DOKTER BOS

BOS+

TREES PLEASE

VOOR KINDEREN



OPSTAAN EN NAAR SCHOOL: MET DE AUTO, TE VOET OF MET DE FIETS?

Een groene omgeving rond de school stimuleert kinderen om vaker te voet of met de fiets te gaan.

BUITEN LES GEVEN HELPT KINDEREN EN LEERKRACHTEN

Ook binnen bevorderen planten de concentratie. Leerlingen zijn aandachtiger in een klaslokaal met een planten-wand.

De klassfeer gaat erop vooruit 80% van de 8- en 9- jarigen ervaart na een buitenles een betere relatie met klasgenootjes én de leerkracht.

Een groene leeromgeving is meer betekenisvol en inspirerend dan een doorsnee klaslokaal, en helpt daarmee automatische het leerproces vooruit.

Kinderen kunnen beter opletten wanneer de les doorgaat onder een boom dan in een klaslokaal. Eenmaal leerlingen gewend zijn aan buitenlessen, moeten leerkrachten minder vaak ingrijpen of de les onderbreken.



Kinderen met leerstoornissen of een mentale beperking profiteren extra. Doordat ze in een groene omgeving beter leren, nemen hun kansen in de samenleving toe.



Kinderen gedragen zich onafhankelijker en verantwoordelijker voor zichzelf, anderen en de omgeving.

SPEELTIJD! OP EEN GROENE SPEELPLAATS?

Een natuurlijk ingerichte speelplaats maakt de speeltijd leuker en gezonder

Kinderen spelen creatiever, actiever en met meer variatie. Groene speelplaatsen stimul-eren constructieve spelletjes zoals tikkertje en voetbal, maar ook fantasierijk en avontuurlijk spelgedrag.

Buiten spelen is ook leren! 90% van de kinderen heeft na een uur spelen het gevoel iets nieuws te hebben geleerd over de



Kinderen worden emotioneel en sociaal sterker. 84% van de kinderen voelt zich beter en zekerd-er over hun eigen kunnen na het buitenspelen in een natuurlijke omgeving.

Bomen en stromend water hebben een magnetische aantrekkingskracht op kinderen.

Ze prikkelen hun nieuwsgierigheid voor de eigenschappen van de natuur.



Er is minder ruzie en er wordt minder gepest. Een natuurlijke omgeving vermijdt strijd over speelmateriaal, het samen ontdekken verst-erkt samenwerking en zorgt voor minder kliekjes.

NA SCHOOL: SCHERMTIJD OF BUITENSPELEN?

Een 8-jarige in de UK heeft gemiddeld al 1 jaar van zijn leven voor een scherm doorgebracht. De schermtijd van kinderen neemt overal enorm toe.



Kinderen raken steeds meer vervreemd van de natuur. Dat zorgt ook voor minder voor minder kennis over en verbondenheid met de natuur als volwassene.

Buiten spelen brengt kinderen in actie en stimuleert een gezonde ontwikkeling van fysieke en motorische vaardigheden.

Spelen in het groen verbetert het immuunsysteem. Volgens de 'oude vrienden hypothese' helpt contact met natuurlijke bacteriën, schim-mels en micro-organismen in de kindertijd het immuunsysteem om hier later beter op te reageren.

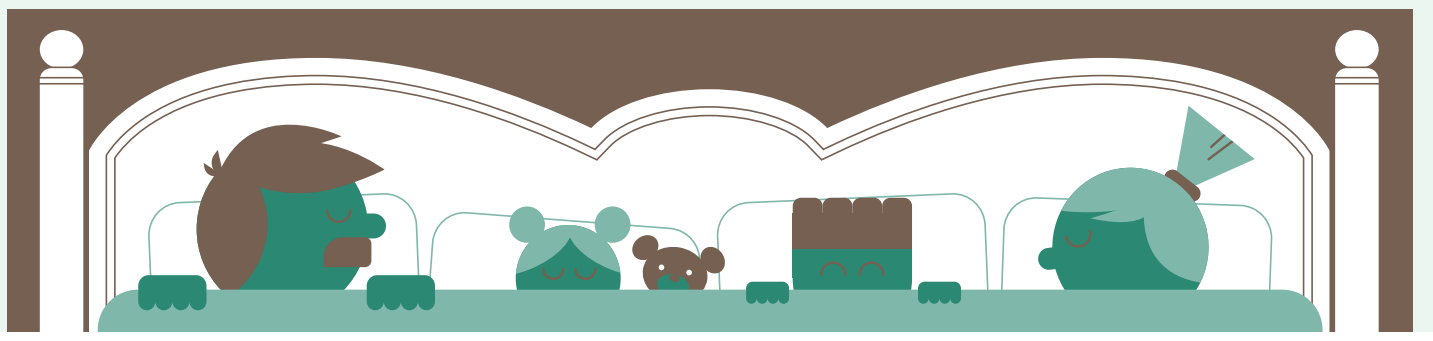


Kinderen mogen steeds minder vaak en minder ver van huis buiten spelen. De afstand die een 8-jarige alleen mag afleggen slonk over 4 generaties van bijna 10 km tot amper 30 m.

Vlaamse kleuters en kinderen zitten 6 tot 9,5u per dag stil (slapen niet inbegrepen).

BEDTIJD

Buitenspelen overdag zorgt voor een gezonder en kwalitatiever slaappatroon bij jonge kinderen. Kleuters die op school een groene speelplaats hebben, slapen 's nachts beter.



TAKE A LOOK