

Magdalena Kwiek

Uniwersytet Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie

ORCID: 0000-0003-2550-9527

Agnieszka Bartoszek

Uniwersytet Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie

ORCID: 0009-0006-1993-8586

Znaczenie zajęć pozalekcyjnych w rozwoju psychomotorycznym i emocjonalnym dzieci w opinii rodziców

Streszczenie

Sposób spędzania czasu wolnego przez dzieci i młodzież ma kluczowe znaczenie w prawidłowym rozwoju psychomotorycznym. Odpowiednio zaplanowany czas wolny wspiera rozwój społeczny, kształtuje uczucia moralne, wprowadza zasady kultury życia codziennego i promuje zdrowy styl życia. Pełni nie tylko funkcję odpoczynku i rozrywki, lecz także służy poznawaniu świata, wyrabianiu nawyków i zdobywaniu życiowych doświadczeń. Celem badań auterek było poznanie opinii rodziców dzieci uczęszczających na zajęcia dodatkowe w placówce EKOLAND, zlokalizowanej w pobliżu Krakowa, na temat wpływu tych zajęć na niektóre aspekty rozwoju psychomotorycznego dzieci. Badania przeprowadzono w grupie 54 osób za pomocą kwestionariusza ankiety. Respondenci najczęściej wybierali dla dzieci zajęcia sportowo-rekreacyjne odbywające się dwa razy w tygodniu. Stwierdzono, że większość rodziców wyraża pozytywną opinię na temat znaczenia zajęć pozaszkolnych. Zaobserwowali oni u dzieci duży wpływ tych zajęć na kształtowanie sprawności fizycznej, motywację do nauki, a także rozwój cech związanych z emocjami i przyswajaniem wiedzy. Tak pozytywne wyniki mogły wynikać z dogodnej lokalizacji placówki, wysokiej świadomości rodziców oraz młodego wieku dzieci, które samodzielnie nie dysponują swoim czasem wolnym.

The importance of extracurricular activities in children's psychomotor and emotional development from parents' perspective

Abstract

The way children and young people spend their free time is crucial for proper psychomotor development. Well-structured free time supports social development, shapes moral values, instills everyday cultural principles, and promotes a healthy lifestyle. It serves not only as a means of rest and entertainment but also as an opportunity for learning, habit formation, and gaining life experiences. The aim of this study was to analyze parents' opinions regarding the impact of extracurricular activities on certain aspects of psychomotor development in children attending additional classes at the EKOLAND facility. The study was conducted among 54 participants using a survey questionnaire. The results showed that parents most often chose sports and recreational activities for their children, typically held twice a week.

The majority of parents expressed a positive opinion on the significance of extracurricular activities, observing a strong impact on their children's physical fitness, motivation to learn, emotional development, and knowledge acquisition. In conclusion, the authors noted that this positive perception of children's participation in sports classes could be influenced by the favorable location of the facility, high parental awareness, and the young age of the children, who do not yet fully manage their free time independently.

Słowa kluczowe: czas wolny, kompetencje społeczne, rozwój fizyczny, zajęcia pozaszkolne

Key words: extracurricular activities, free time, physical development, social competences

Otrzymano: [8.10.2024]

Received: [8.10.2024]

Zaakceptowano: [12.12.2024]

Accepted: [12.12.2024]

Sugerowana cytacja/Suggested citation: Kwiek, M; Bartoszek, A. (2024). Znaczenie zajęć pozalekcyjnych w rozwoju psychomotorycznym i emocjonalnym dzieci w opinii rodziców. *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis Studia Geographica*, 21, doi: 10.24917/20845456.21.5

Wstęp

Dom rodzinny jest pierwszym i najważniejszym ogniwem wychowania młodego człowieka, gdyż odgrywa on kluczową rolę w kształtowaniu podstaw i zainteresowań dzieci. Rodzina wpływa na wzory, nawyki i umiejętności organizowania czasu wolnego, a rodzice ponoszą szczególną odpowiedzialność za kształtowanie kultury swojego dziecka (Warchoła, 2019). Racjonalnie zaplanowany i spędzony czas wolny sprzyja uczestnictwu w życiu społecznym, rozwijaniu i kształtowaniu uczuć moralnych, wdrażaniu zasad kultury życia codziennego oraz promowaniu zdrowego stylu życia. Czas wolny sprzyja nie tylko odnowie sił i zabawie, lecz także służy poznawaniu rzeczywistości, wyrabianiu nawyków, odpowiednich zachowań i zdobywaniu doświadczeń życiowych. Należy jednak pamiętać, że sposoby i formy spędzania czasu wolnego przekazują nie tylko rodzice, ale także wychowawcy i opiekunowie, dobierając optymalne metody motywujące do kształtowania aktywnej i twórczej postawy (Banach, 2015).

Celem badań zaprezentowanych w niniejszym artykule było poznanie opinii rodziców na temat wpływu zajęć pozalekcyjnych na niektóre aspekty rozwoju psychoruchowego i emocjonalnego dzieci uczęszczających na zajęcia pozalekcyjne w Niepublicznej Placówce Oświatowo-Wychowawczej EKOLAND.

Organizacja czasu wolnego dzieci i młodzieży

Możliwości rodziców w zakresie organizacji czasu wolnego w znacznym stopniu determinują praca zawodowa i status materialny rodziny. Nadmiar obowiązków zawodowych kosztem tych rodzinnych i domowych, nadmierne zmęczenie oraz zbyt mało czasu wolnego mogą sprawiać, że rodzice nie koncentrują się na organizowaniu czasu dziecku. Organizacja czasu wolnego przez rodziców zależy również od ich świadomości dotyczącej jego funkcji i zadań. Mogą bowiem oni nie doceniać znaczenia tego czasu dla dziecka, bagatelizując jego wartość (Woźniak, Adasiewicz, 2021).

Czas wolny musi być racjonalnie (czyli mądrze) zaplanowany, zorganizowany i wypełniony różnymi zajęciami, które wspierają rozwój osobisty jednostki, a tym samym przyczyniają się do podniesienia kultury całego społeczeństwa. Polscy pedagodzy wyróżniają zwykle cztery funkcje czasu wolnego: wychowawczą, opiekuńczą, terapeutyczną oraz poznawczo-kształcącą (Kosendiak, 2023). Podobną propozycję systematyzacji funkcji czasu wolnego sformułował Wnuk-Lipiński (1985), który ukazał szerokie możliwości, które kryją się w sferze czasu wolnego, i wyróżnił funkcje:

- edukacyjne – obejmujące czynności, które zaspokajają potrzeby poznawcze, potrzeby wiedzy i zdobywania nowych doświadczeń w drodze dobrowolnego, bezinteresownego kształcenia,
- wychowawcze – polegające na przyswajaniu pewnych norm postępowania, stylu bycia i zachowania,
- integracyjne – rozumiane jako umacnianie więzi pomiędzy poszczególnymi członkami rodziny lub kręgu rówieśniczego w ramach wspólnie spędzanego czasu wolnego,
- kontrolne – polegające na tworzeniu, pojmowaniu i przyswajaniu określonych wartości kulturalnych.

Zadaniem rodziców, wychowawców, nauczycieli i animatorów jest zapewnienie dziecku odpowiednich bodźców, materiałów i środków, które pomogą mu wyrażać siebie poprzez różnego rodzaju działania. Własna aktywność dziecka i podejmowane przez nie działania pozwalają na konstytuowanie się wartości i wieloaspektowy rozwój. Stymulowanie aktywności ruchowej, kulturalnej, twórczej i estetycznej (artystycznej) jest ważnym elementem kreowania i realizowania czasu wolnego przez dzieci oraz ich opiekunów, rodziców i wychowawców (Pater, 2015).

Dzieci najczęściej spędzają czas, angażując się w zajęcia, które nie są formalnie organizowane przez instytucje, jak np. spacer z rodziną lub zabawy z rówieśnikami. Uczestniczą też w różnego rodzaju zabawach z innymi dziećmi oraz zajęciach dodatkowych, takich jak koła zainteresowań, wycieczki szkolne lub wyjazdy edukacyjne. Działają także w organizacjach społecznych dla dzieci i młodzieży, np. w harcerstwie, albo biorą udział w zajęciach organizowanych przez placówki kulturalne, świetlice, domy kultury, teatry i kluby dziecięce. Coraz większą rolę w spędzaniu czasu wolnego odgrywają również media masowe i nowoczesne technologie, takie jak komputer i smartfon z dostępem do Internetu (Woźniak, Adasiewicz, 2021).

Organizacja czasu wolnego dzieci i młodzieży polega na planowaniu i zapewnianiu im różnorodnych aktywności pozaszkolnych i pozadomowych, które wspierają ich rozwój fizyczny, społeczny, emocjonalny i poznawczy. W praktyce oznacza to tworzenie przestrzeni do zabawy, nauki przez doświadczenie, aktywności sportowych, zajęć artystycznych i edukacyjnych.

Znaczenie zajęć pozalekcyjnych

Zajęcia pozalekcyjne są definiowane jako zorganizowane, ustrukturyzowane aktywności odbywające się poza godzinami lekcyjnymi (Oberle i in., 2019). Stanowią także nieobowiązkową formę działalności uczniów w czasie wolnym, wykonywaną w obrębie szkoły. Obejmują zajęcia w organizacjach młodzieżowych, kołach

zainteresowań, świetlicy, sali gimnastycznej, na boisku czy w ogrodzie szkolnym. Ich celem jest poszerzanie wiedzy oraz rozwijanie zainteresowań związanych z nauką, sztuką, techniką i życiem społecznym (Kmiecińska, 2018). Edukacja pozaszkolna stwarza sprzyjające warunki dla rozwoju młodego pokolenia, wspierając rozwój jego umiejętności, talentów i pasji. Zachęca także do samodzielnego poszerzania wiedzy, wskazując kierunki dalszego kształcenia i wyboru przyszłego zawodu.

Zajęcia pozaszkolne odgrywają istotną rolę w rozwoju młodego umysłu, umożliwiając pogłębianie i uzupełnianie wiedzy zdobytej w szkole poprzez nowe perspektywy i różnorodne formy aktywności. Ich celem jest poszerzanie horyzontów myślowych, wzbogacanie dzieci o nowe doświadczenia oraz zachęcanie ich do samodzielnego działania w obszarach, które wzbudzają ich zainteresowanie (Chmiel, 2018).

Współcześnie edukacja pozaszkolna odgrywa coraz większą rolę w procesie rozwoju dzieci i młodzieży. Już z badań przeprowadzonych przez E. Trempałą i jego zespół badawczy wynika, że kształceniu pozaszkolnemu trzeba przyznać szczególne znaczenie ze względu na:

- powszechność i trwałość oddziaływań,
- wzmacnianie możliwości oddziaływań poprzez rozwój technicznych środków przekazu,
- wzrost atrakcyjności przekazywanych treści kształcących, informacji, postaw, stylów życia, zachowań,
- prezentowanie bogatej oferty edukacyjnej, umożliwiającej jednostkom i grupom wybór programów zgodnych z ich potrzebami,
- wnoszenie wartości obiektywnych, rozszerzających środowisko życia człowieka (Trempała, 1992).

Wychowanie pozalekcyjne jest często organizowane przez szkołę, jednak z uwagi na jej ograniczone możliwości przybiera zazwyczaj formę małych działań. Do najbardziej typowych form zajęć pozalekcyjnych należą: świetlice, koła zainteresowań, wycieczki, ogrody jordanowskie, siłownie itp. (Pindera, 2007).

Dzieci szczególnie chętnie uczestniczą w zajęciach, które są dla nich interesujące i angażujące oraz pozwalają im swobodnie (we własnym tempie) szukać odpowiedzi na nurtujące pytania. Rynek edukacyjnych zajęć, oferowanych w różnych formach dostosowanych do grup wiekowych, zainteresowań i dostępności czasowej młodych uczestników, jest bardzo zróżnicowany. Programy ośrodków edukacyjno-wychowawczych przyciągają coraz więcej rodziców, którzy chcą zapewnić swoim dzieciom dobrą przyszłość i skuteczne wsparcie rozwojowe (Chmiel, 2018). Oferta zajęć pozaszkolnych stała się niezwykle różnorodna i bogata. Rynek zajęć dodatkowych stwarza szeroki wachlarz możliwości, a rodzice coraz częściej świadomie kształtują kierunki rozwoju swoich dzieci, skupiając się na tych, które uznają za najbardziej wartościowe. Dzięki szerokiej dostępności oferty mogą dostosować zajęcia do indywidualnych zainteresowań i talentów dziecka, starannie dobierając te, które najlepiej odpowiadają jego potrzebom i predyspozycjom.

Materiał badawczy i metodologia

Badania zostały przeprowadzone za pomocą ankiety przygotowanej dla rodziców. W ankiecie znajdowało się 19 pytań zamkniętych i jedno otwarte. Rodzice chętnie odpowiadali również na dodatkowe pytania w formie krótkiego wywiadu, które

uzupełniały kwestionariusz ankiety. Celem badania było uzyskanie opinii rodziców na temat korzyści, jakie ich zdaniem przynoszą zajęcia dodatkowe w rozwoju psychomotorycznym dzieci. Rodzice mieli możliwość wypowiedzenia się zarówno na temat zajęć prowadzonych przez placówkę EKOLAND, jak i innych zajęć pozalekcyjnych, na które niejednokrotnie uczęszczali dzieci (treningi w klubach sportowych, indywidualne lekcje pływania, szkolne zajęcia pozalekcyjne i in.).

Szczególnie uważnie zostały przeanalizowane następujące elementy:

- częstotliwość uczęszczania na zajęcia dodatkowe i najchętniej wybierane formy aktywności,
- wpływ zajęć dodatkowych na procesy uczenia się – czy pomagają w przyswajaniu wiedzy, umiejętności i koncentracji,
- wpływ zajęć dodatkowych na rozwijanie kreatywności i wyobraźni – czy stymulują twórcze myślenie i rozwijają wyobraźnię,
- wpływ zajęć dodatkowych na rozwój emocjonalny – czy wspierają rozwój emocjonalny, czy redukują stres, wpływają na samoocenę oraz ułatwiają wyrażanie emocji,
- wpływ zajęć na kondycję fizyczną i koordynację ruchową,
- wpływ zajęć dodatkowych na socjalizację – czy rodzice dostrzegają pozytywne/negatywne efekty,
- wpływ zajęć dodatkowych na organizację czasu wolnego oraz poszerzanie wiedzy – czy dzieci potrafią samodzielnie organizować swój czas,
- wpływ zajęć dodatkowych na ograniczenie czasu spędzanego przed telewizorem/komputerem/telefonem.

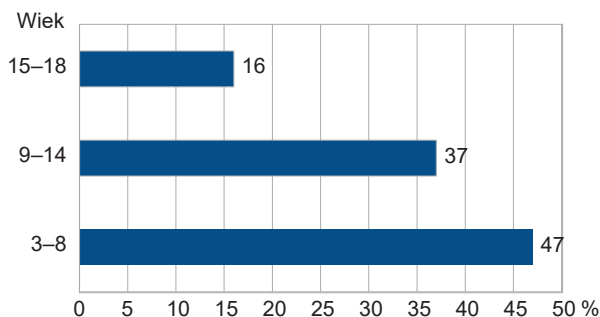
W ankiecie wzięło udział 54 rodziców, których dzieci uczęszczali na zajęcia dodatkowe (taniec, śpiew, zajęcia sportowe, zajęcia plastyczne, nauka gry na instrumencie), odbywające się w Niepublicznej Placówce Oświatowo-Wychowawczej EKOLAND w Węgrzcach (woj. małopolskie). Ankiety przeprowadzono w roku szkolnym 2023/2024.

Ośrodek ten specjalizuje się w organizacji czasu wolnego dzieci i młodzieży, koncentrując się głównie na zajęciach ruchowych. W jego ofercie znajdują się zajęcia z tańca klasycznego, współczesnego, hip-hopu, zumby, jazzu, akrobatyki i capoeiry. Odbywają się też tam warsztaty plastyczne oraz lekcje gry na instrumentach. Wszystkie zajęcia są odpłatne i cieszą się dużym zainteresowaniem wśród lokalnej społeczności.

Wyniki

Ankiety w wersji papierowej otrzymało 60 rodziców dzieci uczęszczających na zajęcia w placówce EKOLAND. Zwrócono 54 ankiety, które były kompletne i wypełnione prawidłowo. Wśród respondentów większość stanowiły kobiety, które reprezentowały 76% badanych. Największą grupę stanowiły osoby w wieku 36–45 lat (46%), kolejne grupy to osoby w wieku 46 i więcej (30%), 26–35 lat (13%) i 18–25 lat (11%). Aż 68% respondentów miało wykształcenie wyższe, a 28% wykształcenie średnie; 4% ankietowanych wskazało, że nie chce podawać informacji o wykształceniu. Pod względem miejsca zamieszkania, 41% respondentów pochodziło z dużych miast, 21% z małych miast, 36% zamieszkiwało na wsi, a jedynie 2% mieszkało na peryferiach miasta.

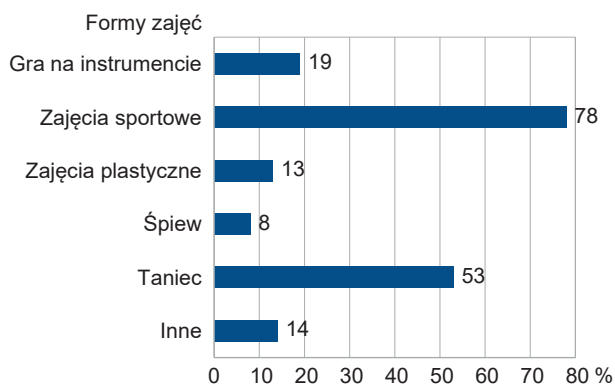
Mimo iż placówka EKOLAND oferuje zajęcia dla dzieci w bardzo szerokim zakresie wiekowym, najliczniejszą grupę stanowiły tam dzieci w młodszym wieku szkolnym. Prawie połowa respondentów (47%) wskazała, że ich dzieci uczęszczające na zajęcia są w wieku 3–8 lat. Nieco mniej (37%) stanowiły dzieci w wieku 9–14 lat, a najmniejszą grupę tworzyli rodzice nastolatków w wieku 15–18 lat (ryc. 1).



Ryc. 1. Wiek dzieci badanych rodziców

Źródło: opracowanie własne

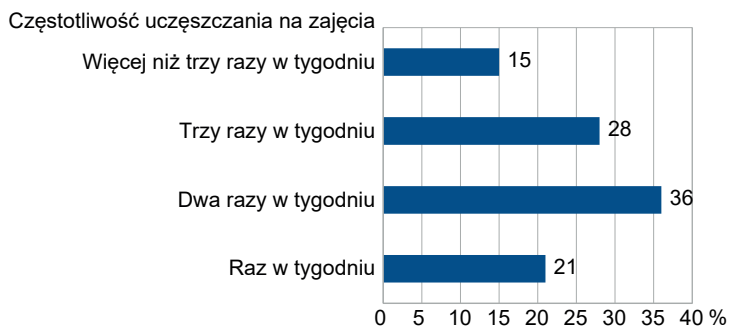
Zdecydowana większość rodziców (78%) wybierała dla swoich dzieci zajęcia sportowe jako formę zajęć pozalekcyjnych. Ze względu na szeroką ofertę zajęć tanecznych w ośrodku, gdzie przeprowadzono badania, ponad połowa rodziców (53%) zadeklarowała, że zapisała dzieci na zajęcia z tańca. Nieco mniejszy odsetek zapisał dzieci na naukę gry na instrumencie, zajęcia plastyczne, lekcje śpiewu lub inne formy aktywności, niewymienione w formularzu ankiety (ryc. 2).



Ryc. 2. Najczęściej wybierane formy zajęć pozalekcyjnych

Źródło: opracowanie własne

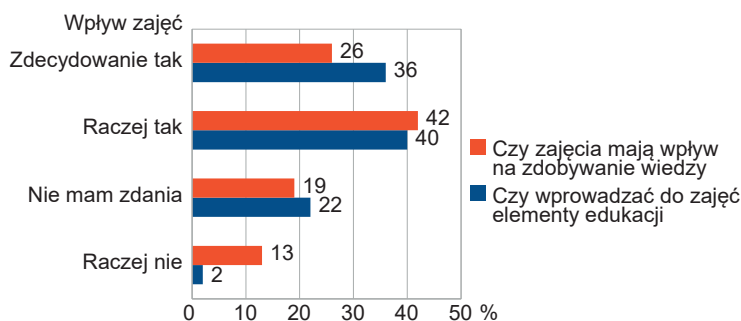
Najwięcej dzieci (36%) uczęszczało na dodatkowe zajęcia dwa razy w tygodniu, a 15% aż trzy razy w tygodniu. Z rozmów z rodzicami wynikało, że zwykle były to zajęcia w placówce EKOLAND, a także dodatkowe aktywności organizowane w szkole lub klubie sportowym (ryc. 3).



Ryc. 3. Częstotliwość uczęszczania dzieci na zajęcia pozalekcyjne

Źródło: opracowanie własne

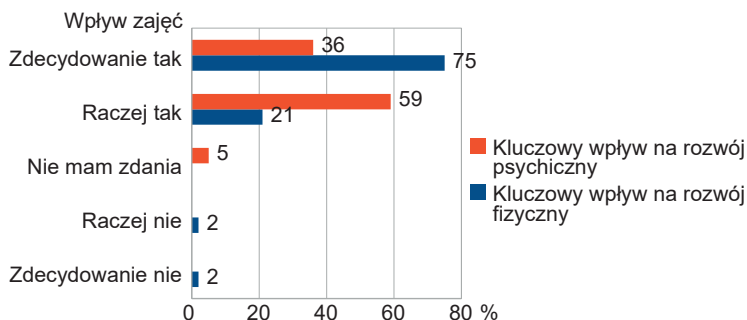
Zasadniczym celem przeprowadzonych badań było pozyskanie opinii rodziców na temat wartości zajęć pozalekcyjnych i ich wpływu na różne aspekty rozwoju dzieci. Jedno z pytań zawartych w ankiecie dotyczyło wprowadzania w czasie zajęć elementów edukacyjnych z zakresu historii (np. tańca, akrobatyki, muzyki), kultury, zdrowia, zdrowego odżywiania oraz higieny snu i wypoczynku. Większość rodziców odpowiedziała, że zajęcia zawierające elementy edukacyjne mają pozytywny wpływ na zdobywanie wiedzy przez dzieci i popierała ich wprowadzanie. Jednak 19% respondentów nie miało zdania na ten temat, 13% odpowiedziało, że zajęcia dodatkowe raczej nie mają wpływu na zdobywanie wiedzy, a 2% rodziców było przeciwnych obciążaniu dzieci dodatkowymi informacjami (ryc. 4).



Ryc. 4. Opinia rodziców na temat elementów edukacyjnych w zajęciach pozalekcyjnych

Źródło: opracowanie własne

Zdecydowana większość respondentów dostrzegała znaczący wpływ zajęć pozalekcyjnych na rozwój fizyczny dzieci niż na rozwój psychiczny. Tylko 2% rodziców odpowiedziało, że raczej nie dostrzega takiego wpływu lub uważa, że go zdecydowanie nie ma (ryc. 5).

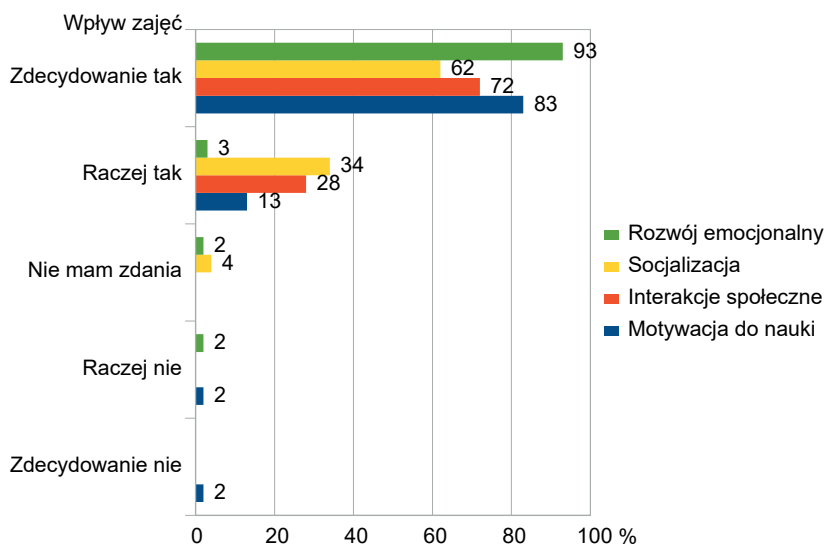


Ryc. 5. Opinia rodziców na temat wpływu zajęć pozalekcyjnych na rozwój psychiczny i fizyczny dzieci

Źródło: opracowanie własne

Kolejne pytania zawarte w kwestionariuszu ankiety dotyczyły różnych cech, które można ogólnie nazwać kompetencjami psychospołecznymi. Prawie wszyscy badani rodzice (93%) wskazali, że zajęcia dodatkowe mają największy wpływ na rozwój emocjonalny. Kolejne aspekty, na które zwrócono uwagę, to motywacja do nauki (83%), interakcje społeczne (72%) i socjalizacja (62%). Nieliczna grupa respondentów (2%) odpowiedziała, że nie dostrzega takiego wpływu na rozwój wymienionych cech, zwłaszcza jeśli chodzi o motywację do nauki (ryc. 6).

Rycina 7 ukazuje wyniki odpowiedzi na pytanie, w jakim stopniu zajęcia dodatkowe wpływają na różne aspekty rozwoju fizycznego, psychicznego oraz społecznego dzieci. Skala ocen w tym pytaniu wynosiła od 1 do 5, gdzie 5 oznaczało największy wpływ na dany aspekt, a 1 najmniejszy. Wśród ocenianych elementów znalazły się: kondycja i sprawność fizyczna, realizacja swoich zamiłowań, prawidłowa postawa ciała i równowaga, koordynacja ruchowa, wyrażanie emocji, budowanie pewności siebie, redukcja stresu, nawiązywanie nowych znajomości, praca zespołowa i komunikacja z rówieśnikami, szacunek i dyscyplina wobec nauczycieli i rówieśników, zwiększenie koncentracji i pamięci, kreatywność i wyobraźnia, poszerzanie wiedzy na temat różnych kultur i tradycji, zagospodarowanie czasu wolnego, ograniczenie czasu przed telewizorem/komputerem/telefonem. Otrzymane wyniki były bardzo podobne w niemal wszystkich kategoriach. Znaczna część rodziców (ok. 41–65%) wskazała, że zajęcia dodatkowe wywierają największy wpływ zajęć na wymienione aspekty. Najniższe oceny pojawiały się w pojedynczych przypadkach. Wyjątek stanowiła kategoria dotycząca wpływu zajęć pozalekcyjnych na ograniczenie czasu spędzanego przed ekranami – rodzice przyznali, że zajęcia raczej nie mają wpływu na zmniejszenie liczby godzin korzystania z urządzeń elektronicznych (ryc. 7).



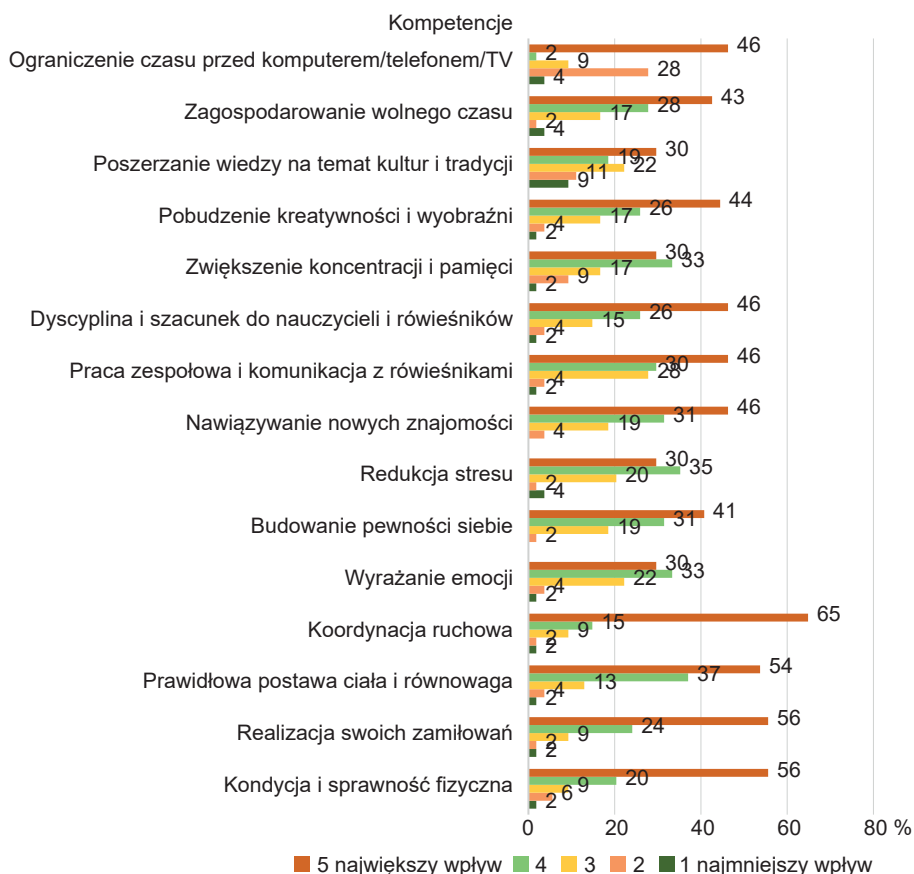
Ryc. 6. Opinia rodziców na temat wpływu zajęć pozalekcyjnych na niektóre dyspozycje psychiczne

Źródło: opracowanie własne

W odpowiedzi na pytanie otwarte: „Czy zajęcia dodatkowe miały wpływ na inne dyspozycje psychiczne lub fizyczne Pani/Pana dziecka? Jakież?” respondenci najczęściej odpowiadali tak:

- „Dzieci lepiej formułują wypowiedzi, są bardziej pewne siebie i asertywne”,
- „Dzieci uczą się także wyrażania swoich potrzeb i emocji, co pomaga im w relacjach z innymi”,
- „Dzieci nauczyły się dobrych manier, takich jak mówienie »dzień dobry«, »dziękuję« i »do widzenia«”,
- „Zajęcia dodatkowe wspierają ogólny rozwój osobowości, zwiększają samoocenę, uczą tolerancji oraz akceptacji siebie i innych”,
- „Dzieci lepiej radzą sobie z porażkami, a uczestnictwo w zajęciach dodatkowych ułatwia im przyswajanie wiedzy z różnych dziedzin”.

Część rodziców nie zaobserwowała lub nie chciała wpisać dodatkowych korzyści wynikających z uczestnictwa dzieci w zajęciach pozalekcyjnych poza tymi, które zostały wymienione w zamkniętych pytaniach ankiety.



Ryc. 7. Opinia rodziców na temat wpływu zajęć pozalekcyjnych na inne cechy psychomotoryczne i kompetencje społeczne

Źródło: opracowanie własne

Podsumowanie

Pozalekcyjne zajęcia sportowe dla dzieci w wieku szkolnym są jedną z najczęściej wybieranych form zajęć dodatkowych. Znaczna część badań potwierdza, że rodzice chętnie zapisują dzieci na zajęcia z zespołowych gier sportowych, tańca i gimnastyki, gdyż uważają, że mają one pozytywny wpływ na ich rozwój fizyczny, przeciwdziałają wadom postawy i otyłości oraz uczą zasad fair play (Fortuńska, 2016; Kmiecńska, 2018; Konieczna, 2002). Rodzice biorący udział w badaniu zauważyli korzystny wpływ zajęć na prawie wszystkie wymienione aspekty rozwoju emocjonalnego i fizycznego. Większość z nich potwierdziła również potrzebę wprowadzania elementów edukacyjnych w czasie zajęć pozalekcyjnych.

Badania prowadzone w Stanach Zjednoczonych i Kanadzie również potwierdzają, że dzięki zajęciom pozalekcyjnym dzieci mogą uczyć się i doskonalić kluczowe umiejętności społeczne, takie jak praca zespołowa, komunikacja i rozwiązywanie

problemów (Becker i in., 2014). Co więcej, zajęcia pozalekcyjne mogą wzmacniać poczucie przynależności i wspólnoty, co może przyczyniać się do dobrego samopoczucia emocjonalnego dziecka i jego poczucia własnej wartości (Forneris i in., 2014).

Z perspektywy rodziców korzyści płynące z zajęć pozalekcyjnych są dobrze znane. Rodzice często postrzegają te zajęcia jako sposób na wspieranie ogólnego rozwoju dziecka, zapewniając mu eksplorowanie zainteresowań, budowanie odporności i rozwijanie podstawowych umiejętności życiowych (Romanov, Zaverityayeva, 2020).

Istnieją również badania, z których wynika, że zajęcia sportowe nie zawsze są najczęściej wybieranymi formami aktywności w czasie wolnym uczniów. W jednym z badań ankietowych, prowadzonym w gminie Cekcyn (woj. kujawsko-pomorskie), uczniowie mieli określić, jak często angażują się w każdą z 12 wymienionych aktywności i sposobów spędzania wolnego czasu. Okazało się, że uczniowie szkół podstawowych najchętniej (kolejno) spędzają czas wolny: oglądając telewizję, korzystając z Internetu, grając na komputerze oraz spotykając się z przyjaciółmi. Gimnazjaliści natomiast preferują nieco inną kolejność: spotkania ze znajomymi, gry komputerowe, sen i korzystanie z Internetu. Takie aktywności, jak sport, czytanie książek, udział w kołach zainteresowań, działalność społeczna czy wyjścia do kina i teatru, znalazły się na dalszych miejscach w obu grupach (Kasprzak, 2012). Do podobnych wniosków doszła Szewczuk (2015). Zdecydowana większość dzieci biorących udział w jej badaniu czas wolny spędzała w sposób pasywny. Różnice w preferencjach zajęć wolnoczasowych można zauważyć w zależności od środowiska zamieszkania. Uczniowie z miast częściej odpoczywali przed ekranem komputera lub telewizora, natomiast zamieszkujący wieś, choć także przyznawali się do korzystania z komputera w czasie wolnym, wymieniali również inne czynności: zajęcia pozalekcyjne, czytanie książek, spotkania ze znajomymi przed domem.

Taki stan rzeczy wynika zapewne z lokalizacji szkół, w których było przeprowadzane badanie. Sposób spędzania czasu wolnego przez dzieci jest bowiem uwarunkowany wieloma czynnikami. Zalicza się do nich m.in.: edukację w domu i szkole, udział w pracach domowych, czas przeznaczony na dojazdy do i ze szkoły, sen, posiłki, warunki materialne rodziny, zasoby kulturalne środowiska domowego, a także dostępność oferty zajęć dodatkowych, które w dużym stopniu wpływają na sposób spędzania wolnego czasu przez dzieci. Istotne są również czynniki środowiskowe i rodzinne, takie jak poziom zamożności i wykształcenia rodziców oraz typ i lokalizacja miejsca zamieszkania (np. duże miasto kontra wieś). Im wyższy poziom kultury i wykształcenia rodziców, tym bardziej urozmaicone i interesujące stają się formy spędzania czasu wolnego przez dzieci. Dużą rolę odgrywają tu także rodzinne tradycje (Sadowska, Skoczylas-Krotla, 2007).

Placówka EKOLAND zlokalizowana jest w pobliżu dużego miasta, jakim jest Kraków, a większość rodziców dzieci uczestniczących w zajęciach posiadała wyższe wykształcenie, co mogło wpłynąć zarówno na dostępność oferty zajęć pozalekcyjnych, jak i na większą świadomość rodziców w zakresie prozdrowotnego trybu życia. Znaczenie ma również fakt, że w przypadku dzieci w młodszym wieku szkolnym (a takich dzieci najwięcej uczęszczało na zajęcia w badanej placówce) to głównie rodzice decydują o sposobach spędzania czasu wolnego. Starsze dzieci, w wieku 12–18 lat, same decydują o formach spędzania czasu wolnego lub przynajmniej

mają duży wpływ na wybór jego formy. Badania prowadzone na młodzieży potwierdzają, że woli ona spędzać czas wolny biernie, głównie przez ekranem komputera, telefonu, telewizora, lub na spotkaniach ze znajomymi, a sport i rekreacja są przez nią wybierane w dalszej kolejności, na co uwagę zwracali już m.in. Kasprzak (2024), Olszewski-Strzyżowski, Dróždź (2017) oraz Pejś, Turek (2016).

Literatura

- Banach, M. (2015). Wybrane aspekty czasu wolnego uczniów klas I–III szkoły podstawowej. *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce*, 35(1), 193–207.
- Becker, L.B., Han, J.Y., Wilcox, D., Vlad, T. (2014). The Effects of Pre-university Study of Journalism on Entry to the Job Market. *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 91(2), 344.
- Chmiel, M. (2018). Czynniki determinujące wybór przez rodziców zajęć pozaszkolnych dzieci. *Edukacja – Technika – Informatyka*, 4, 475–480.
- Forneris, T., Camiré, M., Williamson, R. (2014). Extracurricular Activity Participation and the Acquisition of Developmental Assets: Differences Between Involved and Noninvolved Canadian High School Students. *Applied Developmental Science*, 19(1), 47.
- Kasprzak, K. (2014). Czas wolny dzieci i młodzieży z terenów wiejskich (na przykładzie badań w gminie Cekcyn). *Studia z Teorii Wychowania: Półrocznik Zespołu Teorii Wychowania Komitetu Nauk Pedagogicznych PAN*, 5/1(8), 195–208.
- Kmiecńska, M. (2018). Zajęcia pozalekcyjne jako jedna z form wykorzystania czasu wolnego wśród uczniów szkół ponadgimnazjalnych. *Aktywność Ruchowa Ludzi w Różnym Wieku*, 2(38), 61–66.
- Kosendiak, A. (2023). *Aktywne formy spędzania czasu wolnego*. Wrocław: Uniwersytet Medyczny im. Piastów Śląskich, 12–35, 43–46, 92–119.
- Oberle, E., Ji, X.R., Guhn, M., Schonert-Reichl, K.A., Gadermann, A.M. (2019). Benefits of Extracurricular Participation in Early Adolescence: Associations with Peer Belonging and Mental Health. *J. Youth Adolesc.*, 48(11), 1–5.
- Olszewski-Strzyżowski, J., Dróždź, R. (2017). Sposoby spędzania czasu wolnego dzieci i młodzieży a ich aktywność fizyczna. *Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Turystyki i Ekologii*, 1(11), 51–68.
- Pater, R. (2015). Czas wolny w (dla) edukacji kulturalnej dzieci. Kraków: Uniwersytet Jagielloński: 11–30. *Edukacja Elementarna w Praktyce*, 35/1, 11–31.
- Pejś, A., Turek, P. (2016). Alternatywne sposoby spędzania czasu wolnego formą przeciwdziałania ryzykownych zachowań wśród dzieci i młodzieży. W: V. Tanaś, W. Welskop (red.), *Kultura czasu wolnego we współczesnym świecie*. Łódź: Wydawnictwo Naukowe Wyższej Szkoły Biznesu i Nauk o Zdrowiu, 42–152.
- Pindera, A. (2007). Zajęcia pozalekcyjne uczniów szkół gimnazjalnych. *Nauczyciel i Szkoła*, 34(36–37), 215–220.
- Romanov, A.A., Zavertyayeva, Yu.A. (2020). Tertiary Learning Environment and Extracurricular Activities. Proceedings of the International Scientific Conference Digitalization of Education: History, Trends and Prospects, *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 437, 784–787.

- Sadowska, E., Skoczyła-Krotka, E. (2007). Czas wolny dziecka – wybrane aspekty zagadnienia. *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce: Kwartalnik dla Nauczycieli*, 3, 25–32.
- Szewczuk, K. (2015). Formy spędzania czasu wolnego przez dzieci klas trzecich szkoły podstawowej – raport z badań. *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce*, 1(35), 47–72.
- Trempała, E. (1992). Szkoła a edukacja równoległa. W: A. Radziewicz-Winnicki (red.), *Pedagogika społeczna u schyłku XX wieku*. Katowice: Zespół Szkół Poligraficzno-Mechanicznych.
- Warchoła, M. (2019). *Rola rodziny w procesie wychowania do czasu wolnego, rekreacji i turystyki*. Jarosław: Państwowa Wyższa Szkoła Techniczno-Ekonomiczna im. ks. Bronisława Markiewicza: 126–135.
- Warchoła, M. (2019). Rola rodziny w procesie wychowania do czasu wolnego, rekreacji i turystyki. *Studia Paedagogica Ignatiana*, 22(2), 119–142.
- Wnuk-Lipiński, E. (1985). *Czas wolny – współczesność i perspektywy*. Warszawa: PWN.
- Woźniak, G., Adasiewicz, E. (2021). Znaczenie czasu wolnego w kształtowaniu zainteresowań dzieci w wieku wczesnoszkolnym. *Pedagogika Rodziny*, 1, 13–21.

Nota biograficzna o autorce: Magdalena Kwiek, dr, adiunkt w Uniwersytecie Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, Instytut Zarządzania i Spraw Społecznych, Katedra Turystyki i Badań Regionalnych. Studiowała wychowanie fizyczne z gimnastyką korekcyjną w Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej w Tarnowie, a także ukończyła wychowanie fizyczne na Akademii Kultury Fizycznej im. Bronisława Czecha w Krakowie. W 2016 roku obroniła pracę doktorską, tym samym uzyskując tytuł doktora nauk o kulturze fizycznej. Od 2019 roku pracuje w Katedrze Turystyki i Badań Regionalnych Uniwersytetu Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, gdzie prowadzi między innymi zajęcia z podstaw rekreacji, teorii rekreacji, turystyki kwalifikowanej, rekreacyjnych form turystyki. Jest czynnym instruktorem wielu dyscyplin sportowo-rekreacyjnych, m.in. fitnessu, jogi, kulturystyki, pływania, gimnastyki, piłki nożnej. Jej główne zainteresowania naukowe obejmują formy rekreacji ruchowej różnych grup społecznych, turystykę i rekreację dzieci i młodzieży, wykorzystanie infrastruktury sportowo-rekreacyjnej i jej rolę w przestrzeni publicznej, a także problematykę hałasu w szkole i środowisku.

Biographical note of author: Magdalena Kwiek, PhD, assistant professor at the University of the Commission of National Education in Krakow, Institute of Management and Social Affairs, Department of Tourism and Regional Studies. She studied physical education with a specialization in corrective gymnastics at the State Higher Vocational School in Tarnów and later graduated in physical education from the Academy of Physical Education in Krakow. In 2016, she defended her doctoral thesis, earning a PhD in physical culture sciences. Since 2019, she has been working at the Department of Tourism and Regional Studies at the Pedagogical University in Krakow, where she teaches courses such as fundamentals of recreation, theory of recreation, qualified tourism, and recreational forms of tourism. She is an active instructor in various sports and recreational disciplines, including fitness, yoga, bodybuilding, swimming, gymnastics, and football. Her main research interests focus on physical recreation among different social groups, tourism and recreation for children and youth, the utilization of sports and recreation infrastructure and its role in public space, as well as noise in schools and the environment.

e-mail: magdalena.kwiek@uken.krakow.pl

Nota biograficzna o autorce: Agnieszka Bartoszek jest absolwentką kierunku turystyka i rekreacja, który ukończyła 30 września 2024 roku, specjalizując się w animacji, pilotażu i przewodnictwie. Jej zainteresowania badawcze koncentrują się na roli zajęć animacyjnych w procesie edukacji oraz rozwoju dzieci i młodzieży. W ramach pracy dyplomowej przeprowadziła badania ankietowe, które udowodniły istotny wpływ zajęć pozalekcyjnych na rozwój młodych uczestników w wymiarze społecznym, emocjonalnym oraz intelektualnym. Analiza wyników pokazała również, że zarówno rodzice, jak i instruktorzy zajęć animacyjnych są świadomi tego wpływu.

Biographical note of author: Agnieszka Bartoszek is a graduate of the Tourism and Recreation program, which she completed on September 30, 2024, specializing in animation, tour guiding, and leadership. Her research interests focus on the role of animation activities in the education and development of children and youth. As part of her diploma thesis, she conducted a survey study that demonstrated the significant impact of extracurricular activities on the social, emotional, and intellectual development of young participants. The analysis of the results also revealed that both parents and activity instructors are aware of this influence.

e-mail: bartoszekaga1@gmail.com