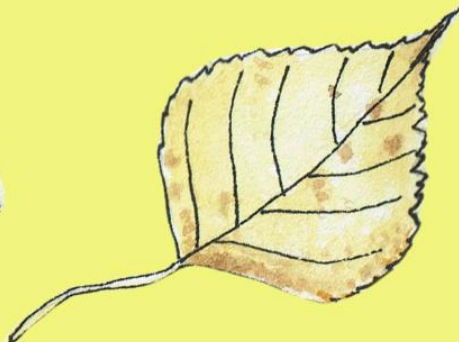
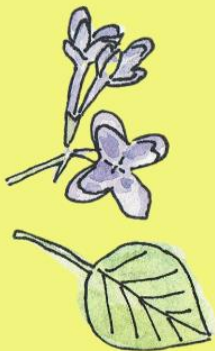
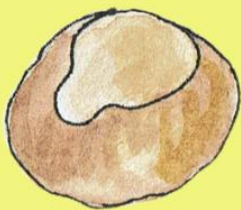
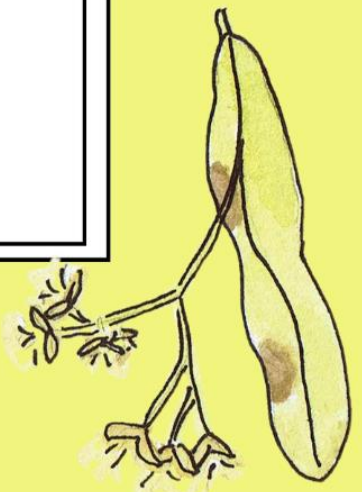


Anna Socha

8 PÓR ROKU Z DRZEWAMI

Podstawy obserwacji
fenologicznych



Tytuł: 8 pór roku z drzewami
Podstawy obserwacji fenologicznych

Tekst i rysunki: Anna Socha

Copyright © Anna Socha, 2026

Wszelkie prawa zastrzeżone

Wydanie I

Gorzów Wielkopolski 2026



Inicjatywę wspiera

**Fundusz Obywatelski
im. Ludwiki i Henryka
Wujców**

ANNA SOCHA

8 pór roku
z drzewami

Podstawy obserwacji fenologicznych

Gorzów Wielkopolski 2026

Spis treści

Wstęp	6
Dlaczego osiem pór roku?.....	7
Symptomy pór roku.....	10
Przegląd pór roku.....	12
Opowiedz swoją porę roku	21
Wymarzona pora roku	25
Tabela obserwacji.....	27
Zakończenie.....	33
Wykaz źródeł.....	34
O autorce	35

Wstęp

Obserwować drzewa przez cały rok i nigdy nie mieć dość – jeśli to Twoje marzenie, jesteś w dobrym miejscu. Z fenologią poznasz drzewa w Twoim otoczeniu i nauczysz się dostrzegać zmiany zachodzące wśród drzew w ciągu roku. To nie jest zwykła obserwacja – to towarzyszenie drzewom w czasie ich corocznych przemian związanych z zakwitaniem, owocowaniem, zrzucaniem liści.

Będąc obecny w życiu drzewa budujesz z nim relację. Zaczynasz o nim myśleć – *co u niego? Czy już zakwita? Czy coś się u niego zmieniło?* To nie błażostka, lecz cenna umiejętność – budujesz więź z przyrodą. W ten sposób przyroda staje się ważna w Twojej codzienności, a ty możesz z niej czerpać energię, siłę i spokój.

Rozdział 1

Dlaczego osiem pór roku?

Każdy z nas zna cztery pory roku: wiosnę, lato, jesień, zimę. Skąd zatem pojawiają się cztery kolejne? I ile naprawdę jest pór roku w Polsce?

Cztery pory roku to kalendarzowe pory roku. Fenologicznych pór roku – jest osiem.

Fenologia bada zależności między zmianami czynników klimatycznych (np. temperatury powietrza) a cyklicznymi zmianami w przyrodzie ożywionej. **Fenologiczne pory roku** to okresy w ciągu roku charakteryzujące się różną dynamiką, różnymi zjawiskami zachodzącymi w świecie roślin i zwierząt, które wynikają ze zmian klimatu zachodzących w ciągu roku.

Fenologiczne pory roku nie mają stałych dat rozpoczęcia, jak ma to miejsce w przypadku kalendarzowych pór roku. Ich początek i koniec wyznaczają zmiany zachodzące w przyrodzie, takie jak: kiełkowanie, kwitnienie, listnienie¹, owocowanie, żółknięcie liści – w świecie roślin, czy przyloty i odloty ptaków, zapadanie w sen zimowy, lęgi – w świecie zwierząt.

¹ listnienie – rozwijanie liście

Podział roku na 8 fenologicznych pór roku:

1. **zaranie wiosny, przedwiośnie** – od lutego lub marca do początku kwietnia
2. **wczesna wiosna, pierwiośnie** – od okolicy połowy kwietnia do drugiej dekady maja
3. **pełnia wiosny** – przełom maja i czerwca
4. **wczesne lato** – druga i trzecia dekada czerwca
5. **późne lato** – lipiec i sierpień
6. **wczesna jesień** – początek września do początku października
7. **pełnia jesieni** – październik i listopad
8. **zima** – od końca listopada do końca lutego

Niektóre ujęcia naukowe wyróżniają nawet od 9 do 12 fenologicznych pór roku, wskazując na występowanie pełni jesieni (październik) i późnej jesieni (listopad, jesień bezlistna) oraz rozróżniając przedzimek, pełnię zimy i spodzimek.

Daty początku pór roku będą różnić się:

- w kolejnych latach – gdy mamy ciepłą wiosnę, lato rozpocznie się wcześniej,
- ze względu na geograficzne położenie – na zachodzie kraju przedwiośnie rozpoczyna się wcześniej niż na wschodzie,
- ze względu na lokalne warunki – związane z lokalnym klimatem.

W Polsce obserwacje fenologiczne prowadzi Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej (IMGW). Mapy są dostępne on-line: https://agrometeo.imgw.pl/fenologia/fenologiczne_pory_roku

Rozdział 2

Symptomy pór roku

Początek fenologicznych pór roku jest wyznaczany na podstawie wybranych gatunków roślin, zwanych **roślinami wskaźnikowymi**.

L.P.	PORA ROKU	SYMPTOM
1.	zaranie wiosny, przedwiośnie	kwitnienie leszczyny pospolitej
		kwitnienie olszy czarnej
2.	wczesna wiosna, pierwiośnie	kwitnienie jabłoni domowej
		kwitnienie gruszy polnej
		listnienie brzozy brodawkowatej
		listnienie dębu szypułkowego
3.	pełnia wiosny	zazielenianie się lasu liściastego
		kwitnienie kasztanowca pospolitego
		kwitnienie głogu
		kwitnienie jarzębu pospolitego (jarzębiny)
		kwitnienie lilaka
4.	wczesne lato	kwitnienie dzikiego bzu
		kwitnienie robinii akacjowej (akacji)
		kwitnienie śnieguliczki białej

L.P.	PORA ROKU	SYMPTOM
5.	późne lato	kwitnienie lipy drobnolistnej
		dojrzewanie owoców jarzębu pospolitego (jarzębiny)
		dojrzewanie owoców gruszy polnej
		dojrzewanie owoców dzikiego bzu
6.	wczesna jesień	dojrzewanie owoców kasztanowca pospolitego
		dojrzewanie owoców leszczyny pospolitej
		dojrzewania owoców ligustru pospolitego
7.	pełnia jesieni	żółknięcie liści lipy drobnolistnej
		żółknięcie liści brzozy brodawkowatej
		żółknięcie liści klonu pospolitego
8.	zima	okres spoczynku roślin
		zalega pokrywa śnieżna

Cykl roczny w świecie roślin obejmuje czas wiosennego przebudzenia, wytworzenie kwiatów, wydanie owoców i czas zimowego odpoczynku. W ciągu roku głównym celem roślin jest **wytworzenie nasion** ukrytych w owocach, z których wykiełkują nowe rośliny. W ten sposób rośliny przekazują swoje geny zapewniając **przetrwanie gatunku**.

Rozdział 3

Przegląd pór roku

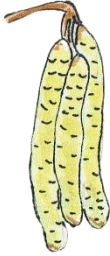

1. ZARANIE WIOSNY, PRZEDWIOŚNIE

czas trwania: od lutego lub marca do początku kwietnia

zachodzące zmiany: rośliny budzą się do życia, wschodzenie pierwszych roślin, brak ulistnienia na drzewach

temperatura powietrza: średnie dobowe temperatury nieco powyżej 5°C

symptomy:

kwitnienie leszczyny pospolitej,	
kwitnienie olszy czarnej	

dotatkowe symptomy w świecie roślin:

kwitnienie śnieżyczki przebiśnieg

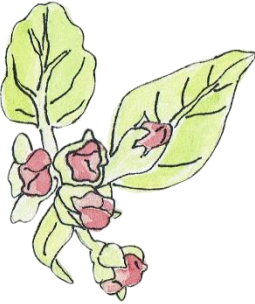

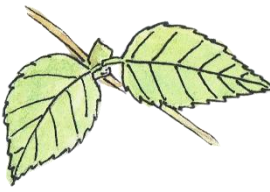
2. WCZESNA WIOSNA, PIERWIOŚNIE

czas trwania: od okolicy połowy kwietnia do drugiej dekady maja

zachodzące zmiany: na drzewach rozwijają się liście, kwitną drzewa owocowe, rośliny intensywnie rosną, zakwita wiele gatunków ziół

temperatura powietrza: w okolicy 10°C (nieco poniżej lub powyżej tej wartości).

symptomy:

kwitnienie jabłoni domowej	
kwitnienie gruszy polnej	
listnienie brzozy brodawkowatej	

dodatkowe symptomy w świecie roślin:

listnienie dębu szypułkowego

kwitnienie mniszka lekarskiego




3. PEŁNIA WIOSNY

czas trwania: przełom maja i czerwca

zachodzące zmiany: kwitnienie drzew, kwitnienie ziół, intensywny rozwój roślin

temperatura powietrza: Średnie dobowe temperatury zbliżają się do 15°C

symptomy:

kwitnienie kasztanowca pospolitego	
kwitnienie głogu	
kwitnienie lilaka	

dodatkowe symptomy w świecie roślin:

zazielenianie się lasu liściastego

kwitnienie jarzębu pospolitego (jarzębiny)

kwitnienie chabra bławatka


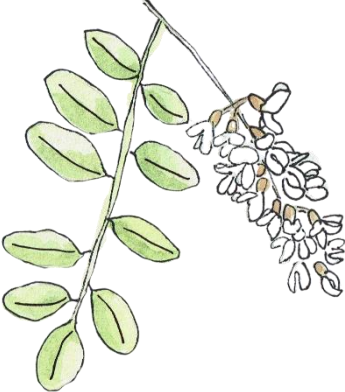
4. WCZESNE LATO

czas trwania: druga i trzecia dekada czerwca

zachodzące zmiany: dalszy rozwój kwiatów i wzrost roślin, pojawiają się pierwsze owoce m.in. jagody

temperatura powietrza: średnia dobowa temperatura przekracza 15°C i nadal rośnie

symptomy:

kwitnienie dzikiego bzu	
kwitnienie robinii akacjowej	

kwitnienie śnieguliczki białej



dotkliwe symptomy w świecie roślin:

kwitnienie dziurawca zwyczajnego

5. PÓŹNE LATO

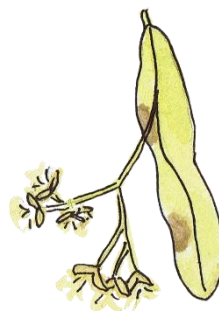
czas trwania: lipiec i sierpień


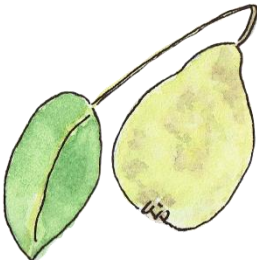
zachodzące zmiany: rośliny nadal kwitną, coraz więcej roślin wydaje owoce, odbywa się zbiór plonów

temperatura powietrza: średnie dobowe temperatury przekraczają 15°C

symptomy:

kwitnienie lipy drobnolistnej



<p>dojrzewanie owoców jarzębu pospolitego (jarzębiny)</p>	
<p>dojrzewanie owoców gruszy polnej</p>	

dotatkowe symptomy w świecie roślin:

dojrzewanie owoców dzikiego bzu

żniwa zbóż: żyta, jęczmienia, pszenicy

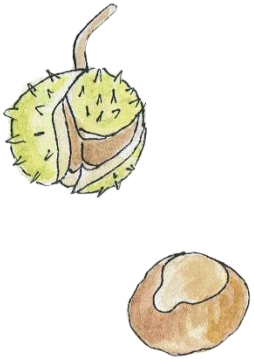

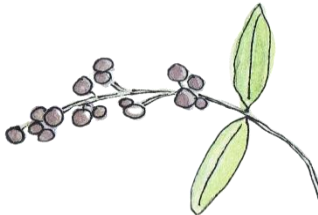
6. WCZESNA JESIEŃ

czas trwania: początek września do początku października

zachodzące zmiany: dojrzewają owoce, odbywa się zbiór plonów

temperatura powietrza: średnie temperatury dobowe maleją od 15°C do 10°C

symptomy:

dojrzewanie owoców kasztanowca pospolitego	
dojrzewanie owoców leszczyny pospolitej	
dojrzewanie owoców ligustru pospolitego	

dotatkowe symptomy w świecie roślin:

wykopki ziemniaków



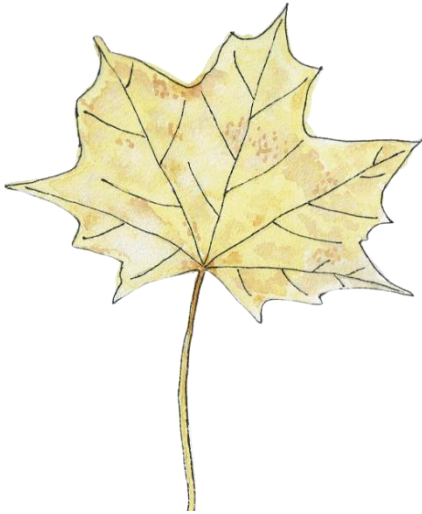
7. PEŁNIA JESIENI

czas trwania: październik, listopad

zachodzące zmiany: rośliny zamierają, bądyle przy drogach polnych, liście drzew przebarwiają się i opadają

temperatura powietrza: średnie dobowe temperatury stopniowo maleją z około 10°C do poniżej 5°C

symptomy:

żółknięcie liści lipy drobnolistnej	
żółknięcie liści brzozy brodawkowatej	
żółknięcie liści klonu pospolitego	

dotatkowe symptomy w świecie roślin:

kwitnienie zimowitu jesiennego

8. zima

czas trwania: od końca listopada do końca lutego

zachodzące zmiany: czas odpoczynku w świecie roślin

symptomy:

okres spoczynku roślin

zaleganie pokrywy śnieżnej

temperatura powietrza: średnie dobowe temperatury spadają poniżej
0°C

Rozdział 4

Opowiedz swoją porę roku

Opowiadanie historii to sposób na zatrzymanie się i skupienie uwagi na swoich odczuciach. Opowiadając o przyrodzie, budujemy więź. Wzmacnianie więzi z naturą, buduje odporność emocjonalną² – kształtuje umiejętności radzenia sobie ze stresem i codziennymi wyzwaniami.

Połączmy opowieści o porach roku ze **zmysłami**: wzroku, smaku, dotyku, zapachu, słuchu. I dodajmy **ruch**, czyli aktywności typowe dla pór roku. Dzięki temu doświadczanie natury stanie się pełniejsze i bardziej świadome.

WIOSNA

POCZĄTEK,, WZRASTANIE, PLANOWANIE

zmysły: dotyk ziemi po zimie, smak wiosennych warzyw – sałata, rzodkiewka, szczypiorek; śpiew ptaków;

aktywności: planowanie ogrodu, wysiew nasion, sianie rzeżuchy, jazda na rowerze, bukiety z kwitnących gałązek drzew owocowych, wicie wianków z mniszka, bukiet z tulipanów;

² Galle N., 2024.

LATO

OBFITOŚĆ, RADOŚĆ, DZIAŁANIE

zmysły: zapach kwiatów, barwy na skrzydłach motyli, szum wiatru, smak owoców leśnych, zapach skoszonego siana, szmer strumyka;

aktywności: suszenie ziół, zbieranie jagód, przygotowanie olejków kwiatowych, dekorowanie domu bukietami kwiatów, pielęgnowanie ogrodu, obserwowanie nieba nocą, obserwowanie motyli, pieczenie ciasta z jabłkami, ognisko, pierogi z jagodami, wicie wianków;

JESIEŃ

PODZIĘKOWANIE, PRZEMIJANIE, AKCEPTACJA

zmysły: zapach konfitur, ciepło ognia, dotyk kapelusza grzyba, zapach jabłek z przydrożnego drzewa na wsi;

aktywności: przygotowanie przetworów domowych, czytanie książek, gorące kakao, spacer po lesie, zbieranie grzybów, ciasto z dyni, rozgrzewająca herbata z imbirem, bukiety z suchych liści drzew, zbiory plonów, grabienie liści, zbieranie kasztanów;

ZIMA

REGENERACJA, ODPOCZYNEK, PRZEMIANA

zmysły: ciepło kominka, smak suszonych jabłek, dotyk spadających płatków śniegu;

aktywności: palenie świecy zapachowej, korzystanie z zapasów w spiżarni, oglądanie zdjęć, spacer, ciepłe zupy, ciepła kąpiel;

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Rozdział 4

Wymarzona pora roku

Każda pora roku ma swój niepowtarzalny rytm i nastrój. Aby ją lepiej poznać spróbuj nawiązać z nią relację przez pisanie opowieści.

ZADANIE

Jak chciałabyś lub chciałbyś spędzić nadchodzącą porę roku? Zanurz się w wyobraźni i opisz. Jak dbasz o siebie? Jak dbasz o relację z przyrodą? Jakie aktywności podejmujesz – możesz wybrać z propozycji z rozdziału 3.

Możesz zacząć tak: Tej wiosny budzę się wypoczęta. Czuję promienie słońca na policzku. Za oknem śpiewają ptaki.

W wazonie na stole stoi bukiet czerwonych tulipanów. Zaraz po śniadaniu idę z psem na spacer, ścieżką przy której rozkwitły mniszki. Czuję radość i spokój...

Niech prowadzi Cię Twoja wyobraźnia.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Rozdział 5

Tabela obserwacji

Świadome obserwacje przyrodnicze wymagają jednej ważnej rzecz – uważności. Ćwicz swoje skupienie uwagi na przyrodzie przy każdej okazji, a z czasem nabierzesz wprawy i lekkości w dostrzeganiu powtarzalnych wzorców i rytmów w świecie przyrody.

Tabele do obserwacji symptomów fenologicznych pór roku zawierają rubryki do wypełnienia dla trzech spacerów. Zapisz datę spaceru i zaznacz zaobserwowane zmiany w świecie roślin. Tabela pomoże Ci nazwać trwającą porę roku.

Poniżej znajdziesz miejsce na wpisanie dodatkowych obserwacji przyrodniczych. Wpisz również Twoje aktywności związane z tą porą roku – skorzystaj z opisów w rozdziale 3.

WIOSNA

L.p.	Pora roku	Symptom	spacer	spacer	spacer
			1	2	3
		
			data	data	data
1.	zranie wiosny, przedwiośnie	kwitnienie leszczyny pospolitej			
		kwitnienie olszy czarnej			
2.	wczesna wiosna, pierwiośnie	kwitnienie jabłoni domowej			
		kwitnienie gruszy polnej			
		listnienie brzozy brodawkowatej			
		listnienie dębu szypułkowego			
3.	pełnia wiosny	zazielenianie się lasu liściastego			
		kwitnienie kasztanowca pospolitego			
		kwitnienie głogu			
		kwitnienie jarzębu pospolitego (jarzębiny)			
		kwitnienie lilaka			

Moje obserwacje:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Moje aktywności:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

LATO

L.p.	Pora roku	Symptom	spacer	spacer	spacer
			1	2	3
		 data data data
1.	wczesne lato	kwitnienie dzikiego bzu			
		kwitnienie robinii akacjowej (akacji)			
		kwitnienie śnieguliczki białej			
2.	późne lato	kwitnienie lipy drobnolistnej			
		dojrzewanie owoców jarzębu pospolitego (jarzębiny)			
		dojrzewanie owoców gruszy polnej			
		dojrzewanie owoców dzikiego bzu			

Moje obserwacje:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Moje aktywności:

.....

.....

.....

.....

.....

JESIEŃ

L.p.	Pora roku	Symptom	spacer	spacer	spacer
			1	2	3
		 data data data
1.	pełnia jesieni	dojrzewanie owoców kasztanowca pospolitego			
		dojrzewanie owoców leszczyny pospolitej			
		dojrzewania owoców ligustru pospolitego			
2.	późna jesień	żółknięcie liści lipy drobnolistnej			
		żółknięcie liści brzozy brodawkowatej			
		żółknięcie liści klonu pospolitego			

Moje obserwacje:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Moje aktywności:

.....

.....

.....

.....

.....

ZIMA

Moje obserwacje:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Moje aktywności:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Zakończenie

Obserwacje przyrodnicze to sposób na poznanie i zrozumienie świata wokół nas. Prowadząc świadomie obserwacje przyrody, ćwiczysz swoją uważność na szczegóły – poznajesz różnorodność kształtów, kolorów i faktur, uczysz się dostrzegać zachodzące zmiany.

Gdy jesteś obecny w świecie przyrody – regulujesz swoje emocje. Spacer potrafi sprawić, że wyjdiesz z natłoku myśli i zamartwiania się by płynnie przejść do zachwytu przyrodą.

Poznawanie natury to poznawanie siebie – to droga do wewnętrznego spokoju i harmonii.

Wykaz źródeł

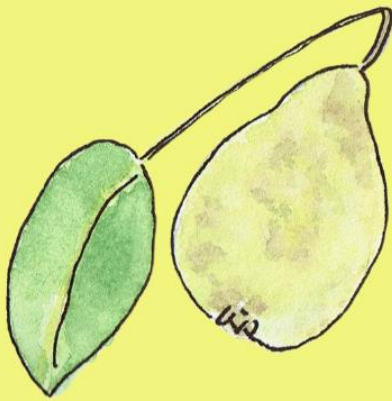
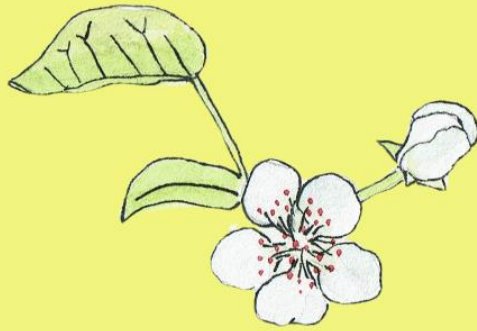
1. Atlas roślin <https://www.atlas-roslin.pl/> [dostęp: 20.10.2025].
2. Galle N., *The nature of our cities. Harnessing the power of the natural world to survive a changing planet*, Mariner Books, New York, Boston 2024, s. 295.
3. Wikipedia <https://pl.wikipedia.org> [dostęp: 20.10.2025].
4. https://agrometeo.imgw.pl/fenologia/fenologiczne_pory_roku
5. Łukasiewicz A., Uwagi o gatunkach wskaźnikowych dla wyznaczania fenologicznych pór roku. *Wiadomości Botaniczne*, 1967, 11 (2): 129-135.




O autorce



Anna Socha – biologka środowiskowa, botaniczka, miłośniczka drzew, aktywistka działań pro-przyrodniczych.

Działa na rzecz drzew, bo wie, że ich obecność poprawia dobrostan człowieka, a odpoczynek w naturze jest niezbywalnym prawem każdego człowieka.



 monitoring.drzew
 monitoring.drzew
 monitoring.drzew@gmail.com

ISBN 978-83-957576-6-2

9 788395 757662