

Наукові інтереси: шляхи удосконалення освіти.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

IVANOVA Victoria Viktorivna – Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the

Department of Theory and Methods of Pre-school Education at Mukachevo State University.

Circle of scientific interests: ways to improve education.

Стаття надійшла до редакції 03.11.2021р.

УДК 304+308+316.4

DOI: 10.36550/2415-7988-2022-1-200-18-21

KEMPIŃSKA Urszula –

dr Dyrektor Instytutu Pedagogiki,

Kujawska Szkoła Wyższa we Włocławku (Polska)

ORCID:<https://orcid.org/0000-0003-1922-8219>

e-mail: ulakem@interia.pl

PROBLEMATYKA CZASU WOLNEGO W DOBIE COVID-19

Streszczenie. Czas wolny jest pojęciem filozoficznym, ma swoje znaczenie fizyczne, ale również jest kategorią kulturową. We współczesnym społeczeństwie jest on analizowany także, jako dobro konsumpcyjne. W marcu 2020 r. z powodu rozprzestrzeniania się wirusa Covid-19 przywódcy wielu państw podjęli radykalne działania, wydając nakazy pozostania w domu i pracy zdalnej. Zostały zamknięte szkoły, uczelnie i niektóre zakłady pracy. Reakcja władz na pandemię COVID-19 nałożyła bezprecedensowe ograniczenia na kontakty społeczne. Izolacja społeczna ukazała, że wiele osób nie potrafi zagospodarować sobie czasu wolnego.

Słowa kluczowe: czas wolny, pandemia Covid-19, lockdown, skutki izolacji społecznej.

Wprowadzenie. Czas wolny jest pojęciem filozoficznym, ma swoje znaczenie fizyczne, ale również jest kategorią kulturową. We współczesnym społeczeństwie jest on analizowany także, jako dobro konsumpcyjne. W tych kontekstach można wskazywać, że społeczności ludzkie różnią się sposobami podejścia do niego, jego wykorzystaniem, a także formami zagospodarowania [7, s. 7.] Czas wolny jest to to czas, który pozostaje człowiekowi do jego swobodnej dyspozycji po wykonaniu czynności związanej z zaspokojeniem potrzeb biologicznych i higienicznych (sen, jedzenie, toaleta) oraz czynności obowiązkowych (praca, nauka, obowiązki rodzinne). T. Gierat [4, s. 127–128] wymienia siedem funkcji czasu wolnego: funkcję regeneracyjną, kompensacyjną, suspensywną, kreatywną, kulturotwórczą, społeczną i humanistyczną. Współcześnie podkreśla się także ekonomiczną funkcję czasu wolnego, z którą wiąże się powstanie przemysłu rozrywkowego i sportowego, obliczonego z jednej strony na zaspokojenie potrzeb konsumentów, z drugiej strony – na jak najwyższą sprzedaż [za: 9, s. 395.]

Sposoby spędzania czasu wolnego stają się więc ważną kategorią opisu rzeczywistości

społecznej, modelu życia, kultury jednostki i grup społecznych. Przestają być indywidualną sprawą człowieka i jego wyborów, a są kwestią społeczną. Coraz częściej jednak mamy do czynienia z jego nadmiarem, który zaczyna dotyczyć nie tylko grupy zdefaworyzowane, ale także beneficjentów. W Unii Europejskiej pełnoetatowy pracownik pracuje już tylko średnio 37,1 godziny tygodniowo (praca główna). W 2019 r. najdłuższy czas pracy odnotowano w Rumunii (40,5 godziny tygodniowo) i Bułgarii (40,4 godziny tygodniowo), najkrótszy we Francji (35 godzin tygodniowo). W czasie wolnym możemy rozwijać się i kształtować osobowość, ale może być on dla nas czasem bezwartościowym, a nawet czynnikiem demoralizującym. W marcu 2020 r. z powodu rozprzestrzeniania się wirusa Covid-19 przywódcy wielu państw podjęli radykalne działania, wydając nakazy pozostania w domu i pracy zdalnej. Zostały zamknięte szkoły, uczelnie i niektóre zakłady pracy. Reakcja władz na pandemię COVID-19 nałożyła bezprecedensowe ograniczenia na kontakty społeczne. Izolacja społeczna ukazała, że wiele osób nie potrafi zagospodarować sobie czasu wolnego. Stale rosnąca liczba badań ukazuje, że głównymi skutkami przymusowej izolacji spowodowanej pandemią są:

- brak ruchu i szeroko rozumianego kontaktu z naturą;
- wzrost nadużywania substancji psychotropowych;
- depresja;
- uzależnienie od środków technologicznych.

Celem artykułu jest ukazanie skutków nieracjonalnego spędzania czasu wolnego w dobie pandemii Covid-19 i przymusowej izolacji. Artykuł opracowano w oparciu o metodę monograficzną wykorzystując publikacje w języku polskim, angielskim i francuskim.

Czas wolny a lockdown. Istnieje duża i stale rosnąca liczba dowodów wskazujących na znaczne korzyści dla zdrowia psychicznego i fizycznego

regularnych ćwiczeń i kontaktu ze środowiskiem naturalnym. Z powodu pandemii decyzją władz w wielu państwach zamknięto nie tylko skwery, ale również zabroniono wstępu do parków i lasów. Osoby, szczególnie mieszkające w dużych miastach (w budynkach wielorodzinnych) zostały pozbawione przestrzeni zewnętrznej i zmuszone do przebywania, niejednokrotnie w zatłoczonych pomieszczeniach. Brak dostępu do otwartej przestrzeni, konieczność przebywania całą dobę w mieszkaniu (sen, posiłki, praca) i związany z tym stres sprzyjały zachowaniom destrukcyjnym. W czasie pandemii COVID-19 nastąpił wzrost przemocy domowej, której czynnikiem ryzyka jest szkodliwe spożywanie alkoholu i zażywanie narkotyków. Wyniki badań wskazują, że w okresie izolacji zmniejszyło się zainteresowanie konsumentów narkotykami zwykle kojarzonymi z imprezami rekreacyjnymi (np. MDMA, kokaina) a zwiększyło narkotykami, które są bardziej związane z używaniem w pojedynkę lub w domu. Wyniki badań zwracają też uwagę, na zwiększenie w okresie lockdown'u eksperymentów z psychodelikami i lekami dysocjacyjnymi, w tym LSD, ketaminą i GHB. Niektóre kraje zgłosiły też wzrost używania cracku. Pojawiło się także coraz więcej doniesień o zafalszowaniu konopi indyjskich bardzo silnymi syntetycznymi kannabinoidami [2]. Podczas pandemii COVID 19 ludzie znacząco zmienili też nawyki związane z pićciem, przenosząc miejsca konsumpcji z barów i restauracji do domu. Patrząc na wstępne dane dotyczące wpływów podatkowych, w porównaniu z 2019 r. w 2020 r. sprzedaż alkoholu wzrosła o 3% do 5% w Niemczech, Wielkiej Brytanii szczególnie w e-sklepach i sklepach detalicznych. Na przykład w Stanach Zjednoczonych sprzedaż internetowa alkoholu wzrosła aż o 234%. Niektóre problemy związane ze szkodliwym spożywaniem alkoholu nasiliły się w wyniku lockdown'u, mimo że długofalowy wpływ COVID 19 na picie jest niepewny. Liczba telefonów alarmowych dotyczących przemocy domowej, której czynnikiem ryzyka jest szkodliwe spożywanie alkoholu, wzrosła w krajach UE o 60%. Pandemia zmieniła styl życia ludzi, w tym nawyki związane z pićciem. Szacuje się, że miliony uczniów i studentów przeszło na naukę online i edukację domową. Wpłynęło to na ich czas wolny, spędzany głównie przed komputerem. Wyniki badania przeprowadzonego w Australii, Austrii, Brazylii, Francji, Niemczech, Irlandii, Holandii, Nowej Zelandii, Szwajcarii, Wielkiej Brytanii i Stanach Zjednoczonych w okresie od maja do czerwca 2020 r. pokazują, że 36% osób zwiększyło spożycie alkoholu. Szkodliwe wzorce spożywania alkoholu, takie jak picie nieletnich, intensywne picie lub upijanie się, są bardzo rozpowszechnione w niektórych grupach populacji, a ograniczenia związane z COVID 19 nasiliły tę tendencję. W okresie izolacji kobiety, rodzice małych dzieci,

osoby w średnim wieku, osoby o wyższych dochodach oraz osoby z objawami depresyjnymi i lękowymi odnotowały największy wzrost spożycia alkoholu, m.in. w Australii, Belgii, Francji, Wielkiej Brytanii oraz Stanach Zjednoczonych [5; 10]. Patrząc w przyszłość, istnieje ryzyko, że COVID-19 spowoduje wzrost problemowego picia w perspektywie średnioterminowej. Zwiększone spożycie alkoholu jest powszechne po traumatycznych wydarzeniach, a nadmierne spożycie alkoholu może być odpowiedzią na wysoki poziom stresu. Niewątpliwie COVID-19 zaburzył egzystencję ludzi i społeczności na całym świecie, stwarzając warunki do długotrwałego cierpienia fizycznego i psychicznego, zwiększając ryzyko wysokiego poziomu spożycia alkoholu, nawet po zakończeniu kryzysu. Pandemia COVID-19 i wynikająca z niej recesja gospodarcza negatywnie wpłynęły też na zdrowie psychiczne wielu ludzi i stworzyły nowe bariery dla osób już cierpiących na choroby psychiczne i zaburzenia związane z używaniem substancji. Podczas pandemii około 4 na 10 osób dorosłych w Stanach Zjednoczonych zgłosiło objawy lęku lub zaburzeń depresyjnych, Stwierdzono również, że wiele osób dorosłych zgłasza konkretne negatywne skutki dla ich zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia, takie jak trudności ze snem (36%) lub jedzeniem (32%), wzrost spożycia alkoholu lub używania substancji (12%) oraz pogorszenie stanów przewlekłych (12%), z powodu niepokoju i stresu związanego z koronawirusem. W miarę jak pandemia się przedłuża, trwające i niezbędne środki w zakresie zdrowia publicznego narażają wiele osób na doświadczanie sytuacji związanych ze słabymi skutkami zdrowia psychicznego, takich jak izolacja i utrata pracy. Młodzi dorośli doświadczyli wielu konsekwencji związanych z pandemią, takich jak zamykanie uniwersytetów, które mogły przyczynić się do złego stanu zdrowia psychicznego. Analiza KFF z ankiety Household Pulse Survey wykazała, że w czasie pandemii większy niż przeciętny odsetek młodych dorosłych (w wieku 18-24 lat) zgłosił objawy lęku i/lub zaburzeń depresyjnych (56%). W porównaniu do wszystkich dorosłych, młodzież częściej zgłaszała używanie substancji psychoaktywnych (25% vs 13%) i myśli samobójczych (26% vs 11%) [8].

W wielu rodzinach (nie tylko ubogich finansowo) korzystanie ze środków masowego przekazu w czasie wolnym to podstawowa forma jego zagospodarowania. Odbiornik telewizyjny, czy komputer są włączone jest przez cały dzień. Przed monitorami telewizorów, komputerów i smartfonów czas wolny spędzają i dorośli i dzieci. Upowszechnienie się tych środków spowodowało, że awansowały one do roli domownika. Pediatrzy, twierdzą, że ważne jest, aby rodzice od najmłodszych lat monitorowali czas korzystania z mediów. Ważne jest, aby zrównoważyć czas spędzany przed ekranem z innymi zdrowymi

zachowaniami. Młodzież powyżej 15 r. życia powinna spędzać przed ekranem do dwóch godzin dziennie, z wyłączeniem zadań domowych. Jednak jak informuje The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) dzieci w wieku od 8 do 10 lat spędzają przed ekranem średnio sześć godzin dziennie, w wieku od 11 do 14 lat średnio dziewięć godzin dziennie, a młodzież w wieku od 15 do 18 lat średnio siedem i pół godziny dziennie [1]. Dzieci i młodzież spędzają więcej czasu z mediami i technologią niż z rodzicami, czy w szkole. Dosłownie żyją w świecie mediów i technologii 24/7. Większość z nich jest biernym konsumentem technologii: 39% nastolatków korzystających z komputerów, tabletów i smartfonów jest pasywnych, np. oglądają filmy; 26 procent korzysta z mediów społecznościowych; 25 procent jest interaktywnych, a 3 procent tworzy treści [3]. Badacze zwracają także uwagę, że nadmierne spędzanie czasu wolnego przed komputerem plus izolacja spowodowana pandemią sprzyja korzystaniu zarówno z aplikacji do czatów randkowych, jak i cyber-flirtowania, sextingu, czy seksu online. W czasach, kiedy osoby szczególnie samotne nie mogą uprawiać seksu w trybie offline «na strych», cybersex i sexting mogą pomóc w zaspokojeniu potrzeb intymnych. Seks online stanowi nie tylko jedno z rozwiązań problemu braku partnera, ale wpisuje się w obecne wytyczne zdrowotne. Np. Departament Zdrowia w Nowym Jorku głosi: «Ty jesteś dla siebie najbezpieczniejszym partnerem seksualnym», «Następnym najbezpieczniejszym partnerem jest osoba, z którą mieszkasz». Ale seks przed kamerą, czy udostępnianie zdjęć lub filmów erotycznych niesie ze sobą ryzyko niechcianego ich ujawnienia poprzez rozpowszechnianie bez zgody, tzw. «zemsta pornografii». Wraz ze wzrostem dostępu do stron internetowych o charakterze jednoznacznie seksualnym rosną obawy także o łatwy dostęp do materiałów dla dorosłych przez osoby niepełnoletnie, jak i brak kontroli w tej kwestii.

Podsumowanie. Czas wolny, jako nieodłączny element życia, towarzyszył ludziom już w czasach prehistorycznych, towarzyszy nam, żyjącym w XXI wieku i towarzyszyć będzie ludziom przyszłości, choć prawdopodobnie w innym wymiarze i formach. Czas wolny ludzi, jest jednym z podstawowych problemów społecznych, gdyż jego odpowiednie zorganizowanie i wykorzystanie służy rozwojowi osobowości oraz podnoszeniu kultury całego społeczeństwa. Stwarza warunki dla rozwoju własnych zainteresowań i uzdolnień. Dobrze zorganizowany czas wolny, może stanowić źródło możliwości wychodzenia naprzeciw potrzebom rozwojowym jednostki – dostarcza przeżyć i doświadczeń, doskonali wiedzę. Czas wolny jest inny dla poszczególnych kategorii wiekowych. Różni się długością oraz pod względem form czy

miejsce spędzania. Przez młodych ludzi wykorzystywany jest zazwyczaj na wypoczynek, rozrywkę oraz realizację własnych zainteresowań. Wykształcenie, płeć, środowisko lokalne, sytuacja ekonomiczna rodzin oraz ich zaangażowanie w wypełnianie poszczególnych funkcji rodzinnych to podstawowe czynniki różnicujące sposób spędzania czasu wolnego. Za charakterystyczną cechą współczesnego świata można uznać stałe rozszerzanie się tej sfery aktywności człowieka, którą określa się czasem wolnym. Liczba godzin i dni wypełnionych zajęciami dowolnymi i pozaobowiązkowymi ciągle wzrasta. Wzrasta również zapotrzebowanie społeczeństwa na czas wolny, jego formy oraz metody racjonalnego wykorzystania. Życie w dzisiejszych czasach – nowe technologie, metody pracy i jej intensywność – narażają ludzi na pośpiech, znużenie, zmęczenie czy wyczerpanie. Zapobiec temu może dobrze zorganizowany czas wolny. Jego brak lub nieodpowiednie wykorzystanie może mieć zły wpływ na zdrowie psychiczne i fizyczne człowieka, stosunki i relacje międzyludzkie a także zadowolenie z życia i samego siebie [6, s. 37–38]. Ludzie coraz łatwiej rezygnują z uczestnictwa w życiu kulturalnym, gdyż media zaspokajają im potrzeby odpoczynku, rozrywki, czy autokreacji. To od rodziców głównie zależy, czy czas wolny dziecka będzie poświęcony wypoczynkowi, rozrywce, rozwojowi osobowości, czy stanie się czasem pustym, bezwartościowym, ale... dorośli większość czasu także poświęcają na korzystanie z mediów. A dzieci modelują takie zachowanie. Ważne jest więc uczenie nie tylko dzieci, ale i rodziców racjonalnego spędzania czasu wolnego. Jest to zadanie także dla studentów i nauczycieli szkół wyższych.

LIST OF SOURCES

1. Alton, I. L., *Screen Time for Kids; How Much is Too Much?* 2020 <https://newsroom.osfhealthcare.org/screen-time-for-kids-how-much-is-too-much/> [data wejścia na stronę 11.11. 2021].
2. *EMCDDA releases third trendspotter study on COVID-19 and drugs* https://www.emcdda.europa.eu/news/2021/emcdda-releases-third-trendspotter-study-on-covid-19-and-drugs_en [data wejścia na stronę 11.11. 2021].
3. Fox M., Edwards E., *Teens Spend 'Astounding' Nine Hours a Day in Front of Screens: Researchers* 2015, <https://www.wvea.org/content/teens-spend-astounding-nine-hours-day-front-screens-researchers> [data wejścia na stronę 11.11. 2021].
4. Gierat, T., *Spoleczne i pedagogiczne uwarunkowania czasu wolnego*, w: *Opieka i wychowanie w Polsce – problemy u progu XXI wieku*, red. Z. Brańka, TEXT, Kraków 1999.
5. Gisle, L. et al., *Deuxième Enquête de Santé COVID-19: Résultats préliminaires*, Sciensano, Bruksela, 2020 <https://www.sciensano.be/en/biblio/deuxieme-enquete-de-sante-covid-19-resultats-preliminaires> [data wejścia na stronę 12.11. 2021].
6. Iwaniec I., *Czas wolny młodzieży licealnej*. W:

Formy spędzania czasu wolnego, red. M. Banach, T. W. Gierat, Wydawnictwo «scriptum» Kraków 2013.

7. Muszyński W., *Syndrom braku czasu we współczesnym społeczeństwie*, w: *Nowy wspaniały świat? Moda, konsumpcja i rozrywka, jako nowe style życia* p. red. W. Muszyńskiego, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2009.

8. Panchal N., Kamal R., Follow C. C., Garfield R., *The Implications of COVID-19 for Mental Health and Substance Use*, 2021 <https://www.kff.org/coronavirus-covid-19/issue-brief/the-implications-of-covid-19-for-mental-health-and-substance-use/> [data wejścia na stronę 10.11. 2021].

9. Parol R., *Modele czasu wolnego i ich znaczenie w kształtowaniu prozdrowotnego stylu życia w ujęciu pedagogiki resocjalizacyjnej*, w: *Male tęsknoty? Style życia w czasie wolnym we współczesnym społeczeństwie* p. red. W. Muszyńskiego, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2009.

10. Pollard, M., Tucker J., Green H. «Changes in adult alcohol use and consequences during the COVID-

19 pandemic in the US», *JAMA Network Open*, Vol. 3/9, 2020, p. e2022942, <http://dx.doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.22942>.

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

КЕМПІНЬСКА Уршуля – доктор наук, директор Інституту педагогіки, Куявська вища школа у Влоцлавку (Польща).

Наукові інтереси: дозволя, пандемія Covid-19, карантин, наслідки соціальної ізоляції.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

KEMPIŃSKA Urszula – dr, Director of the Institute of Pedagogy, Cuiavian University in Włocławek (Poland).

Circle of scientific interests: czas wolny, pandemia Covid-19, lockdown, skutki izolacji społecznej.

Стаття надійшла до редакції 21.11.2021р.

УДК 373.3.091.313:811.111

DOI: 10.36550/2415-7988-2022-1-200-21-25

КОТЕЛЯНЕЦЬ Юлія Сергіївна –

доктор педагогічних наук, доцент, доцент кафедри методик дошкільної та початкової освіти Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка
ORCID:<https://orcid.org/0000-0003-3932-1824>
e-mail: youliana15us@gmail.com

НІКІТІНА Олена Олександрівна –

кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри методик дошкільної та початкової освіти Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка
ORCID:<https://orcid.org/0000-0003-1045-5300>
e-mail: hele-nikitin@ukr.net

ФОРМУВАННЯ ІНШОМОВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ТРВЗ-ПЕДАГОГІКИ

Постановка та обґрунтування актуальності проблеми. Невпинне реформування системи освіти, вивчення європейського досвіду з покращення якості освіти та запровадження різноманітних підходів та освітніх технологій в практику роботи українських шкіл, все частіше акцентує увагу педагогів на соціальній мобільності, толерантності та комунікативній компетентності, як основних характеристиках зростаючої особистості. Відповідно до нових освітніх стандартів, проблеми та завдання формування іншомовної компетентності здобувачів освіти набувають особливого значення, оскільки комунікативна компетентність визначається як інтегративна, орієнтована на досягнення практичного результату здатність до оволодіння іноземною, у пріоритеті англійською мовою. Своєю чергою це змінює підходи в системі загальної середньої освіти, що першочергово реалізується у початковій школі. Саме тому, формування іншомовної компетентності

молодших школярів набуває все більшої актуальності.

Іноземна мова складає основу успішного становлення майбутнього фахівця в усіх без винятку галузях діяльності. Початковий етап вивчення іноземної мови має пріоритетне значення, оскільки в цей період закладається основа навичок комунікації: здатність дитини до мовленнєвого наслідування та мимовільного оволодіння мовою.

У Державному стандарті початкової освіти наскрізні вміння визначено спільними для всіх компетентностей. Для нашого дослідження особливий інтерес представляють критичне та системне мислення, здатність логічно обґрунтовувати позицію, творчість, ініціативність, вміння конструктивно керувати емоціями, оцінювати ризики, приймати рішення, розв'язувати проблеми. Набування компетентностей молодшими школярами відбувається через навчання, яке здійснюється на засадах діяльнісного, інтегрованого підходах та проєктного навчання, оволодіння