



**Přírodní zahrada a vývoj dítěte
v jejím prostředí**

25.11.2016

Ing.Monika Pýchová

Co je přírodní zahrada...

- Základním kritériem je údržba zelených ploch a rostlin bez pesticidů, bez syntetických chemických hnojiv a bez rašeliny.
- V designu dáváme místním druhům rostlin, keřům, stromům.
- Vytváříme rozmanité biotopy, podporujeme živočichy v zahradě.
- Pro děti vytváříme pokusné, pěstební, herní a výukové prvky z přírodních materiálů.

Historie PZ v Jižních Čechách

- V roce 1999 – první spolupráce s dolnor. Eko. org. Umwelberatung.at, semináře pro MŠ, založení přírodní zahrady v Centru Cassiopeia – sídliště Vltava v Č.Budějovicích
- V roce 2001 – spolupráce s Natur im Garten , organizací o.s. Přírodní zahrady se sídlem v J.Hradci
- V současné době 26 UPZ,
55 PZ



Přírodní zahrady

- Soukromé zahrady – „zahradní turistika“ na Ukázkové přírodní zahrady
- Veřejné zeleně a prostranství, např. Bylinková obec Mutišov, obecní květinová a bylinková produkční zahrada Ky By Chlumany, Cehnice – obecní produkční zahrada ve spojení se školou
- Školní zahrady – MŠ, ZŠ, SŠ, exkurze pro pedagogy a veřejnost, semináře „zahradní pedagogika“





Vědecké studie, věnované vztahu dítě a kontakt s přírodou....

Porucha osobnosti z nedostatku přírody

to je cena, kterou člověk platí za odcizení přírodě, ta zahrnuje snižující se užívání smyslů, poruchy pozornosti, nižší míra tvořivosti, osamělé zkušenosti, obezita a vyšší míru fyzických a psychických nemocí.

Richard Louva ,2005 „Poslední dítě v lese“

Vitamín N - NATURE

- Příroda pro lidské zdraví funguje jako určitý dosud neobjevený vitamín....

V roce 1936 v ČR každý čtvrtý pracoval v zemědělství, v roce 2010 každý ...

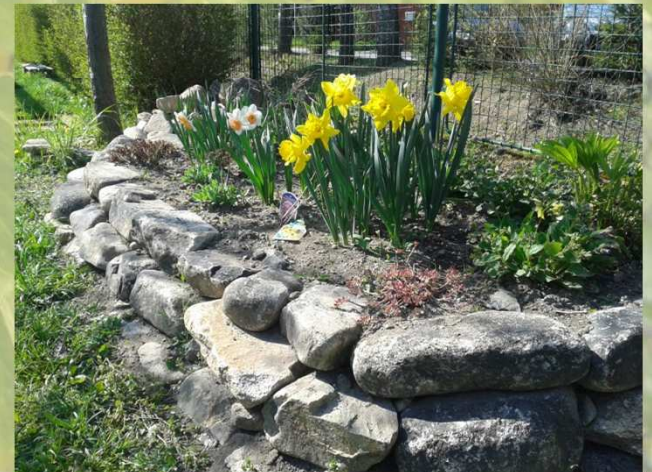
V roce 2014 v USA podle OSN žije 74 % lidí ve městech – hladina stresového hormonu roste u lidí, žijících dál od zeleně.

- *Už naše babičky věděly, že procházka v přírodě podporuje naše zdraví, nyní toto tvrzení přesvědčivě potvrzuje i věda.*

Hřiště rychlého občerstvení...



Přírodní hřiště pro děti



Přírodní zahrada pro děti

- kontakt s přírodou
- volnou hru a pohyb
- kreativní výuku a tvořivost
- rozvoj schopností a dovedností
- interakci s vrstevníky a socializaci dítěte
- spolurozhodování, trénink diskuse a odpovědnosti
- utváření vztahu k místu, okolnímu prostředí a všemu živému
- komunitní život, setkávání dětí i dospělých

Přírodní zahrada a fyzické zdraví

- **Odolnost a posílení zdraví** při pobytu venku (pobyt posiluje imunitní systém)
- **Omezení výskytu obezity** – volná hra venku je přirozeně spojena s pohybem, které si dítě zvolí samo,na žádost by jej nedělalo *(výzkum Velká Británie 2010)*
- **Nárůst motorické zdatnosti** – lepší rovnováha a koordinace pohybu v porovnání s dětmi, které si hrály na tradičních hřištích *(výzkum Švédsko)*

Přírodní zahrada a psychické zdraví

- pobyt a hra v přírodě snižuje stres, deprese, úzkosti (*procházka lesem x městem, snížení str.hormonu kortizolu, snížení krevního tlaku, výzkum Japonsko*), (*výhled z okna do zeleně při práci/škole snižuje kortizol v těle, výzkum J.Korea*)
- snižují únavu z myšlení, obnovují pozornost a posilují schopnost soustředění (*pozornost u ADHD dětí po procházce v zeleni x ve městě, Universita Illinois „dávkování přírody“*)
- zlepšuje spokojenost a zlepšuje náladu u dětí posiluje sebeúctu

Přírodní zahrada a sociální zdraví

Volná hra je automatický učební proces – nestrukturované činnosti pomáhají dětem naučit se samy o sobě rozhodovat.

- **Volná hra je prioritou pro osvojení si sociálních dovedností u dítěte** *(za 25 let se snížila volná hra z 9 hodin týdně na polovinu)*
- Rozvíjí inteligenci
- Přispívá ke zdravému emočnímu a sociálnímu vývoji, osvojení si : spolupráce, komunikace , hraní rolí atd.

Přírodní zahrada a vztah k přírodě

- Zkušenosti s divokou přírodou do věku 11 let představují účinný způsob, jak utvářet přátelské postoje k životnímu prostředí *(studie USA 2010)*
- Odpovědné chování např. k třídění odpadu, využití městské hromadné dopravy

Informace LMH

- Aktivní
- Řízení a kontrola
- Pracuje s čísly a časem
- pohyb vpřed
- logické myšlení
- Informace
- Analytické uvažování

Zkušenosti PMH

- pasivní
- tvůrčí
- přijímající
- emoce, pocity
- plynutí času
- celostní
- nepopisuje

zkušenost slovy, je intuitivní

Cíle výchovné v PZ na škole - utváření osobnosti... trpělivost, pečlivost, odpovědnost, zdravé sebevědomí

ČLOVĚK ROZUMNÝ

harmonie mezi LMH aPMH

INFORMACE

knihy,internet,sdělovací prostředky,aktivita
levá moz. hemisféra

ZKUŠENOSTI

prožitky v emoc. a citové rovině
pravá moz. hemisféra

Jaký význam mají přírodní zahrady dnes...

- Osobní postoj k půdě, zahradě, „mému místu“
- Zodpovědnost - za to jak se starám
- Osobní příklad vychovává
- Osvěta pro okolí



Význam pro krajinu

- Zvyšuje biodiverzitu místa ve městě, ale i na venkově...JAK?
- upřednostňuje staré odrůdy stromů vysazovaných do zahrad, tím zachovává cenný genofond v zemi...VÍTE O NĚKOM?
- Upřednostňuje původní keře ČR nebo keře důležité pro živočichy (potrava, rozmnožování, hnízdění, dostatek pylu/nektaru)...BROŽURA

Význam pro člověka

- Další rozměr pro život – UPZ...společenské vztahy, výměna rostlin, výměna produktů čerstvých i zpracovaných.... místo, kam patřím...pocit sounáležitosti mě činí šťastným
- Zdravé potraviny – vlastní produkce, zodpovědnost za své zdraví, míra soběstačnosti
- Estetické zážitky – někdo to rád barevné, různé struktury, světlo, proměnlivost ve 4 roč.dobách
- Tvůrčí potenciál- změna znamená příliv energie....pro někoho

Význam pro děti aneb co se stane, když na škole zavedeme přírodní zahradu

- Fyzická odolnost dětí je vyšší – rozmanité prostředí (vodní prvky, klády, kameny, šterky, nerovnosti, návštěva venkovní učebny v každém počasí, je nutí být kreativní a zvládat různé překážky stejně, jako kdyby byly v přírodě x dětské hřiště „rychlého občerstvení neumožní“
- Psychická odolnost – pokud se dítě setká s překážkou v zahradě opakovaně a přiměřeně věku (hlavně MŠ), naučí se jí efektivně zvládat ...pro život dobrý výchovný vzorec , roste jeho sebedůvěra x dětské hřiště „rychlého občerstvení neumožní“
- Sociální dovednost -



Oplocení pozemku – živý plot

- Původní keře ČR
- Nevyžadují řez
- Nejsou náročné na závlahu a nevymrzají
- Esteticky zajímavé
- Důležitá potrava pro motýly, včely
- Důležitá potrava pro ptáky
- Umožňuje hnízdění ptáků



Nevýhody přírodní zahrady

- K neznámému má člověk přirozeně nedůvěru – rodiče, babičky, atd....děti většinou nikoliv
- Vyšší nároky na komunikaci školy a rodičů (oblečení, holinky, osvěta)
- Není pro každého (může vzbuzovat dojem neupravenosti, atd....)
- Dobrá osvěta ve školním týmu, obci

Legislativa v přírodních zahradách

- Stejná jako u ostatních zahrad pro děti
- Platí norma ČSN EN 1176
- Typizované herní prvky jsou seriově vyráběné a certifikované
- Atypické herní prvky jsou originální a certifikované každý zvlášť (vegetační prvky nepodléhají certifikaci“).



Děkuji za pozornost.

- Kontakt: m.pychova@email.cz
- Mobil: 777 840 736