EETP 35(2015)1, ISSN 1896-2327

Marek Banach
Uniwersytet Pedagogiczny
im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie

Wybrane aspekty czasu wolnego uczniów klas I–III szkoły podstawowej

Selected Aspects of Students' Free Time in Primary-School Grades I–III

Pojęcie czasu wolnego

Zainteresowanie czasem ma swoje tradycje, czego efektem są liczne opracowania naukowe, a także znaczne zróżnicowanie terminologiczne. Zdaniem J. Pięty „czas wolny jest to czas bez obowiązków, przeznaczony na zajęcia dowolne. Czas ten wypełniony jest aktywnością, w którą człowiek angażuje się z własnej woli po wypełnieniu swoich obowiązków zawodowych, rodzinnych i społecznych"[1]. W ujęciu J. Dumazediera „czas wolny obejmuje wszystkie zajęcia, którym jednostka może się oddawać z własnej chęci bądź dla odpoczynku, rozrywki, rozwoju swych wiadomości lub swego kształcenia (bezinteresownego), swego dobrowolnego udziału w życiu społecznym, po uwolnieniu się z obowiązków zawodowych, rodzinnych, społecznych"[2]. Definicja czasu wolnego J. Dumazediera znalazła swoje zastosowanie w międzynarodowych badaniach problematyki czasu wolnego, prowadzonych pod auspicjami UNESCO. Na podstawie tej definicji przyjmuje się nie sposób wykorzystania wolnego czasu, lecz jego funkcje (wypoczynek, rozrywkę, rozwój osobowości). Ist-

[1] J. Pięta, *Pedagogika czasu wolnego*, Warszawa 2008, s. 11.
[2] Cyt. za: M. Banach, M. Orlińska, *Formy aktywności wolnoczasowej ludzi starszych*, [w:] *Formy spędzania czasu wolnego*, red. M. Banach, T.W. Gierat, Kraków 2013, s. 82.

nieje zasadnicza różnica między spędzaniem czasu wolnego przez dzieci i młodzież a wykorzystaniem go przez ludzi dorosłych. U człowieka dorosłego praca zawodowa, obowiązki rodzinne wyznaczają ilość czasu wolnego. Z kolei u dzieci i młodzieży nauka w szkole, obowiązek odrabiania lekcji są czynnikami determinującymi czas pozostały do ich dyspozycji. Pojęcie czasu wolnego w literaturze jest określane różnorodnie, najczęściej jako „ta część budżetu czasu, która nie jest zajęta przez pracę zarobkową normalną i dodatkową, ani przez systematyczne kształcenie się uczelniane, ani przez zaspokajanie elementarnych potrzeb fizjologicznych, ani przez stałe obowiązki domowe"[3].

W życiu każdego człowieka praca lub nauka nieustannie przeplata się z czasem wolnym. Godziny pracy czy nauki oraz te wolne od obowiązków wyciskają piętno na każdym z nas. Są one w pewnym sensie przeciwstawne, ale jednocześnie ściśle ze sobą powiązane i konieczne dla pełnej harmonii i radości życia. Brak wolnego czasu ma silny i negatywny wpływ na zdrowie, osiągnięcia osobiste, relacje z ludźmi, zadowolenie z siebie i ze świata. Czas wolny racjonalnie wypełniony odpowiednimi zajęciami ma istotne, pozytywne znaczenie dla rozwoju osobowości i podnoszenia kultury całego społeczeństwa. Warto jednocześnie zaznaczyć, że czas wolny to określone treści, którymi jest on wypełniony, bowiem „sam fakt posiadania określonej liczby godzin czasu wolnego o niczym nie stanowi"[4]. Wykonując określoną czynność, raz realizujemy nasze działanie jako specyficzne dla czasu wolnego, a innym razem niekoniecznie. Jako przykłady takiego działania M. Ostrowska podaje czytanie książki – „raz jest przyjemnością jeśli czytamy pasjonujące nas dzieło, a innym razem już nie – tylko odrabianiem lekcji"[5] związanym z obowiązkiem przeczytania lektury szkolnej.

Czas wolny spełnia w życiu każdego człowieka rozmaite, wzajemnie przenikające się funkcje. Mądrze wypełniony ma zasadnicze znaczenie dla rozwoju jednostki. E. Wnuk-Lipiński[6] wyróżnia pięć jego podstawowych funkcji:

– edukacyjną, realizującą się poprzez bezinteresowne i niewymuszone poszerzanie wiedzy;

– wychowawczą, dzięki której przyswajamy zasady światopoglądowe, normy postępowania, styl bycia;

– integracyjną, związaną z wzmacnianiem więzi rodzinnych, rówieśniczych, towarzyskich, zaspokajających potrzeby uznania, przynależności, sukcesu;

[3] J. Pięta, *Pedagogika czasu wolnego*, dz. cyt., s. 26.
[4] M. Ostrowska, *Problemy czasu wolnego w pedagogice społecznej*, [w:] *Pedagogika społeczna. Dokonania-aktualność-perspektywy*, red. S. Kawula, Toruń 2005, s. 584.
[5] Tamże, s. 384.
[6] Cyt, za. M. Banach, M. Orlińska, *Formy aktywności wolnoczasowej ludzi starszych*, dz. cyt., s. 82.

– rekreacyjną, przyczyniającą się do redukcji zmęczenia i odnowy sił psychofizycznych organizmu;

– kompensacyjną w stosunku do treści czynności związanych z pracą lub nauką.

Inną, oryginalną koncepcję klasyfikacyjną funkcji czasu wolnego przedstawia Z. Dąbrowski, który wymienia cztery funkcje czasu wolnego: wypoczynek, rozrywkę, rozwój zainteresowań i uzdolnień oraz poszukiwanie własnego miejsca w społeczeństwie. Podstawową funkcją czasu wolnego jest regeneracja sił fizycznych i psychicznych organizmu, czyli wypoczynek. Wypoczywa się, aby odrodzić siły fizyczne i psychiczne. Przez pojęcie wypoczynek rozumie się odprężenie psychiczne i fizyczne po pracy, nauce, po różnych zajęciach, które są konieczne dla organizmu każdego człowieka. Codzienny wypoczynek przyczynia się do poprawy stanu zdrowia. Zapobiega przede wszystkim powstawaniu przemęczenia, które objawia się m. in.: zmniejszoną zdolnością do pracy lub nauki, brakiem normalnej koordynacji i rytmu ruchów, odpowiedniej postawy ciała, spadkiem zainteresowania, trudnością w skupieniu się i kojarzeniu myśli. Bardzo silne zmęczenie może doprowadzić do senności i apatii lub przeciwnie do bezsenności, niepokoju, agresywności, utraty zdolności samoistnej regeneracji organizmu. Wysiłek, praca, nauka i wynikające z nich zmęczenie, a potem wypoczynek stanowią naturalny, powtarzający się cykl życiowy. Powinno się zachować regularny rytm i stopień intensywności każdej fazy, stosownie do aktualnych możliwości, jak również wypracowanych wcześniej nawyków jednostki. Jeśli każdego dnia w tych samych godzinach kładziemy się spać i wstajemy, rozpoczynamy i kończymy naukę czy pracę, to wzrasta nasza zdolność do efektywnego wysiłku. Idealnym przejawem tego są wyniki ćwiczeń lekkoatletycznych, systematycznej gry na instrumencie, wyniki systematycznego uczenia się. Czas i forma wypoczynku są bardzo różne, zależą m. in. od indywidualnych potrzeb, warunków życiowych, wieku itp. Z reguły więcej wypoczywają ludzie starsi, w podeszłym wieku, zmęczeni pracą. Dzieci i młodzież częściej wykorzystują swój wolny czas na rozrywkę, rozwój zainteresowań, talentów, życie zespołowe.

Drugą funkcją czasu wolnego według Z. Dąbrowskiego jest zaspokojenie potrzeby rozrywki. Rozrywka to odpoczynek czynny, realizowany w działaniu stanowiącym cel dla siebie. Powinna przynieść nie tylko wypoczynek, ale także atrakcję, przygodę, zabawę, nowość, radość, emocje i przede wszystkim swobodę. Powinna spełniać pragnienia niezaspokojone przy wykonywaniu obowiązków. Dobra rozrywka przenosi nastrój ożywienia i zapału do działania także na teren zajęć obowiązkowych.

Trzecią funkcją czasu wolnego wymienioną przez Z. Dąbrowskiego jest rozwój zainteresowań i uzdolnień. Rozmaite mogą być kierunki roz-

woju osiąganego dzięki trwałym zainteresowaniom i systematycznym wysiłkom zarówno w pracy zawodowej, jak i w wolnym czasie. Jedni dążą do zaspokajania potrzeby poznania, inni pragną kształtować i doskonalić otoczenie, jeszcze inni przeżywają silniej wrażenia estetyczne i sami próbują twórczości artystycznej. Indywidualne dążenia każdego człowieka decydują zarówno o wyborze kierunku zawodowego, a także o rodzaju zainteresowań w czasie wolnym[7].

Zajęcia kulturalne i oświatowe stanowić mogą dużą pomoc w rozwoju osobowości oraz doskonaleniu się w wybranej dziedzinie wiedzy, sztuki, techniki, życia społecznego i praktycznego. „Człowiek rozwija się w całej swej pełni fizycznej i duchowej przez pobudzanie sprawności mięśni, inteligencji, wyobraźni, smaku estetycznego, poczucia moralnego, świadomości społecznej, przez nabywanie postaw społecznych i potrzeby filozoficznego oglądu spraw realnych i abstrakcyjnych”[8].

Ostatnią funkcją czasu wolnego jest poszukiwanie własnego miejsca w społeczeństwie. „Każda jednostka powinna znaleźć własne miejsce i rolę odpowiadającą jej ambicjom i możliwościom. Najłatwiej jest znaleźć ludzi zainteresowanych tą samą dziedziną, ceniących te same idee i styl życia, właśnie w czasie wolnym”[9]. Człowiek żyje i wychowuje się wśród innych ludzi. Obecność jednak wokół innych nie oznacza, że człowiek został włączony do organizmu społecznego. Często w tłumie bywa się bardziej samotnym niż na odludziu. Wszystko zależy od tego, jaki układ stosunków łączy nas z otoczeniem, z innymi członkami grup społecznych, do których należymy. Każdy człowiek powinien odnaleźć własne miejsce i rolę odpowiadającą jego ambicjom i możliwościom. Jednostki zdrowe i mocne psychicznie starają się stosownie do tego postulatu uzyskać jak najbardziej godne miejsca. Z kolei jednostki słabsze, wyobcowane rezygnują z walki o uznanie społeczne i usuwają się na margines życia społecznego. Najlepiej poszukiwać i natrafiać na grono towarzyszy zainteresowanych tą samą dziedziną, ceniących te same idee i styl życia w czasie wolnym. Bo tu jednostka ma swobodę wyboru pod każdym względem. Sama decyduje, gdzie chce działać, z kim, w jaki sposób, jak długo i jakie realizując cele. Człowiek, który przylgnął sercem do tego, czym żyje zespół, grupa, czym żyją ludzie w otoczeniu, nie nudzi się nigdy w wolnym czasie i nie odczuwa bezcelowości nauki bądź pracy zawodowej.

[7] Cyt. za I. Iwaniec, *Czas wolny młodzieży licealnej*, [w:] *Formy spędzania czasu wolnego*, red. M. Banach, T.W. Gierat, Kraków 2013, s. 44–45.
[8] M. Banach, W. Gierat. K. Pach, *Czas wolny studentów*, [w:] *Z problematyki rodziny i szkoły w początkach XXI wieku*, red. Z. Brańka, Kraków 2008, s. 210.
[9] M. Dragan, *Czas wolny młodzieży gimnazjalnej*, [w:] F*ormy spędzania czasu wolnego*, dz. cyt., s. 16–17.

T.W. Gierat z kolei określa następujące funkcje czasu wolnego: regeneracyjna, suspensywna, kompensacyjna, kreatywna, kulturotwórcza, społeczna i humanistyczna. Realizacja tych funkcji w czasie wolnym wpływa pozytywnie na zachowanie homeostazy organizmu.

W literaturze wyróżnia się dwa rodzaje wypoczynku: bierny i czynny. Wypoczynek czynny zakłada aktywność fizyczną polegającą na zajęciach, które wymagają czynności odmiennych od tych, które wywołały osłabienie, wyczerpanie, np. zajęcia ruchowe są przeciwieństwem dla pracy umysłowej uczniów. Z kolei wypoczynek bierny polega na bezczynności, np.: leżeniu, wygodnym siedzeniu, spaniu. Wypoczynek bierny jest także konieczny, ale głównie po wytężonym wysiłku fizycznym i stosuje się go przez krótki okres czasu. Rozrywka zaś pozwala zaspokoić pragnienia, dostarcza różnorakich przeżyć, wnosi elementy zmienności do codziennego życia. Drugą wymienioną funkcją czasu wolnego przez T. Wujka jest rozwój osobowości, który prowadzi do zaspokojenia zainteresowań, samodoskonalenia się[10]. Dominacja którejś z wymienionych funkcji oraz sposób spędzania czasu wolnego zależy w dużej mierze od splotu wielu uwarunkowań, takich jak np.: rodzaju zmęczenia, stanu psychicznego jednostki, charakteru pracy, pory dnia. W wypełnieniu funkcji czasu wolnego dużą rolę odgrywa rodzina, szkoła, instytucje społeczne, rozwijające działalność wśród ludzi w ramach ich wolnego czasu, placówki kulturalno-oświatowe, takie jak np.: świetlice, kluby, domy kultury[11].

Czas wolny w życiu każdego człowieka spełnia różnorodne funkcje. Czas wolny jest niezbędny dla prawidłowego rozwoju jednostki. Z kolei zaś jego brak ma ujemny wpływ na zdrowie, osiągnięcia, sukcesy, stosunek do innych ludzi. Czas wolny powinien służyć regeneracji sił fizycznych i psychicznych, powinien służyć także rozwojowi własnych zainteresowań, zamiłowań, pasji i talentów. Coraz większa ilość wolnego czasu zmusza rodziców i nauczycieli do przygotowywania dzieci i młodzieży do wyboru odpowiednich form aktywności, które wpłyną korzystnie na ich rozwój i kształtowanie się osobowości.

Czas wolny dziecka

Sposób spędzania czasu wolnego może przybierać przeróżne formy. „Czas wolny dzieci różni się od czasu wolnego młodzieży oraz osób dorosłych i starszych przede wszystkim dlatego, że w znacznym stopniu może

[10] Por. B. Matyjas, *Czas wolny*, [w:] *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, red. T. Pilch, Warszawa 2003, t. 1, s. 560–561.
[11] Por. M. Banach, W. Gierat, K. Pach, *Czas wolny studentów*, [w:] *Z problematyki rodziny i szkoły w początkach XXI wieku*, red. Z. Brańka, Kraków 2008, s. 212.

być przeznaczony na zabawę"[12]. Zabawa, będąc podstawową formą aktywności dziecka, w znacznym stopniu wpływa na jego rozwój psychiczny, fizyczny czy społeczny. „W zabawie formułują się mechanizmy, które kierują zachowaniem i postępowaniem dziecka. Uczy się ono oceniać stosunki społeczne, poznaje je, a także rozwiązuje różnorodne problemy. Pod wpływem zabawy dziecko uczy się postępować zgodnie z obowiązującymi regułami, przezwycięża swój egoizm i egocentryzm, staje się stopniowo zdolne do współżycia w zespole, uczy się życzliwości i szacunku dla innych ludzi, którzy wspólnie z nim stanowią tak złożoną strukturę, jaką jest społeczeństwo"[13]. Przyzwyczaja się poznawać i samodzielnie przekształcać otaczające go środowisko. „Gry i zabawy, w których dziecko bierze udział, oprócz radości, jakiej dostarczają, mają także na celu stymulowanie jego rozwoju i przygotowanie do podjęcia nauki w szkole. To właśnie zabawa wpływa u dzieci na umiejętność postrzegania, wdrażania do właściwego i swobodnego wypowiadania się na dany temat, a ponadto rozwija percepcje analizy i syntezy, rozwija pamięć, uwagę i motywacje do działania"[14]. Zabawa jako naturalna forma aktywności dziecka jest elementem jego naturalnego rozwoju, przejawem spontanicznych działań, czasem na poznawanie i odkrywanie świata. Ważne, aby umieć w sposób umiejętny wykorzystać tę naturalną aktywność dziecka i pomóc mu we właściwym ukształtowaniu jego osobowości.

Wielu autorów zwracało uwagę na szczególne uwarunkowania czasu wolnego dzieci. Jest to czas wolny, który pozostaje dziecku po zaspokojeniu potrzeb organizmu, wypełnieniu obowiązków szkolnych i domowych, w którym może ono wykonywać czynności według swojego upodobania, związane z wypoczynkiem, rozrywką i zaspokojeniem własnych zainteresowań. Warto również zaznaczyć, że z tej definicji nie wynika dowolność zajęć młodzieży szkolnej w czasie wolnym, w szczególności prac społecznych, udziału w zinstytucjonalizowanych formach zajęć pozaszkolnych. Aktywność społeczna dzieci i młodzieży może koncentrować się i rozwijać w organizacjach młodzieżowych, w samorządzie szkolnym, w akcjach społecznych realizowanych przez szkołę. Jest to kierunek aktywności kontrolowanej, wiąże się z planowaną pracą wychowawczą. Stwarza teren dla rozwoju inicjatywy i samodzielności dzieci i młodzieży, odreagowania poza zajęciami szkolnymi, stanowi zatem właściwą dziedzinę czasu wolnego. Czasu wolnego ucznia nie można traktować jako czasu zupełnie wolnego od obowiązków, ponieważ nie

[12] J. Matejek, *Rola seniorów w rodzinie w procesie organizacji czasu wolnego dzieci*, [w:] *Sociální pedagogika v kontextu životních etap èlovìka*, red. M. Bargiel, E. Janigowa, E. Jarosz , Brno 2013, s.1128.
[13] D. Hajdyła, *Rola zabawy w procesie wychowania dziecka*, [w:] *Mass media i zabawa jako kategorie czasu wolnego*, red. M. Banach, T.W. Gierat, Levoca 2010, s. 6.
[14] J. Matejek, *Rola seniorów w rodzinie w procesie organizacji czasu wolnego dzieci*, dz. cyt. s. 1128.

oznacza on bezczynności czy negacji wszystkich obowiązków. W czasie wolnym dziecko powinno oddawać się wybranym zajęciom z własnej woli, chęci, nie będąc przez nikogo zmuszane. Jeśli nawet te zajęcia czy działalność w czasie wolnym wymagają pewnej dyscypliny, podporządkowania się, np.: harcerstwo, samorząd, służba społeczna w placówkach wychowania pozaszkolnego, to jednak ich wybór był dowolny.

Zdaniem K. Czajkowskiego czas wolny ucznia to ten okres dnia, który pozostaje do wyłącznej jego dyspozycji, po uwzględnieniu czasu przeznaczonego na naukę szkolną, posiłki, odrabianie zadań domowych, niezbędne osobiste zajęcia domowe. Czas wolny dziecka to czas, który może być przeznaczony na wypoczynek, rozrywkę i zaspokojenie osobistych zainteresowań[15]. Czas wolny dzieci i młodzieży to czas, który pozostaje po wypełnieniu czynności obowiązkowych, takich jak: sen, nauka szkolna i domowa, pomoc w pracach domowych. Czas wolny to ten okres dnia, którym dzieci i młodzież mogą dysponować według własnego uznania, przeznaczając go na odpoczynek, rozrywkę, zabawę, zaspokojenie własnych zainteresowań i rozwijanie talentów.

Formy zajęć wolnoczasowych

Sposób spędzania czasu wolnego przez dzieci i młodzież nie jest dowolny, powinien podlegać rygorom wychowawczym i być objęty swoistą kontrolą przez dorosłe otoczenie. Kilkulatek czy nastolatek, zwłaszcza jeśli ma poczucie niezależności, wolności, swobody, może swą energię skierować na działania niepożądane, czasem szkodliwe dla niego samego lub otoczenia. Rodzice, pedagodzy, opiekunowie powinni pamiętać również, że dziecko może nie być zorientowane w różnorodnych ofertach zagospodarowania czasu wolnego, z jakich mogłoby korzystać w środowisku lokalnym. Formy i sposoby zagospodarowania czasu wolnego przez dzieci i młodzież powinny być tak dobrane, by właściwie rozwijały jednostkę. Nie wystarczy zagospodarowanie czasu wolnego i wyeliminowanie nudy, trzeba również rozwijać aktywność i twórczą postawę. Celem wychowania w czasie wolnym powinno być zaspokojenie potrzeb dzieci i młodzieży, ale także rozwijanie zainteresowań, pasji i talentów[16].

Z kolei R. Wroczyński tak oto klasyfikuje sposoby spędzania czasu wolnego przez dzieci i młodzież:

– zabawy i gry ruchowe – sport;

– turystyka;

– uczestnictwo w imprezach artystycznych oraz amatorstwo artystyczne;

[15] B. Matyjas, *Czas wolny*, dz. cyt., s. 560.
[16] Tamże, s. 562.

– środki masowego przekazu (czytelnictwo, film, radio, telewizja);
– zajęcia techniczne;
– inne formy aktywności intelektualnej, np. samokształcenie;
– aktywność społeczna i towarzyska (m.in. w grupach rówieśniczych);
inne formy aktywności (kolekcjonerstwo, różnego rodzaju indywidualne zamiłowania)[17].

Jedną z kluczowych form zagospodarowania czasu wolnego przez dzieci i młodzież są zajęcia kulturalne. W ramach nich dokonuje się realizacja własnych zainteresowań, pasji, talentów. Ze względu na potrzebę rozwoju kulturalnego dzieci i młodzieży dominować powinny zajęcia ekspresyjne, np. uprawianie twórczości amatorskiej. Niestety obecnie istotną rolę wśród zajęć czasu wolnego odgrywa percepcja treści przekazywanych przez środki masowego przekazu, co staje się bardzo niepokojące. Racjonalnie zaplanowany i spędzony czas wolny wpływa m.in. na branie udziału w życiu społecznym, rozwijanie i kształtowanie uczuć moralnych, wdrażanie do przestrzegania zasad kultury życia codziennego, promocję zdrowego stylu życia itp. Czas wolny dzieci i młodzieży sprzyja nie tylko odnowie sił i zabawie, ale służy również poznaniu rzeczywistości, wyrabianiu nawyków, odpowiednich zachowań oraz nabieraniu doświadczeń życiowych. „Czas wolny jest zatem taką przestrzenią w życiu człowieka, którą mogą zapełnić różne treści. Należy jednak pamiętać, że sposoby i formy spędzania czasu wolnego przekazują dzieciom rodzice – opiekunowie i przede wszystkim w pierwszej kolejności to od nich zależy, jakie wzorce w tej kwestii w swoim życiu przyjmie dziecko”[18]. Rodzice, wychowawcy, opiekunowie dobierając optymalne formy spędzania czasu wolnego dla ich dzieci motywują je do kształtowania aktywnej i twórczej postawy. Aktywność jest tym elementem, który powoduje „rozwój osobowości każdej jednostki ludzkiej, przebiegającej na kilku równoległych płaszczyznach: społecznej – mówimy wtedy o aktywności społecznej; zawodowej – dotyczącej aspektów natury produkcyjno-ekonomicznej; oświatowej – odnoszącej się do problemów kształcenia; kulturalnej – związanej z uczestnictwem oraz działalnością kulturalną”[19].

Czas wolny może być ujmowany także jako forma profilaktyki uzależnień czy dbałości o higienę psychofizyczną dzieci i młodzieży. Psychohigieniczne ujęcie czasu wolnego zakłada rozładowanie, usuwanie napięć, stresów i zmęczenia. Czas wolny jest procesem niezbędnym dla odnowy sił psychofizycznych każdego człowieka. Wiąże się to z przykry-

[17] Cyt. za T.W. Gierat, *Czas wolny studentów*, [w:] *Formy spędzania czasu wolnego*, dz. cyt., s. 64.
[18] J. Matejek, *Rola seniorów w rodzinie w procesie organizacji czasu wolnego dzieci*, dz. cyt., s. 1129.
[19] M. Banach, *Edukacyjne aspekty pracy amatorskich zespołów folklorystycznych*, Kraków 2002, s. 41.

mi przeżyciami w szkole, w pracy czy w rodzinie. Problem redukcji stresu, napięć poprzez racjonalnie zorganizowany wypoczynek, w obecnych czasach nabiera szczególnego znaczenia. Właściwie zorganizowane formy czasu wolnego zapobiegają powstawaniu wielu zaburzeń zdrowia psychicznego. Dzięki nim wyrabia się poczucie dystansu wobec problemów życia codziennego. A to z kolei daje szansę efektywniejszego i twórczego podejścia do pracy, nauki i innych obowiązków[20]. Niewłaściwa organizacja czasu wolnego niesie za sobą liczne niebezpieczeństwa, m.in.: nałogi, przestępstwa, agresję, przemoc.

Formy spędzania czasu wolnego przez dzieci klas I–III

Właściwa organizacja wolnego czasu może stanowić antidotum na wszelkie niebezpieczeństwa i zagrożenia. Należy pamiętać, że organizowanie zajęć wolnoczasowych dla dzieci musi uwzględniać wszystkie jego funkcje. Jest to ważne także w odniesieniu do uczniów w klasach I–III. Dzieci te często przeżywają każdy dzień pobytu w szkole i koniecznością jest stosowne jego odreagowanie, wypoczynek czy regeneracja sił. Dlatego zajęcia organizowane dla dzieci w wieku 6–9 lat powinny być szczególnie atrakcyjne oraz angażujące ruchowo, emocjonalnie i intelektualnie. Powinny nieść znaczny ładunek zróżnicowania trudności i być w znacznym stopniu urozmaicone. Możliwość spełnienia tego warunku pojawia się w kontekście podstawowej formy aktywności dziecka, jaką jest zabawa. Zabawa, będąc z jednej strony czynnością spontaniczną, podejmowaną samodzielnie przez dziecko, pozwala mu kreować własną zabawową rzeczywistość, ale z drugiej strony, właściwie zaplanowana i dobrana przez rodzica czy nauczyciela, może być elementem rozwijającym postawy twórcze, kształtującym osobowość, wpływającym na budowanie właściwych wzorców zachowania. Zabawa z uwagi na swoje konstytutywne cechy, jakimi są: dobrowolność, przyjemność i radość z przeżywania, fikcyjność, niezarobkowość, normatywność, wyznaczenie swoistej przestrzeni czasu i miejsca, pozwala na osiąganie w pełni harmonijnego rozwoju u każdego dziecka. Z badań prowadzonych przez studentów Uniwersytetu Pedagogicznego i Akademii Ignatianum[21] wynika, że najczęściej realizowaną formą zajęć wolnoczasowych jest właśnie zabawa przybierająca wszelkie możliwe formy. Od zabaw indywidualnych po zespołowe, od konstrukcyjnych po edukacyjne. W ramach tychże zabaw pojawiają się często bardzo zróżnicowane pod względem zaangażowanego czasu i wykorzystania środków formy. Można zaryzykować stwierdzenie, że jeszcze wszystko,

[20] Por. L. Lebioda, *Czas wolny*, „Wychowawca" (2004) 7 - 8, s. 17.
[21] Prace licencjackie i magisterskie m.in.: A. Fischer, A. Szarek, A. Michór, K. Prusak, I. Iwaniec.

co robi dziecko w tym wieku jest formą aktywności o charakterze zabawowym. Także te zajęcia pozalekcyjne i pozaszkolne, które z założenia mają pomóc mu osiągnąć życiowy sukces, a które rodzice często indywidualne dobierają pod kątem umiejętności, zainteresowań lub z uwagi na własne, często niezrealizowane ambicje.

Zabawa jako dominująca forma aktywności przejawia się we wskazaniach samych dzieci, co do podejmowanych form spędzania czasu wolnego. Dominują wśród nich te bierne, takie jak: korzystanie z komputera, oglądanie telewizji, rzadziej czytanie książek. Choć wydawałoby się, że wiek pomiędzy 7 a 13 rokiem życia sprzyja ruchowi, to paradoksalnie mamy go w formach zajęć wolnoczasowych, w tej grupie wiekowej, stosunkowo mało. Jeżeli już pojawiają się wśród odpowiedzi te, które opisują czynne, aktywizujące ruchowo formy, to należą do nich zajęcia sportowe w szkole, rzadziej poza nią, czyli w instytucjach sportowych, np. klubach sportowych, zajęcia taneczne realizowane w szkole lub ośrodkach kultury, czasami pojawiają się spacery czy wycieczki. Świadczyć to może o specyficznych upodobaniach ruchowych dzieci, ale także braku zainteresowania ze strony najbliższych i nie przykładania przez nich wagi do zajęć ruchowych. A przecież wszyscy doskonale zdajemy sobie sprawę z faktu, że aktywność ruchowa i kształtowanie nawyków dotyczących aktywnego spędzania czasu wolnego, już od najmłodszych lat, jest zasadniczym elementem z punktu widzenia kondycji całego społeczeństwa i z faktu, że w znaczący sposób wpływa ona na jakość funkcjonowania w kolejnych etapach naszego życia. Parafrazując, można stwierdzić „ruch to zdrowie", „ruch to życie", „ruszam się, więc żyję". Rodzice powinni mieć tego świadomość i od najmłodszych lat powinni utrwalać nawyki ruchowe u swoich dzieci. Niestety często zaniedbują te sferę funkcjonowania, koncentrując się na formach edukacyjnych, ale nie zawsze pozytywnie wpływających na zdrowie i kondycję fizyczną dziecka.

Wyniki badań CBOS pokazują, że rodzicom zależy na uczestnictwu ich dzieci w różnych formach spędzania czasu wolnego. „Obecnie prawie dwie piąte badanych mających dzieci w wieku szkolnym (37%, od ubiegłego roku spadek o 3 punkty) deklaruje, że któreś z nich już uczęszcza lub zamierza uczęszczać na dodatkowe płatne zajęcia"[22]. Głównie są to zajęcia pozalekcyjne lub pozaszkolne o odpłatnym charakterze. W świetle przygotowanego raportu największym zainteresowaniem cieszą się kursy języków obcych (25%), zajęcia sportowe (15%) i artystyczne (12%)[23]. Rozważając podane wartości odnoszące się do poszczególnych form, można zastanawiać się, na ile są to formy preferowane przez same dzieci, a na ile przez samych rodziców.

[22] Wydatki rodziców związane z nowym rokiem szkolnym opinie z lat 1997–2008. Komunikat z Badań, http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2008/K_160_08.PDF (dostęp: 26.01.2015).
[23] Tamże.

Oprócz tych najczęściej występujących form spędzania czasu wolnego, czyli różnorodnych kursów językowych, warto zwrócić uwagę także na te nietypowe, które pojawiają się jednak coraz częściej i nabierają coraz większego znaczenia w szeroko rozumianej edukacji dziecka. Jedną z takich form jest aktywność artystyczna i uczestnictwo dzieci w różnorodnych zespołach o takim właśnie charakterze. Działalność artystyczna to najczęściej forma, na którą decydują się rodzice dziecka, wybierając ją spośród różnych ofert palcówek czasu wolnego, głównie domów kultury. Zainteresowanie tańcem, śpiewem, muzyką, teatrem czy zajęciami plastycznymi jest domeną dziewcząt. Zdecydowanie częściej dziewczęta w tym wieku podejmują wymienione powyżej formy spędzania czasu wolnego. Jako przykład wystarczy przywołać skład osobowy w Zespole Pieśni i Tańca „Małe Słowianki" działającym w Centrum Kultury im. Dr Henryka Jordana w Krakowie czy Regionalnym Zespole Pieśni i Tańca „Lachy" w Nowym Sączu, gdzie wśród najmłodszych uczestników zdecydowanie dominują właśnie dziewczęta. Proporcja ta wśród uczestników jest szczególni wyraźna w dużych grupach, a do takiej zaliczymy „Małe Słowianki" gdzie na około 150 uczestników w wieku 6–10 lat ponad 85% to właśnie dziewczęta[24]. W zespole „Lachy" ta proporcja jest nieco mniejsza, a, co charakterystyczne, zwiększa się z wiekiem, ale też znacznie przeważają dziewczęta, których jest ponad 70%[25]. Podobnie w innych zespołach o artystycznym charakterze. W rozmowie z jedną z instruktorek tańca z Katolickiego Domu Kultury w Krakowie wynika, że w szeregu grup tanecznych, jakie prowadzi, uczestnikami są same dziewczęta. Świadczy to z jednej strony o znacznym zainteresowaniu tymi formami wśród najmłodszych i ich rodziców, z drugiej zaś o preferencjach płciowych w zakresie wyboru ofert zajęć wolnoczasowych.

Jako przykład typowo chłopięcych wyborów w zakresie form spędzania czasu wolnego wymienić należy zajęcia sportowe, w tym cieszącą się szczególną popularnością piłkę nożną oraz, co jest zjawiskiem bardzo interesującym, sporty walki. Jednak, co wcale nie dziwi, wielu rodziców ma obawy związane z uprawianiem sztuk walki. Obawy te sprowadzają się do czterech podstawowych aspektów:

– zdrowie i bezpieczeństwo na treningach;

– wyzwolenie zachowań agresywnych w stosunku do innych, głównie rówieśników;

– ideologizacja, czyli przemycanie wartości, tradycji i duchowości wschodu;

– koszt i czas na treningi[26].

[24] Na podstawie rozmowy z pracownikami ZPiT „Male Słowianki".
[25] Por. J. Urbanek, A. Wilk, *Walory wolnoczasowe Regionalnego Zespołu Pieśni i Tańca „Lachy" w Nowym Sączu*, [w:] *Formy spędzania czasu wolnego*, dz. cyt., s. 186.
[26] Por. A. Ligęza, *Brazylijskie Jiu-Jitsu jako propozycja spędzania czasu wolnego dla dzieci i młodzieży*, [w:] *Formy spędzania czasu wolnego*, dz. cyt., s. 124–126.

Niestety rodzice nie uwzględniają często najważniejszego elementu, jakim powinno być zainteresowanie samym dzieckiem, jego możliwościami czy ograniczeniami. Wybierając sporty walki spośród bogatej oferty rynkowej, „rodzic nie zdaje sobie sprawy z cech charakterystycznych danej sztuki walki, z jej ograniczeń, oraz wpływu, jaki ma ono na dziecko”[27]. Może to doprowadzić do poważnych naruszeń w jego prawidłowym harmonijnym rozwoju i to w równej mierze w sferze fizycznej jak i psychicznej. Wybór form sztuk walki dla dziecka musi uwzględniać jego dobro. „Mając na uwadze pożyteczny sposób wykorzystania czasu wolnego dziecka, watro podsunąć mu propozycję treningów Brazylijskiego Jiu-Jitsu. Jeżeli dziecko zdecyduje się na treningi, to po jakimś czasie z pewnością odkryje w tej sztuce walki źródło osobistej satysfakcji i przyjemności. Natomiast rodzic będzie miał pewność, że oprócz nabywania praktycznych umiejętności samoobrony jego dziecko ma możliwość wszechstronnego i harmonijnego rozwoju”[28]. Ważne jest, aby na zajęciach dziecko było nie tylko bezpieczne, ale by we właściwy sposób mogło się rozwijać.

Bardzo ciekawą formę wolnoczasową wykorzystywaną coraz częściej przez dzieci i rodziców opisuje A. Kowalik[29]. Przedstawia ona centra handlowe jako alternatywne miejsce spędzania czasu wonnego przez rodzinę, dzieci i młodzież. Fenomen centrów handlowych już od jakiegoś czasu interesuje badaczy procesów społecznych. W coraz liczniejszych badaniach stwierdza się, że aspekt konsumpcyjny związany z zakupami już dawno przestał być zasadniczym elementem odwiedzania tych współczesnych „świątyń handlowych”. Okazuje się, że w centrach toczy się zwyczajne codzienne życie, że pojawiają się specyficzne kategorie klientów, wśród których można wymienić spacerowiczów, zadaniowców i szczurów supermarketu. To zróżnicowanie wynika z realizacji różnych funkcji centrów handlowych w stosunku do klientów. Wśród grupy klientów pojawiają się także dzieci w wieku wczesnoszkolnym. Podobnie jak pozostali wpisują się w przytoczone powyżej kategorie. Problem polega na fakcie, że często pojawiają się w tych miejscach sami bez nadzoru rodziców czy opiekunów. Jak sami przyznają „uwielbiamy centra handlowe, bo tu jest tyle sklepów i tyle wszystkiego, że w głowie się kręci – wypowiada się grupa 12-latek”[30]. W podobnym tonie wypowiadają się rodzice odwiedzający centra razem ze swoimi dziećmi. Można zaryzykować twierdzenie, że codzienne czy w znaczącej większości weekendowe rodzinne pobyty w centrach handlowych stają się znaczącą pozycją w budżecie czasu wolnego rodziny, dorosłych, młodzieży i samych dzieci.

[27] Tamże, s. 122.
[28] Tamże, s.126.
[29] Por. A. Kowalik, *Czas wolny w centrum handlowym*, [w:] *Formy spędzania czasu wolnego*, dz. cyt., s. 157.
[30] Tamże, s. 157.

Warto w tym miejscu podkreślić znaczącą rolę rodziny, w tym dziadków, w zakresie organizowania i towarzyszenia dzieciom w różnych formach wolnoczasowych. Zwraca na ten fakt uwagę J. Matejek[31], wskazując na ważność takich działań ze strony babć i dziadków w stosunku do własnych wnuków. Czas wolny spędzany z babcią w świetle wypowiedzi respondentów owocował następującymi formami: „pomocą w codziennych czynnościach związanych z pracami domowymi: gotowanie, sprzątanie, pieczenie ciast (71%), oglądanie programów telewizyjnych (54%), wspólne zakupy (34%), oglądanie fotografii rodzinnych (29%), następnie spacery (26%), a także pracy w ogródku i na działce (17%)"[32]. I chociaż nie wszystkie one mają charakter stricte związany z czasem wolnym, to często w taki właśnie sposób były przez dzieci odbierane, np. pomoc w pracach jako forma fajnej, interesującej zabawy. „Natomiast czas wolny z dziadkiem najczęściej upływał ankietowanym na spacerach (55%), grze w karty lub szachy (49%), słuchaniu historii z przeszłości (39%). Pojawia się jazda na rowerze (30%), rozwiązywanie krzyżówek i rebusów oraz układanie puzzli (28%), majsterkowanie (19%), praca na działce – w ogrodzie (18%), wspólne oglądanie programów telewizyjnych (16%)"[33]. Jeżeli chodzi o sferę czysto zabawową, to pojawiają się w niej następujące formy: „gry planszowe (69%), następnie czytanie i opowiadanie bajek (60%), rysowanie, malowanie (56%) oraz lepienie z plasteliny, modeliny, masy solnej (37%). Na uwagę zasługują również zabawy tematyczne: w dom, w szkołę, fryzjera, w urząd pocztowy, w sklep, a także robienie ozdób z papieru, zabawy lalkami, nauka wierszy i piosenek"[34].

Podsumowanie

Czas wolny dla wszystkich brzmi jednakowo atrakcyjnie, a w szczególności dla dzieci, które pragną go mieć wręcz w nadmiarze. Przejawiają one w jego organizowaniu ogromną fantazję i realizują bogactwo form. Dotyczy to zwłaszcza tych form, które, tak jak zabawa, są podstawowym sposobem wyrażania ich aktywności. Warto jednak zdać sobie sprawę z ogromnej odpowiedzialności rodziców, nauczycieli i opiekunów – to jak ukształtują nawyki w zakresie spędzania czasu wolnego może odbijać się na kolejnych etapach życia dziecka i prowadzić do realizacji rozwoju na poziomie optymalnym lub ograniczać ten rozwój w znacznym stopniu. Dlatego tak ważnym wydaje się edukacja dziecka od najmłodszych lat, także na etapie edukacji wczesnoszkolnej, do właściwego

[31] J. Matejek, *Rola seniorów w rodzinie w procesie organizacji czasu wolnego dzieci*, dz. cyt., s.1131.
[32] Tamże.
[33] Tamże, s. 1131.
[34] Tamże, s. 1132.

spędzania czasu wolnego. Do ukształtowania nawyku aktywności fizycznej niezbędnego w każdym okresie życia, do nawyku sięgania po rzeczy rozwijające, umożliwiające funkcjonowanie jednostki na właściwym poziomie fizycznym, psychicznym, społecznym i duchowym. Czas wolny można potraktować jako okres rozwoju i samorealizacji, czas na zdobywanie nowej wiedzy, nowych umiejętności i budowanie doświadczenia. Niestety czas wolny to także zagrożenia pojawiające się w postaci nudy, czynnika rozprężającego, prowadzącego do wykolejenia, demoralizacji czy wykluczenia społecznego. Rozpoczęcie edukacji szkolnej może być tym okresem, który pozwoli na zbudowanie pozytywnego obrazu związanego ze sposobem spędzania czasu wolnego i ważnym ogniwem w procesie wielostronnego wychowania. Uczestnictwo wolnoczasowe i bogata oferta zajęć dla dzieci może pozytywnie wpłynąć na zaspokajanie potrzeb rozwojowych, rozwijanie ich postawy twórczej i kreatywności.

Bibliografia

Banach M., Gierat T.W., *Formy spędzania czasu wolnego*, Wyd. „Scriptum", Kraków 2013.

Banach M., Gierat T.W., Pach K., *Czas wolny studentów*, [w:] *Z problematyki rodziny i szkoły w początkach XXI wieku*, red. Z. Brańka, Wyd. Nauk. UP, Kraków 2008.

Banach M., *Edukacyjne aspekty pracy amatorskich zespołów folklorystycznych*, Wyd. Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków 2002.

Biała J., *Zagrożenia w wychowaniu dziecka we współczesnej rodzinie polskiej*, Wyd. Akademii Świętokrzyskiej, Kielce 2006.

Sakowicz T, Gąsior K, Zawadzka B. (red.), *Dziecko w rodzinie, nadzieje i zagrożenia*, Wyd. UJK, Kielce 2011.

Kowalik A., Czas wolny w centrum handlowym, [w:] *Formy spędzania czasu wolnego*, red. M. Banach, T.W. Gierat, „Scriptum", Kraków 2013.

Lebioda L., *Czas wolny*, „Wychowawca" (2004)7-8.

Ligęza A., *Brazylijskie Jiu-Jitsu jako propozycja spędzania czasu wolnego dla dzieci i młodzieży*, [w:] *Formy spędzania czasu wolnego*, red. M. Banach, T.W. Gierat, „Scriptum", Kraków 2013.

Matejek J., *Rola seniorów w rodzinie w procesie organizacji czasu wolnego dzieci*, [w:] *Sociální pedagogika v kontextu životních etap èlovìka*, red. M. Bargiel, E. Janigowa, E. Jarosz, Institut mezioborových studií Brno, ÈR, 2013.

Matyjas B., *Czas wolny*, [w:] *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, T. Pilch (red.), t. 1., „Żak", Warszawa 2003.

Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, Wyd. Almamer, Warszawa 2008.

Urbanek J., Wilk A., *Walory wolnoczasowe Regionalnego Zespołu Pieśni i Tańca „Lachy" w Nowym Sączu*, [w:] *Formy spędzania czasu wolnego*, red. M. Banach, T.W. Gierat, „Scriptum", Kraków 2013.

Wroczyński R, *Pedagogika społeczna*, PWN, Warszawa 1985.

Wydatki rodziców związane z nowym rokiem szkolnym opinie z lat 1997-2008. Komunikat z Badań, http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2008/K_160_08.PDF (dostęp: 26.01.2015 r.)

Streszczenie

W artykule poruszone zostały treści dotyczące pojęcia czasu wolnego, jego funkcje i aspekty. Czas wolny to czas, który spełnia w życiu każdego człowieka rozmaite, wzajemnie przenikające się funkcje. Najczęściej w literaturze jako podstawowe pojawiają się cztery funkcje czasu wolnego: wypoczynek, rozrywka, rozwój zainteresowań i uzdolnień oraz poszukiwanie własnego miejsca w społeczeństwie. Pojęcie to jest definiowane w różnych dyscyplinach naukowych od ekonomii po pedagogikę, gdzie pojawia się stosunkowo najczęściej. Wśród nich spotkać możemy definicje różnicujące czas wolny w zależności od grupy wiekowej, np. czas wolny dzieci, młodzieży dorosłych czy starszych. W każdej z grup pojawia się, pomimo licznych podobieństw, także sporo rozbieżności. Przez pojęcie czasu wolnego rozumie się czas poza pracą lub nauką, obowiązkami zawodowymi i szkolnymi, domowymi czy czynnościami fizjologicznymi. Jest to czas przeznaczony na wypoczynek, relaks, odnawianie sił życiowych, odprężenie psychiczne i fizyczne po pracy, nauce i innych zajęciach, które wymagają włożenia w nie określonego wysiłku. W opracowaniu skoncentrowano się przede wszystkim na czasie wolnym dzieci. Przedstawiono jego specyfikę i uwarunkowania. W dalszej kolejności przybliżono teoretyczne aspekty spędzania czasu wolnego przez dzieci klas I–III szkoły podstawowej oraz ich faktyczne preferencje w tym zakresie w oparciu o dostępny materiał badawczy. W artykule przedstawiono różnorodne sposoby spędzania czasu wolnego przez dzieci i młodzież, od zabaw i gier po różnorodne formy aktywności społecznej, rodzinnej i towarzyskiej. Zwrócono uwagę na konwencjonalne formy jego spędzania, np. uczestnictwo w zespołach artystycznych oraz takie, które coraz częściej pojawiają się w opracowaniach naukowych, jak spędzanie czasu wolnego w centrach handlowych czy zajęcia ze sportów walki.

Słowa kluczowe: czas wolny, czas wolny dzieci, funkcje czasu wolnego, formy spędzania czasu wolnego, wypoczynek, rekreacja.

Selected Aspects of Free Time of Students in Grades I–III Primary School

Summary

This article explores the concept of free time, including its various functions and aspects. Free time is time that fulfils various complementary functions within the life of every human being. According to the literature on this subject, leisure time has four basic functions: rest, entertainment, the development of one's interests and abilities, and the search for one's place in society. The concept has been defined in a variety of disciplines from economics to pedagogy, where it occurs relatively frequently. There are, inter alia, definitions distinguishing free time by age group: for example, the leisure time of children, young people, adults and the elderly, respectively. In each group, in spite of numerous similarities, there are also quite a few differences. The term is understood as time spent away from work or study, from the responsibilities associated with work, school and home, or from physiological activities. This is time intended for rest, relaxation and the renewal of one's vitality, and for mental and physical relaxation after work, school or other activities such as require a particular effort. The present elaboration focuses primarily on children's leisure time. I present its special characteristics and conditions. Furthermore, I attempt a closer view of the theoretical issues specifically connected with leisure time as it pertains to children from primary-school classes I to III, taking account of their actual preferences in this area on the basis of the currently available research. The article presents various ways in which free time is spent by children and young people, from fun and games to the various forms of social and family life. Attention is drawn to conventional ways of spending free time, such as participation in artistic groups, and to those that increasingly show up in research publications, such as the spending of one's free time in shopping malls, or attendance at martial arts classes.

Keywords: free time, children's leisure time, function of free time, ways of spending free time, leisure, recreation.

Adres do korespondencji:
Dr Marek Banach
Uniwersytet Pedagogiczny
im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie,
Instytut Pracy Socjalnej
Katedra Profilaktyki Problemów Społecznych
e-mail: banachprace@gmail.com