**Kontakt z przyrodą, a jej wpływ na rozwój i emocje dziecka przedszkolnego.**

Zbliża się lato i wakacje, a wraz z nimi więcej okazji do przebywania poza domem i przedszkolem. Jest to okres umożliwiający częsty kontakt z przyrodą w różnych ekosystemach.Poprzez bezpośredni kontakt ze środowiskiem przyrodniczym już u najmłodszych dzieci rozbudzamy ciekawość, zainteresowanie, umożliwiamy większą koncentrację uwagi, co zostawia większy i trwały ślad w ich umyśle niż zdobycie wiedzy za pomocą słowa mówionego czy pisanego. Człowiek od dawien dawna współistniał z przyrodą. W zamierzchłych czasach ta koegzystencja była warunkiem przetrwania. Większe szanse przeżycia miało plemię, które znało trujące rośliny i grzyby albo wiedziało, gdzie jest wodopój (dla ludzi, ale i dla zwierząt, które stanowiły łatwy łup). Obserwowanie przyrody pozwalało przewidzieć zmianę pogody i na czas wrócić do wioski. To wówczas, jak w swym monumentalnym badaniu z początku lat 80. XX wieku dowiódł Howard Gardner z Uniwersytetu Harvarda, ludzka inteligencja wyewoluowała w swój szczególny rodzaj, inteligencję przyrodniczą.

Słynna teoria inteligencji wielorakiej Gardnera, oparta na długoletnich badaniach, wyróżnia aż osiem rodzajów inteligencji, w tym inteligencję przyrodniczą (jako ósmy rodzaj).Inteligencja przyrodnicza jest nastawiona na obserwację i analizę. Liczy się szczegół. To dzięki niej naszym przodkom udawało się m.in. odróżnić liście smakowitego czosnku niedźwiedziego od trującej konwalii. Dziś, nawet jeśli nie pielęgnujemy tego typu inteligencji u siebie, ani u naszych dzieci, i tak ją wykorzystujemy. To ona pozwala nam rozróżniać marki samochodów, sklepów i zegarków. **Szerokie spektrum potencjału intelektualnego dzieci i dorosłych stanowi bardziej miarodajny system określania indywidualnych potrzeb dążenia do wiedzy niż tradycyjne testy IQ.**

## Jak rozpoznać dziecko o inteligencji przyrodniczej? Gardner nie znalazł żadnego „obszaru w mózgu”, który byłby odpowiedzialny za ten rodzaj inteligencji. Jednak zdobył sobie grono kontynuatorów, m.in. profesor psychologii Leslie Owen Wilson, która stworzyła listę cech, jakie wykazują dzieci obdarzone inteligencją przyrodniczą.

### Dzieci o inteligencji przyrodniczej:

1. Mają wyczulone zmysły.
2. Chętnie używają swoich zmysłów do analizy.
3. Lubią przebywać na świeżym powietrzu.
4. Łatwo dostrzegają prawidłowości i powtarzające się wzorce (podobieństwa, różnice, wyjątki).
5. Opiekują się zwierzętami i roślinami.
6. Lubią kolekcjonować okazy, robić dzienniki, zielniki, kosze skarbów.
7. Lubią książki i programy o zwierzętach.
8. Wykazują świadomość i troskę o zagrożone gatunki.
9. Łatwo przyswajają nazwy, systematykę i informacje na temat cech poszczególnych roślin i zwierząt.

Rolą rodzica, nauczyciela jest dostrzec te zdolności dziecka i odpowiednio je ukierunkować, by mogło przyswajać wiedzę na swój sposób. Profesor Gardner jest przekonany, że kontakt z przyrodą powinien być nierozerwalnie związany z nauką praktyczną, czy to poprzez spacer w lesie (lub jakimkolwiek plenerze), czy poprzez zachęcanie dzieci do tego typu aktywności. Także praktyka skandynawskich „leśnych przedszkoli”, które zyskują coraz większą popularność w Polsce, pokazuje, że dla przedszkolaków zabawa na świeżym powietrzu niezależnie od pogody nie tylko zmniejsza liczbę infekcji, wzmacnia odporność, ale również wpływa na poprawę koncentracji u dzieci, zwiększa ich koordynację ruchową, uczy współpracy i wpływa na kreatywność. Zielone przestrzenie zachęcają do zabawy twórczej, poprawiając u dzieci umiejętność pozytywnej integracji z dorosłymi – i łagodzą objawy zaburzeń deficytu uwagi. Elementy występujące w [naturze](https://dziecisawazne.pl/swobodna-zabawa-lonie-natury/), takie jak drzewo, krzak, kamień, kłoda, wysoka trawa, staw, błoto, pniak, strumień idealnie odpowiadają kategorii “kreatywnej zabawki” w myśl teorii części swobodnych. Mogą stanowić niewyczerpane źródło inspiracji dla dzieci, które przebywając w otoczeniu przyrody, nie tylko szlifują swoją przyrodniczą inteligencję, ale również przyswajają wiedzę z innych dziedzin.Tryb wakacyjny-w lesie, wśród kamieni albo na zwykłej stercie starego drewna, mózg dziecka przełączają się na tryb „wakacje”. Z punktu widzenia neurobiologii zachodzi wówczas kilka interesujących zjawisk.

### **Podczas swobodnego kontaktu z przyrodą:**

* wzrasta poziom oksytocyny, dopaminy i opioidów;
* obniża się poziom hormonów stresu (kortyzolu i noradrenaliny),
* mózg, skąpany w koktajlu hormonów, buduje nowe połączenia neuronalne;
* poprawiają się funkcje poznawcze, wykonawcze i intelektualne;
* rośnie ilość zapamiętywanych informacji.

Nie wystarczy jednak wypuścić dzieci do ogródka, lasu czy parku. Owszem, będzie to o wiele lepsze niż ślęczenie przed telewizorem albo tabletem, ale zabawa na świeżym powietrzu zazwyczaj potrzebuje przewodnika. Albo raczej mentora.**Podobno aby dziecko wyszło z domu, najlepiej wyjść razem z nim.**Czy istnieją sposoby, aby wyjść mądrze, tzn. pogłębiając więź dziecka z naturą? Czynności, które sprzyjają budowie relacji dziecka z przyrodą, to m.in. sporządzanie map, śledzenie tropów, doświadczanie tu i teraz (trening uważności), opowiadanie historii podczas spacerów i wycieczek, celne pytania, inicjowanie zabawy, a potem się z nich wycofywać, zaciekawiać.,Wychodzić na wprost pragnieniom dzieci (inne będą u dwulatka, inne u przedszkolaka, jeszcze inne u 12–13-latka).

### **Propozycje leśnych zabaw:**

### **1. Test na Indianina**

Ze względu na to, że trzeba parę chwil usiedzieć w miejscu, będzie to zabawa dobra dla 4-latków, a może jeszcze starszych dzieci. Jedno dziecko przechodzi test, siadając na pniaku z zamkniętymi oczami. W tym czasie rodzic lub inne dziecko musi ostrożnie i bezszelestnie podejść Indianina od dowolnej strony. Jeśli zdający krzyknie „Słyszę cię!” i pokaże ręką kierunek, zdał test. Jeśli udało się go podejść, powtarza próbę. Zabawa ta ćwiczy skupienie i koncentrację. Stanowi świetny trening uważności.

**2. Kijek wędrowniczek**

Zabawa dla dzieci od 4 lat. Potrzebne będą: patyki, stare sznurki, wełna, gumki recepturki.

Podczas spaceru (lub na czas) dzieci zbierają i przytwierdzają do kijka wszystko, co je zainteresuje (mogą to być nawet śmieci!). Mogą ozdobić swój kijek sznurkami, wełną. Po wędrówce zachęćmy dzieci, by opowiedziały o swoich trofeach – co je zaciekawiło, dlaczego akurat tę rzecz podniosły. Zabawa ta uczy: kreatywności, skupienia, zdolności manualnych, empatii, komunikacji, więzi z przyrodą.

#### **3. Budowa szałasu**

Zabawa dla dzieci od 3 lat. Potrzebne będą: duże gałęzie, suche liście, mniejsze gałęzie.

Budowa szałasu to zadanie grupowe. Najpierw należy ułożyć pod skosem dużą gałąź (pień lub konar drzewa). Następnie poprzecznie opieramy o niego mniejsze gałęzie, aż do uzyskania bardzo gęstego szkieletu. Na ten szkielet nakładamy koc, tak aby w środku było niemal ciemno. Wchodzimy do środka. Rozkoszujemy się chwilą.

Zabawa ta uczy kooperacji, ćwiczy zdolności manualne, wytrwałość, siłę, cierpliwość, komunikację.

#### **4. Mapa lasu**

Zabawa dla dzieci od 5 lat. Potrzebne będą: patyki.

Każdy uczestnik musi znaleźć jeden patyk długości swojej ręki i drugi o połowę krótszy. Dłuższe patyki ułóżcie na ziemi jak szprychy koła rowerowego, a krótszymi połączcie je (3) wewnątrz tego koła (rzeczywiście wygląda jak starodawne koło). Każde dziecko staje przed jednym trójkątem tego koła. Kładzie w środku 5 rzeczy, które znajdzie w odległości 50 metrów. To, co dziecko znalazło najbliżej, ląduje bliżej środka koła.

Gdy mapa jest gotowa – przedstawia położenie roślin, ukształtowanie terenu i wiele innych cech miejsca, w którym się znajdujecie – możecie ją omówić. Można to zrobić przez zadawanie pytań.

Zabawa ta wspiera ciekawość, uczy rozpoznawania terenu i spostrzegawczości, ćwiczy skupienie, umiejętność analizy i oceny odległości i skali, wyobraźnię, samodzielność, wzbogaca słownictwo.

Zachęcam do częstego przebywania w różnych ekosystemach z dziećmi podczas wakacji.

Wiesława Cieślewicz