیلی خود را دنبال کنند به جرات می توان گفت یکی از مهمترین وظائف خانواده ها و مدارس کمک به دانش آموزان برای از بین بردن اضطراب به ویژه در دوران تحصیل است که گاهی این مهم چندان مورد توجه قرار نمی گیرد اضطراب در دوران تحصیل از جمله مسائلی است که به ویژه در تعلیم و تربیت نوین همواره مورد تاکید بوده و کارشناسان و صاحب نظران علوم تربیتی و روان شناسی بر آن بوده و هستند تا بتوانند با استفاده از روش ها و راهکارهای علمی اثر آن را در زندگی تحصیلی دانش آموزان به حداقل برسانند برنامه ریزی تحصیلی اگر بر اساس اصول و قواعد علمی و مبتنی بر توان و استعداد دانش آموزان و سایر ویژگی های فردی آنان طراحی شود نه تنها باعث موفقیت و پیشرفت تحصیلی می شود بلکه استرس و اضطراب را نیز از دانش آموزان دور می سازد و به آنان کمک می کند تا اهداف آموزشی خود را با نگرانی و دغدغه کمتری دنبال کنند از این رو در این مقاله سعی بر آن است تا با پرداختن به اهمیت برنامه ریزی تحصیلی نقش آن برنامه ریزی تحصیلی را در کاهش اضطراب به اختصار مورد مطالعه و بررسی قرار دهد.

کلیدواژه: برنامه ریزی، برنامه ریزی تحصیلی، اضطراب، دانش آموزان

* دانشجوی کارشناسی ارشد علوم تربیتی گرایش برنامه ریزی درسی، دانشگاه آزاد اسلامی، دورود، ایران