

VALORIFICAREA TIMPULUI LIBER AL COPIILOR ȘI ADOLESCENȚILOR ÎN PERIOADA DE VACANȚĂ

Veronica CLICHICI,
doctor în științe pedagogice, lector universitar,
Univeritatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, R. Moldova
veronicaclichici@yahoo.com
ORCI iD 0000-0002-5047-7080

Rezumat: *Acest articol științific analizează în mod descriptiv necesitatea de a asigura condițiile de petrecere a timpului liber al copiilor și adolescenților în timpul vacanțelor. Sunt identificate nevoile, beneficiile, activitățile de agrement ale copiilor și adolescenților.*

Cuvinte-cheie: *timp liber, copii, adolescenți, vacanțe, valoare, recreere, nevoi, management.*

Abstract: *This scientific article descriptively analyzes the need to ensure the conditions for spending free time of children and adolescents during the holidays. The conceptual approach to free time as an indispensable value for children and adolescents during the holidays. The needs, benefits, leisure activities of children and adolescents are identified.*

Keywords: *free time, children, teenagers, vacations, value, recreation, needs, management.*

În prezenta cercetare se analizează descriptiv necesitatea asigurării condițiilor de petrecere a timpului liber ale copiilor și adolescenților în perioada de vacanță. Vacanțele sunt momentele perfecte în care copiii și adolescenții își pot îmbunătăți deprinderile care duc la succesul școlar.

Timpul liber reprezintă un spațiu pentru *recreere*, afirmă A. Mendo, citat de E. C. Osorio, ce contribuie la perfecționarea intelectuală și spirituală a ființelor umane, acesta fiind o cerere a societății, iar statul asigură acest timp și resurse pentru îmbunătățirea condițiilor de consum și de petrecere a timpului liber [apud 2, p.30]. De aceea, un sfârșit frumos de timp școlar reprezintă perioadele de vacanțe care sunt pentru toți copiii și adolescenții un prilej de nemărginită bucurie și entuziasm. În acest sens, pe parcursul anilor de studii toți elevii beneficiază de vacanțe, conform Curriculumului Național [1, p.2], după cum urmează:

- *vacanța de toamnă (5 zile);*
- *vacanța intersemestrială (de iarnă) (16 zile);*
- *vacanța de primăvară (4-5 zile);*
- *vacanța de Paști (10 zile).*
- *vacanța de vară (92 zile).*

Dreptul copiilor și adolescenților de a petrece timpul liber este atestat în mod explicit în articolul 31 din „Convenția cu privire la drepturile Copilului” (1989). Timpul liber este înțeles ca un timp de creștere personală, creație, recreere și participare în societate [8]. Abordarea acestei probleme ca o dimensiune de bunăstare în dezvoltarea copiilor și adolescenților, necesită explorarea diverselor activități după interesele și nevoile personale.

Conexiunea dintre educație și timp liber, după J. Kelly, este o complementaritate: educația asigură oportunități de socializare în timpul liber, experiențe de gestionare a timpului liber și vizează dezvoltarea persoanei pe tot parcursul vieții. Totodată, educația poate fi privită în continuare ca o formă de îmbunătățire a calității vieții în timpul liber [apud 4, p.31].

Valoarea timpului liber este o resursă importantă a vieții fiecărei persoane, la orice vârstă. Pentru copii, adolescenți timpul liber poate fi o oportunitate în alegerea activităților pozitive și de dezvoltare a deprinderilor de viață sau, în lipsa unei educații speciale, poate conduce la plictiseală și experiențe negative. Subliniem că cercetătorul C. U. Taller a constatat aproximativ 40% din timpul unui elev adolescent poate fi etichetat ca discreționar sau nesupravegheat, iar acest timp neocupat al adolescenților are influență asupra dezvoltării atitudinii și alegerii de prieteni și poate contribui la producerea unor comportamente negative sau uneori antisociale [apud 4, p. 31].

J. Calloway a evidențiat necesitatea activității în timpul liber care permite elevului adolescent o gândire adecvată asupra gestionării vieții lui [apud 4, p.31], în același timp, alt cercetător, Hemingway, și-a exprimat îngrijorarea pentru petrecerea timpului liber, care devine din ce în ce mai instrumentalizată din punct de vedere tehnic prin caracterul de consum al societății moderne, prin urmare, timpul oferit este mult mai mult consumat ca un produs, decât ca un proces independent și voluntar, pentru a se obține anumite rezultate. Așadar, societatea de consum ne obligă să acționăm mai mult decât să gândim sau să simțim în timpul nostru liber. În acest sens, vom evidenția în continuare câteva idei conceptuale privind acțiunea pedagogică a educației pentru timpul liber, aceasta fiind tratată ca un mijloc educațional în condițiile de tranziție modernizată la postmodernitatea societății.

Totuși, perioadele de vacanțe poate să le afecteze într-o oarecare măsură dezvoltarea copiilor și adolescenților. Important este pentru părinți, agenți educaționali, comunitate etc. să ia în considerație nevoile fundamentale de dezvoltare ale copiilor și adolescenților, cele care necesită a fi îndeplinite pentru ca aceștia să prospere. După A. Maslow, care a identificat un set de nevoi umane

fundamentale: fiziologice (de exemplu, pentru a satisface foamea), urmate de siguranță și apoi de iubire/apartență. Fiecare set de nevoi este condiționat de satisfacerea celor dinaintea lui, iar motivația de a satisface aceste nevoi ajută la modelarea comportamentului uman. Dacă nevoile de bază, cum ar fi cele fiziologice, nu sunt satisfăcute, o persoană nu se poate concentra pe nevoi de nivel superior, cum ar fi auto-actualizarea. Odată ce fiecare set de nevoi este satisfăcut, „apar alte nevoi (și mai complexe)” [7].

Cercetătorul G. Torkildsen, unul din autorii care, în opinia noastră, a examinat și identificat cele mai importante *nevoi ale timpului liber* pentru formarea personalității, conform teoriei ierarhiei nevoilor umane a lui A. Maslow și teoriilor inteligențelor multiple, pe care le-a clasificat în felul următor [apud 4, p. 27]:

- *nevoia de noi experiențe*: astfel ca aventura, relaxarea și fantezia; de recunoaștere și identitate;
- *nevoia de securitate*: liber fiind de a-ți fi sete, foame, durere;
- *nevoia de dominare*: pentru a direcționa pe alții sau a controla mediul;
- *nevoia de răspundere și interacțiune socială*: nevoia să relatezi și să reacționezi cu alte personalități;
- *nevoia de activitate mentală*: de a percepe și de a înțelege/ de a conștientiza;
- *nevoia de creativitate*;
- *nevoia de serviciu interpersonal*: de a fi nevoit;
- *nevoia de activitate fizică*: a te menține în formă, sănătos etc.

Managementul timpului liber nu poate fi abordat fără raportarea la un sistem axiologic. Or, categoria de timp liber, chiar și în perioada de vacanțe sau zile de odihnă, nu poate fi stabilită fără referință la lumea valorilor și la semnificația lor. Potrivit cercetătorilor Consiliului Național de Cercetare a Institutului de Medicină din Washington „expunerea la experiențe pozitive, la medii și la oameni, precum și oportunitățile de a dobândi și de a perfecționa deprinderi de viață, îi sprijină pe tineri în dobândirea și creșterea valorilor (lor)” [7]

C. Cucoș precizează despre timpul liber este timpul autonomiei individuale [5, p.78]. Beneficiile activităților realizate în timpul liber contribuie în viața persoanei prin trei funcții majore:

- a) *regenerarea*, refacerea forțelor fizice și spirituale epuizate în timpul îndeplinirii obligațiilor școlare, familiale, profesionale și sociale;
- b) compensarea, exercitarea capacităților insuficient solicitate în timpul activității școlare, profesionale;
- c) *dezvoltarea*, o funcție ideatică care are rolul de a da persoanei o anumită orientare în domeniul ideilor

Efectiv perioada zilelor de vacanță [1] necesită a fi planificate cu diverse acțiuni pozitive care să-i ajute pe copii și adolescenți cum să-și valorifice rațional

timpul liber. Alegerea optimă a diverselor acțiuni semnificative în timpul vacanțelor de către copii și adolescenți, indică gradul de interes în conformitate cu dezvoltarea lor personală. Pe lângă activitățile casnice sau alte preferințe (precum timpul consumat cu aplicații/jocuri digitale sau comunicări online pe „facebook”, tiktok, instagram, viber etc.”), divertismentul petrecerii timpului liber din perioada de vacanțe, considerăm a fi optimă prin următoarele acțiuni de recreere:

- Hobby;
- Activități la liberă alegere oferite de școală / centre educative;
- Petrecerea timpului liber cu familia în perioada de concediu sau zile de odihnă;
- Acțiuni artistice, estetice, de creație în studiouri specializate;
- Distracția, animația și parcurile acvatice;
- Sport pentru copii și adolescenți;
- Lectura de vacanță;
- Filme educative;
- Jocuri, plimbări, odihna în aer liber;
- Comunicarea eficientă, socializare media;
- Activități de dezvoltarea creativității, comunicării și înțelegerii emoționale;
- Excursie (la mare, la munte, etc.)
- Turism, călătorii, deplasări în țară / peste hotare;
- Tabara de vară;
- Vizite la muzee, mănăstiri, locuri pitorești etc.

În funcție de diferite tipuri de opțiuni (de exemplu, acasă versus tabere de vară) pentru copiii și adolescenți de diferite vârste, structura adecvată a organizării timpului liber prin diverse programe de divertisment care va fi diferit, pentru elevii de vârstă școlară mică este nevoie de o mai mare supraveghere din partea adulților decât pentru elevii de vârstă adolescentină. O formă de timp activizat în perioada de vacanțe este *jocul*, care adesea este nestructurat, *liber*, dar este esențial pentru dezvoltarea copiilor și adolescenților ce influențează luarea deciziilor, abilitățile sociale și creativitatea [Ginsburg, apud 7]. Jocul este un instrument fundamental pentru copiii de vârstă școlară mică, atât pentru a-i implica în învățarea academică, cât și pentru a stimula creșterea sentimentului de competență pentru o varietate de domenii de dezvoltare [Ginsburg; Milteer și colab., apud 7]. De asemenea, jocul promovează dezvoltarea integrală a domeniilor cognitiv, social-emoțional și fizic, iar atunci când sunt implicați și părinții sau alți adulți, jocul promovează, de asemenea, dezvoltarea unor relații de susținere, încredere [Yogman et al., apud 7].

Timpul liber în perioada de vacanțe ale elevilor oferă o varietate de roluri în sprijinirea dezvoltării sănătoase pentru vârstele copilăriei și adolescenței. În primul rând, acesta oferă copiilor un cadru pentru a experimenta relații sociale

de sprijin atât cu adulții, cât și cu semenii, relații care favorizează dezvoltarea emoțională, comportamentală și cognitivă. În al doilea rând, astfel de activități oferă o oportunitate de joacă atât structurată, cât și nestructurată, precum și alegerea copilului în alte opțiuni axiologice.

Una din indispensabilele recomandări pedagogice pentru cadre manageriale / didactice, părinți este de a-i orienta pe copii și adolescenți spre valorile care-l preocupă și-i produc plăceri utile, ocupații interesante. Zilele libere și vacanțele lăsate la voia întâmplării îi pot duce în cel mai bun caz la plictiseală, în cel mai rău la hoinăreală fără sens și preocupări dăunătoare, cum ar fi jocurile de noroc, vagabondajului etc. Sportul, excursiile și drumețiile în grupuri oferind garanții de seriozitate, mișcare în aer liber în general sunt mijloace de călire a organismului și de învățare a vieții în comun, susțin cercetătorii E. Truța și S. Mardar [apud 4, p. 75]. Astfel, cunoașterea/înțelegerea și însușirea valorii de timp liber este necesară pentru cultura generală a elevului, iar la nivel de formare a atitudinilor și de stăpânire a acestei valori pe tot parcursul vieții reprezintă un demers complex și de durată în procesul educațional. În acest scop, „fiecare elev va conștientiza un referențial axiologic individualizat, care va fi permanent resemnificat și dezafectat” [3, p. 23].

Conștientizarea *valorii de timp liber* vizează utilizarea rațională a timpului liber, iar aceasta are un efect tonic, atât asupra organismului, cât și asupra dezvoltării personalității copiilor și adolescenților, dar, mai ales, contribuie la menținerea „prospețimii fizice a omului”, prospețime diminuată de stresul informațional și transformabil al vieții. Activitățile și preocupările din timpul liber, dozate rațional, contribuie la îmbogățirea sistematică a vieții spirituale, prin ridicarea neîncetată a gradului de cunoștințe, lărgirea orizontului cultural, dezvoltarea tuturor aptitudinilor și talentelor de care dispune fiecare persoană, stimularea capacităților sale creatoare [2, p. 10].

În concluzie, managementul activităților în perioada de vacanțe contribuie eficient dacă se pune accent pe un referențial de valori în petrecerea timpului liber al copiilor și adolescenților. Astfel de activități cu sens *umple timpul altfel* cu cel nesupravegheat care prin urmare, copiii și adolescenții ar fi expuși unui risc mai mare de delincvență. Planificarea și organizarea programelor de dezvoltare a copiilor și adolescenților, inclusiv pe perioada estivală – vacanța de vară este „vacanța cu cele mai multe zile de odihnă”, ce pot avea atât efecte de promovare, cât și de prevenire pentru copii și adolescenți [6]. De aceea, supravegherea adecvată din partea părinților, agenților educaționali din comunitate este o condiție cheie pentru a asigura protecția copiilor și a adolescenților [Persson, apud 7]. Totuși, responsabilitatea adulților este asumată în mare măsură în aceste perioade frumoase de vacanță din viața fiecărui copil și adolescent, prin care recunoaștem celebra afirmație a lui Goethe „lucrul cel mai dificil pentru om este să-și organizeze timpul liber”.

Referințe bibliografice:

1. Curriculum Național. Planul-cadru pentru învățământul primar, gimnazial și liceal anul de studii 2022-2023. MECC, Chișinău: 2022. https://mecc.gov.md/sites/default/files/ordin_mec_nr_123_din_28.02.2022_plan-cadru_2022-2023.pdf
2. Balint Gh. *Activități sportiv-recreative și de timp liber: paintball, mountain bike, și escaladă*. Iași: PIM. 2007.
3. Callo T. Modernizarea axiologică a pedagogiei kantiene. Întoarcere în viitor. În: *Univers Pedagogic*, 2010, nr. 2, p. 18-24.
4. Clichici V. Educația pentru timpul liber din perspectivă axiologică: Conceptualizare. *Modelizare. Implementare: (Monografie) /coord. șt.: M. Hadîrcă: IȘE – Chișinău: Lyceum (F.E.P. “Tipografia Centrală”)*, 2018.
5. Cucoș C. *Timp și temporalitate în educație. Elemente pentru un management al timpului școlar*. Iași: Polirom, 2002.
6. Pocock K. *Summer Activities for Teens: 5 Ideas for Families*. In: <https://yourteenmag.com/stuff-we-love/teenager-summer/summer-activities-for-teens>
7. *Shaping Summertime Experiences: Opportunities to Promote Healthy Development and Well-Being for Children and Youth*. In: National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine; Division of Behavioral and Social Sciences and Education; Board on Children, Youth, and Families; Committee on Summertime Experiences and Child and Adolescent Education, Health, and Safety; Hutton R, Sepúlveda MJ, editors. Washington (DC): National Academies Press (US); 2019 Sep 26. (vizualizat: 10.06.2022) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK552668/>
8. *The right to free time in childhood and adolescence*. In: „Challenges” Newsletter on childhood and adolescence, Nr. 19, August 2016 https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40760/1/S1601046_en.pdf