

СПОСОБИ ПРОВЕДЕННЯ ВІЛЬНОГО ЧАСУ ШКОЛЯРАМИ ПОЛЬЩІ

Любов Чеховська¹, Ольга Жданова¹, Матеуш Бадура²,
Анастасія Фляк¹

¹*Львівський державний університет фізичної культури*

²*Політехніка Опольська (Польща)*

Постановка проблеми. Вільний час – це багатоаспектне явище, яке розглядається багатьма науками, зокрема: психологією, педагогікою, соціологією, туризмом, фізичною рекреацією, економікою, управлінням, медициною та ін. Тому можна стверджувати, що термін «вільний час» є інтердисциплінарним та інтердискурсивним [4].

Вільний часу дітей та молоді може відбуватися у різних формах. Загалом їх можна поділити на дві категорії: активні та пасивні [1]. Молодь, зазвичай, обирає такі форми, які відповідають її уподобанням та можливі для реалізації. На способи проведення вільного від шкільних занять та домашніх обов'язків часу великий вплив мають: територіальні можливості та різноманітні атракції: ігрові заклади, майданчики, тренувальні зали, кіно, театри, галереї та ін. [2].

Дуже важливим чинником впливу, на думку дослідників, виступає оточуюче середовище, тому що молодь легко піддається впливу, який сформовано у тому чи іншому колективі. Можна констатувати, що спосіб проведення вільного часу може залежати від поглядів однолітків, спільних інтересів та хобі [3,5].

Впливає на вільний час школярів і сім'я, яка сприяє визначенню змісту діяльності дітей. Батьки можуть і повинні радити, допомагати у виборі характеру діяльності, пропонувати спільний відпочинок або заняття.

Важливим чинником впливу на способи проведення вільного часу є фінансовий стан, оскільки деякі заняття потребують придбання інвентарю, одягу, оплати занять, виїздів та ін. Хоча, слід зазначити, що завжди можна знайти можливість активно проводити вільний час і без значних фінансових витрат [5].

Мета статті – вивчити зміст вільного часу школярів Польщі.

Методи та організація дослідження. У роботі використовувалися такі методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, соціологічні методи (анкетування), методи математичної статистики.

Дослідження проводилися з учнями Публічної гімназії №5 м.Ополе (Польща). Було проведено їх анкетування з метою вивчення активних форм проведення ними вільного часу та чинників, які впливають на цей вибір. Було розроблено анкету, яка пропонувалась респондентам із кожного класу гімназії: 20 учням першого класу (вік – 13 років); 20 учням другого класу (вік – 14 років); 20 учням третього класу (вік – 15 років).

Результати дослідження. Наведемо фрагменти отриманих результатів анкетування. На питання про зміст занять у вільному часі половина респондентів задекларували, що спортивні заняття мають щоденно. Разом з тим, їх тривалість є 2 години (50% опитаних); 3 години (10% опитаних).

Прогулянкам і рекреації більшість опитаних присвячує лише 0,5 години щодня (60% відповідей), інші цієї форми проведення вільного часу не обрали. Разом з тим, третина респондентів займаються за комп'ютером більше двох годин щоденно і ще третина – близько трьох годин. Особлива «комп'ютерна активність» виявлена у респондентів-хлопців, які зазначили, що фінансові можливості їх родин є такими, які дозволяють мати найновіші устаткування, ігри та програми.

Як з'ясувалося, гімназисти багато часу присвячують своєму хобі. Половина опитаних відповіли, що присвячують улюбленим заняттям: три, дві та 0,5 години щодня (відповідно: 10%, 20% та 50% відповідей).

Самопідготовці, читанню, приготуванню уроків більшість опитаних присвячує щодня одну годину. Лише 5% відповідей учнів свідчать про дві години таких занять. Слід зазначити, що більше часу самопідготовці присвячують гімназисти 1 і 2 класів.

На відміну від загальновідомого факту, опитані учні гімназії не присвячують багато часу огляду телевізійних передач, про що зазначили 56 респондентів. Цьому заняттю вони присвячують не більше, ніж 0,5 години на день. Лише один респондент написав про одну годину огляду телепередач і ще один засвідчив, що проводить перед телевізором три години.

На відкрите питання анкети: «У який спосіб найбільше любиш проводити вільний час?» респонденти обрали різні відповіді. 50% учнів зазначили, що із задоволенням вільний час присвячують хобі, третина респондентів задекларували про зустрічі із друзями та подругами. Лише 10 осіб зазначили, що слухають музику, «гуляють» по інтернету, грають у комп'ютерні ігри, дивляться телевізор.

Серед варіантів активного проведення вільного часу респонденти зазначили: секції їзди на мотоциклі, заняття одноборствами (зокрема джигу-джигу), їзду на роликівих ковзанах, велосипеді.

Проведені дослідження підтвердили положення про те, що на вибір занять у вільному часі має вплив діяльність установ, які знаходяться за місцем проживання. Тобто респонденти обирають види секційних занять, які культивуються неподалік і є доступними фінансово.

Багато вільного часу припадає у респондентів на вихідні дні, коли вони можуть брати участь в різних формах його проведення. Відповіді на одне із питань анкети, присвячене названому аспекту вільного часу, виявили наступне. Найпопулярнішими у вихідні дні є спортивні заняття, таку відповідь дали 50% опитаних, така ж кількість зустрічається із друзями, третина – їздить на мотоциклах, 7 осіб зазначили прогулянки. Тільки 8 учнів зазначили пасивний відпочинок у продовж суботи і неділі: 5 – обирають комп'ютер та інтернет, 2 – читають книжки, 1 учень дивиться телевізор, фільми на відео або DVD. Аналіз відповідей на це питання не підтверджує положення про те, що старші школярі, у своїй більшості, проводять вихідні сидячи перед екраном комп'ютера або телевізора.

Висновок. В цілому можна зазначити, що більшість опитаних задекларували у своїх відповідях активне проведення вільного часу, із його спортивно-рекреаційним наповненням. На вибір форм проведення вільного часу мають вплив наступні чинники: місце, в якому проживають учні; соціальне середовище, яке може бути для них прикладом; організаційні та фінансові можливості батьків; привабливість занять, які пропонують спеціалізовані заклади за місцем проживання; переконання, щодо користі та необхідності активних занять у вільному часі, сформовані батьками або опікунами. Важливу роль у виборі форм проведення вільного часу відіграють шкільні вчителі та наявність у школі позакласних форм активних занять рекреаційного або спортивного змісту.

Література:

1. Banaszekiewicz T. Wychowanie dzieci i młodzieży do rekreacji i formy oświaty / T. Banaszekiewicz. – Częstochowa, 2005. – S. 12–45.
2. Denek K. Edukacja pozalekcyjna i pozaszkolna / K. Denek. – Poznań, 2009. – S. 2–64.
3. Denek K. Pozalawką szkolną / K. Denek. – Poznań, 2002. – S. 12–45.
4. Dyskursja kostruktura i proces / podred. T. vanDijka, tłum. G. Grochowski, Warszawa, 2000. – 78 s.
5. Czerepaniak-Walczak M. Odpróżniaczeni dozniewolenia – w poszukiwaniu dyskursów czasu wolnego. [w:] Pedagogika społeczna / M. Czerepaniak-Walczak // podred. E. Murynowicz-Hetki. – Warszawa, 2007. – T. 2. – S. 12–45.

ОЗДОРОВЧЕ ПЛАВАННЯ ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Сидорко Олег, Кіндзера Анна, Островська Наталя

Львівський державний університет фізичної культури

Постановка проблеми. Аналіз спеціальної літератури свідчить, що у дітей молодшого та середнього шкільного віку часто зустрічаються порушення постави (сколіоз, лордоз, кіфоз) [1, 2]. Розвитку даних порушень в більшості випадків сприяє обмежений режим рухової активності дітей. Наукові дослідження свідчать про те, що значний ефект корекції постави дають заняття з плавання [3, 4]. Спеціальні вправи в умовах водного середовища забезпечують природне розвантаження хребта з одночасним тренуванням м'язів, позитивно впливають на стан окремих функціональних систем організму.

Визначення та узагальнення великого розмаїття вправ, що застосовуються у плаванні, розробка комплексів вправ для профілактики порушень постави дозволять ефективно проводити заняття та корегувати окремі порушення постави дітей.

Вище викладене свідчить про актуальність досліджуваної теми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз спеціальної літератури свідчить, що питання використання плавання з метою профі-