

Original Article

Ways of Spending Leisure Time For Students

Butnariu Mihaela^{1*}

¹University of Pitesti, Târgul din Vale Street No.1, Pitesti, 110040, Romania

DOI: 10.29081/gsjesh.2020.21.2s.03

Key words: *activities, students, leisure time*

Abstract

There are many situations where a part of the spare time is lost, either because some people do not establish a realistic program, whether they do not comply with this program by postponing the planned actions for various reasons. It is extremely important for students that their leisure time be organized in order to include certain accessible forms of outdoor recreation, being known the beneficial effects of practicing exercise, sport and tourism on the physical, intellectual, emotional and social health. Education is a core component in shaping the skills of judicious use of leisure time among young people, contributing to the evolution of their lives. In order to have only positive effects, the leisure sure time must be spent in a useful and enjoyable way. There are several factors that can influence how young people spend their free time, namely: family, colleagues, friends, financial resources, media, the internet.

1. Introduction

Leisure time is considered to be the time that each person benefits from after fulfilling the school, family, professional or social obligations.

„Leisure time used for recreation, fun, represents the time used for pleasure, a passion, a hobby (sport, reading, watching a movie, painting a picture, sewing a goblin, fishing, etc.)” (Rață, 2007, p.18).

“In the international context, leisure time education is developed and promoted as one of the “new educations” that is targeted at the European Council for Education, UNESCO and other international structures, which establish the priorities and value orientations in the elaboration of school documents: curriculum, manuals and methodological guides, etc., necessary for the formation and development of the personality throughout the whole life, through the experiential learning and the rational management of the free time”(Clichici, 2018, p.12).

Each person must efficiently organize their leisure time in order to participate

* E-mail: bmihaela2108@yahoo.com, tel.0744681832

with pleasure, depending on their interests and abilities, in activities in different fields (social, artistic, cultural, sports, etc.).

„The period of free time grows in a society with an economic-social balance, and the beneficiaries of this time must know how to organize it” (Năstase, 2004, p.11).

„Leisure time is the period of time remained after work and is composed of constrained time (sleeping time, personal time and household activities, different social tasks) and recreation” (Durbăcea-Bolovan, 2009, p.7).

„Time, which once seemed sufficient and elastic, became an ephemeral and deficient resource, and our perception of its value changed dramatically” (Mackenzie, 2001, p.20).

The leisure time available to students can be divided as follows:

- daily free time;
- free time at the weekend;
- vacation free time.

"To be" healthy ", to enjoy the small daily satisfactions, to enjoy life in general until an age as older as possible, should not remain a simple wish, given the health, the wellness, individual capacity for effort, etc., are not only gifts we receive at birth but also individual purchases that are preserved through sustained, continuous and rhythmic efforts, within well-defined limits (of effort) and in relation with the purpose pursued and with the individual particularities (Lucaciu, 2013, p.5).

„The significance of leisure time has been noticed by people since ancient times although, for a long time, due to the concrete-historical conditions only few people enjoyed their free time” (Oprescu, 1981, p.17).

Rață quoted by Balint, (2007, p. 9), emphasizes that “in our age, leisure time has become a social, pedagogical and cultural problem, which concerns, to the same extent, society and the individual. It concerns society, as its progress and humanity's progress depend on the health, intelligence and creative power of its members. It concerns the individual, because his physical, mental and moral development is influenced by the free time he has and the use that man gives him. Currently, leisure time, "little for some, much for others and non-existent for some people", is really becoming a unit of measurement of social and personal wealth, it is an efficient means of harmonious personality development”.

2. Material and methods

The purpose of this paper is to identify the students' leisure time budget and the concrete ways to spend it.

Subjects: 80 students of the University of Pitești.

Methods: specialized literature analysis, questionnaire survey, graphical and table method.

The research consisted of developing a questionnaire of seven questions. The questionnaire was distributed to 80 students (40 girls and 40 boys).

3. Results and Discussions

The results obtained from analyzing the data collected from the questionnaires are presented in tables 1 and 2.

Table 1 Interpretation of the results at questions 1-6

Nr.	Question	Possible choices of answer	Answers		
			Male Students	Female Students	Total
1.	How much free time do you have per week?	a.Under 5 hours	2	4	6
		b.Between 5 and 10 hours	5	13	18
		c. Between 10 and 15 hours	18	8	26
		d.Between 15 and 20 hours	10	8	18
		e.Over 20 hours	5	7	12
2.	Do you consider your free time is sufficient?	a.Yes	29	22	51
		b.No	11	18	29
3.	With whom you usually spend your free time?	a.Alone	1	3	4
		b.With family	6	16	22
		c.With husband/wife	1	1	2
		d.With friends	32	20	52
4.	What activities do you prefer to do during your free time in a week? (Multiple choice question)	a. Cultural activities (theater, cinema, concerts)	2	6	8
		b.Watch TV	15	12	27
		c.Travels	8	13	21
		d. Using the computer, tablet, phone	22	19	41
		e.Going out with friends	29	25	54
		f.Household activities	-	3	3
		g.Shopping	3	11	14
		h.Reading	3	8	11
		i. Accessing social networks	16	12	28
		j.Walking in nature	10	15	25
		k.Religious activities	-	1	1
l.Sport activities	15	9	24		
m.Other.....	-	-	-		
5.	How do you usually spend your vacation?	a.Standing at home	10	13	23
		b.Traveling through the country	8	12	20
		c. Traveling abroad	5	4	9
		d.At the mountains	9	4	13
		e.At the seaside	8	7	15
6.	During your free time in a week do you use to do sports?	a.Frequent	18	10	28
		b.Rarely	17	28	45
		c.Never	5	2	7

At the first question of the questionnaire (figure 1), 2 male students have less than 5 hours of free time per week, while 18 students (45%) benefit from 10-15

hours of free time. Regarding the female students, we found that 4 of them have less than 5 hours of free time, and 13 (32.5%) have between 5 and 10 hours of free time.

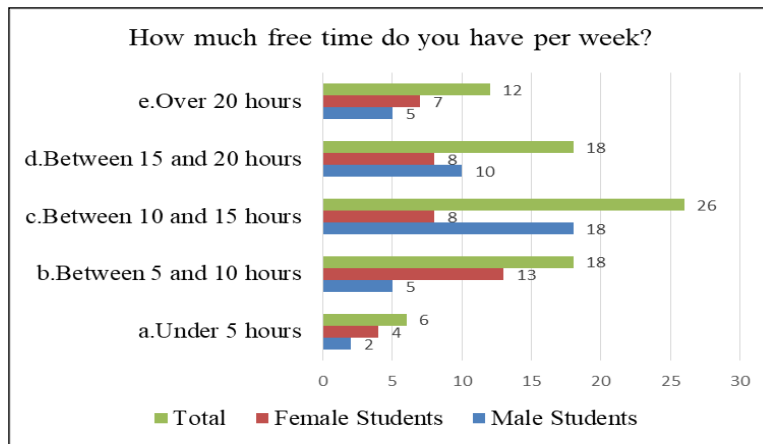


Figure 1. Graphic representation of the answers to question 1

At the second question of the questionnaire (figure 2), 29 male students (72.5%) and 22 female students (55%) consider that their free time is sufficient.

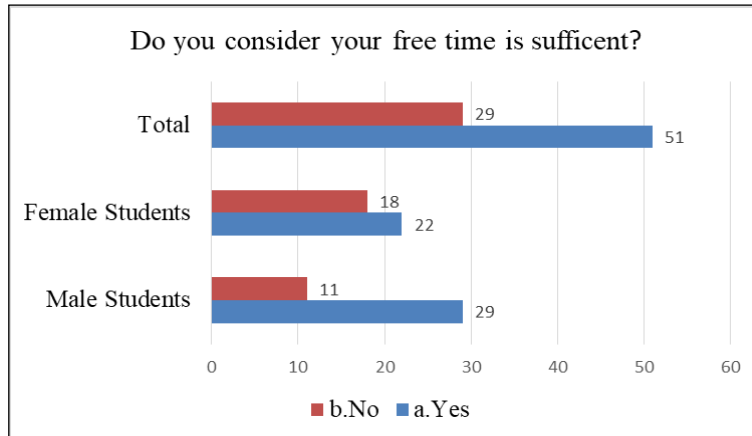


Figure 2. Graphic representation of the answers to question 2

The answers to the third question (figure 3), highlight that 32 male students (80%) and 20 female students (50%) are used to spend their free time with friends. Leisure time is spent with the family by 6 male students (15%) and 16 female students (40%).

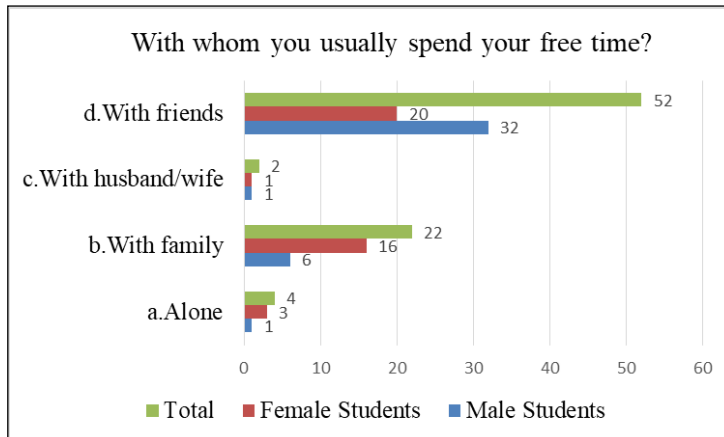


Figure 3. Graphic representation of the answers to question 3

Regarding the activities that male students and female students prefer to do in their free time, we noted the following: 29 male students out of a total of 40 prefer to spend their free time with friends; at the opposite pole 2 of them prefer cultural activities. As for female students, 22 of them prefer to spend their free time with friends, and at the other extreme, only one student prefers religious activities (Figure 4).

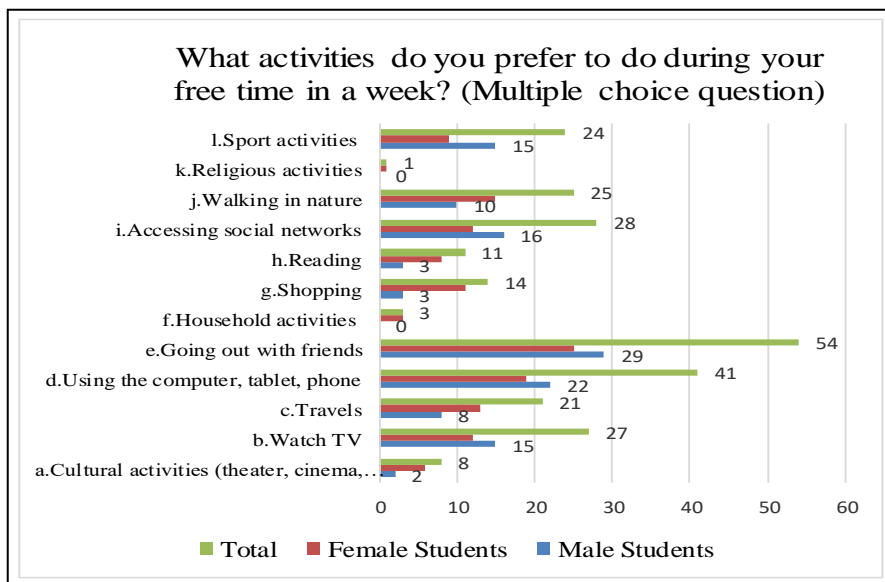


Figure 4. Graphic representation of the answers to question 4

Question 5 of the questionnaire reflects how students spend their vacation. As it can be seen in table 1 and figure 5, out of the total 80 male and female students who answered our questionnaire, a number of 23 of them spend their holidays at

home, 20 traveling through the country, 15 at the seaside, 13 at the mountains and 9 abroad.

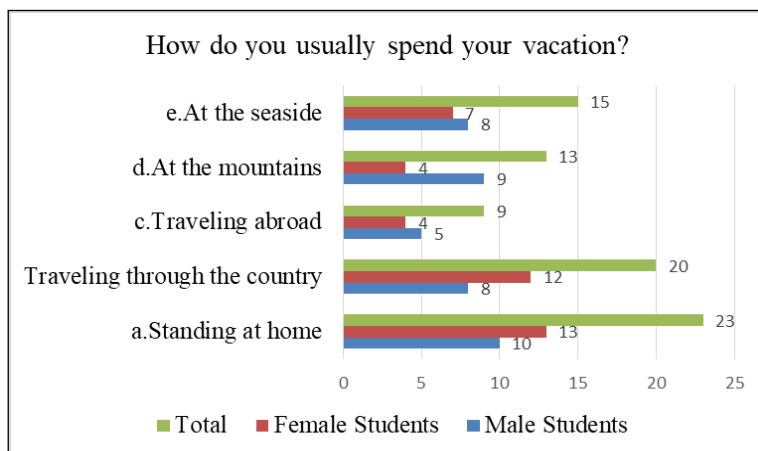


Figure 5. Graphic representation of the answers to question 5

The sixth question in the questionnaire regarding the habit of practicing sports during a week, reveals that 7 students never practice sports, 45 rarely and 28 - frequently.

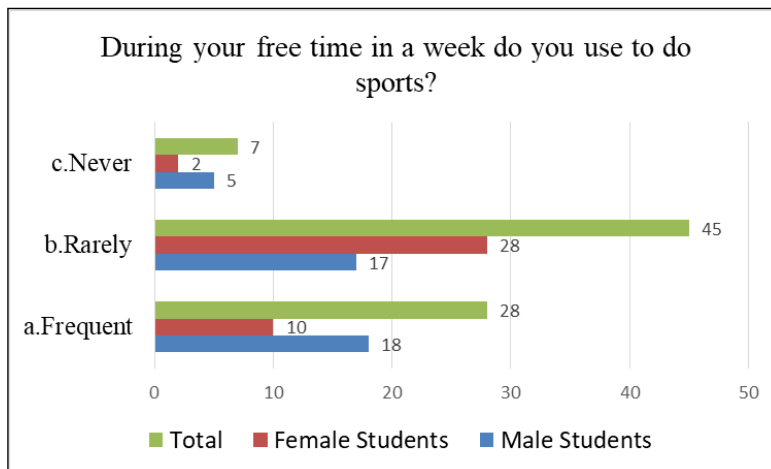


Figure 6. Graphic representation of the answers to question 6

At the last question of the questionnaire regarding the habit of doing sports and the students' relation with certain sports branches were obtained the results presented in table 2.

Table 2 Interpretation of the results at question 7
(Male students / Female students)

Sport branch	I practice this sport branch			
	Yes	No		
		I practiced this sport		
	Yes	No		I would like to practice
Yes	Yes	No		
Aerobics	0/0	40/40		
		0/0	40/40	
Fitness	10/6	30/34		
		14/11	12/8	
Jogging	0/3	40/37		
		2/9	4/6	
Football	16/0	24/40		
		22/0	2/24	
Handball	0/0	40/40		
		3/8	2/5	
Basketball	5/1	35/39		
		6/3	8/4	
Volleyball	0/1	40/39		
		0/3	2/11	
Swimming	9/2	31/38		
		12 /4	15/10	
Tennis	3/2	37/38		
		2/1	5/7	
Table tennis	12/0	28/40		
		6/4	14/6	
Judo	0/0	40/40		
		5/2	12/3	
Martial arts	7/0	33/40		
		3/1	7/4	
			7/4	23/35

Sportive dance	0/3	40/37	
		0/4	40/33
		0/11	40/22
Cycling	12/3	28/37	
		10/1	18/36
		13/10	5/26
Ice skating	0/1	40/39	
		4/2	36/37
		5/8	31/29
Skiing	8/1	32/39	
		3/0	29/39
		7/7	22/32
Other sports.....	-	-	-

4. Conclusions

Leisure time, judiciously organized by young people, can bring many benefits related to a harmonious life, a good mental and physical health, a psycho-emotional balance.

The students who answered our questionnaire consider, in proportion of 36.25%, that they have sufficient free time; 65% use to spend their free time with friends; the least favourite activities by students during their free time are religious ones (1.25%).

More than half of the students (56.25%) said that they rarely use to practice sports in their free time.

Most of the 40 male students practice soccer and the non-practiced sports branches are: aerobics, jogging, handball, volleyball, judo, sportive dance and ice skating.

Regarding the female students, most of them practice fitness and the sports fields which are not practiced are: aerobics, football, table tennis, judo and martial arts.

References

- BALINT, G. (2007). *Activități sportiv-recreative și de timp liber: paintball, mountain bike și escaladă*, Iași: PIM., p.9;
- CLICHICI, V. (2018). *Educația pentru timpul liber din perspectivă axiologică*, Chișinău: Lyceum., p.12;
- DURBĂCEA-BOLOVAN, M. (2009). *Activități motrice pentru timpul liber*, Târgu-Jiu: Academia Brâncuși., p.7;
- LUCACIU, G. (2013). *Filozofia timpului sau Viața între mod și stil*, Oradea: Universitatea din Oradea., p.5.
- MACKENZIE, A. (2001). *Capcana timpului - Manual modern pentru gestionarea timpului*, București: Teora., p.20;

6. NĂSTASE, D.V. (2004). *Timpul liber și activitățile recreative*, Editura Universității din Pitești, p.11;
7. OPRESCU, D. (1981). *Timpul liber și înstrăinarea umană*, București: Politică., p.17;
8. RAȚĂ, G. (2007). *Strategii de gestionare a timpului liber – Curs pentru masteranzi. Activități corporale sportiv-recreative și de timp liber*, Iași:PIM, p.18.

Modalități de Petrecere a Timpului Liber de Către Studenți

Butnariu Mihaela¹

¹Universitatea din Pitești, Târgul din Vale, nr. 1, Pitești, 110040, România

Cuvinte cheie: *activități, studenți, timp liber*

Rezumat

Există numeroase situații în care o parte din timpul liber este pierdut, fie datorită faptului că unii oameni nu-și stabilesc un program realist, fie că nu respectă acest program, apelând la amânarea acțiunilor planificate din diferite motive. Este extrem de important ca timpul liber al studenților să fie astfel organizat încât să cuprindă anumite forme accesibile de recreere în aer liber, fiind cunoscute efectele beneficoare ale practicării exercițiilor fizice, sportului și turismului asupra sănătății fizice, intelectuale, emoționale și sociale. Educația este o componentă de bază în formarea deprinderii în rândul tinerilor de utilizare judicioasă a timpului liber, acest lucru contribuind la evoluția vieții acestora. Pentru a avea numai efecte pozitive, timpul liber trebuie petrecut în mod util și plăcut. Există mai mulți factori care pot influența modul în care tinerii își petrec timpul liber, și anume: familia, colegii, prietenii, resursele financiare, mijloacele mass-media, internetul.

1. Introducere

Timpul liber este considerat a fi acela de care beneficiază fiecare persoană după îndeplinirea obligațiilor școlare, familiale, profesionale sau sociale.

„Timpul liber folosit în mod recreativ, distractiv, este timpul în care se realizează o plăcere, o pasiune, un hobby (mișcare, lectură, vizionarea unui film, pictarea unui tablou, cusutul unui goblen, pescuitul etc.)” (Rață, 2007, p.18).

„În context internațional, educația pentru timpul liber este dezvoltată și promovată ca una dintre „noile educații” ce se află în vizorul Consiliului European pentru Educație, UNESCO și al altor structuri internaționale, care stabilesc prioritățile și orientările valorice în elaborarea documentelor școlare: curriculum, manuale și ghiduri metodologice etc., necesare formării-dezvoltării personalității pe tot parcursul întregii vieți, prin învățarea experiențială și gestionarea rațională a timpului liber” (Clichici, 2018, p.12).

Fiecare persoană trebuie să-și organizeze într-un mod eficient timpul liber

pentru a putea participa cu plăcere, în funcție de interese și abilitățile pe care le are, la activități din diferite domenii (social, artistic, cultural, sportiv etc.).

„Perioada de timp liber într-o societate cu echilibru economico-social crește, iar beneficiarul acestuia, trebuie să știe cum să și-l organizeze” (Năstase, 2004, p.11).

„Timpul liber este perioada de timp rămasă după efectuarea muncii și este constituit din timpul constrâns (timpul pentru somn, activități personale și gospodărești, sarcini sociale diferite) și recreerea” (Durbăcea-Bolovan, 2009, p.7).

„Timpul, care părea odată suficient și elastic, a devenit o resursă efemeră și deficitară, iar percepția noastră despre valoarea lui s-a schimbat dramatic” (Mackenzie, 2001, p.20).

Timpul liber de care dispun studenții poate fi împărțit astfel:

- timpul liber cotidian;
- timpul liber de la sfârșit de săptămână;
- timpul liber din vacanțe.

„A fi „sănătos”, a te bucura de micile satisfacții cotidiene, a te bucura de viață în general până la o vârstă cât mai înaintată cu putință, nu ar trebui să rămână un simplu deziderat, în condițiile în care sănătatea, starea de bine (wellness), capacitatea individuală de efort etc., nu sunt doar daruri pe care le primim la naștere ci și achiziții individuale care se conservă prin eforturi proprii susținute, continue și ritmice, în limite (ale efortului) bine definite și în raport cu scopul urmărit și cu particularitățile individuale (Lucaciu, 2013, p.5).

„Însemnătatea timpului liber a fost resimțită de oameni din timpurile străvechi deși, multă vreme, datorită condițiilor concret-istorice n-au beneficiat de timp liber decât puțini” (Oprescu, 1981, p.17).

Rață, citată de Balint (2007, p. 9), evidențiază faptul că „în epoca noastră, timpul liber a devenit o problemă socială, pedagogică și culturală, care privește, în aceeași măsură, societatea și individul. Privește societatea, întrucât mersul său înainte și progresul omenirii depinde de sănătatea, inteligența și forța de creație a membrilor săi. Privește individul, deoarece dezvoltarea lui fizică, psihică și morală este influențată de timpul liber de care dispune și de întrebuințarea pe care i-o dă omul. În prezent timpul liber, „puțin pentru unii, mult pentru alții și inexistent pentru anumite persoane” se transformă realmente într-o unitate de măsură a bogăției sociale și personale, reprezintă un mijloc eficient pentru dezvoltarea armonioasă a personalității”.

2. Material și metode

Scopul lucrării constă în identificarea bugetului de timp liber al studenților și a modalităților concrete de petrecere a acestuia.

Subiecți: 80 de studenți ai Universității din Pitești.

Metode: analiza literaturii de specialitate, ancheta prin chestionar, metoda grafică și tabelară.

Cercetarea a constat în elaborarea unui chestionar format din șapte întrebări.

Chestionarul a fost distribuit unui număr de 80 studenți (40 de fete și 40 de

băieți).

3. Rezultate și Discuții

Rezultatele obținute în urma analizării datelor colectate din chestionare sunt prezentate în tabelele 1 și 2.

Tabel 1 Interpretarea rezultatelor la întrebările 1-6

Nr crt	Întrebarea	Variante de răspuns	Răspunsuri		
			Studenti	Studente	Total
1.	De cât timp liber dispuneți pe săptămână?	a.Sub 5 ore	2	4	6
		b.Între 5 și 10 ore	5	13	18
		c.Între 10 și 15 ore	18	8	26
		d.Între 15 și 20 ore	10	8	18
		e.Peste 20 ore	5	7	12
2.	Timpul liber de care dispuneți este suficient?	a.Da	29	22	51
		b.Nu	11	18	29
3.	Cu cine obișnuieți să petreceți timpul liber?	a.Singur	1	3	4
		b.Cu familia	6	16	22
		c.Cu soțul / soția	1	1	2
		d.Cu prietenii	32	20	52
4.	Care sunt activitățile pe care preferați să le realizați în timpul liber dintr-o săptămână? (Întrebare cu răspuns multiplu)	a.Activități culturale (teatru, cinema, concerte)	2	6	8
		b.Vizionări TV	15	12	27
		c.Călătorii	8	13	21
		d.Utilizarea computerului, a tabletei, a telefonului	22	19	41
		e.Ieșiri cu prietenii	29	25	54
		f.Activități gospodărești	-	3	3
		g.Cumpărături	3	11	14
		h.Lectură	3	8	11
		i.Accesarea rețelelor de socializare	16	12	28
		j.Plimbări în natură	10	15	25
		k.Activități religioase	-	1	1
l.Activități sportive	15	9	24		
m.Altele.....	-	-	-		
5.	Cum vă petreceți, de obicei, vacanța?	a.Stând acasă	10	13	23
		b.Călătorind în țară	8	12	20
		c.Călătorind în străinătate	5	4	9
		d.La munte	9	4	13
		e.La mare	8	7	15
6.	În timpul liber de care dispuneți într-o săptămână obișnuieți să faceți sport?	a.Frecvent	18	10	28
		b.Rareori	17	28	45
		c.Niciodată	5	2	7

La prima întrebare a chestionarului (figura 1), 2 studenți dispun pe săptămână de mai puțin de 5 ore de timp liber, în timp ce 18 studenți (45%) beneficiază de 10-15 ore de timp liber. Referitor la studente, am constatat că 4 dintre ele au mai puțin de 5 ore timp liber, iar 13 (32.5%) dispun între 5 și 10 ore de timp liber.

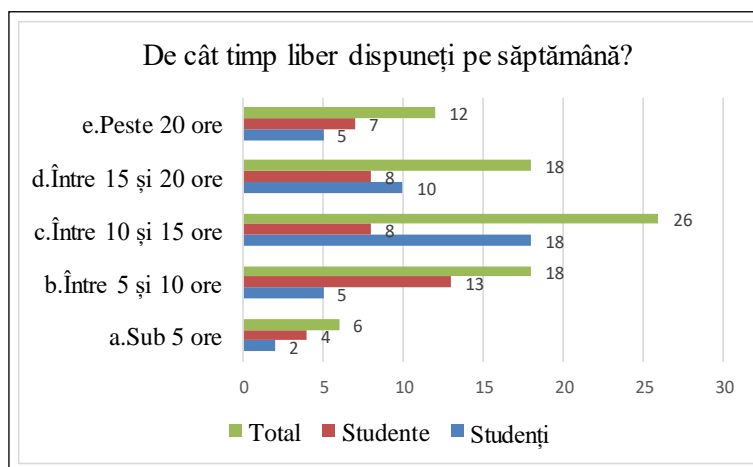


Figura 1. Reprezentarea grafică a răspunsurilor la întrebarea 1

La întrebarea a doua a chestionarului (figura 2), 29 de studenți (72,5%), respectiv 22 de studente (55%) consideră că timpul liber de care dispun este suficient.

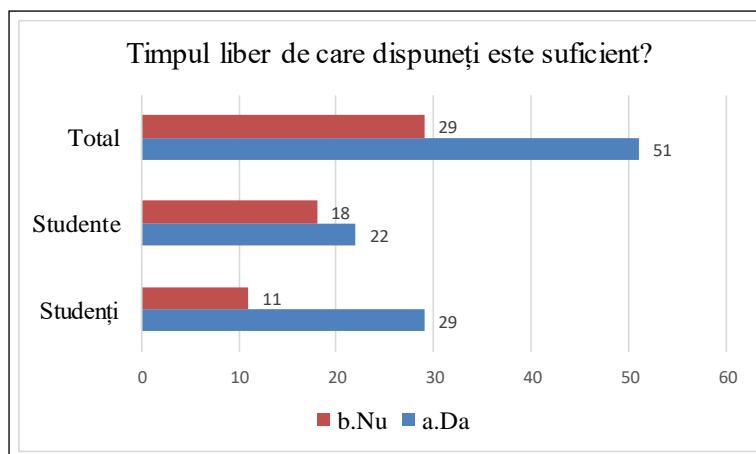


Figura 2. Reprezentarea grafică a răspunsurilor la întrebarea 2

Răspunsurile oferite la a treia întrebare (figura 3), scot în evidență faptul că 32 de studenți (80%) și 20 de studente (50%) obișnuiesc să petreacă timpul liber cu prietenii. Timpul liber este petrecut cu familia de către 6 studenți (15%) și 16 studente (40%).

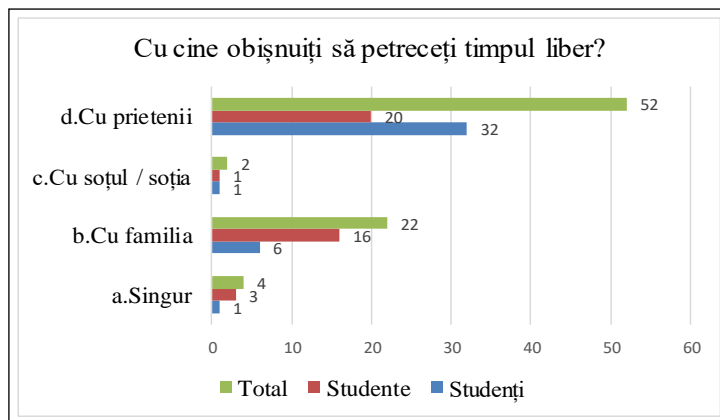


Figura 3. Reprezentarea grafică a răspunsurilor la întrebarea 3

Referitor la activitățile pe care studenții și studentele preferă să le realizeze în timpul liber am constatat următoarele: 29 de studenți din totalul de 40 preferă să-și petreacă timpul liber cu prietenii; la polul opus 2 dintre ei preferă activitățile culturale. În ceea ce privește studentele, 22 dintre ele preferă să-și petreacă timpul liber cu prietenii, iar în cealaltă extremă, o singură studentă preferă activitățile religioase (figura 4).

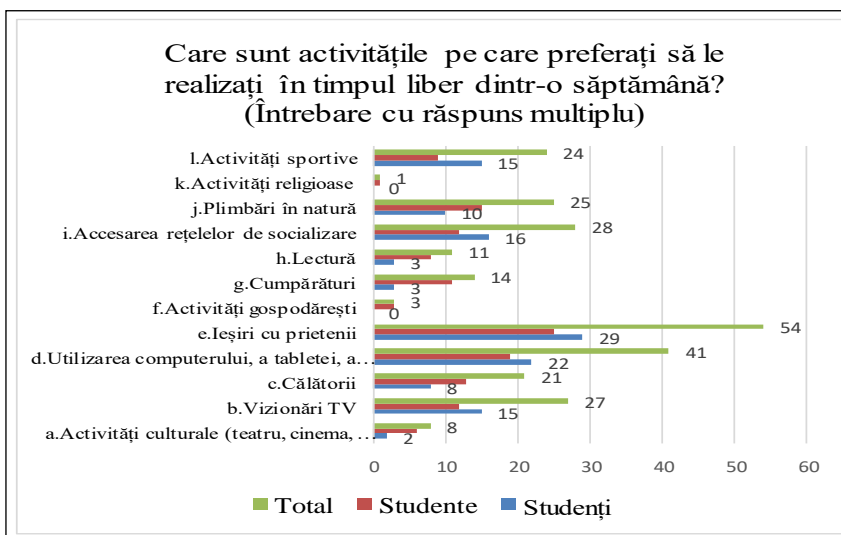


Figura 4. Reprezentarea grafică a răspunsurilor la întrebarea 4

Întrebarea 5 a chestionarului reflectă modul în care studenții își petrec vacanța. Așa cum se poate observa în tabelul 1 și figura 5, din totalul de 80 de studenți și studente care au răspuns chestionarului nostru, un număr de 23 dintre

aceștia își petrec vacanța acasă, 20 călătorind în țară, 15 la mare, 13 la munte și 9 în străinătate.

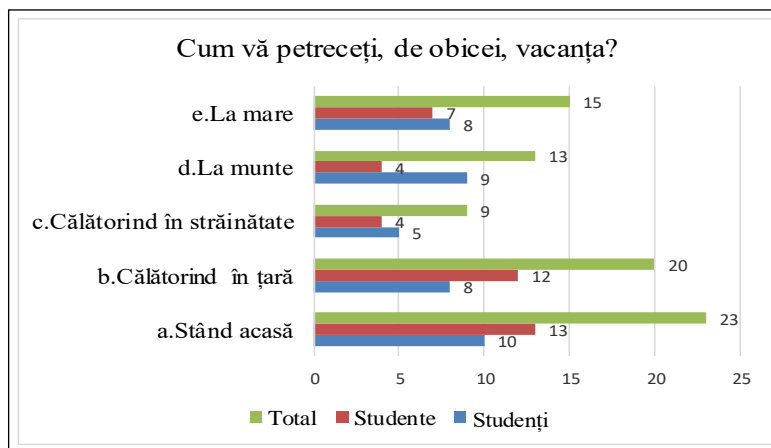


Figura 5. Reprezentarea grafică a răspunsurilor la întrebarea 5

A șasea întrebare a chestionarului cu privire la obișnuința de a practica sport în timpul liber dintr-o săptămână, scoate la iveală faptul că 7 studenți nu practică niciodată, 45 rareori și 28 – frecvent.

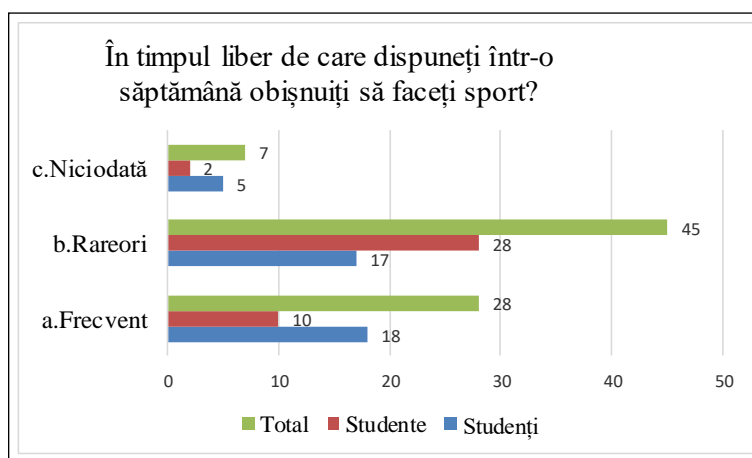


Figura 6. Reprezentarea grafică a răspunsurilor la întrebarea 6

La ultima întrebare a chestionarului cu privire la obișnuința de a face sport și la raportul studenților cu anumite ramuri sportive s-au obținut rezultatele prezentate în tabelul 2.

**Tabel 2 Interpretarea rezultatelor la întrebarea 7
 (Studenți/Studente)**

Ramura de sport	Practic această ramură de sport			
	Da	Nu		Aș dori să practic
		Am practicat acest sport		
		Da	Nu	
		Da	Nu	
Gimnastică aerobică	0/0	40/40		
		0/0	40/40	
Fitness	10/6	30/34		
		14/11	16/23	
Jogging	0/3	40/37		
		2/9	38/28	
Fotbal	16/0	24/40		
		22/0	2/40	
Handbal	0/0	40/40		
		3/8	37/32	
Baschet	5/1	35/39		
		6/3	29/36	
Volei	0/1	40/39		
		0/3	40/36	
Înot	9/2	31/38		
		12/4	19/34	
Tenis de camp	3/2	37/38		
		2/1	35/37	
Tenis de masă	12/0	28/40		
		6/4	22/36	
Judo	0/0	40/40		
		5/2	35/38	
Arte marțiale	7/0	33/40		
		3/1	30/39	
Dans sportiv	0/3	40/37		
		0/4	40/33	

		0/11	40/22
	12 /3	28/37	
Ciclism		10/1	18/36
		13/10	5/26
	0/1	40/39	
Patinaj		4/2	36/37
		5/8	31/29
	8/1	32/39	
Schi		3/0	29/39
		7/7	22/32
Alte sporturi.....	-	-	-

4. Concluzii

Timpul liber, organizat judicios de către tineri, poate aduce numeroase beneficii referitoare la o viață armonioasă, o sănătate mentală și fizică bună, un echilibru psiho-emoțional.

Studentii care au răspuns chestionarului nostru consideră, în proporție de 36,25%, că dispun de suficient timp liber; 65% obișnuiesc să petreacă timpul liber cu prietenii; activitățile cel mai puțin preferate de către studenți în timpul liber sunt cele religioase (1,25%).

Mai mult de jumătate dintre studenți (56,25%) au răspuns că rareori obișnuiesc să facă sport în timpul liber.

Din cei 40 de studenți, cei mai mulți practică fotbal iar ramurile de sport nepRACTICATE sunt: gimnastică aerobică, jogging, handbal, volei, judo, dans sportiv și patinaj.

Referitor la studente, cele mai multe practică fitness iar ramurile de sport nepRACTICATE sunt: gimnastică aerobică, fotbal, tenis de masă, judo și arte marțiale.

