



Ελληνική Εταιρεία

Διοίκηση Αθλητισμού και Αναψυχής 6(2), 34-49

Διοίκησης Αθλητισμού

---

## **Η Επίδραση ενός Προγράμματος Αγωγής Υπαίθρου σε Ατομικές & Ομαδικές Δεξιότητες Συμμετεχόντων Μαθητών/τριών**

**Νικόλαος Φουσέκης και Χαρίλαος Κουθούρης.**

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

### **ΠΕΡΙΛΗΨΗ**

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η διερεύνηση της πιθανής επίδρασης ενός προγράμματος, Αγωγής Υπαίθρου σε διαφορετικές ατομικές και ομαδικές δεξιότητες συμμετεχόντων μαθητών/τριων. Συγκεκριμένα η διερεύνηση διαφοροποίησης της αντίληψης των μαθητών/τριων σε δέκα καθορισμένες ατομικές και ομαδικές δεξιότητες, ανάλογα με τη συμμετοχή τους: α) σε ένα 'τυπικό' περιβαλλοντικό πρόγραμμα ή β) σε ένα 'εμπλουτισμένο' περιβαλλοντικό πρόγραμμα. με την υπαίθρια δραστηριότητα του «προσανατολισμού» (πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου). Δείγμα της έρευνας απετέλεσαν (N=240) μαθητές/τριες των Γυμνασίων της πόλης της Άμφισσας. (48.3% αγόρια, 51.7% κορίτσια). Από αυτούς 66 (27.5%) μαθητές/τριες συμμετείχαν στο τυπικό περιβαλλοντικό πρόγραμμα του Κέντρου Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Άμφισσας και αποτέλεσαν την ομάδα ελέγχου και οι υπόλοιποι 174 μαθητές/τριες (72.5%) συμμετείχαν στο εμπλουτισμένο με την υπαίθρια δραστηριότητα του Προσανατολισμού πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου. Οι μαθητές συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο Review of Personal Effectiveness scale (ROPE) 15 ημέρες πριν το πρόγραμμα και αμέσως μετά την ολοκλήρωσή του. Τα αποτελέσματα ανέδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ( $p < 0.01$ ) στην αντίληψη των μαθητών μεταξύ πριν και μετά της συμμετοχής τους στο πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου, σε εννέα δεξιότητες. Ακόμη σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε επίπεδο ( $p < 0.01$ ) στην αντίληψη των μαθητών μεταξύ του τυπικού Περιβαλλοντικού και του εμπλουτισμένου προγράμματος Αγωγής Υπαίθρου, σε εννέα δεξιότητες. Τα αποτελέσματα υποστηρίζουν την ενίσχυση των ήδη υπάρχοντων προγραμμάτων των Κέντρων Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης με Υπαίθριες Δραστηριότητες και την αναβάθμιση του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής στα σχολεία με την προσθήκη του αντικείμενου της Αγωγής Υπαίθρου.

**Λέξεις κλειδιά:** Αγωγή υπαίθρου, περιβαλλοντική εκπαίδευση, υπαίθριες δραστηριότητες, αναψυχή.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο σύγχρονος τρόπος ζωής των μαθητών/μαθητριών και η αντικατάσταση σχεδόν όλων των παραδοσιακά κινητικών παιχνιδιών, με καθιστικές δραστηριότητες όπως η παρακολούθηση τηλεόρασης και το διαδίκτυο, έχουν επιφέρει τη σταδιακή απομάκρυνση των νέων από το φυσικό χώρο άσκησης, το ανοικτό υπαίθριο περιβάλλον. Συνέπεια του μοντέρνου τρόπου ζωής αποτελεί η χαμηλή κινητικά ενεργοποίηση των νέων, η χαμηλή ικανότητα επικοινωνίας και η σχεδόν ανύπαρκτη ευαισθητοποίησή τους για ζωτικής σημασίας περιβαλλοντικά ζητήματα καθημερινότητας (Κουθούρης, 2007). Αντίθετα, διεθνώς η γενική ανησυχία για τα περιβαλλοντικά προβλήματα έχει οδηγήσει τους νέους σε μια αυξανόμενη έμφαση προς την συμμετοχή σε προγράμματα περιβαλλοντικού ενδιαφέροντος και προστασίας της φύσης (Ballantyne, 1998, Gough, 1997).

Σύμφωνα με τον (Priest, 1986) η Περιβαλλοντική Εκπαίδευση (Environmental Education) αποτελεί μαζί με την Εκπαίδευση Περιπέτειας (Adventure Education) τμήματα της Αγωγής Υπαίθρου, διεθνώς αποκαλούμενης ως Outdoor Education. Ο όρος Αγωγή Υπαίθρου έχει εισαχθεί αντίστοιχα του όρου Outdoor Education για την ελληνική γλώσσα από τον Κουθούρη (2004) και εκφράζει «κάθε εκπαιδευτική διαδικασία η οποία σχετίζεται με την παραμονή, τη δραστηριοποίηση, τη διαπαιδαγώγηση ατόμων σε υπαίθριο χώρο και τελικά την ευαισθητοποίησή τους έναντι του φυσικού περιβάλλοντος». Σκοπός του αντικειμένου της Αγωγής Υπαίθρου είναι η βιωματική ενασχόληση των ατόμων σε υπαίθριο χώρο: α) με κινητικές αθλητικές δραστηριότητες, β) με παιχνίδια/δράσεις ανάπτυξης- βελτίωσης προσωπικών / ομαδικών δεξιοτήτων & αξιών ζωής και γ) με δράσεις ευαισθητοποίησης για περιβαλλοντικά ζητήματα. (Κουθούρης, (2009).

Είναι επιστημονικά αποδεκτό ότι η συμμετοχή μαθητών/μαθητριών σε υπαίθριες κινητικές δραστηριότητες εξασφαλίζει οφέλη ταυτόχρονα κινητικά, συναισθηματικά και ψυχολογικά (Purdie, Neill & Richards, 2002). Επιπλέον, έχει μελετηθεί η συμμετοχή ατόμων σε προγράμματα περιβαλλοντικής εκπαίδευσης υποστηρίζοντας την σχέση με θετική περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά (Blake 2001; Kaiser, 1998; Kaiser, & Biel, 2000; La Trobe & Acott, 2000; McGuire, 1992). Άλλες έρευνες υποστηρίζουν ότι η συμμετοχή σε προγράμματα ή και σε μεμονωμένες Υπαίθριες Δραστηριότητες επιδρούν σε διαμόρφωση θετικής οικολογικής και περιβαλλοντικής στάσης (Dunlap & Van Liere, 2008; Ewert, Place, & Sibthorp, 2005; Ζαφειρούδη, & Χατζηγεωργιάδης, 2008). Πολλοί ερευνητές έχουν ασχοληθεί με την επίδραση της Αγωγής Υπαίθρου στις ατομικές και ομαδικές δεξιότητες των συμμετεχόντων, εφήβων (Cason & Gillis, 1994; Miller & Allen-Craig, 2005;), ενηλίκων, (Leberman & Martin, 2003) γυναικών (Lloyd & Little, 2005; Dougherty, 2005) ατόμων με παραπτωματική συμπεριφορά (Αυθίνος, 1998) ή ατόμων με σωματικές ή πνευματικές αδεξιότητες (Priest & Cass, 1997). Αναλυτικά έχει γίνει η διαπίστωση ότι τα προγράμματα Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης (Environmental Education) αλλά Αγωγής Υπαίθρου' βοηθούν τους συμμετέχοντες να αναπτύξουν μεγαλύτερη κοινωνική και οικολογική συνείδηση ενώ στοχεύουν στην ταυτόχρονη ανάπτυξη των δεξιοτήτων των συμμετεχόντων (Heitzler, Martina, Dukeb, Huhmana, 2006). Οι δεξιότητες αυτές είναι κοινωνικής και ατομικής διάστασης και επιτυγχάνονται πάντοτε μετά από ενεργή συμμετοχή και βίωση μιας προσωπικής εμπειρίας (Palmberg & Kuru 2000).

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η διερεύνηση της διαφορετικής επίδρασης προγραμμάτων Αγωγής Υπαίθρου και Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης σε ατομικές και ομαδικές δεξιότητες συμμετεχόντων μαθητών/τριών Γυμνασίων.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ

Η υγιής ανάπτυξη της ταυτότητας κατά τη διάρκεια της εφηβείας διευκολύνει την ομαλή μετάβαση από την παιδική ηλικία στην ενηλικίωση (Erikson, 1959). Ακόμη η κοινωνική ανάπτυξη και η προσωπικότητα δεν επηρεάζεται μόνο από στενούς φίλους, αλλά και από την ευρύτερη κοινωνική ομάδα (Heaven, 2001; Muuss & Porton, 1998; Gallahue & Ozman, 2002) στην οποία συμμετέχει το άτομο στην καθημερινότητά τους. Οι ομάδες αποτελούν ένα χρήσιμο τρόπο με τον οποίο οι έφηβοι κάνουν τη μετάβαση τους από την οικογένεια στον κόσμο. Η σχολική κοινότητα αποτελεί μέρος της ζωής του παιδιού καθώς καταλαμβάνει το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου της ημέρας του παιδιού.(Gallahue & Ozman). Ο Heaven συμφωνεί ότι το σχολείο έχει μεγάλη επίδραση στην ανάπτυξη του εφήβου. Σε αυτή την ηλικία η επιρροή των εφήβων από την ομάδα αρχίζει να γίνεται πιο σημαντική από την επιρροή των γονέων "(Quay, 1999) καθώς οι έφηβοι σε αυτήν την ηλικία αρχίζουν να σχηματίζουν τη δική τους ταυτότητα (Heaven, 2001). Ο Higgins (2003), πιστεύει ότι το ελεύθερο φυσικό περιβάλλον βοηθά στην οικοδόμηση μιας ιδανικής προσωπικής ανάπτυξης. Οι δραστηριότητες αναψυχής είναι ίσως το αποτελεσματικότερο πλαίσιο για να επηρεάσει θετικά την ανάπτυξη της προσωπικής ταυτότητας (Mannell & Kleiber, 1997). Οι Pickett και Polley (2001) θεωρούν ότι η αγωγή υπαίθρου μπορεί να βοηθήσει στην ανάπτυξη περιβαλλοντικής ευαισθησίας αλλά ταυτόχρονα και στην ανάπτυξη της προσωπικότητας και της ομαδικότητας. Διάφορες έρευνες απαριθμούν έναν ποικίλο αριθμό επιδράσεων που τα προγράμματα αγωγής υπαίθρου μπορούν να επιτύχουν και πολλές από αυτές αφορούν την ανάπτυξη της προσωπικότητας. Πολλές πτυχές της προσωπικής ανάπτυξης αφορούν την αποτελεσματικότητα ζωής, δηλαδή παράγοντες όπως είναι η Διαχείριση Χρόνου, η Ικανότητα Ηγεσίας, η Αυτοπεποίθηση η Κοινωνικότητα, η Διαχείριση Στρες, η Ενεργή Εμπλοκή, η Ανοιχτή Σκέψη και η Προσπάθεια για το τέλειο (Neill, 2000).

Είναι πλέον γενικά αποδεκτό ότι η Αγωγή Υπαίθρου συμβάλλει στην προσωπική ανάπτυξη των συμμετεχόντων εφήβων (Cason & Gillis,1994;.Purdie, Neill & Richards,2002; Miller & Allen-Craig,2005;) ενηλίκων (Leberman & Martin, 2003) γυναικών (Lloyd and Little, 2005; Dougherty, 2005) ατόμων με παραπτωματική συμπεριφορά (Αυθίνος, 1998) ή ατόμων με σωματικές ή πνευματικές αδεξιότητες (Priest & Cass, 1997). Αρκετές έρευνες αφορούν στην επίδραση δράσεων Αγωγής Υπαίθρου στις ατομικές και ομαδικές δεξιότητες των συμμετεχόντων (Burton 1981, Cason & Gillis, 1994, Hattie, Marsh, Neill & Richards, 1997, Marsh 1999, Hans 2000, Bunting & Donley, 2002, Neill 1999, Neill 2002). Οι Hattie, et al. (1997) διεξήγαγαν μελέτη (12.057 συμμετέχοντες) στον τομέα της περιπέτειας της εκπαίδευσης, υποστηρίζοντας ότι τα υπαίθρια εκπαιδευτικά προγράμματα συμβάλουν σημαντικά στην προσωπική ανάπτυξη των συμμετεχόντων καθώς διαπίστωσαν ότι το 65% των ατόμων που συμμετείχαν στα υπαίθρια εκπαιδευτικά προγράμματα ήταν σε καλύτερη θέση μετά το πέρας των προγραμμάτων, από εκείνους που δεν συμμετείχαν. Οι Cason & Gillis (1994) αξιολόγησαν την επίδραση αντίστοιχων προγραμμάτων σε επτά κατηγορίες δεξιοτήτων ζωής. Τα αποτελέσματα έδειξαν επίδραση σε όλες τις κατηγορίες. Ο Hans (2000) πραγματοποίησε 24 μελέτες με 1632

συμμετέχοντες, με επίκεντρο την εστία ελέγχου. Αντίστοιχα Marsh, (1999) επικεντρώθηκε στα αποτελέσματα που προέρχονται από τη συμμετοχή ατόμων σε προγράμματα αμερικανικών κατασκηνώσεων, τα οποία κατέδειξαν χαμηλή επίδραση στην προσωπική ανάπτυξη. Ο Neill (1999), ανέλυσε τα δεδομένα σε πάνω από 3000 συμμετέχοντες σε προγράμματα περιπέτειας και βρήκε μικρές έως μεσαίες συνολικές επιπτώσεις από αυτά προγράμματα. Οι ερευνητές Bunting και Donley (2002) ανέφεραν αποτελέσματα της υπαίθριας δράσης 'παιγνίδια με σχοινιά σε δένδρα' σε τρεις μόνον κατηγορίες δεξιοτήτων ζωής. Τέλος ο Burton (1981), σε ανασκόπηση 161 μελετών με κέντρο την υπαίθρια εκπαίδευση και ανέφερε ότι το 38% των προγραμμάτων είχε "πολύ θετικά" αποτελέσματα στην προσωπική ανάπτυξη των συμμετεχόντων, το 26% είχε "κάποια θετικά" αποτελέσματα, το 34% είχε "μη σημαντικά" αποτελέσματα και το 2% είχε "αρνητικά" αποτελέσματα. Από τα παραπάνω φαίνεται ότι κατά μέσο όρο, τα υπαίθρια προγράμματα εκπαίδευσης έχουν μικρή έως μέτρια επίδραση για τους συμμετέχοντες, σημαντικό ρόλο διαδραματίζει η οργάνωση και η εκτέλεση του προγράμματος, η ηλικία των συμμετεχόντων, καθώς και η διάρκεια του προγράμματος/ Επίσης η επίδραση των προγραμμάτων Αγωγής Υπαίθρου διαφέρουν σε επίδραση σημαντικά από συμμετέχοντα σε συμμετέχοντα και από πρόγραμμα σε πρόγραμμα.

Τα πλέον αξιόπιστα και πολυχρησιμοποιημένα όργανα αξιολόγησης ανθρώπινων δεξιοτήτων ζωής, προσωπικής και ομαδικής ανάπτυξης είναι: α) το Life Effectiveness Questionnaire (LEQ) που επινόησε ο Neill (1997). Το LEQ εμφανίζεται ως το επόμενο βήμα στην ιστορική εξέλιξη των ψυχομετρικών τεστ, υποστηρίζοντας ότι είναι ικανό να μετρήσει το ευρύ φάσμα των δεξιοτήτων που πιθανά να αναπτύσσονται ή και να βελτιώνονται στα αντίστοιχα προγράμματα περιπέτειας. Το πρώτο LEQ αξιολογούσε 7 παράγοντες με 38 θέματα, ενώ μια τελευταία παραλλαγή του είναι το (LEQ)-Youth at Risk version, με 17 παράγοντες και 65 θέματα. Β) το Review of Personal Effectiveness (ROPE) που επίσης χρησιμοποιήθηκε για να αξιολογήσει απαντήσεις σπουδαστών στα προγράμματα αγωγής υπαίθρου, ενώ το τελευταίο εμφανιζόμενο όργανο είναι γ) το Review of Personal Effectiveness & Locus of Control (ROPELOC) που αναπτύχθηκε αρχικά από τον Richards και τελειοποιήθηκε από τους Richards, Ellis, & Neill, (2002).

Οι Eagle, Gordon & Lewis (2000) χρησιμοποίησαν το LEQ-H για να εξετάσουν εκατό μαθητές ηλικίας από 10 έως 18 ετών. ( $x = 12.7$  έτη. Ύστερα από τριάντα ημέρες, από τη συμμετοχή στο πρόγραμμα διάρκειας μιας ημέρας, η συνολική βαθμολογία ήταν σημαντικά υψηλότερη, και τρεις παράγοντες παρουσίασαν στατιστικά σημαντικές διαφορές (Διαχείριση χρόνου, Συναισθηματικός έλεγχος και Ικανότητα ηγεσίας). Φαίνεται ότι η περιπέτεια μιας ημέρας έχει αντίκτυπο στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων των μαθητών.

Οι Miller & Allen-Craig (2005) ανέλυσαν τα αποτελέσματα από τη συμμετοχή 197 μαθητών γυμνασίου ηλικίας μεταξύ 13 και 15 ετών ( $M = 14$  έτη), τριών σχολείων της Αυστραλίας που συμμετείχαν σε ένα κατασκηνωτικό πρόγραμμα διάρκειας 5 ημερών βασισμένο σε δραστηριότητες νερού. Τα αποτελέσματα έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές τόσο για την ομάδα ελέγχου όσο και για την πειραματική ομάδα. Οι Purdie, Neill & Richards (2002) διερεύνησαν τη σχέση μεταξύ της ταυτότητας Αυστραλιανών εφήβων και των αλλαγών που επέρχονται στην προσωπική τους ανάπτυξη μετά από τη συμμετοχή τους σε ένα πρόγραμμα αγωγής υπαίθρου. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι μαθητές σαν συνολική ομάδα σημείωσαν στατιστικά σημαντική άνοδο στους 9 από τους 10 παράγοντες του ROPE (εκτός από την ομαδική εργασία) αμέσως μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος. Οι Allen-

Craig & McLeod (2007) ανέλυσαν τα αποτελέσματα από τη συμμετοχή 104 αγοριών ηλικίας 14 ετών σε ένα σε υπαίθριο εκπαιδευτικό πρόγραμμα. Διαπίστωσαν ότι παράγοντες όπως η διαχείριση χρόνου, η κοινωνικότητα, η ικανότητα ηγεσίας και ο συναισθηματικός έλεγχος αυξήθηκαν σημαντικά μετά τη συμμετοχή καθώς και ότι η συνολική αποτελεσματικότητα ζωής, παρουσίασε στατιστικά σημαντική διαφορά συγκρίνοντας τους με αυτούς που δεν συμμετείχαν σε τέτοια προγράμματα. Ο Harris (2006a) παρατήρησε ότι οι φοιτητές βελτίωσαν σημαντικά την αυτοεκτίμησή τους μετά τη συμμετοχή σε πενήνήμερο υπαίθριο εκπαιδευτικό πρόγραμμα σε σύγκριση με αυτούς που παρακολούθησαν τα μαθήματα του κανονικού σχολείου.

Αντικειμενικοί στόχοι στην παρούσα έρευνα τέθηκαν: α) η διερεύνηση διαφοροποίησης της αντίληψης μαθητών/τριών για συγκεκριμένες δεξιότητές τους πριν και μετά την συμμετοχή τους σε ένα πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου και β) η διερεύνηση για διαφορές στην αντίληψη των δεξιοτήτων μεταξύ μαθητών/τριών που συμμετείχαν στο περιβαλλοντικό και αυτών που συμμετείχαν στο πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου.

## ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

### Δείγμα

Δείγμα της παρούσης έρευνας αποτέλεσαν οι μαθητές και μαθήτριες του 1<sup>ου</sup> και 2<sup>ου</sup> Γυμνασίου Άμφισσας, πρωτεύουσας του νομού Φωκίδας( ηλικίας 13-15 ετών). στην έρευνα συμμετείχαν 240 από τους 287 εγγεγραμμένους μαθητές Από αυτούς 66 (27.5%) συμμετείχαν στο τυπικό περιβαλλοντικό πρόγραμμα και αποτέλεσαν την ομάδα ελέγχου και οι υπόλοιποι 174 μαθητές (72.5%) συμμετείχαν στο πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου, δηλαδή το τυπικό περιβαλλοντικό πρόγραμμα εμπλουτισμένο με την υπαίθρια δραστηριότητα του Προσανατολισμού (πειραματική ομάδα). Αναφορικά της βαθμίδας εκπαίδευσης 79 (32.9%) μαθητές ήταν της Α΄ Γυμνασίου, 82 (34.2%) μαθητές ήταν της Β΄ Γυμνασίου και 79 (32.9%) μαθητές ήταν της Γ΄ Γυμνασίου, αντίστοιχα 116 (48.3%) ήταν αγόρια και 124 (51.7%) κορίτσια. (Πίνακας 1).

### Όργανο μέτρησης

Όργανο μέτρησης των δεξιοτήτων στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκε το Review of Personal Effectiveness scale αναθεωρημένη έκδοση του ερωτηματολογίου Life Effectiveness Questionnaire (LEQ) (Neill, Marsh, & Richards, 1997) Το συγκεκριμένο όργανο σχεδιάστηκε ώστε να είναι ευαίσθητο στην μέτρηση αποτελεσμάτων που προέρχονται κυρίως από τη συμμετοχή ατόμων σε υπαίθρια

**Πίνακας 1.** Δημογραφικά Χαρακτηριστικά των μαθητών/τριών

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ	ΣΧΟΛΕΙΟ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΒΑΘΜΙΔΑ	ΦΥΛΟ
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ 66 (27.5%)	1 <sup>ο</sup> ΓΥΜΝΑΣΙΟ 112 (46,7%)	Α΄ ΓΥΜΝ. 79 (32.9%)	ΑΓΟΡΙΑ 116 (48.3%)
ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ 174 (72.5%)	2 <sup>ο</sup> ΓΥΜΝΑΣΙΟ 128 (53.3%)	Β΄ ΓΥΜΝ. 82 (34.2%)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ 124 (51.7%)
		Γ΄ ΓΥΜΝ. 79 (32.9%)	

εκπαιδευτικά προγράμματα. Αποτελείται από 30 θέματα τα οποία εξετάζουν 10 δεξιότητες/διαστάσεις (3 θέματα για κάθε διάσταση). Τέσσερις διαστάσεις αφορούν τις προσωπικές δεξιότητες (Ανοικτή σκέψη, διαχείριση stress, αυτοπεποίθηση, αυτό-αποτελεσματικότητα), 3 διαστάσεις αφορούν κοινωνικές δεξιότητες (Κοινωνικότητα, ομαδική συνεργασία, ικανότητα ηγεσίας), 2 διαστάσεις αφορούν οργανωτικές δεξιότητες (Διαχείριση χρόνου, προσπάθεια για το τέλειο), και μία αφορά στην ενεργητικότητα του συμμετέχοντα (Ενεργή εμπλοκή). Η καταγραφή των απαντήσεων έγινε σε πενταβάθμια κλίμακα τύπου Likert (από το «διαφωνώ απόλυτα» =1, έως το «συμφωνώ απόλυτα» =5). Η αξιοπιστία του οργάνου θεωρήθηκε επιτυχής (Cronbach's  $\alpha$  .65<.72). Έγινε επίσης καταγραφή σε δημογραφικά χαρακτηριστικά των μαθητών όπως φύλο, ηλικία, συχνότητα συμμετοχής σε υπαίθριες δραστηριότητες καθώς και συχνότητα συμμετοχής σε περιβαλλοντικά προγράμματα.

### Διαδικασία

Οι εξεταζόμενοι συμπλήρωσαν τα ερωτηματολόγια (Q1) στις αίθουσες που φοιτούν, κατά τη διάρκεια λειτουργίας των σχολείων, 15 ημέρες πριν τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα. Προηγουμένως εξασφαλίστηκε άδεια από τη Δ/ση Β/θμιας Εκπ/σης του νομού Φωκίδας και συγκατάθεση από τους Διευθυντές των σχολείων. Τα παιδιά έδωσαν την συγκατάθεσή τους για τη συμμετοχή τους στην έρευνα, αφού προηγουμένως πληροφορήθηκαν ότι η συμπλήρωση των ερωτηματολογίων θα είναι ανώνυμη και εμπιστευτική. Η συμπλήρωση του ερωτηματολογίου είχε διάρκεια 15 έως 20 λεπτά. Οι μαθητές συμπλήρωσαν και πάλι σχετικά ερωτηματολόγια μετά την λήξη της συμμετοχής τους στο παρεμβατικό πρόγραμμα.

## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

### 1<sup>ος</sup> αντικειμενικός στόχος.

Τα αποτελέσματα αναφορικά με την διερεύνηση πιθανών διαφορών στις δεξιότητες, των μαθητών/τριών, πριν και μετά την συμμετοχή τους σε πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου, ανέδειξαν σημαντικές στατιστικά διαφορές σχεδόν σε όλες τις προς σύγκριση δεξιότητες. Αναλυτικότερα υπήρξαν διαφορές σε:

α) Διαχείριση Χρόνου, ( $t=-17.67$ ,  $df=239$ ,  $p<.000$ ). Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες μετά το εμπλουτισμένο πρόγραμμα ήταν μεγαλύτερος ( $M=4.20$ ,  $SD=0.55$ ) από τον αντίστοιχο που σημείωσαν πριν τη συμμετοχή ( $M=3.30$ ,  $SD=0.67$ ),

β) Κοινωνικότητα, ( $t=-4.24$ ,  $df=239$ ,  $p<.000$ ). Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες μετά την συμμετοχή ( $M=4.31$ ,  $SD=0.60$ ) ήταν μεγαλύτερος απ' ότι ο αντίστοιχος που σημείωσαν πριν τη συμμετοχή ( $M=4.09$ ,  $SD=0.64$ ).

γ) Προσπάθεια για το τέλειο, ( $t=-2.43$ ,  $df=239$ ,  $p<.05$ ). Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες μετά την συμμετοχή ( $M=4.49$ ,  $SD=1.22$ ) ήταν μεγαλύτερος απ' ότι ο αντίστοιχος που σημείωσαν πριν τη συμμετοχή ( $M=4.28$ ,  $SD=0.55$ ),

δ) Ανοιχτή Σκέψη, ( $t=-3.55$ ,  $df=239$ ,  $p<.000$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες μετά την συμμετοχή ( $M=4.02$ ,  $SD=0.67$ ) ήταν μεγαλύτερος απ' ότι ο αντίστοιχος που σημείωσαν πριν τη συμμετοχή ( $M=3.83$ ,  $SD=0.69$ ),

ε) Αυτό-αποτελεσματικότητα, ( $t=-3.98$ ,  $df=239$ ,  $p<.000$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες μετά την συμμετοχή ( $M=4.14$ ,  $SD=1.24$ ) ήταν μεγαλύτερος απ' ότι ο αντίστοιχος που σημείωσαν πριν τη συμμετοχή ( $M=3.80$ ,  $SD=0.63$ ),

στ) Ικανότητα Ηγεσίας, ( $t=-16.90$ ,  $df=239$ ,  $p<.000$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες μετά την συμμετοχή ( $M=4.21$ ,  $SD=0.55$ ) ήταν μεγαλύτερος απ' ότι ο αντίστοιχος που σημείωσαν πριν τη συμμετοχή ( $M=3.31$ ,  $SD=0.66$ ),

ζ) Διαχείριση Στρες, ( $t=-11.42$ ,  $df=239$ ,  $p<.000$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες μετά την συμμετοχή ( $M=4.24$ ,  $SD=1.11$ ) ήταν μεγαλύτερος απ' ότι ο αντίστοιχος που σημείωσαν πριν τη συμμετοχή ( $M=3.30$ ,  $SD=0.93$ ),

η) Ενεργή Εμπλοκή, ( $t=-6.65$ ,  $df=239$ ,  $p<.000$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες μετά την συμμετοχή ( $M=4.54$ ,  $SD=0.55$ ) ήταν μεγαλύτερος απ' ότι ο αντίστοιχος που σημείωσαν πριν τη συμμετοχή ( $M=4.18$ ,  $SD=0.64$ ),

θ) Ομαδική Συνεργασία, ( $t=-12.85$ ,  $df=239$ ,  $p<.000$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες μετά την συμμετοχή ( $M=4.34$ ,  $SD=0.46$ ) ήταν μεγαλύτερος απ' ότι ο αντίστοιχος που σημείωσαν πριν τη συμμετοχή ( $M=3.69$ ,  $SD=0.64$ ).

Η μόνη δεξιότητα στην οποία δεν σημειώθηκε διαφορά ήταν της Αυτοπεποίθησης, καθώς ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες μετά την συμμετοχή ( $M=4.27$ ,  $SD=0.54$ ) ήταν παραπλήσιος με τον αντίστοιχο που σημείωσαν πριν τη συμμετοχή ( $M=4.25$ ,  $SD=0.50$ ), (Πίνακας 2).

## 2<sup>ος</sup> Αντικειμενικός στόχος

Τα αποτελέσματα αναφορικά των δέκα υπό εξέταση δεξιοτήτων μεταξύ των συμμετεχόντων στο τυπικό περιβαλλοντικό πρόγραμμα και αυτών που συμμετείχαν στο εμπλουτισμένο περιβαλλοντικό πρόγραμμα με την Υπαίθρια Δραστηριότητα Αναψυχής του «Προσανατολισμού», δηλαδή το πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου, ανέδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε:

α) Διαχείριση Χρόνου ( $t=-5.21$ ,  $df=238$ ,  $p<.000$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες που συμμετείχαν στο εμπλουτισμένο περιβαλλοντικό πρόγραμμα

**Πίνακας 2.** Τιμές που σημείωσαν οι μαθητές της ομάδας Αγωγής Υπαίθρου, πριν και μετά την συμμετοχή στο πρόγραμμα (μέσοι όροι, τυπικές αποκλίσεις)

α/α/	Ατομικές δεξιότητες	Θέματα	Τιμές	Μέσοι όροι	Τυπική απόκλιση
1	Διαχείριση Χρόνου	3	ΠΡΙΝ	3.30	0.67
			ΜΕΤΑ	4.20	0.55
2	Κοινωνικότητα	3	ΠΡΙΝ	4.09	0.64
			ΜΕΤΑ	4.31	0.60
3	Προσπάθεια για το τέλειο	3	ΠΡΙΝ	4.28	0.55
			ΜΕΤΑ	4.49	1.22
4	Ανοιχτή Σκέψη	3	ΠΡΙΝ	3.83	0.69
			ΜΕΤΑ	4.02	0.67
5	Αυτό-αποτελεσματικότητα	3	ΠΡΙΝ	3.80	0.63
			ΜΕΤΑ	4.14	1.24
6	Ικανότητα Ηγεσίας	3	ΠΡΙΝ	3.31	0.66
			ΜΕΤΑ	4.21	0.55
7	Διαχείριση Στρες	3	ΠΡΙΝ	3.30	0.93
			ΜΕΤΑ	4.24	1.11
8	Ενεργή Εμπλοκή	3	ΠΡΙΝ	4.18	0.64
			ΜΕΤΑ	4.54	0.55
9	Αυτοπεποίθηση	3	ΠΡΙΝ	4.25	0.50
			ΜΕΤΑ	4.27	0.54
10	Ομαδική Συνεργασία	3	ΠΡΙΝ	3.69	0.64
			ΜΕΤΑ	4.34	0.46

Υπαίθριας Αναψυχής ήταν μεγαλύτερος ( $M=4.31$ ,  $D=0.46$ ) απ' ότι ο αντίστοιχος στο τυπικό περιβαλλοντικό πρόγραμμα ( $M=3.91$ ,  $SD=0.65$ ),

β)Κοινωνικότητα ( $t=-3.28$ ,  $df=238$ ,  $p<.01$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες που συμμετείχαν στο εμπλουτισμένο περιβαλλοντικό πρόγραμμα Υπαίθριας Αναψυχής ήταν μεγαλύτερος ( $M=4.39$ ,  $D=0.54$ ) απ' ότι ο αντίστοιχος στο τυπικό περιβαλλοντικό πρόγραμμα ( $M=4.11$ ,  $SD=0.69$ ),

γ)Ανοιχτή Σκέψη ( $t=-2.39$ ,  $df=238$ ,  $p<.05$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες που συμμετείχαν στο εμπλουτισμένο περιβαλλοντικό πρόγραμμα με την Υπαίθρια Δραστηριότητα Αναψυχής του «Προσανατολισμού» ήταν μεγαλύτερος ( $M=4.08$ ,  $D=0.60$ ) απ' ότι ο αντίστοιχος στο τυπικό περιβαλλοντικό πρόγραμμα ( $M=3.85$ ,  $SD=0.80$ ),

δ)Ικανότητα Ηγεσίας ( $t=-6.01$ ,  $df=238$ ,  $p<.000$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες που συμμετείχαν στο εμπλουτισμένο περιβαλλοντικό πρόγραμμα ήταν μεγαλύτερος ( $M=4.33$ ,  $D=0.49$ ) απ' ότι ο αντίστοιχος στο τυπικό περιβαλλοντικό πρόγραμμα ( $M=3.88$ ,  $SD=0.58$ ),



ε) Ενεργή Εμπλοκή ( $t=-2.97, df=238, p<.01$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες που συμμετείχαν στο εμπλουτισμένο πρόγραμμα ήταν μεγαλύτερος ( $M=4.61, D=0.50$ ) απ' ότι ο αντίστοιχος στο τυπικό περιβαλλοντικό πρόγραμμα ( $M=4.37, SD=0.64$ ) και

στ) Ομαδική Συνεργασία ( $t=-4.51, df=238, p<.000$ ) Ο μέσος όρος τιμών που σημείωσαν οι μαθητές/τριες που συμμετείχαν στο εμπλουτισμένο περιβαλλοντικό πρόγραμμα με την Υπαίθρια Δραστηριότητα Αναψυχής του «Προσανατολισμού» ήταν μεγαλύτερος ( $M=4.42, D=0.41$ ) απ' ότι ο αντίστοιχος στο τυπικό περιβαλλοντικό πρόγραμμα ( $M=4.13, SD=0.52$ )

Αντίθετα δεν σημειώθηκαν σημαντικές στατιστικές διαφορές στις εξεταζόμενες δεξιότητες: α) Προσπάθεια για το τέλειο, β) Αυτό-αποτελεσματικότητα, γ) Διαχείριση Στρες και δ) Αυτοπεποίθηση (Πίνακας 3)

## ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η παρούσα έρευνα έρχεται να προσθέσει σημαντικά στοιχεία για την επίδραση των περιβαλλοντικών προγραμμάτων και των προγραμμάτων Αγωγής Υπαίθρου στις ατομικές δεξιότητες των συμμετεχόντων ατόμων και ιδιαίτερα των μαθητών/τριών. Είναι σημαντικό να τονιστεί ότι είναι η πρώτη έρευνα που διεξάγεται στη χώρα μας και αφορά στο αντικείμενο της Αγωγής Υπαίθρου. Ακόμη πρέπει να τονιστεί η επιτυχής σύνδεση των περιβαλλοντικών προγραμμάτων με τις υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής. Η ένωση αυτή δίνει ελπίδες για διεύρυνση του περιεχομένου των προγραμμάτων των Κέντρων Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης με καινοτόμα υπαίθρια κινητικά προγράμματα.

Αναφορικά με τον πρώτο στόχο, δηλαδή τη διερεύνηση της πιθανής επίδρασης ενός προγράμματος Αγωγής Υπαίθρου, σε δέκα διαφορετικές ατομικές και ομαδικές δεξιότητες συμμετεχόντων μαθητών/τριών, τα αποτελέσματα των στατιστικών αναλύσεων δείχνουν μια σημαντική επίδραση σε 9 από τις 10 διαστάσεις του ROPE, εκτός της διάστασης της αυτοπεποίθησης. Αναλυτικότερα ο παράγοντας Διαχείριση χρόνου, είχε την μεγαλύτερη αύξηση πριν και μετά τη συμμετοχή στο πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου και κατά φθίνουσα σειρά ακολουθούν οι παράγοντες, Ικανότητα Ηγεσίας, Ομαδική Συνεργασία, Διαχείριση Στρες, Ενεργή Εμπλοκή, Κοινωνικότητα, Αυτό-αποτελεσματικότητα, Ανοιχτή Σκέψη, Προσπάθεια για το τέλειο. Τα παραπάνω αποτελέσματα συμφωνούν με αυτά των Purdie, Neill & Richards (2002) τα οποία έδειξαν αντίστοιχα στατιστικά σημαντική άνοδο σε 9 από τις 10 διαστάσεις του ROPE (εκτός από την ομαδική εργασία) αμέσως μετά την ολοκλήρωση ενός προγράμματος υπαίθριων δραστηριοτήτων το οποίο όμως περιλάμβανε δραστηριότητες όπως αναρρίχηση, κανό, πεζοπορία, προσανατολισμό, ποδήλατο βουνού και ιππασία και είχε μεγαλύτερη διάρκεια. Είναι τα αποτελέσματα είναι σύμφωνα με αυτά του Neill (1999) ο οποίος παρατήρησε ότι υπήρχε επίδραση σε όλους τις διαστάσεις του συναφούς σε περιεχόμενο ερωτηματολογίου του LEQ-H, με ισχυρότερη την διάσταση Διαχείριση Χρόνου και κατά φθίνουσα σειρά τις διαστάσεις: Ικανότητα Ηγεσίας, Αυτοπεποίθηση Κοινωνικότητα, Διαχείριση Στρες, Ενεργή Εμπλοκή, Ανοιχτή Σκέψη και Προσπάθεια για το τέλειο. Σημειωτέων ότι η διάρκεια του αντίστοιχου προγράμματος ήταν είκοσι έξι ημερών.

**Πίνακας 3.** Τιμές που σημείωσαν οι μαθητές των δύο ομάδων, περιβαλλοντικό πρόγραμμα (ελέγχου) και πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου (πειραματικής), μετά την αντίστοιχη συμμετοχή τους (μέσοι όροι, τυπική απόκλιση)

<b>Α/Α</b>	<b>ΑΤΟΜΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕΤΑ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ</b>	<b>ΟΜΑΔΑ</b>	<b>N</b>	<b>Μέσοι όροι</b>	<b>Τυπική Απόκλιση</b>
<b>1</b>	<b>Διαχείριση Χρόνου</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ	66	3.91	0.65
		ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ	174	4.31	0.46
<b>2</b>	<b>Κοινωνικότητα</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ	66	4.11	0.69
		ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ	174	4.39	0.54
<b>3</b>	<b>Προσπάθεια για το τέλειο</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ	66	4.28	0.61
		ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ	174	4.56	1.38
<b>4</b>	<b>Ανοιχτή Σκέψη</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ	66	3.85	0.80
		ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ	174	4.08	0.60
<b>5</b>	<b>Αυτό-αποτελεσματικότητα</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ	66	3.91	0.63
		ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ	174	4.23	1.40
<b>6</b>	<b>Ικανότητα Ηγεσίας</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ	66	3.88	0.58
		ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ	174	4.33	0.49
<b>7</b>	<b>Διαχείριση Στρες</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ	66	4.03	0.73
		ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ	174	4.33	1.22
<b>8</b>	<b>Ενεργή Εμπλοκή</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ	66	4.37	0.64
		ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ	174	4.61	0.50
<b>9</b>	<b>Αυτοπεποίθηση</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ	66	4.18	0.53
		ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ	174	4.31	0.54
<b>10</b>	<b>Ομαδική Συνεργασία</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ	66	4.13	0.52
		ΑΓΩΓΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ	174	4.42	0.41

Από τα παραπάνω επικρατεί το συμπέρασμα ότι τα προγράμματα Αγωγής Υπαίθρου έχουν σημαντική επίδραση στις ατομικές και ομαδικές δεξιότητες των συμμετεχόντων μαθητών, αντίστοιχη και μάλλον μεγαλύτερη από αυτή των προγραμμάτων περιβαλλοντικής εκπαίδευσης. Επίσης σε όλες τις παραπάνω έρευνες η μεγαλύτερη επίδραση παρουσιάζεται στον παράγοντα Διαχείριση χρόνου, κάτι που συμβαίνει και σε άλλες έρευνες όπως αυτή των Eagle, Gordon & Lewis (2000) οι οποίοι εξετάζοντας την επίδραση ενός προγράμματος περιπέτειας (υπαίθριων δραστηριοτήτων ρίσκου) διάρκειας μιας ημέρας, στις ατομικές δεξιότητες των μαθητών σημείωσαν τρεις διαστάσεις μόνο που παρουσίασαν στατιστικά σημαντικές διαφορές: α) Διαχείριση χρόνου, β) Συναισθηματικός έλεγχος και γ) Ικανότητα ηγεσίας. Σε έρευνα των Allen-Craig & McLeod (2007) τέσσερις παράγοντες σημείωσαν στατιστικά σημαντικές διαφορές (Διαχείριση χρόνου, κοινωνικότητα, ικανότητα ηγεσίας και συναισθηματικός έλεγχος), τέλος σε έρευνα των Miller & Allen-Craig (2005) οι διαφορές εστιάστηκαν στον παράγοντα Διαχείριση χρόνου.

Είναι σημαντικό ότι όλοι οι παραπάνω ερευνητές χρησιμοποίησαν σαν όργανο μέτρησης το LEQ-H.

Αναφορικά με τον δεύτερο στόχο της έρευνας, δηλαδή τη διερεύνηση της πιθανής διαφοροποίησης αυτών των δεξιοτήτων, μεταξύ της ομάδας των μαθητών που συμμετείχε α) στο 'τυπικό' περιβαλλοντικό πρόγραμμα και β) της ομάδας των μαθητών που συμμετείχε στο πρόγραμμα Αγωγής Υπαίθρου, τα αποτελέσματα δείχνουν στατιστικές σημαντικές διαφορές σε 6 από τις 10 διαστάσεις του ROPE, με το περιβαλλοντικό πρόγραμμα το οποίο ήταν 'εμπλουτισμένο με την Υπαίθρια Δραστηριότητα Αναψυχής του «Προσανατολισμού, δηλαδή το πρόγραμμα της Αγωγής Υπαίθρου, να έχει μεγαλύτερη επίδραση στην αντίληψη των μαθητών για τις δεξιότητες, από ότι το 'τυπικό' περιβαλλοντικό πρόγραμμα.

Αναλυτικότερα η δεξιότητα Ικανότητα Ηγεσίας, παρουσίασε τη μεγαλύτερη διαφοροποίηση μετά τη συμμετοχή στο πρόγραμμα και κατά φθίνουσα σειρά ακολουθούν οι δεξιότητες Διαχείριση χρόνου, Ομαδική Συνεργασία, Κοινωνικότητα, Ενεργή Εμπλοκή και Ανοιχτή Σκέψη. Οι δεξιότητες Αυτό-αποτελεσματικότητα, Διαχείριση Στρες, Προσπάθεια για το τέλειο και Αυτοπεποίθηση δεν παρουσίασαν στατιστικά σημαντικές διαφορές.

Ένα άλλο σημαντικό σημείο είναι ότι οι παραπάνω διαφοροποιήσεις στις ατομικές και ομαδικές δεξιότητες των μαθητών επιτεύχθηκαν με πρόγραμμα διάρκειας μίας μόνο ημέρας. Καθώς ο Neill (1999) διαπίστωσε ότι τα πιο μακροχρόνια προγράμματα είναι ευεργετικότερα από τα πιο σύντομα προγράμματα θα μπορούσαμε να υποθέσουμε ότι η πραγματοποίηση πολυήμερων περιβαλλοντικών προγραμμάτων και προγραμμάτων Αγωγής Υπαίθρου θα είχε μεγαλύτερη ακόμη επίδραση στις ατομικές και ομαδικές δεξιότητες των συμμετεχόντων μαθητών κάτι που ασφαλώς θα ήταν ενδιαφέρον να ερευνηθεί στο μέλλον. Από τα παραπάνω μπορούμε να ισχυριστούμε με ασφάλεια ότι αν τελικά το ζητούμενο στα περιβαλλοντικά προγράμματα δεν είναι μοναδικά η γνώση για θέματα του περιβάλλοντος, αλλά όπως προβλέπεται και από το σκοπό της παρούσης έρευνας, η γενικότερη περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση των μαθητών, η πολύπλευρη, αρμονική και ισόρροπη ανάπτυξη των διανοητικών και ψυχοσωματικών δυνάμεων των μαθητών, η κινητική ενεργοποίηση των νέων, τότε τα προγράμματα της Αγωγής Υπαίθρου, με τον εμπλουτισμό με Υπαίθριες Δραστηριότητες Αναψυχής έχουν πολλά να προσφέρουν στο μέλλον.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η παρούσα έρευνα είναι η πρώτη που εξάγει συμπεράσματα για την επίδραση των προγραμμάτων Αγωγής Υπαίθρου στις ατομικές και ομαδικές δεξιότητες εφήβων μαθητών/τριών στη χώρα μας. Παρόλο που όπως φαίνεται από τα αποτελέσματα η επίδραση αυτών των προγραμμάτων είναι σημαντική τα συμπεράσματα της πρέπει να εκτιμηθούν με επιφύλαξη καθώς το δείγμα είχε συγκεκριμένα δημογραφικά χαρακτηριστικά, (Ηλικία, ημιαστική περιοχή, κτλ). Τα συμπεράσματα αν και υποστηρίζονται ισχυρά από τα αποτελέσματα της παρούσης έρευνας μπορούν να λειτουργήσουν μόνο ως ενδεικτικά. Χρειάζεται ένα μεγαλύτερο δείγμα μαθητών/τριών και από διαφορετικές περιοχές της Ελλάδας ώστε ν' αποκρυσταλλωθεί η εικόνα της επίδρασης των προγραμμάτων Αγωγής Υπαίθρου στις ατομικές δεξιότητες των εφήβων μαθητών.

Είναι σημαντικό επίσης να ξανασχεδιασθούν πολλά από τα ήδη υπάρχοντα προγράμματα που προσφέρονται στους μαθητές από τα Περιβαλλοντικά Κέντρα. Το περιεχόμενο των προγραμμάτων, η διάρκεια των προγραμμάτων, το είδος της υπαίθριας δραστηριότητας που θα χρησιμοποιηθεί για τον εμπλουτισμό τους, η εκπαίδευση των στελεχών που θα αναλάβουν τα νέα προγράμματα. Η Αγωγή Υπαίθρου, ως αντικείμενο, καθώς αποδεδειγμένα επιδρά θετικά στις ατομικές και ομαδικές δεξιότητες των συμμετεχόντων μαθητών, πρέπει να υιοθετηθεί και να περιληφθεί στα Κέντρα Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης. Ο κυριότερος λόγος είναι ο εμπλουτισμός των περιβαλλοντικών προγραμμάτων με υπαίθριες κινητικές δράσεις. Δράσεις έντασης και σωματικής ενεργοποίησης που τόσο ανάγκη έχει η νεολαία μας σήμερα, ανεξάρτητα εάν το σχολείο ανήκει σε αστική ή μη αστική περιοχή.

Ακόμη τα προγράμματα και γενικότερα οι αρχές των δράσεων της Αγωγής Υπαίθρου, πρέπει να εναχθούν ως νέα κατεύθυνση στο ήδη υπάρχον περιεχόμενο των μαθημάτων της Σχολικής Φυσικής Αγωγής. Ο κυριότερος λόγος είναι ότι η φιλοσοφία των προγραμμάτων της Αγωγής Υπαίθρου, είναι σύγχρονος, επιτακτικός, καθώς αποβλέπει στην υγεία των μαθητών, την προστασία του περιβάλλοντος, την άνοδο της ποιότητας ζωής και την δια βίου άσκηση.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Allen-Craig, S., & McLeod, B. (2005). What outcomes are we trying to achieve in our outdoor programs? An examination of Outdoor Education and Experiential Education programs effect on Life Effectiveness skills. *Paper presented at the 14th National Outdoor Conference, Gold Coast, QLD.*
- Αυθίνος, Γ. (1998). *Άσκηση – άθληση κινητική αναψυχή – οργανωτική διάσταση.* Αθήνα: Εκδόσεις Πανεπιστημίου Αθηνών.
- Ballantyne, R. (1998) Interpreting ‘visions’: Addressing environmental education goals through interpretation. In D. Uzzell and R. Ballantyne (eds) *Contemporary Issues in Heritage and Environmental Interpretation.* London: The Stationery Office.
- Blake, D. E. (2001). Contextual effects of environmental attitudes and behavior. *Environment and Behavior, 33,* 708-725.
- Bunting, C. J., & Donley, J. P. (2002). *Ten Years of Challenge Course Research: A Review of Affective Outcome Studies.* Poster presented at the 6<sup>th</sup> Coalition for the Education in the Outdoors Research Symposium, January 11-13, Bradford Woods, IN.
- Burton, L. M. (1981). A critical analysis and review of the research on Outward Bound and related programs. *Dissertation Abstracts International, 42,* 1581B
- Γεωργόπουλος, Α. (1993). *Περιβαλλοντική Εκπαίδευση, Εκπαίδευση και Περιβάλλον.* Εκδ. Gueteberg, Αθήνα.
- Coles, R. (2000). *Careers in Recreation. The American Association for Leisure and Recreation.* Reston, US
- Cason, D. & Gillis, H. L. (1994). A meta-analysis of outdoor adventure programming with adolescents. *Journal of Experiential Education, 17,* 40-47.
- Dougherty M A. (2005). The Changes in Life Effectiveness Following Ropes Course Participation for Becoming an Outdoors-Woman (BOW) Participants. Morgantown, West Virginia
- Dunlap, R. E. & Van Liere, K. (2008). The ‘New Environmental Paradigm’. *Journal of Environmental Education, 40 (1),* 19-28.
- Eagle H, Gordon J & Lewis L (2000) The Effects of a Public School System’s One Day Adventure Experience Wicomico County Board of Education and Salisbury University Maryland
- Erikson, E. H. (1959). Identity and the life cycle. In G. S. Klein (Ed.), *Psychological Issues* (pp. 18-171). New York: International Universities Press.
- Ewert, A., Place, G., & Sibthorp, J. (2005). Early- life Outdoor Experiences and an Individual’s Environmental Attitudes. *Leisure Sciences, 27,* 225-239.
- Ζαφειρούδη, Α. & Χατζηγεωργιάδης, Α. (2008). Περιβαλλοντικό Ενδιαφέρον, Ανθρώπινη Συμπεριφορά και Συμμετοχή σε Υπαίθριες Δραστηριότητες Αναψυχής. Περιοδικό της Ελληνικής Εταιρίας Διοίκησης Αθλητισμού: «Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής», Τεύχος 5, 2.
- Gallahue, D.L. & Ozman, J.L. (2002). *Understanding motor development. Infants, children, adolescents, adults.* (5th ed). Sydney: McGraw-Hill.
- Gough, A. (1997) Education and the Environment: Policy, Trends and the Problems of Marginalisation. Melbourne : Australian Council for Educational Research.
- Gray, T. (1997). *The impact of an extended stay outdoor education school program*

- on adolescent participants. . Unpublished Ph.D., University of Wollongong, Wollongong.
- Hans, T. (2000). A meta-analysis of the effects of adventure programming on locus of control. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 30(1), 33-60.
- Harris, C. (2006a). *Outdoor adventure and physical disability: Participants' perceptions of the catalysts of change*. Unpublished Ph.D., University of Queensland, Brisbane.
- Hattie, J.; Marsh, H. W.; Neill, J. T. & Richards, G. E. (1997). Adventure education and Outward Bound: Out-of-class experiences that make a lasting difference. *Review of Educational Research*, 67, 43-87.
- Heaven, P. (2001). *The social psychology of adolescence*. Hampshire: Palgrave.
- Higgins, P. (2003). Outdoor education in the UK: A journey with an uncertain destination?. In B. Humberstone., H. Brown & K. Richards (Eds.), *Whose Journeys? The outdoor and adventure as social and cultural phenomena*. (pp. 131-146). Plumpton: Fingerprints
- Heitzler, C.D., Martina, S. L., Dukeb, J., Huhmana, M., (2006), Correlates of physical activity in a national sample of children aged 9–13 years, *Preventive Medicine*, 42, 254-260
- Kaiser, F. G. (1998). A general measure of ecological behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 28, 395-422.
- Kaiser, F. G., & Biel, A. (2000). Assessing general ecological behavior: A cross-cultural comparison between Switzerland and Sweden. *European Journal of Psychological Assessment*, 16, 44-5
- Κουθούρης Χ (2004). Αγωγή Υπαίθρου. Πανεπιστημιακές Σημειώσεις. Έκδοση Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.
- Κουθούρης Χ. (2007). Διάλεξη με τίτλο: Αγωγή Υπαίθρου – Άσκηση σε Φυσικό Περιβάλλον. 1ο Πανελλήνιο Συνέδριο ΕΘΕΣΑΟΠ., Φυσική Αγωγή, Σχολικός Αθλητισμός, Ολυμπιακή Παιδεία – Καλλιπάτειρα. Διαχρονική πορεία, τάσεις και προκλήσεις. Αθήνα.
- Κουθούρης Χ.(2009). *Υπαίθριες Δραστηριότητες Αναψυχής, Ακραία Αθλήματα Μάνατζμεντ Υπηρεσιών & Εκπαίδευση Στελεχών*. Εκδόσεις Χριστοδουλίδη Θεσ/νίκη.
- La Trobe, H. L., & Acott, T. G. (2000). A modified NEP/ DSP environmental attitudes scale. *The Journal of Environmental Education*, 32(1), 12-20.
- Leberman, S. I., & Martin, A. J. (2003). Do pushing comfort zones produce peak learning experiences? *Australian Journal of Outdoor Education*, 7(1), 10-19.
- Lloyd, K., & Little, D. E. (2005). "Quality of Life, Aren't We Always Searching for That?": How Women Can Achieve Enhanced Quality of Life through Participation in Outdoor Adventure Recreation. *Leisure/Loisir: Journal of the Canadian Association for Leisure Studies*, 29(2), 147-181.
- Mannell, R., & Kleiber, D. (1997). *A social psychology of leisure*. State College, PA: Venture Publishing.
- Marsh, P. E. (1999). *What does camp do for kids? A meta-analysis of the influence of*

- organized camping experience on the self constructs of youth.*  
Unpublished Master of Science thesis, Department of Recreation and Park Administration, Indiana University, IN.
- Mayer, G. R. (1995). Preventing antisocial behavior in the schools. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 28, 467-478.
- McGuire, J. R. (1992). An examination of environmental attitudes among college students. *Unpublished master's thesis, The Pennsylvania State University, University Park* In Cotrell, S. P., Graefe, A. R. (1997). Testing a conceptual framework of responsible environmental behavior. *The Journal of Environmental Education*, 29 (1), 17-27.
- Miller, J Allen-Craig S (2005) An Evaluation of a Cross Section of Australian Schools Outdoor Education Program Outcomes- oeg.net.au
- Moore, C. J. & Huber, R. A. (2001). Support for EE from the National Science Education Standards and the Internet. *The Journal of Environmental Education*, 32(3), 21-25
- Munson, W. W., & Widmer, M. A. (1997). Leisure behavior and occupational identity in university students. *The Career Development Quarterly*, 46, 190-198.
- Muuss, R., & Porton, H. (1998). *Theories of adolescence* (7th ed). New York: McGraw-Hill.
- Neill, J., Marsh, H., Richards, G. (1997). The life effectiveness questionnaire: development and psychometrics. Unpublished article from James Neill, Outward Bound, Australia.
- Neill, J. (1999) Personal development outcomes of outdoor education programs. Poster presented to the 11th Australasian Human Development Conference, Sydney, Australia, July 8-10, 1999.
- Neill J T,(1999) The melting pot of outdoor education effects: Testing the flavours of program type, duration and participant age Research & Development Coordinator, National Outdoor Education & Leadership Service Paper presented to the 11th National Outdoor Education Conference Perth, Western Australia, January 11-15, 1999
- Neill, J.T. (2000). *The life effectiveness questionnaire: A tool for measuring change.* Unpublished manuscript. University of Canberra, Australia.
- Neill J (2001) The Impact of Outward Bound Challenge Courses on Disadvantaged Youth Sponsored by Colonial Foundation University of Canberra March, 2001
- Neill, J. T. (2002, January). *Meta-analytic research on the outcomes of outdoor education.* Paper presented to the 6th Biennial Coalition for Education in the Outdoors Research Symposium, Bradford Woods, IN.
- Outward Bound Australia. (2007a). *Bunbury Catholic College research report.* Tharwa, ACT:Outward Bound Australia.
- Outward Bound Australia. (2007b). *Canberra Girls Grammar Year 9 Outward Bound program.* Tharwa, ACT: Outward Bound Australia.
- Παιδαγωγικό Ινστιτούτο (2008 β). Ανακτήθηκε στις 22-03-09 από: <http://www.pi-schools.gr/drast/perivalontiki/>
- Palmberg I E., Kuru, J ( 2000) Outdoor Activities as a Basis for Environmental Responsibility *Journal of Environmental Education*, v31 n4 p32-36
- Palmer J., P. (1997). *The Courage to Teach.* Jossey-Bass Publishers, San Francisco
- Pickett, B., & Polley, S. (2001). Investigating the history of outdoor education in

- South Australia. *Australian Journal of Outdoor Education*, 5(2), 49-53.
- Purdie, N., Neill, J.T., & Richards, G.E. (2002). Australian identity and the effect of an outdoor education program. *Australian Journal of Psychology*, 54(1), 32-39
- Priest, S. (1986), 'Redefining Outdoor Education', *Journal of Environmental Education*, Vol.17, No.3, pp.13-15
- Priest, S. (1988a), 'Outdoor leadership around the world: A matter of semantics', *Journal of Adventure Education*, .5, 9-12.
- Priest, S. & Gass, M. (1997). *Effective leadership in adventure programming*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Πύλη Περιβαλλοντικής εκπαίδευσης Ανακτήθηκε στις 18-3-09 από:  
<http://www.kpe.gr/kpe.htm>
- Quay, J. (1999). *Students caring for each other*. University of Melbourne, Melbourne. Sport and Recreation Victoria. (2000). *Bushwalking and ski touring. Leadership*. (3<sup>rd</sup> ed.): BMTAB.
- Unesco (1978). *Conference, intergouvernementale sur l' education relative a l' environnement*. Rapport Final, Tbilissi, 14-25 Oct. 1977. Paris: Unesco.
- Φλογαΐτη, Ε. (1998). *Περιβαλλοντική Εκπαίδευση*. ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ. ΑΘΗΝΑ.
- Χρυσοστομίδου, Φ. (2007). Η Μεθοδολογία των Προγραμμάτων ΠΕ στη Μέση Εκπαίδευση στο πλαίσιο της Διεθνούς Πολιτικής και της Ελληνικής Εκπαιδευτικής Πραγματικότητας 1977-2007 *e-Περιοδικό Επιστήμης & Τεχνολογίας e-Journal of Science & Technology (e-JST)*. Ημερομηνία ανάκτησης 22-03-09: [http://e-jst.teiath.gr/issue\\_5\\_2007/xrisostomidou.pdf](http://e-jst.teiath.gr/issue_5_2007/xrisostomidou.pdf)



# **The Influence of an outdoor education program in participating student's personal and team skills**

**Nikolaos Foussekis & Charilaos Kouthouris**

Department of Physical Education & Sport Sciences

University of Thessaly

## **Abstract**

The aim of the present study was to investigate the effect of an typical environmental program, toward an Outdoor Education program, in ten different personal & team development skills. The Outdoor Education program was same as the typical environmental program, plus the addition of outdoor Activity of "Orienteering". In the study constituted students (N=240) from Amfissa's High schools (48.3% boys, 51.7% girls). From them 66 students (27.5%) participated in the typical environmental program and 174 students (72.5%) participated in the Outdoor Education program. For Skills evaluation was used the Review of Personal Effectiveness scale (ROPE), as students felled questionnaires 15 days before the program and immediately afterwards its completion. The results supported a) statistically important differences ( $p<01$ ) in student's perception for nine skills after their participation in the Outdoor Education program, and b) statistically important differences ( $p<01$ ) in student's perception for six skills between environmental and Outdoor Education programs. The discussion aim the better planning of educational environmental programs from the persons in charge of Centres of Environmental Education and secondly the upgrading of Physical Education course with hits enrichment with the object of Outdoor Education.

**Key words:** Outdoor education, environmental education, outdoor activities, recreation

## Στοιχεία επικοινωνίας

Νικόλαος Φουσσέκης  
Λ. Καραμανλή 22  
33100 Άμφισσα Φωκίδα  
email: nfousekl@gmail.com