

szkolnych lub działających w środowisku, organizowane są przeważnie zajęcia grupowe. Dzieci zwykle mają do dyspozycji wiele możliwości spędzania czasu wolnego, mogą się bawić, brać udział w zajęciach rekreacyjnych/sportowych, na boisku, w ogrodzie, w kinie, w teatrze, w świetlicy lub korzystać z komputera czy bogatej zwykle oferty zajęć pozalekcyjnych i pozaszkolnych [Denek 2006: 9–10].

Czas wolny dzieci i młodzieży w znacznie większym stopniu podlega kontroli (opiece) lub ingerencji ze strony osób dorosłych. Osoby dorosłe, które rozumieją istotę i funkcje czasu wolnego w rozwoju dzieci, powinny przestrzegać dopuszczalnej granicy ingerowania. Zajęcia wykonywane przez dziecko w czasie wolnym mogą być realizowane i planowane samodzielnie, ale mogą być również zaproponowane i zorganizowane przez instytucje, takie jak: szkoła, kluby sportowe, świetlice czy stowarzyszenia. Dostarczanie zróżnicowanych propozycji wypełniania czasu wolnego powinno mieć na względzie potrzeby ucznia, a nie preferencje terapeutów, pedagogów lub rodziców. W każdej z tych sytuacji duże znaczenie ma umiejętność dokonywania samodzielnych, wartościowych wyborów, co stanowi m.in. przygotowanie do planowania i spędzania czasu wolnego jako osoba dorosła. Zaniedbanie wychowania w tym zakresie i nieprzekazanie odpowiednich wzorców może mieć wpływ na styl życia i rozwój fizyczny oraz intelektualny osoby (Raczkowska 2000: 18).

Wypracowanie indywidualnego (własnego) stylu życia wymaga świadomego ukierunkowania własnej aktywności fizycznej, intelektualnej i społecznej oraz utrwalania wybranych (własnych) sposobów wykorzystania funkcji czasu wolnego, tj. odpoczynku, zabawy, zajęć rozwijających oraz ich znaczenia kulturowego i integrującego [Pięta 2008: 247]. Wypracowanie i utrwalenie indywidualnych sposobów spożytkowania czasu wolnego wymaga często intencjonalnych oddziaływań mających na celu wychowanie do spędzania czasu wolnego. Oznacza to konieczność uświadomienia i rozpoznania potrzeb oraz opracowania strategii postępowania w dążeniu do przygotowania osoby do odpowiedniego wykorzystania czasu wolnego [Pięta 2008: 184].

Zastanów się

W jaki sposób organizować zajęcia osobom przebywającym w określonej instytucji i respektować przy tym ich swobodę wyboru?

9.3. Czas wolny osób z niepełnosprawnością intelektualną

Czas wolny pełni w życiu człowieka ważne, powiązane ze sobą i wzajemnie przenikające się funkcje. W procesie rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną

nie stanowi on najczęściej odrębnego obszaru aktywności, lecz jest istotnym elementem w całokształcie oddziaływań terapeutycznych – przestrzenią, która umożliwia wszechstronny rozwój człowieka.

Odpowiednio spożytkowany czas wolny może w życiu dzieci i młodzieży pełnić następujące funkcje:

- **edukacyjną** – umożliwia poszerzanie wiedzy w sposób niewymuszony (np. o otaczającym świecie i zjawiskach) oraz zaspokajanie potrzeby nowych doświadczeń;
- **wychowawczą** – pozwala na przyswajanie norm postępowania, kształtowanie stylu bycia i zachowań społecznych;
- **integracyjną** – pomaga w budowaniu i wzmacnianiu więzi rodzinnych, towarzyskich, zaspokaja potrzeby uznania, przynależności;
- **rekreacyjną** – wspomaga odnowę sił psychofizycznych organizmu, wypoczynek i zmniejszanie odczuwanego zmęczenia;
- **kompensacyjną** – w stosunku do zajęć związanych z pracą lub nauką [Wnuk-Lipiński 1972: 10].

Uczestnictwo osób z niepełnosprawnością intelektualną w różnych formach spędzania czasu wolnego i wypoczynku jest ograniczone. **Osoby z głębszą niepełnosprawnością intelektualną są częściej uzależnione od pomocy innych osób niż osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, które prezentują wyższy stopień przystosowania i funkcjonowania w różnych obszarach, co za tym idzie – posiadają również umiejętność racjonalnego wykorzystania czasu wolnego** [Bernacka 2016: 198].

Osoby z niepełnosprawnością intelektualną przeznaczają dużo czasu nie tylko na naukę lub pracę czy wypełnianie obowiązków domowych, lecz także na rehabilitację oraz inne zajęcia o charakterze terapeutycznym. Czas poświęcony na terapię oraz zajęcia z tym związane zmniejszają ilość czasu wolnego, który można by wykorzystać na rozwijanie własnych zainteresowań lub spotkania towarzyskie. Często również czas wolny osób z niepełnosprawnością intelektualną służy do osiągnięcia efektów terapeutycznych (rozwijanie kompetencji społecznych, motywacji, umiejętności wyboru, zwiększania uczestnictwa, rozwijania lub podtrzymywania sprawności czy umiejętności potrzebnej do innych zajęć) – celem tak spędzanego „czasu wolnego” stają się konkretne cele terapeutyczne, a nie przyjemność lub samodoskonalenie [Locke 2009: 136].

Zastanów się

Kiedy udział dziecka z zespołem Downa w zorganizowanych zajęciach na basenie można uznać za atrakcyjną formę spędzania czasu wolnego?