

## Potencjał rekreacyjny wybranych typów zieleni miejskiej

## Recreation potential of chosen types of urban green spaces

Iwona Szumacher, Ewa Malinowska

Uniwersytet Warszawski, Wydział Geografii i Studiów Regionalnych, Zakład Geoekologii  
ul. Krakowskie Przedmieście 30, 00-927 Warszawa, Polska  
e-mail: szumi@uw.edu.pl, emal@uw.edu.pl

---

**Abstract.** Urban green space is one of the most important space for passive and active recreation. The aim of this paper is to provide recreational potential of selected urban green areas in the opinion of people from different parts of the world. Published and unpublished results of surveys conducted among visitors of urban green areas have been analyzed. In addition, own observations have been carried out in several cities.

**Słowa kluczowe:** potencjał rekreacyjny, miejskie tereny zieleni, park, skwer, las miejski, ogród działkowy

**Key words:** recreation potential, urban green space, park, square, urban forest, allotment garden

### Wprowadzenie

Na jakość życia w mieście składa się między innymi możliwość wypoczynku poza domem. Miejskami, gdzie mieszkańcy miast mogą aktywnie i biernie odpoczywać, są m.in. obiekty sportowe (baseny, kluby fitness, hale sportowe), obiekty kulturalne (kino, teatr, muzeum) oraz zieleń miejska (parki, skwery, ogrody, ogrody dydaktyczne, zieleń przyuliczna, zieleń osiedlowa, ogrody działkowe, zieleń cementarna, zieleń towarzysząca zabytkowym fortyfikacjom, zieleń towarzysząca obiektom i budynkom o różnych funkcjach, lasy, zieleń obszarów chronionych). Każdemu z typów terenów zieleni miejskiej przypisana jest inna funkcja, choćby ze względu na powierzchnię jaką zajmuje, rodzaj infrastruktury, sąsiedztwo. Wybór danego miejsca na krótki wypocznik w ciągu dnia oraz rodzaj wypoczynku często zależy od odległości, jaką trzeba pokonać, by się do niego dostać, oraz czynników przyrodniczych (np. obecność trawników, drzew, krzewów, zwierząt, wód powierzchniowych, sprzyjający klimat lokalny, urozmaicona rzeźba terenu) i pozaprzyrodniczych (ścieżki, chodniki, aleje, boiska, korty, przyrządy do ćwiczeń, place zabaw, miejsca piknikowe, ławki, stoliki, restauracje, bary, obiekty historyczne i edukacyjne, parkingi, stojaki na rowery).

Ze względu na funkcję estetyczną, przyrodniczą, zdrowotną i rekreacyjną terenów zieleni miejskiej, w Polsce w latach 70. XX w. zostały sprecyzowane normy urbanistyczne w zakresie ustaleń dla terenów otwartych. Przykładowo w promieniu 800 m od miejsca zamieszkania powinien być park wypoczynkowy o powierzchni 2 ha. Normy te nie zostały wypełnione, a obszary niezagospodarowane przeznaczono na cele komercyjne w latach 90. XX w. i późniejszych (za Dąbrowska-Milewska 2010). Obecne prawo budowlane ogranicza się do wytycznych dotyczących obecności powierzchni biologicznie czynnych na terenie danej inwestycji zgodnie z ustaleniem miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. Brakuje wytycznych zobowiązujących do utworzenia obiektów zieleni wielkoobszarowych. Prowadzi to do ograniczenia, do niezbędnego minimum, terenów zieleni na terenach nowo powstałych osiedli. Obniża to ich potencjał rekreacyjny, przez który rozumie się zdolności środowiska do tworzenia warunków zapewniających człowiekowi odpocznik oraz

regenerację fizyczną i psychiczną. Dodatkową przyczyną obniżenia potencjału rekreacyjnego jest sposób zagospodarowania przestrzeni.

W Polsce, w tym również w dużych miastach (o liczbie mieszkańców pow. 500 tys.), ulubionym sposobem spędzania czasu wolnego przeznaczanego na wypoczynek jest: słuchanie radia, muzyki, oglądanie telewizji, wypoczynek bierny, udział w spotkaniach towarzyskich, czytanie. Rekreacja czynna (uprawianie sportu i ćwiczeń fizycznych, praca na działce) jest mniej lubianą formą wypoczynku (tab. 1). Do najbardziej popularnych form rekreacji aktywnej Polaków należy jazda na rowerze, spacer, jogging, nordic walking oraz pływanie. Głównymi motywami aktywności sportowej i rekreacyjnej mieszkańców wielkich miast są: chęć zachowania zdrowia i utrzymanie kondycji fizycznej (42.4%), przyjemność, rozrywka (41.5%), zachowanie właściwej sylwetki (6.1%), spotkanie ze znajomymi (3.9%), zalecenie lekarza (3.0%) (GUS 2009).

Większość z wyżej wymienionych form spędzania wolnego czasu można realizować na terenach zieleni miejskiej, o ile są one do tego odpowiednio przystosowane.

Tab. 1. Ulubiony sposób spędzania czasu wolnego przeznaczanego na wypoczynek w miastach pow. 500 tysięcy mieszkańców (%) w 2009 r.

Źródło: GUS 2010

Tab. 1. Favorite leisure activities in the cities with more than 500 000 dwellers (%) in 2009

Source: GUS 2010

Wypoczynek bierny – opalanie się, relaks	14.5
Czytanie	13.5
Słuchanie radia, muzyki, oglądanie telewizji	19.7
Udział w spotkaniach towarzyskich	14.0
Chodzenie do kawiarni, restauracji	2.6
Uprawianie sportu i ćwiczeń fizycznych (łącznie z bieganiem, spacerami, myślistwem, wędkarstwem, korzystaniem z siłowni)	8.8
Kibicowanie na imprezach sportowych	2.4
Odwiedzanie muzeów, wystaw, zabytków, imprezy objazdowe, zwiedzanie	5.1
Chodzenie do kina, teatru, udział w imprezach kulturalnych	6.4
Praktyki religijne	1.7
Uprawianie hobby, pogłębianie wiedzy (nie związane bezpośrednio z pracą zawodową)	4.3
Praca na działce	3.5
Zakupy dla przyjemności	2.2
Inne	1.5

Celem opracowania jest przedstawienie potencjału rekreacyjnego wybranych terenów zieleni miejskiej w opinii mieszkańców różnych części świata. Przeanalizowano publikowane i niepublikowane wyniki ankiet przeprowadzonych wśród odwiedzających tereny zieleni miejskiej. W większości ankiet respondenci byli pytani o motyw spędzania wolnego czasu na terenie zieleni miejskiej, formy rekreacji, częstotliwość odwiedzin i długość spędzonego czasu oraz opinię o danym miejscu. Dodatkowo przeprowadzono obserwacje własne w kilku miastach.

## Parki

W miastach najczęściej odwiedzanymi miejscami są parki. W Warszawie najbardziej popularne są parki wielkoobszarowe: Pola Mokotowskie, Łazienki Królewskie, Park Szcześliwicki (Sławek 2012). Mieszkańcy przeważnie realizują na ich terenie rekreacyjną aktywność ruchową w sposób nieregularny – uaktywniają się głównie podczas weekendów i sporadycznie, co wpisuje się w wyniki uzyskane przez GUS (2009, 2010) oraz badania ankietowe przeprowadzone wśród odwiedzających parki (Szumacher, Ostaszewska 2010).



Fot. 1. Rekreacja bierna: spotkanie matek z dziećmi w cieniu drzew na świeżym powietrzu, Londyn (po lewej); medytacja w parku, Mendoza (po prawej) (fot. I. Szumacher)

Fig. 1. Passive recreation: mothers with children in the shadow, London (on the left); meditation in the park, Mendoza (on the right) (photo by I. Szumacher)



Fot. 2. Wyposażenie: sprzęt do ćwiczeń z opisem ćwiczeń na planszach, Londyn (po lewej); plansze do gry w szachy, jednej z bardziej lubianych gier Argentyńczyków, Buenos Aires (po prawej) (fot. I. Szumacher)

Fig. 2. Infrastructure: the fitness equipment with the exercise program, London (on the left); the chess board, chess are the favorite game for Argentineans, Buenos Aires (on the right) (photo by I. Szumacher)

Parki w Warszawie (76 obiektów) zajmują 2.36 % powierzchni miasta. Im dalej od centrum miasta, tym jest ich mniej, szczególnie po prawej stronie Wisły (Opracowanie ekofizjograficzne 2006). Główną motywacją wyboru parku przez respondentów jest możliwość odpoczynku na świeżym powietrzu, poprawienie samopoczucia, komfort termiczny, poczucie wolności i możliwość uprawiania sportu (Szumacher, Ostaszewska 2010). Parki są przede wszystkim miejscem wypoczynku biernego na świeżym powietrzu, spotkania z ludźmi, miejscem zabawy dla dzieci (fot. 1) (Wendel et al. 2012, McCormack et al. 2010, Sławek 2012). Parki są również miejscem duchowych doznań, miejscem medytacji i skupienia (fot. 1). Z tego powodu w sondażach przeprowadzonych w parkach w Karaczi w Pakistanie aż 78 % respondentów uważa za konieczne wyznaczenie miejsc do tego przeznaczonych (Quereshi et al. 2010).

Im bardziej urozmaicone wyposażenie parku, tym więcej osób odwiedzających go decyduje się na aktywną rekreację, jak to ma miejsce na przykład w Parku Szczęśliwickim, na terenie którego znajduje się stok narciarski (Sławek 2012). Obecność wyposażenia (fot. 2), które wspomagałoby rekreację czynną i bierną dzieci i dorosłych (np. place zabaw, sprzęt do ćwiczeń, stoliki z planszami, ławki), jest niezbędna i często decyduje o wyborze danego parku (McCormack et al. 2010). Potencjał rekreacyjny zależy również od czynników naturalnych, np. roślinności. Wypoczywający w parkach miejskich preferują parki z urozmaiconym typem roślinności, gdzie nie ma tylko trawników lub tylko zadrzewień (Bjerke et al. 2006). Zbytne zadrzewienie sprawia, że nie czujemy się w parku bezpiecznie, natomiast brak choćby pojedynczych drzew zwiększa dyskomfort termiczny.

W przypadku parków historycznych mogą mieć miejsce pewne ograniczenia dotyczące form spędzania czasu. Przykładowo w Warszawie w Łazienkach Królewskich, które są obiektem zabytkowym wpisanym do rejestru zabytków i podlegają ochronie prawnej, jest zakaz wchodzenia na trawniki (z wyjątkiem trawników przy Pomniku Fryderyka Chopina w czasie trwania koncertów i wyznaczonej strefy leżakowania przy Nowej Oranżerii), wprowadzania zwierząt, jazdy rowerem, na wrotkach, łyżworolkach i deskorolkach oraz poruszania się innymi pojazdami, uprawiania sportów, poza indywidualnym bieganiem, w określonych godzinach (np. w weekend do godziny 10). Tymczasem w Królewskich Parkach (The Royals Parks) w Londynie wszystkie te aktywności są możliwe. Wymaga się jedynie od użytkowników, aby przestrzegali nakazów, takich jak np.: poruszanie się rowerzystów (ale również osób na łyżworolkach i deskorolkach) po wyznaczonych alejach (kara wynosi 50 £), prowadzenie psów na smyczy, ograniczenie liczby osób biorących udział w pikniku (bez używania grilla) np. w Hyde Parku do 40 osób, w St. James's Park do 20 osób, rozgrywanie meczów piłkarskich poprzedzone zgłoszeniem do biura parków.

## Skwery

W Warszawie skwery i zieleńce zajmują zaledwie 0.09 % miasta (154 obiekty). Możliwości ich wykorzystania w porównaniu do dużych parków są ograniczone. Odwiedzający odpoczywają, siedząc na ławce bądź spacerując. Skwery przede wszystkim są miejscem socjalizacji i odpoczynku (fot. 3). Badania przeprowadzone w Kopenhadze wykazały, że małe obszary zieleni to miejsca spotkań w drodze do domu w godzinach popołudniowych a dla osób w wieku 50–65 – miejsca odpoczynku. Są one odwiedzane systematycznie (Peschardt et al. 2012). W Warszawie skwery wydają się być mniej oblegane przez odwiedzających ze względu na ograniczoną liczbę ławek i częsty zakaz wydeptywania trawników. Nie ma też zwyczaju i możliwości odpoczynku w ciągu dnia na skwerach przy obiektach muzealnych, budynkach sakralnych itp., jak to ma miejsce w wielu krajach (fot. 3).

W celu poprawy jakości życia mieszkańców liczba skwerów powinna być w mieście zwiększana, szczególnie tam, gdzie jest duża odległość do parków. Jeśli na ich terenie jest zakaz deptania trawy lub powierzchni trawiastej jest mało, to powinny być wyposażone w dużą liczbę ławek.

## Ogrody działkowe

W Polsce i Europie Środkowej fenomenem miast są ogrody działkowe. Ideę ogródków dla robotników („Schrebergarten”) stworzył doktor Daniel Moritz Schreber (1808–1861) w Lipsku. Ich centralną część miał zajmować trawnik – miejsce zabaw dzieci, a wokół niego miały być uprawiane owoce i warzywa (w ramach edukacji przyrodniczej dzieci) z przeznaczeniem dla rodzin robotniczych. W Polsce zarejestrowanych jest 966 332 działek, z czego w Warszawie 5 tys. o średniej powierzchni ok. 300–500 m<sup>2</sup>. Zajmują one 3.6 % powierzchni stolicy (<http://www.pzd.pl/>). Wśród działkowiczów dominują emeryci, renciści (46.9%) i robotnicy (24.0%). Podobne proporcje są w Niemczech i Austrii (Breuste 2010). Działki położone są głównie na peryferiach zwartej zabudowy miasta, w sąsiedztwie szlaków komunikacyjnych, drogowych i kolejowych, w sąsiedztwie dzielnic robotniczych i zakładów przemysłowych. Mają one charakter przede wszystkim sadowniczy i sadowniczo-warzywno-ozdobny. Obok funkcji rekreacyjnych oraz możliwości uprawy warzyw i owoców pełnią funkcję przyrodniczą i krajobrazową, socjalną, zdrowotną, społeczną i edukacyjną (Bellows 2004, Malinowska, Szumacher 2008, Pawlikowska-Piechota 2011).



**Fot. 3.** Skwer: przykościelny – miejscem spotkania i spożywania posiłku w przerwie obiadowej, Londyn (po lewej); w centrum miasta – miejscem spotkań Ujgurów urozmaiconym tańcem i śpiewem, Kaszgar (po prawej) (fot. I. Szumacher)  
**Fig. 3.** Square: Churchyard square – meeting place during lunch time, London (on the left); the center of Kashgar – meeting place for Uyghurs (on the right) (photo by I. Szumacher)



**Fot. 4.** Ogródek działkowy miejscem spędzania wolnego czasu rodziny: babcia (po lewej); wnuk (po prawej), Warszawa (fot. E. Malinowska)  
**Fig. 4.** Leisure with family in the allotment garden: grandmother (on the left); grandson (on the right) (photo by E. Malinowska)

Sondaż przeprowadzony wśród działkowiczów rodzinnego ogrodu działkowego „Obróćców Pokoju” (utworzonego w 1902 r.) wykazał, że obecnie ogródki działkowe są przede wszystkim miejscem wypoczynku wraz z rodziną i znajomymi (Kukwa 2011). Ich pierwotna funkcja produkcyjna straciła nieco na wadze, ale obserwuje się coraz większe zainteresowanie działkami wśród młodych ludzi, dla których uprawa warzyw i owoców staje się też atrakcyjnym sposobem spędzania wolnego czasu (fot. 4) (Sarzyński 2011, Szczurek, Zych 2012). Przebywanie na terenie działki pozytywnie wpływa na zdrowie działkowiczów. Potencjał rekreacyjny działek podnoszą zajęcia organizowane przez Zarząd Ogrodu i PZD (Kukwa 2011).

## Lasy miejskie

Lasy w Warszawie zajmują około 15% powierzchni miasta. Najwięcej lasów znajduje się we wschodniej i północnej części miasta. W miejscach szczególnie cennych przyrodniczo i krajobrazowo wprowadzono różne formy ochrony, m.in. rezerwy. Spacer jest najbardziej popularną formą rekreacji w miejskich lasach w Europie (Tyrväinen et al. 2005). Rekreacja na terenach leśnych, szczególnie chronionych, niesie pewne ograniczenia. Przy dużej liczbie odwiedzających las, szczególnie w weekendy, trudno uniknąć negatywnych tego skutków ze względu na brak respektowania nakazów (Malinowska, Szumacher 2008). Badania ankietowe przeprowadzone na terenie rezerwatu Las Bielański położonego w północno-zachodniej części Warszawy

wykazały, że jest on odwiedzany przede wszystkim przez mieszkańców pobliskich osiedli i mieszkańców dzielnicy Bielany. Jest to dla nich miejsce codziennego spędzania wolnego czasu. Respondenci przede wszystkim spacerują i uprawiają sport (również zimą – narty biegowe). Odwiedzający doceniają naturalny charakter Lasu Bielańskiego oraz bliskość i łatwość dostępu do terenu o wysokich walorach przyrodniczych (Milczarek 2010). Również badania przeprowadzone w Göteborgu w Szwecji potwierdziły, że większość odwiedzających docenia walory przyrodnicze lasów i stara się respektować zakazy. Odwiedzający negatywnie odnoszą się do niszczenia krajobrazu i zmniejszania estetycznych walorów miejsca: ślady kół samochodów, śmieci, wycinka drzew, prace ziemne (Heyman 2012).

## Podsumowanie

Potencjał rekreacyjny różnych typów zieleni miejskiej w ocenie mieszkańców zależy zarówno od czynników pozaprzyrodniczych, jak i przyrodniczych. Na całym świecie doceniają oni przede wszystkim świeże powietrze, obecność drzew, możliwość spaceru i odpoczynku na ławce. Przebywanie na terenach zieleni poprawia im samopoczucie, a przez to wpływa zapewne na polepszenie stanu zdrowia. Niezależnie od rodzaju zieleni miejskiej, mieszkańcy oczekują poprawy istniejącej tam infrastruktury. Do polepszenia jakości życia człowieka w mieście nie wystarczy zwiększenie liczby metrów kwadratowych terenów zieleni miejskiej przypadających na jednego mieszkańca, ale ważne jest przede wszystkim ich zagospodarowanie. Mieszkańcy wielkich miast oczekują, że tereny zieleni miejskiej zapewnią im możliwość rekreacji biernej, czynnej oraz będą sprzyjać nawiązaniu więzi społecznych.

## Literatura

- Bellows A. C. 2004. One hundred years of allotment gardens in Poland. *Food & Foodways* 12, p. 247–276.
- Bjerke T., Østahl T., Thrane Ch., Strumse E. 2006. Vegetation density of urban parks and perceived appropriateness. *Urban Forestry & Urban Greening* 5, p. 35–44.
- Breuste J. 2010. Allotment gardens as part of urban green infrastructure: actual trends and perspectives in Central Europe. In: Müller N., Werner P. and Kelcey J. (eds.), *Urban Biodiversity and Design – Implementing the Convention on Biological Diversity in Towns and Cities*. Wiley – Blackwell, Oxford, p. 463–475.
- Dąbrowska-Milewska G. 2010. Standardy urbanistyczne dla terenów mieszkaniowych – wybrane zagadnienia. *ARCHITECTURAE et ARTIBUS* – 1/2010, p. 17–31.
- GUS. 2010. Turystyka i wypoczynek w gospodarstwach domowych w 2009 r., Warszawa
- GUS. 2009. Uczestnictwo Polaków w sporcie i rekreacji ruchowej w 2008 r., Warszawa
- Heyman E. 2012. Analysing recreational values and management effects in an urban forest with the visitor – employed photography method. *Urban Forestry & Urban Greening* 11, p. 267–277.
- Kukwa K. 2011. Rola ogrodów działkowych na przykładzie ogrodu im. „Obrońców Pokoju” w Warszawie, manuskrypt, WGiSR UW, Warszawa
- McCormack G. R., Rock M., Toohey A. M., Hignell D. 2010. Characteristics of urban parks associated with park use and physical activity: A review of qualitative research. *Health & Place* 16, p. 712–726.
- Malinowska E., Szumacher I. 2008. Rola ogrodów działkowych w krajobrazie lewobrzeżnej Warszawy. *Problemy Ekologii Krajobrazu*, t. XXII, p. 139–150.
- Milczarek M. 2010. Rola Lasu Bielańskiego w przestrzeni Warszawy, manuskrypt, WGiSR UW, Warszawa
- Opracowanie ekofizjograficzne do studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego m. st. Warszawy, 2006, Biuro Naczelnego Architekta Miasta, Warszawa
- Pawlikowska-Piechota A. 2011. Active recreation space „for all”: family garden in Poland. *Studium in Physical Culture and Turism*, Vol. 18, No. 4, p. 351–360.
- Peschardt K. K., Schipperijn J., Stigsdotter U. K. 2012. Use of Small Public Urban Green Spaces (SPUGS), *Urban Forestry & Urban Greening* 11, p. 235–244.
- Polski Związek Działkowców – materiały informacyjne (<http://www.pzd.pl/>; data dostępu 15.09.2012)

- Qureshi S., Breuste J. H., Lindley S. J. 2010. Green Space Functionality Along an Urban Gradient in Karachi, Pakistan: A Socio-Ecological Study. *Hum. Ecol.* 38, p. 283–294.
- Sarzyński P. 2011. Działka dziełem. *Polityka* nr 2822, p. 78–80.
- Sławek M. 2012. Tereny zieleni miejskiej dzielnicy Ochota w opinii mieszkańców Warszawy, manuskrypt, WGiSR UW, Warszawa
- Szczurek M., Zych M. 2012. dzieło-działka. Muzeum Etnograficzne im. Seweryna Udzieli,
- Szumacher I., Ostaszewska K. 2010. Funkcje parków śródmiejskich w opinii przyrodników i użytkowników – przyczynek do dyskusji. *Problemy Ekologii Krajobrazu*, t. XXVII, p. 491–494.
- Tyrväinen L., Pauleit S., Seeland K., de Vries S. 2005. Benefits and uses of urban forests and trees. In: Konijnendijk C. C., Nilsson K., Randrup T. B., Schipperijn J. (eds.), *Urban Forests and Trees*. Springer, Berlin, p. 81–114.
- Wendel H.E., Zarger R. K., Mihelcic J. R. 2012. Accessibility and usability: Green space preferences, perceptions, and barriers in a rapidly urbanizing city in Latin America. *Landscape and Urban Planning* 107, p. 272–282.
- <http://www.pzd.pl/> Polski Związek Działkowców (data dostępu 15.11.2012)