

Edukacja ekologiczna i jej wpływ na środowisko.

Pamiętaj, że każda, nawet najmniejsza zmiana może przyczynić się do tworzenia lepszego świata dla nas i przyszłych pokoleń.



Początki ekologii: Jak to się zaczęło?

Ekolodzy zaczęli zwracać uwagę na środowisko naturalne już w XIX wieku, to właściwie ekologia jako nauka zaczęła się rozwijać na początku XX wieku. Wówczas naukowcy zaczęli badać związki między organizmami a ich środowiskiem, co pozwoliło na lepsze zrozumienie funkcjonowania ekosystemów i wpływu człowieka na przyrodę.

Poznanie przyrody, przeżywanie jej piękna i bogactwa, stwarzanie warunków bezpośredniego kontaktu z nią zapewnia dziecku biospołeczny rozwój. Dlatego należy dostarczać dziecku możliwości poznawania przyrody poprzez aktywny i bezpośredni kontakt z nią i jej zjawiskami. Dziecko powinno obserwować, badać, eksperymentować.

Edukacja z zakresu ochrony i kształtowania środowiska człowieka powinna więc stanowić składową część działalności opiekuńczo-rozwojowo-wychowawczo-dydaktycznej nauczyciela i rodziców. Ważne jest również to, aby poprzez konkretne działanie w środowisku i dla środowiska, dzięki swojej bezpośredniości, wytykaniu sprawców zagrożeń, poznawaniu piękna swojego regionu – pobudzały do refleksji innych i zachęcały do działań na rzecz środowiska.

Środowisko, w którym żyjemy, ma kluczowy wpływ na nasze zdrowie i samopoczucie. Czynniki zewnętrzne, takie jak jakość powietrza, woda, żywność, hałas, zanieczyszczenia i nasze miejsce pracy, mają znaczący wpływ na nasze ciało i umysł. Im bardziej dbamy o środowisko, tym lepszej jakości powietrzem się oddycha, a woda, którą pijemy jest czystsza.

Jakość powietrza, które wdychamy, ma fundamentalne znaczenie dla naszego zdrowia. Zanieczyszczenia powietrza, takie jak pyły, pyłki, spaliny samochodowe i inne szkodliwe substancje chemiczne, mogą powodować choroby układu oddechowego, alergię, a nawet wpływać negatywnie na układ krążenia i inne narządy w naszym ciele. Długotrwałe narażenie na zanieczyszczenia powietrza zwiększa ryzyko wystąpienia astmy, przewlekłej obturacyjnej choroby płuc (POChP) i innych poważnych problemów zdrowotnych.

Dostęp do czystej i bezpiecznej wody jest kluczowy dla naszego zdrowia. Zanieczyszczona woda może przenosić patogeny i toksyny, które powodują choroby przewodu pokarmowego, takie jak biegunki, ale także mogą wpływać na zdrowie nerek i innych narządów wewnętrznych. Regularne spożywanie wody o wysokiej jakości ma ogromne znaczenie dla utrzymania odpowiedniego poziomu nawodnienia naszego organizmu i dobrego stanu zdrowia. Następnym argumentem dotyczy oszczędzania wody, która jest niezbędna dla życia. Poprzez racjonalne korzystanie z wody, każdy z nas może znacząco zmniejszyć zużycie tego cennego zasobu, ale także minimalizować niedobory wody pitnej na świecie.

Przez ostatnie lata zauważalny jest drastyczny spadek różnorodności biologicznej na Ziemi. Wiele gatunków jest zagrożonych wyginięciem, co wpływa na stabilność ekosystemów. Działania na rzecz ochrony środowiska, takie jak odnawialne źródła energii, minimalizowanie zużycia surowców czy ograniczanie zanieczyszczeń, służą również ochronie gatunków zagrożonych i zachowaniu równowagi ekologicznej.

Rodzaj żywności, którą spożywamy, odgrywa kluczową rolę w naszym zdrowiu. Spożywanie zrównoważonej diety bogatej w warzywa, owoce, pełnoziarniste produkty, zdrowe tłuszcze i białko może wspierać nasz układ odpornościowy, a także pomóc w zapobieganiu wielu chorobom przewlekłym, takim jak otyłość, cukrzyca czy choroby serca. Wprowadzanie nawyków ekologicznych do codziennego życia może prowadzić do większego udziału zdrowszych produktów spożywczych. Wynikiem tego jest lepsza jakość naszego życia i poprawa kondycji naszego organizmu. Dbalność o środowisko sprawia, że wybieramy jedzenie o wyższych wartościach odżywczych, dzięki czemu czujemy się lepiej na co dzień.

Nasze miejsce zamieszkania i praca może wpływać na nasze możliwości uprawiania aktywności fizycznej. Brak dostępu do terenów rekreacyjnych, parków, ścieżek rowerowych czy infrastruktury sportowej, może obniżać naszą motywację do ruchu, co w konsekwencji może prowadzić do pogorszenia kondycji fizycznej i zdrowia.

Właściwie każdy z nas może zacząć dbać o środowisko, wprowadzając drobne zmiany w swoim codziennym życiu. :

- 1. Ogranicz zużycie plastiku poprzez wybieranie produktów opakowanych w sposób ekologiczny używaj wielorazowych pojemników, które można myć.**
- 2. Wybieraj energooszczędne źródła światła oraz sprzęty AGD.**
- 3. Korzystaj z transportu publicznego, tam gdzie możesz poruszać się pieszo lub na rowerze.**
- 4. Podlewaj rośliny i myj samochód wykorzystując deszczówkę.**
- 5. Posadź drzewo! Drzewa usuwają z atmosfery dwutlenek węgla oraz inne zanieczyszczenia.**

Myśląc o tym, dlaczego dbać o środowisko, warto mieć na uwadze także troskę o przyszłe pokolenia. To, jak dbamy o naszą planetę, wpłynie na przyszłe warunki życia ludzi. Jeśli nie zadamy o to teraz, to konsekwencje takiego postępowania zostawią nieodwracalne efekty. Biorąc to pod uwagę, działania na rzecz ochrony środowiska to również inwestycja w przyszłość dla naszych dzieci, wnuków i kolejnych pokoleń.

Wspierając edukację ekologiczną w przedszkolu, kładziemy fundamenty pod wychowanie odpowiedzialnych, świadomych i zaangażowanych obywateli, którzy będą dbać o dobro naszej planety. Wczesne zetknięcie z zagadnieniami ekologicznymi pozwala na kształtowanie postaw, które będą miały trwały wpływ na sposób, w jaki młode pokolenie postrzega i oddziałuje na środowisko naturalne.

Opracowała Sylwia Zalewska na podstawie:

1. P. Trojan: *Ekologia organizmów. Zasady autekologiczne*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 1985,
2. J. C. Chojnacki: *Podstawy ekologii i ochrony środowiska*. Szczecin : Akademia Rolnicza w Szczecinie, 2000.
3. J. Weiner: *Życie i ewolucja biosfery. Podręcznik ekologii ogólnej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2003,
4. <https://synchronizinghealthcare.pl/pacjent/srodowisko-a-zdrowie-jak-nasze-otoczenie-wplywa-na-nasze-cialo/>
5. https://przyjazni-srodowisku.pl/argumenty-dlaczego-warto-dbac-o-srodowisko-praktyczne-porady-dla-kazdego/?utm_content=cmp-true
6. <https://pixabay.com/pl/photos/natura-pogl%C4%85d-kackar-3150822/>, Obraz do wykorzystania w ramach **licencji na treść** Pixabay,