

Rola rodziny w planowaniu czasu wolnego dziecka

Naczelnym zadaniem stojącym w obecnych czasach przed rodzicami i szkołą jest wychowanie młodych pokoleń na ludzi mądrych, zdolnych do pracy i kulturalnego życia w społeczeństwie. Niektórzy rodzice nawiązują coraz częstsze kontakty z nauczycielami, korzystają z rad i wskazówek, sięgają po literaturę pedagogiczną, inni natomiast zaniedbują sprawy wychowania dzieci. Tłumaczą to brakiem czasu, obowiązkami zawodowymi, innymi sprawami i zrzucają ten obowiązek na dziadków, przedszkole, szkołę, są też tacy, którzy nie wiedzą jak wychowywać, jakie warunki zapewnić dziecku do nauki i odpoczynku. Inni znów nie myślą o skutkach swego postępowania, nakładają na dzieci nadmierne obowiązki domowe nie uwzględniając czasu na naukę, oraz odpoczynek. Często lekcje odrabiane są wieczorem niedbale, z błędami byle szybciej „mieć to z głowy”. W szkole dziecko narażone jest na uwagi ze strony nauczyciela i kpiny ze strony kolegów.

Podobnych wypadków można uniknąć planując w sposób przemyślany zajęcia popołudniowe i sposób wykorzystania czasu wolnego dziecka. Nie znaczy to, że dziecko powinno być zwolnione z obowiązku pomagania rodzicom w domu. Powinno czynnie uczestniczyć, lecz należy mu to zorganizować by znalazło czas zarówno na pracę jak i na odpoczynek. Zdarza się też, że rodzice nie interesują się, co ich dziecko robi po powrocie z przedszkola czy szkoły. Pozostawiają te sprawy na uboczu, myśląc że przecież było w przedszkolu, czy w szkole, zjadło obiad, jest zdrowe. Często zapewniają, że czynią wszystko, by dzieci były grzeczne, dobrze się uczyły, a jeśli tak nie jest, obwiniają wszystkich dookoła prócz siebie. Przeciętny czas wolny dziecka w Polsce wynosi 5 godzin dziennie. Przemiany jakie obecnie obserwujemy w kraju, głównie te związane z rozwojem techniki powodują zwiększenie ilości czasu wolnego. Dla jednych czas wolny to dobrodziejstwo, dla innych nuda. Utożsamiamy go z wypoczynkiem tj. swobodą czynienia tego co nam się podoba. Jest to czas poza nauką i pracą jaki pozostaje człowiekowi do jego swobodnej dyspozycji. W czasie wolnym kształtuje się wiele nawyków, upodobań, które potem są ważnymi czynnikami w pracy czy w szkole. Praktyka wykazuje, że dzieci mają poważne problemy z zagospodarowaniem tego czasu. Najczęściej spędzają go na oglądaniu filmów lub grając w gry komputerowe. Wielu rodziców to zadawała, bo uważają, że mają swoje pociechy pod „pozorną” kontrolą, a one nie

absorbują ich swoimi problemami i wreszcie mają czas dla siebie. I wydawałoby się, że same korzyści płyną z takiego stanu rzeczy. Ale czy tak jest naprawdę? Skutki długiego przebywania przed telewizorem czy monitorem komputera mogą okazać się bardzo negatywne dla rozwoju psychofizycznego, społecznego i emocjonalnego dziecka.

Telewizja, komputer dostarczają dziecku wielu wrażeń słuchowych i wzrokowych, mocno obciążając układ nerwowy. Zmuszają do ciągłej koncentracji co prowadzi do zmęczenia. Jest to szkodliwe szczególnie dla dzieci charakteryzujących się delikatnym układem nerwowym. Agresja w filmach i grach komputerowych rozbudza skłonności do stosowania przemocy w kontaktach rówieśniczych.

Wzorce panujące w rodzinie w tym model korzystania z czasu wolnego przez rodziców i rodzinę w decydującym stopniu wpływają na osobowość dziecka. Wpływ rodziców jest tym większy im młodsze są dzieci. Zatem, musimy zmienić niekiedy własne przyzwyczajenia, bo odpowiedzialni rodzice dają właściwe przykłady. Nie można nauczyć dziecka czegoś, czego samemu się nie praktykuje. Jeśli rodzic gustuje w oglądaniu telewizji, a przy tym stroni od książki to nie można się dziwić, że dziecko z takiej rodziny trudno będzie zachęcić do czytania czy wzięcia udziału w zajęciach pozalekcyjnych organizowanych w szkole. Ważne jest także, aby rodzice zostawiający dziecku znaczną swobodę w spędzaniu czasu wolnego interesowali się z kim, gdzie i jak spędza ten czas. Wielu rodziców, potrafi właściwie zagospodarować wolny czas swoim pociechom. Rozwiązaniem, który można zaproponować dziecku jest wspólna zabawa i zachęta do niej oraz stworzenie odpowiednich warunków. To jedna z metod uczenia się, kształcenia zmysłów i zdobywania umiejętności. Pomysłem mogą być wspólne zajęcia: majsterkowanie, prace w ogródku czy na działce, wspólne gotowanie czy pieczenie ciast oraz współudział dzieci w wykonywaniu innych prac domowych.

Wspaniałym rozwiązaniem jest spędzanie czasu wolnego w ruchu na świeżym powietrzu. Należy zachęcić dzieci do aktywności fizycznej: gry w piłkę, jazdy na rowerze, rolkach, biegu, spaceru, pływania. Nie można pozwolić, aby telewizja i komputer odbierały naszym pociechom czas na sport i czynną rekreację. Wychowanie człowieka zdrowego fizycznie wymaga zapewnienia dziecku równowagi pomiędzy aktywnością umysłową a fizyczną. Dlatego też po nauce - zajęciach

obciążających umysł dziecka wskazane jest spędzanie czasu wolnego w ruchu na świeżym powietrzu, uprawianie sportu czy wspólny spacer. Co zaowocuje w postaci lepszej sprawności fizycznej, poprawie odporności, zgrabnej sylwetce, zwiększeniu mocy i siły, dotleni organizm, poprawi samopoczucie i stan zdrowia. Pamiętajmy zatem o prawidłowym wykorzystywaniu czasu wolnego i własnym udziale w jego organizowaniu dzieciom.

Edyta Poznaniak – Helak
Pedagog PPP w Krzyżu Wlkp.