



**ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ**  
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΤΟΜΕΑΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ.

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**«Ο ΟΔΗΓΙΣΜΟΣ ΚΑΙ Ο ΠΡΟΣΚΟΠΙΣΜΟΣ ΩΣ ΜΕΘΟΔΟΣ  
ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΚΑΙ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ  
ΣΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ»**

**Κυριακή Λαδογιάννη**

**Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Ασπασία Δανιά**

**ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2024**

© Copyright

Κυριακή Λαδογιάννη

Σημείωμα Συγγραφέα

Το δοκίμιο αυτό αποτελεί πτυχιακή εργασία που συντάχθηκε για το Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών του ΤΕΦΑΑ στη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του ΕΚΠΑ και υποβλήθηκε τον Ιανουάριο του 2024

Η συγγραφέας βεβαιώνει ότι το περιεχόμενο του παρόντος έργου είναι αποτέλεσμα προσωπικής εργασίας και ότι έχει γίνει η κατάλληλη αναφορά στην εργασία τρίτων - όπου κάτι τέτοιο ήταν απαραίτητο-, σύμφωνα με τους κανόνες της ακαδημαϊκής δεοντολογίας.

# Ο ΟΔΗΓΙΣΜΟΣ ΚΑΙ Ο ΠΡΟΣΚΟΠΙΣΜΟΣ ΩΣ ΜΕΘΟΔΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΚΑΙ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

## Περίληψη

Σκοπός της παρούσης μελέτης, είναι η συλλογή, επεξεργασία και ανάλυση δεδομένων για τον οδηγισμό (προσκοπισμό) ως μέθοδο ανάπτυξης των δεξιοτήτων και διδασκαλίας των παιδιών στη σχολική φυσική αγωγή. Η μέθοδος που έχει χρησιμοποιηθεί στη παρούσα έρευνα, είναι η βιβλιογραφική ανασκόπηση. Έχει πραγματοποιηθεί αναζήτηση της σχετικής διεθνούς βιβλιογραφίας, στις έγκυρες βάσεις δεδομένων EBSCO, Medline, Scopus και Pubmed. Επιπρόσθετη αναζήτηση της βιβλιογραφίας έχει πραγματοποιηθεί και μέσα από τη βιβλιογραφία άλλων άρθρων και ανασκοπήσεων σχετικών με το υπό διερεύνηση θέμα.

Από την ανασκόπηση διαφαίνεται ότι το οδηγικό παιδαγωγικό πρόγραμμα βασίζεται σε μια σειρά αξιών και αρχών, όπως ο σεβασμός στον εαυτό και τους άλλους, η αυτονομία, η αλληλεγγύη, η ανεξαρτησία, η δικαιοσύνη και η ειρήνη. Ο στόχος του προγράμματος είναι η ανάπτυξη των παιδιών και των νέων σε όλους τους τομείς, συμπεριλαμβανομένων της φυσικής, πνευματικής και κοινωνικής τους ανάπτυξης. Η προσφορά του Οδηγισμού και του Προσκοπισμού λοιπόν είναι μεγάλη, σε κάθε τομέα ανάπτυξης των παιδιών και των νέων. Αποκτούν συνεχώς νέες εμπειρίες μαθαίνοντας να έχουν εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και στις ικανότητες τους.

Συνολικά, ο Οδηγισμός είναι μια αποτελεσματική μέθοδος διδασκαλίας στη σχολική φυσική αγωγή που μπορεί να βοηθήσει τους μαθητές να αναπτύξουν τις σωματικές, κοινωνικές και συναισθηματικές τους δεξιότητες. Εστιάζοντας στις ατομικές ικανότητες και στόχους κάθε μαθητή, οι δάσκαλοι μπορούν να βοηθήσουν τους μαθητές να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητές τους και να επιτύχουν στις δραστηριότητες που έχουν επιλέξει.

Λέξεις Κλειδιά – Οδηγισμός, Προσκοπισμός, Φυσική Αγωγή, Δεξιότητες, Σχολείο, Παιδιά

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Περίληψη.....	iii
ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ.....	iv
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΜΒΟΛΩΝ ΚΑΙ ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΩΝ.....	vi
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΩΝ.....	vi
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ.....	vi
<b>I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....</b>	<b>7</b>
1.1. Ορισμός και Διατύπωση του Προβλήματος.....	7
1.2. Σημασία της έρευνας.....	8
1.3. Ερευνητικά ερωτήματα.....	10
1.4. Οριοθετήσεις και περιορισμοί της έρευνας.....	10
1.5. Διευκρίνιση όρων.....	11
<b>II. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ.....</b>	<b>13</b>
2.1. Οι δεξιότητες της ζωής ως Μέσα για την Ολόπλευρη Ανάπτυξη των παιδιών.....	13
2.2. Δεξιότητες της Ζωής.....	13
2.2.1. Η ολόπλευρη ανάπτυξη των παιδιών.....	19
2.2.2. Οι πέντε (5) βασικές αρχές της Ολόπλευρης Ανάπτυξης.....	20
2.3. Οδηγισμός και Δεξιότητες της Ζωής.....	22
2.3.1. Οδηγισμός και Προσκοπισμός.....	22
2.4. Η ιστορία του Ελληνικού Οδηγισμού και του Ελληνικού Προσκοπισμού.....	26
2.5. Σκοπός του Οδηγισμού.....	27
2.5.1. Βασικές Αρχές του Οδηγισμού.....	28
2.5.2. Σκοπός του Προσκοπισμού.....	29
2.5.3. Προσκοπική Μέθοδος Διαπαιδαγώγησης.....	29
2.5.4. Θεμελιώδεις Αρχές Προσκοπισμού.....	30
2.6. Ερευνητικά Δεδομένα που συνδέουν τον Οδηγισμό και τον Προσκοπισμό με τις Δεξιότητες Ζωής.....	31

2.7. Η Σχολική Φυσική Αγωγή τον 21ο αιώνα.....	40
2.8. Προγράμματα Σπουδών και στόχοι της Σχολικής Φ.Α.....	41
2.9. Στόχοι της Σχολικής Φ.Α.....	43
2.10. Μέθοδοι Διδασκαλίας και Αντικείμενο της Σχολικής Φ.Α.....	47
2.11. Ο Οδηγισμός ως Μέθοδος Διδασκαλίας στη Φ.Α.....	51
<b>III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ.....</b>	<b>54</b>
3.1. Περιγραφή της Στρατηγικής Αναζήτησης.....	54
3.2. Κριτήρια Εισόδου – Αποκλεισμού.....	54
3.3. Κριτήρια Αποκλεισμού.....	54
3.4. Τελική Επιλογή Μελετών Βιβλιογραφικής Ανασκόπησης.....	55
<b>IV. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ.....</b>	<b>57</b>
4.1. Εισαγωγή Παρουσίασης Αποτελεσμάτων Έρευνας.....	57
4.2. Παρουσίαση Αποτελεσμάτων Έρευνας.....	59
<b>V. ΣΥΖΗΤΗΣΗ.....</b>	<b>69</b>
<b>VI. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....</b>	<b>72</b>
<b>VII. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....</b>	<b>74</b>
<b>VIII. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ.....</b>	<b>79</b>

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΜΒΟΛΩΝ ΚΑΙ ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΩΝ

ΟΠΠ	: Οδηγικό Παιδαγωγικό Πρόγραμμα
ΦΑ	: Φυσική Αγωγή
ΣΕΟ	: Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού
WAGGGS	: Παγκόσμια Οργάνωση Κοριτσιών Οδηγών και Κοριτσιών Προσκόπων
ΣΕΠ	: Σώμα Ελλήνων Προσκόπων

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΩΝ

**Διάγραμμα 3.1.** : Διαγραμματική απεικόνιση με τη μεθοδολογία που ακολουθήθηκε για την τελική επιλογή των μελετών που ανασκοπήθηκαν

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

**Εικόνα 2.1** : η πυραμίδα του Maslow

**Πίνακας– Παράρτημα** :Συνοπτική Μεθοδολογική Αποτύπωση των Άρθρων που Συμπεριλαμβάνονται στην Ανασκόπηση

## I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

### 1.1. Ορισμός και Διατύπωση του Προβλήματος

Οι δεξιότητες ζωής αποτελούν τον πιο σημαντικό αρωγό για την ολόπλευρη ανάπτυξη των παιδιών, διότι συμβάλλουν στο να μπορούν τα παιδιά να αντιμετωπίζουν δυσκολίες και προκλήσεις στη ζωή τους με πιο αποτελεσματικό τρόπο. Οι δεξιότητες αυτές περιλαμβάνουν την επικοινωνία, τη συνεργασία, την κριτική σκέψη, τη διαχείριση συναισθημάτων, την αντοχή στην πίεση, την αντοχή στην απόρριψη και την επίλυση προβλημάτων. Οι παιδικές εμπειρίες στη σχολική φυσική αγωγή έχουν τη δύναμη να βοηθήσουν τα παιδιά να αναπτύξουν αυτές τις δεξιότητες, καθώς παρέχει μια ασφαλή και ελεύθερη ατμόσφαιρα για την εξάσκηση τους με διασκεδαστικό τρόπο (Abels & Bridges, 2010).

Τα Αναλυτικά Προγράμματα επισημαίνουν ότι στόχος της Φ.Α. στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση είναι η αρμονική και ισορροπημένη ανάπτυξη όλων των δυνάμεων των μαθητών, είτε αυτές είναι σωματικές, πνευματικές ή ψυχικές.. Οι αθλητικές και κινητικές δραστηριότητες συμβάλλουν στην κοινωνική ενσωμάτωση και την ενδυνάμωση των μαθητών συναισθηματικά και γνωστικά. Στα Προγράμματα Σπουδών του Λυκείου διατυπώνεται ως στόχος της Φ.Α. η διά βίου άσκηση για την υγεία και την ποιότητα ζωής. Γίνεται κατανοητό ότι η προτεραιότητα της Φ.Α. μπορεί να είναι η απόκτηση πρωτίστως σωματικών δεξιοτήτων αλλά δεν παραβλέπεται και μάλιστα διατυπώνεται ρητά ως στόχος και η απόκτηση δεξιοτήτων στο συναισθηματικό, κοινωνικό και ηθικό τομέα. Άλλωστε, κεντρικός στόχος είναι η ολόπλευρη ανάπτυξη της προσωπικότητας των νέων.

Το Οδηγικό Παιδαγωγικό Πρόγραμμα από την άλλη εμφανίζεται ως πλαίσιο αποτελεσματικής ανάπτυξης των δεξιοτήτων καθώς απευθύνεται σε παιδιά και νέους βασιζόμενο στις αρχές του Οδηγισμού. Ο Οδηγισμός είναι μια παγκόσμια κίνηση που αποσκοπεί στην ανάπτυξη των νέων ως ατομικότητες, πολιτών και μελλοντικών

ηγετών με τη βοήθεια της εκπαίδευσης μέσω της δράσης (Παγκόσμια Οργάνωση Κοριτσιών Οδηγών και Κοριτσιών Προσκόπων, 2023).

Άλλωστε, η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιεί ο Προσκοπισμός βασίζεται στη βιωματική μάθηση, τη μάθηση μέσω της πράξης και αποτελεί ένα μη τυπικό περιβάλλον μάθησης που όμως εξακολουθεί να αποτελείται από προγραμματικές δραστηριότητες και εκπαιδευτικούς στόχους. Επομένως πέρα από την ανάπτυξη των ψυχοκοινωνικών δεξιοτήτων, μέσα από το μη τυπικό περιβάλλον μάθησης του Προσκοπισμού, ο νέος μπορεί να αποκτήσει αυτοεκτίμηση, αυτοπειθαρχία και μεγαλύτερο κίνητρο για μάθηση με μεγαλύτερη έμφαση στη δράση.

Ο Οδηγισμός λοιπόν ως μέθοδος διδασκαλίας στη σχολική Φυσική Αγωγή έχει αρκετές προοπτικές από την άποψη ότι συμβάλλει στο να βιώσουν τα παιδιά το ομαδικό πνεύμα, να αποκτήσουν γνώσεις με ευχάριστο τρόπο, να καλλιεργήσουν τις κινητικές, πνευματικές, αναπτυξιακές και συναισθηματικές τους δεξιότητες, να είναι χαρούμενα και να διασκεδάσουν, να συνειδητοποιήσουν την μοναδικότητα της ευγενούς άμιλλας, να συνομολογήσουν πόσο απαραίτητη είναι η πειθαρχία, να αναπτύξουν την αυτοκυριαρχία τους, να καταλάβουν πόσο αναγκαία είναι η τιμιότητα στην εποχή μας.

Σκοπός της παρούσης μελέτης, είναι η συλλογή, επεξεργασία και ανάλυση δεδομένων για τον οδηγισμό (προσκοπισμό) ως μέθοδο ανάπτυξης των δεξιοτήτων και διδασκαλίας των παιδιών στη σχολική φυσική αγωγή.

## **1.2. Σημασία της έρευνας**

Η Οδηγική κίνηση στην Ελλάδα ήδη αριθμεί ενενήντα χρόνια παρουσίας, αλλά και εκπαιδευτικής προσφοράς. Με παράδειγμα από τον προσκοπισμό που ξεκίνησε από τον Έλληνα γυμναστή Αθανάσιο Λευκαδίτη, είχε ταχεία ανάπτυξη και έδρασε παράλληλα, σε περιβάλλον εξωσχολικό προς την τυπική εκπαίδευση που ασκείται



στο σχολείο, γίνεται προσπάθεια να διερευνηθεί αντίστοιχα και ο οδηγισμός (WAGGGS, 2023).

Στην βιβλιογραφία υπάρχουν τεκμήρια που αναγνωρίζουν την προσκοπική κίνηση ως άτυπη μορφή εκπαιδευτικής διδασκαλίας στον τρόπο εκπαίδευσης και ανάπτυξης των νέων. Με δεδομένο ότι το Οδηγικό Παιδαγωγικό Πρόγραμμα στοχεύει στις ίδιες αξίες και ιδανικά αλλά με τελείως διαφορετική προσέγγιση, επιχειρείται να ανοίξει ένας διάλογος και για την οδηγική κίνηση και την συμβολή αυτής στην άτυπη εκπαίδευση περισσότερων από 10.000 μελών, ανηλίκων και ενηλίκων (Abels & Bridges, 2010).

Πιο συγκεκριμένα, ενώ ο Οδηγισμός αριθμεί αρκετά μεγαλύτερο αριθμό εκπαιδευτικών και δασκάλων/νηπιαγωγών στο δυναμικό των ενηλίκων εθελοντών του και ενώ οι παιδαγωγικές μέθοδοι ακολουθούν τον παλμό των εξελίξεων σε σχέση με το πεδίο των Παιδαγωγικών Επιστημών (κάτι που δεν συμβαίνει αντίστοιχα με τον Προσκοπισμό), υπάρχουν περισσότερες έρευνες και τεκμήρια για τον δεύτερο. Με την ολοκλήρωση της έρευνας θα μπορεί να ανοίξει ένας διάλογος σχετικά με την σημαντικότητα της αξιοποίησης του Οδηγισμού ως μέθοδο διδασκαλίας εστιάζοντας στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής (WAGGGS, 2023).

Η έρευνα παρέχει μία πλούσια πηγή πληροφοριών για την ιστορία, τις αξίες και τις δεξιότητες του Οδηγισμού αλλά και για τον τρόπο που αυτές μπορούν να μετακινήσουν δασκάλους και καθηγητές Φυσικής Αγωγής αξιοποιώντας σαν εργαλείο για την εκπαίδευση των μαθητών κομμάτια του Οδηγικού Παιδαγωγικού Προγράμματος. Η καινοτομία δηλαδή της εν λόγω μελέτης έγκειται σε αυτό ακριβώς το χαρακτηριστικό, δηλαδή στην προσέγγιση καινοτόμων εκπαιδευτικών και παιδαγωγικών μεθόδων που χρησιμοποιούνται και εφαρμόζονται μέχρι πρότινος από καθηγητές και δασκάλους Φυσικής Αγωγής. Σκοπός λοιπόν της μελέτης είναι αφού παραθέσει αναλυτικά τα θετικά στοιχεία και τα χαρακτηριστικά που αποκομίζουν τα παιδιά και οι νέοι μέσα από αυτά τα προγράμματα, να προτείνει την πιθανή μελλοντική ένταξη τους στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής.

### **1.3. Ερευνητικά ερωτήματα**

Η διεθνής βιβλιογραφία περιλαμβάνει πολλές αναφορές στην εκπαιδευτική διαδικασία που σχετίζεται με τη Φυσική Αγωγή ενώ δίνει μεγαλύτερη έμφαση στη διά βίου μάθηση. Συγκεκριμένα για την έρευνά μας τίθεται προς διερεύνηση η σύνδεση και η σχέση του Οδηγικού Παιδαγωγικού Προγράμματος με τις μεθόδους της φυσικής αγωγής. Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι να αναδείξει τις γνώσεις των εκπαιδευτικών ΦΑ για τον Οδηγισμό και την πιθανή εφαρμογή του ως μεθόδου διδασκαλίας στο σύγχρονο σχολικό πλαίσιο (WAGGGS, 2023). Πιο συγκεκριμένα, τίθενται προς διερεύνηση τα ακόλουθα ερευνητικά ερωτήματα:

- Πώς οι δεξιότητες ζωής αξιοποιούνται για την ολόπλευρη ανάπτυξη των παιδιών;
- Πώς αυτές κατακτώνται μέσα από το Οδηγικό Παιδαγωγικό Πρόγραμμα;
- Ποιος ο κύριος στόχος της Φυσικής Αγωγής στο Ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα;
- Ο Οδηγισμός μπορεί να αξιοποιηθεί ως μέθοδος διδασκαλίας στην σχολική Φυσική Αγωγή; Αν ναι, σε ποιόν βαθμό;

### **1.4. Οριοθετήσεις και περιορισμοί της έρευνας**

Οι περιορισμοί που αντιμετωπίστηκαν κατά την μελέτη και εκπόνηση της έρευνας έγκεινται στο γεγονός ότι δεν υπάρχει μεγάλο εύρος πηγών για την οδηγική κίνηση. Πιο συγκεκριμένα, ό,τι υλικό υπάρχει αναφορικά με το Οδηγικό Παιδαγωγικό Πρόγραμμα τόσο σε εθνικό αλλά όσο και σε διεθνές επίπεδο προέρχεται από βοηθήματα, εγχειρίδια και δημοσιεύσεις όχι όμως σε επιστημονικά περιοδικά. Σε κάθε περίπτωση μπορεί να αποτελέσει βάση για περαιτέρω διερεύνηση σε μελλοντικές έρευνες.

Ένας ακόμα περιοριστικός παράγοντας σε ό,τι αφορά στην εξαγωγή των αποτελεσμάτων που απαντούν στα ερευνητικά ερωτήματα της εν λόγω εργασίας είναι το γεγονός ότι στην προσπάθεια να διερευνηθεί η στάση καθηγητών και

δασκάλων Φυσικής Αγωγής απέναντι στην αξιοποίηση του Οδηγισμού ως μέθοδος διδασκαλίας, δεν ήταν μεγάλο το δείγμα.

Κατέστη δηλαδή όχι τόσο εύκολο να βρεθούν καθηγητές Φυσικής Αγωγής με εμπειρία που ταυτόχρονα να αποτελούν μέλη του Σώματος Ελληνικού Οδηγισμού ούτως ώστε να έχουν πολύπλευρη και σφαιρική γνώση πάνω σε κινητικά παιχνίδια αλλά και προγράμματα του Οδηγισμού ώστε να μπορούν να απαντήσουν. Και αυτός ήταν και ο λόγος που δειγματοληπτική μέθοδος αποκλείστηκε εξ αρχής.

### 1.5. Διευκρίνιση όρων

Κρίνεται σκόπιμο να διευκρινιστούν βασικοί όροι που χρησιμοποιούνται στην παρούσα εργασία:

- ❖ «**Ο Οδηγισμός** είναι μία παγκόσμια, αυτόνομη, ανεξάρτητη οργάνωση με παιδαγωγικό χαρακτήρα που απευθύνεται σε παιδιά και νέους». Δραστηριοποιείται σε 90 πόλεις σε όλη την Ελλάδα και σε 150 χώρες παγκοσμίως ενώ αποτελείται από 10 εκατομμύρια μέλη σε όλη τη γη. Βοηθά νέους και νέες 5-17 ετών παρέχοντάς τους ευκαιρίες για να αποκτήσουν εμπειρίες προκαλώντας τους εαυτούς τους και αποκτώντας εμπιστοσύνη. Συμβάλλει στην ανάπτυξη ενός προσωπικού συστήματος αξιών και κριτικής σκέψης και δημιουργώντας φιλίες να έρθουν σε επαφή με το περιβάλλον και να μάθουν την αξία της ανεκτικότητας μαθαίνοντας τους ανθρώπους και τις διαφορετικές κουλτούρες. (Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού, 2023)
- ❖ **Ο Προσκοπισμός** είναι μια παγκόσμια εθελοντική και παιδαγωγική κίνηση χωρίς όριο ηλικίας και χωρίς να περιλαμβάνει οποιαδήποτε διάκριση σχετική με φυλή ή θρησκευτική πίστη. (Wikipedia,2024) Έχει βασικό σκοπό να προωθήσει την σωματική, διανοητική, κοινωνική και πνευματική ανάπτυξη των νέων μέσα από την αλληλεκπαίδευση δίνοντας έμφαση στη ζωή στην ύπαιθρο. Βασίζεται σε ένα σύστημα αξιών με γνώμονα τη δημιουργία ενός κόσμου μέσα στον οποίο οι άνθρωποι θα ολοκληρώνονται ως

προσωπικότητες και θα δρουν εποικοδομητικά. Μέσα στο πλαίσιο αυτό ο καθένας είναι υπεύθυνος για την εξέλιξη του εαυτού του σε αυτοδύναμη προσωπικότητα και στην αυτοανάπτυξή του. (Πρόσκοποι Ψυχικού, 2024)

- ❖ **Δεξιότητες Ζωής** είναι αυτές οι δεξιότητες που δεν οριοθετούνται γνωστικά αλλά συμβάλλουν στο να καταφέρει ο άνθρωπος να φέρει εις πέρας τις υποθέσεις του αποτελεσματικά. (Wikipedia,2024) Η Unicef (2024) αριθμεί τις εξής δεξιότητες ζωής:
  - ❖ Την Αυτεπίγνωση που βοηθά στην Διαχείριση Συναισθημάτων και την Αντιμετώπιση του Άγχους.
  - ❖ Την Ενσυναίσθηση που συμβάλλει στη Διαπροσωπική Επικοινωνία και τη ρύθμιση των Διαπροσωπικών Σχέσεων.
  - ❖ Την Κριτική και τη Δημιουργική Σκέψη οι οποίες αποτελούν το θεμέλιο της Ικανότητας στη Λήψη Αποφάσεων και της Επίλυσης Προβλημάτων.

## II. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

### 2.1. Οι δεξιότητες ζωής ως μέσα για την ολόπλευρη ανάπτυξη των παιδιών

Οι δεξιότητες ζωής είναι σημαντικές για την ολόπλευρη ανάπτυξη των παιδιών, καθώς τους βοηθούν να αναπτύξουν τις κοινωνικές, συναισθηματικές και πρακτικές δεξιότητές τους που απαιτούνται για μια επιτυχημένη προσαρμογή και πρόοδο στη ζωή. Οι δεξιότητες ζωής περιλαμβάνουν (Covey, 2004):

- ❖ Κοινωνικές δεξιότητες: Αυτές οι δεξιότητες περιλαμβάνουν την ικανότητα επικοινωνίας και συνεργασίας με άλλα άτομα. Οι παιδικές δραστηριότητες που προωθούν την ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων περιλαμβάνουν το παιχνίδι ρόλων, τη συνεργατική εργασία και την επίλυση προβλημάτων με ομάδες.
- ❖ Συναισθηματική νοημοσύνη: Αυτή η δεξιότητα αναφέρεται στην αναγνώριση, κατανόηση και διαχείριση των συναισθημάτων. Τα παιδιά που έχουν αναπτύξει αυτήν τη δεξιότητα είναι σε θέση να αντιλαμβάνονται τα συναισθήματά τους και των άλλων, να εκφράζουν τα συναισθήματά τους και να διαχειρίζονται αποτελεσματικά το άγχος.

### 2.2. Δεξιότητες Ζωής

Με τον όρο δεξιότητες ζωής αναφερόμαστε στις δεξιότητες εκείνες οι οποίες βοηθούν ένα άτομο να διαχειριστεί με επιτυχία το περιβάλλον στο οποίο ζει. Ο όρος «δεξιότητες ζωής» αναφέρεται σε μία ευρεία ποικιλία από δεξιότητες γνωστικές, κοινωνικές και συναισθηματικές. Για παράδειγμα, σωματική δεξιότητα αποτελεί η σωστή στάση του σώματος, ενώ με τον όρο συμπεριφορικές δεξιότητες εννοούμε αυτές που αφορούν την αποτελεσματική επικοινωνία με άτομα της ίδιας ηλικίας. Τέλος, γνωστική δεξιότητα αποτελεί η αποτελεσματική λήψη αποφάσεων (Covey, 2004). Μπορεί επίσης να είναι ενδο-προσωπικές, για παράδειγμα θετική αυτοεκτίμηση ή και διαπροσωπικές, όπως η συνεργασία (Gould & Carson, 2008).

Στις δεξιότητες ζωής λοιπόν συμπεριλαμβάνονται μεταξύ άλλων η λήψη αποφάσεων, η δημιουργική σκέψη, η επίλυση προβλημάτων, οι δεξιότητες επικοινωνίας και οι διαπροσωπικές δεξιότητες, η αυτογνωσία και η σωστή διαχείριση του άγχους και της κλιμάκωσης των συναισθημάτων. Στη διεθνή βιβλιογραφία επίσης εμφανίζονται δεξιότητες όπως η διαπραγμάτευση, η αποτελεσματική επικοινωνία και συνεργασία, η δυνατότητα κριτικής σκέψης και όσες άλλες δεξιότητες θεωρούνται σημαντικές για την αντιμετώπιση των προβλημάτων της καθημερινότητας. (Covey, 2004).

Πολλές φορές όμως η έννοια "δεξιότητες ζωής" συγχέεται με την έννοια "κοινωνικές δεξιότητες". Ωστόσο υπάρχουν σημαντικές διαφορές και γι' αυτό θα πρέπει να διαχωρίζονται. Ο όρος κοινωνική δεξιότητα αφορά μια ομάδα δεξιοτήτων ή μια δεξιότητα (Hall, Tolman & Wilson, 2003). Αφορά τις δεξιότητες που συμβάλλουν στην αποτελεσματική επικοινωνία, ενισχύουν τη δυνατότητα των ανθρώπων να συμμετέχουν σε ομάδες, να μπορούν με άνεση να εκφράζουν τις απόψεις τους και συγχρόνως είτε να παρέχουν οι ίδιοι είτε να δέχονται ανατροφοδότηση. Από την άλλη μεριά, ο όρος δεξιότητες ζωής δηλώνει μια ομάδα από δεξιότητες, οι οποίες είναι απαραίτητες για μια επιτυχημένη και αποτελεσματική διαβίωση.

Ο Nelson-Jones (1991) κατατάσσει τις δεξιότητες ζωής σε επτά κατηγορίες και τις θεωρεί απαραίτητες για έναν αποτελεσματικό τρόπο ζωής, για την διατήρηση της ψυχικής υγείας και για ένα υψηλό επίπεδο ανθρώπινης λειτουργίας. Οι επτά (7) κατηγορίες σύμφωνα με τον Nelson-Jones, είναι οι εξής :

- 1) Συναισθήματα: Σε αυτή την κατηγορία εντάσσονται έννοιες όπως η επίγνωση της σημασίας των συναισθημάτων και η ικανότητα για την κατάλληλη έκφραση αυτών, η επίγνωση των επιθυμιών, η επίγνωση των παραμέτρων της ύπαρξης όπως για παράδειγμα ο θάνατος, η μοίρα, κ.τ.λ.
- 2) Σκέψη: Αναφέρεται σε ένα πλαίσιο σκέψης ρεαλιστικό και με αρχές. Ουσιαστικά αφορά την ικανότητα να μπορεί ο καθένας να αναλαμβάνει προσωπικά την ευθύνη για τις επιλογές που κάνει και εν τέλει καθορίζουν την εξέλιξη της ζωής του ,την

ικανότητα να έχει διαφορετική αντίληψη για οποιοδήποτε θέμα και να λαμβάνει αποφάσεις που τον αφορούν.

3) Διαπροσωπικές σχέσεις: Η ικανότητα να μπορείς να ξεκινάς διαπροσωπικές σχέσεις, να τις διατηρείς και αν χρειαστεί να μπορείς να τις τελειώνεις . Να έχεις μέσα στις σχέσεις αυτές τις δικές σου σκέψεις, τα δικά σου συναισθήματα και δράσεις καθώς και να μπορείς να μιλάς για τον εαυτό σου

4) Σπουδές – εκπαίδευση: Στην κατηγορία αυτή συμπεριλαμβάνονται οι καλές εκπαιδευτικές επιλογές , ο καθορισμός πλάνων και στόχων , η επιτυχής αντιμετώπιση του άγχους για την επίτευξη των καθορισμένων στόχων καθώς και ικανότητες που σχετίζονται με την δημιουργικότητα , την κριτική σκέψη και την συμμετοχή σε ομάδες με επιτυχία.

5) Εργασία/χειρισμός της ανεργίας: Οι δεξιότητες που σχετίζονται με αυτή την κατηγορία είναι η ικανότητα για ακριβή καθορισμό των ενδιαφερόντων σου , σε συνδυασμό με το να μπορείς να εκτιμάς σωστά τις δεξιότητες και ικανότητές σου καθώς επίσης να είσαι σε θέση να αναγνωρίζεις και να αδράχνεις τις ευκαιρίες. Επίσης, είναι σημαντικές στον τομέα αυτό και οι δεξιότητες που αφορούν τη λήψη αποφάσεων και αυτές που είναι απαραίτητες για εξειδικευμένους ρόλους στο χώρο εργασίας όπως διευθυντής ή προϊστάμενος κ.τ.λ.

6) Ελεύθερος χρόνος Ικανότητα εκτίμησης του ελεύθερου χρόνου και κυρίως εκτίμησης της δυνατότητας που έχουν οι προσωπικές ενασχολήσεις και δραστηριότητες εν γένει να σε κάνουν να νιώσεις χαρούμενος και ολοκληρωμένος με την ενεργή σου συμμετοχή σε δραστηριότητες που σου αρέσουν.

7) Υγεία : Δεξιότητες που αφορούν στην υπεύθυνη αντιμετώπιση του θέματος υγεία, ισορροπημένη υγιεινή διατροφή και διατήρηση φυσικής κατάστασης. Εδώ ανήκει και η δυνατότητα να ελέγξει και να διαχειριστεί κάποιος την κατανάλωση του αλκοόλ και όλων των εθιστικών ουσιών

Σύμφωνα με την σύγχρονη εκπαιδευτική έρευνα οι έφηβοι για να είναι ικανοί να ανταπεξέλθουν στις προκλήσεις του περιβάλλοντος στο οποίο ζουν, πρέπει να έχουν αναπτύξει την ικανότητα επεξεργασίας πολλαπλών πληροφοριών, την ικανότητα

προσαρμογής σε διαφορετικά εκπαιδευτικά αλλά και εργασιακά περιβάλλοντα και την ικανότητα επικοινωνίας. Είναι σημαντικό λοιπόν η εκπαίδευση τους να συμπεριλαμβάνει κάποιες δεξιότητες ζωής όπως (Gould & Carson, 2008):

- Να μπορούν να λειτουργούν και να αποδίδουν υπό πίεση.
- Να είναι σε θέση να αναλάβουν την ευθύνη για τις πράξεις τους και να αποδεχτούν την αρνητική κριτική έχοντας ως απώτερο στόχο την προσωπική βελτίωση.
- Να δρουν αποτελεσματικά μέσα στην ομάδα.
- Να μπορούν να ορίσουν στόχους και να είναι σε θέση να υπερπηδήσουν όσα εμπόδια τους παρουσιαστούν κατά την προσπάθειά τους να τους πετύχουν
- Να διαχειρίζονται την επιτυχία και την αποτυχία.
- Να είναι δεκτικοί στις αξίες αλλά και στις διαφορετικές απόψεις και πεποιθήσεις.
- Να γνωρίζουν τις δυνατότητές τους και να είναι ανά πάσα στιγμή σε θέση να τις εκμεταλλευτούν.
- Να επικοινωνούν με αποτελεσματικότητα.
- Να ξέρουν τα όριά τους.
- Να επιλύουν προβλήματα αποτελεσματικά.

Σύμφωνα με όσα ειπώθηκαν πριν γίνεται εύκολα κατανοητό ότι οι δεξιότητες ζωής που οφείλει να αποκτήσει ένας άνθρωπος σε όλη την διάρκεια της ζωής του είναι πάρα πολλές και φυσικά δεν είναι καθόλου εύκολη η διαδικασία να φτάσει κάποιος στην εκμάθησή τους. Αποτελούν παρ' όλ' αυτά απαραίτητα εφόδια για την επιβίωση του, την συνεχή εξέλιξη και τη δυνατότητά του να προσαρμόζεται ομαλά σε διαφορετικά περιβάλλοντα.

Πολλοί επιστήμονες υποστηρίζουν ότι το καθημερινό πρόγραμμα του σχολείου και οι παρεμβάσεις μπορούν να παίξουν καθοριστικό ρόλο στην διδασκαλία αυτών των δεξιοτήτων. Το σχολείο αρχικά μπορεί να εμποδίσει την ανάπτυξη ανθυγιεινών συμπεριφορών (κάπνισμα, αλκοόλ, χρήση ουσιών, βία), να συμβάλει στην απόκτηση δεξιοτήτων, οι οποίες θεωρούνται απαραίτητες στη σημερινή αγορά εργασίας (κριτική σκέψη, επικοινωνία και ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων, διαχείριση του



άγχους, λήψη αποφάσεων, επίλυση προβλημάτων) και να επηρεάσει θετικά την ψυχολογική και συναισθηματική ανάπτυξη των νέων (Abels & Bridges, 2010).

Έτσι οι νέοι μέσα από τη διδασκαλία και την εκμάθηση των δεξιοτήτων ζωής υιοθετούν τρόπους για να αντιμετωπίσουν όλες τις αντίξοες καταστάσεις που συναντούν στην καθημερινή τους ζωή. Η αντίδραση που έχει ένα άτομο σχετικά με κάποιο συγκεκριμένο γεγονός που μπορεί να συμβεί στην καθημερινότητα, συνδέεται άρρηκτα με τις γνώσεις που έχει σχετικά με το γεγονός αυτό, με το πόσο προετοιμασμένος είναι απέναντί του αλλά και με την ύπαρξη πρότερης εμπειρίας που διαθέτει από παρόμοιες καταστάσεις που χρειάστηκε να αντιμετωπίσει στο παρελθόν. (WAGGGS, 2023).

Μια κατάσταση που έχει αντιμετωπιστεί στο παρελθόν με επιτυχία μπορεί να λειτουργήσει ως οδηγός στην αντιμετώπιση μιας νέας, καθώς τα γεγονότα που προκύπτουν καθημερινά συνδέονται μεταξύ τους και παρουσιάζουν πολλές ομοιότητες. Συμπεραίνουμε λοιπόν ότι τα μαθήματα δεξιοτήτων ζωής, εκτός από τα οποιαδήποτε εκπαιδευτικά οφέλη, προσφέρουν στα παιδιά την δυνατότητα να γίνουν καλύτεροι μαθητές, αθλητές, φίλοι και στο μέλλον καλύτεροι πολίτες.

Για την μεγιστοποίηση της επιτυχίας στην διδασκαλία των δεξιοτήτων ζωής μέσω του σχολείου είναι σημαντικό το εκπαιδευτικό σύστημα να ευνοεί τέτοιες προσπάθειες και να συνεργάζονται σε κάθε περίπτωση όλοι εκείνοι οι φορείς που έχουν σχέση με την εκπαιδευτική διαδικασία. Ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι πολύ σημαντικός καθώς πρέπει να συνδυάζει το περιεχόμενο του μαθήματος με την διδασκαλία των δεξιοτήτων ζωής και να είναι πρότυπο για τους μαθητές καθώς και να έχει καλές σχέσεις με αυτούς.

Σημαντικό επίσης είναι οι μαθητές να έχουν ευκαιρίες να συμμετέχουν και να έχουν λόγο στη σχεδίαση και την αποτίμηση των τελικών αποτελεσμάτων που αφορούν ένα μάθημα ή μια δραστηριότητα, να έχουν γενικά ευκαιρίες να επιλέξουν το περιεχόμενο και τον βαθμό δυσκολίας του μαθήματος, έτσι ώστε να αποκτήσουν εμπειρίες καθώς οι ίδιοι θα συμμετέχουν στην προετοιμασία και τον σχεδιασμό, ενώ συγχρόνως θα πραγματοποιούν και θα αξιολογούν την προσπάθειά τους.

Όταν οι νέοι συνειδητοποιούν ότι έχουν λόγο σε ότι λαμβάνει χώρα κατά τη διάρκεια του μαθήματος είναι σε θέση να επιδείξουν υψηλότερα επίπεδα εσωτερικής παρακίνησης για συμμετοχή. Αυτό θα επηρεάσει θετικά τους νέους όσον αφορά τον καθορισμό των στόχων που θέτουν για τους ίδιους και την επιτυχία τους σε αυτούς ενώ συγχρόνως θα οδηγήσει σε θετικά αποτελέσματα όσον αφορά την συμμετοχή τους σε κοινωνικά δρώμενα και σε δρώμενα της σχολικής ζωής.

Σύμφωνα με τον Larson (2006), ο οποίος συνδύασε την ανάπτυξη της δημιουργικότητας των νέων με την θετική συναισθηματική τους ανάπτυξη, για να καταφέρει ένας νέος να αναπτυχθεί είναι απαραίτητη η δημιουργία ενός περιβάλλοντος όπου θα μπορεί να ασκήσει οργανωμένες δραστηριότητες. Τέτοιες είναι τα αθλήματα, οι καλλιτεχνικές δραστηριότητες ή αυτές της αναψυχής, μέσα από τις οποίες ο νέος όχι μόνο επιδεικνύει υψηλό βαθμό ενδιαφέροντος αλλά και σημαντική εσωτερική παρακίνηση για να συμμετέχει σε αυτές. Αν και συνήθως συμμετέχουν σε αυτές τις δραστηριότητες με την θέληση τους, η εσωτερική παρακίνηση για να συμμετέχουν και οι ίδιοι σχετίζεται με τον τρόπο διδασκαλίας, το περιεχόμενο του μαθήματος και από τον τρόπο που αλληλεπιδρούν οι σημαντικοί άλλοι (καθηγητής, προπονητής, φίλος, γονέας) (Abels & Bridges, 2010).

Αυτό σημαίνει ότι οι οργανωμένες δραστηριότητες μπορούν να προσφέρουν στα παιδιά θετικές εμπειρίες και ευκαιρίες για προσωπική ανάπτυξη, θα πρέπει όμως να έχουν σχεδιαστεί καταλλήλως. Επιπλέον ο Larson (2006) υποθέτει πως τις δεξιότητες αυτές οι νέοι μπορούν να τις εφαρμόσουν με τον ίδιο τρόπο και σε άλλους τομείς της ζωής τους.

Τέλος στην βιβλιογραφία παρουσιάζεται μια σύνδεση μεταξύ της διδασκαλίας αθλητικών δεξιοτήτων και της διδασκαλίας των δεξιοτήτων ζωής αφού και οι δύο μπορούν να γίνουν κτήμα των παιδιών μέσω της επίδειξης αφού στη συνέχεια μιμούνται και εξασκούν τα ίδια αυτές τις δεξιότητες. Επομένως η μάθηση των δεξιοτήτων ζωής μπορεί να γίνεται σε συνδυασμό με τα αθλήματα και σε ένα ευχάριστο για τα παιδιά περιβάλλον.

Ο στόχος που επιδιώκεται στην περίπτωση αυτή είναι να καταφέρουμε να μεταφερθεί η μάθηση των δεξιοτήτων ζωής από τον αθλητισμό στην καθημερινή ζωή και το αντίστροφο. Η μεταφορά βέβαια των δεξιοτήτων ζωής δεν μπορεί να είναι κάτι που γίνεται αυτόματα αλλά προϋποθέτει υψηλή γνώση και αυξημένη ικανότητα. Θεωρείται όμως από τις σημαντικότερες διαδικασίες.

Συμπεραίνουμε λοιπόν ότι οι δεξιότητες ζωής είναι πολύτιμα εφόδια που είναι απαραίτητα για να καταφέρουν οι νέοι να ανταπεξέλθουν στις συνεχώς μεταβαλλόμενες απαιτήσεις της σύγχρονης πραγματικότητας. Αποτελούν ένα σύνολο κοινωνικών, συναισθηματικών και γνωστικών δεξιοτήτων που αν αναπτυχθούν το άτομο θα έχει μια επιτυχημένη πορεία σε πολλούς τομείς της καθημερινής του ζωής. Σημαντικό ρόλο όμως παίζει η μεταφορά της μάθησης από το ένα μαθησιακό περιβάλλον στο άλλο ή μια κατάσταση σε άλλη. Αν το άτομο δεν είναι ικανό να μεταφέρει την γνώση παρεμποδίζεται η επιτυχία του σε ένα άλλο περιβάλλον, και ίσως σε ένα βαθμό και στην ίδια του τη ζωή.

### **2.2.1. Η ολόπλευρη ανάπτυξη των παιδιών**

Ο όρος «ανάπτυξη» αναφέρεται στην προοδευτική εξέλιξη που παρατηρείται σε ένα παιδί και απαρτίζεται από πολλούς τομείς οι οποίοι είναι στενά συνδεδεμένοι μεταξύ τους. Ενώ αναπτύσσεται το σώμα του παιδιού, ταυτόχρονα εξελίσσονται και όλες οι υπόλοιπες ψυχοκινητικές του δομές και λειτουργίες όπως είναι ο λόγος, η κοινωνικότητα, η νόηση, το συναίσθημα και η κίνηση. Έτσι έχουμε τομείς ανάπτυξης του παιδιού όπως ο κοινωνικός, ο νοητικός, ο κινητικός, ο γλωσσικός, ο ψυχοσυναισθηματικός (Abels & Bridges, 2010). Η ανάπτυξη στον ένα τομέα όπως είναι φυσικό επηρεάζει αλλά και επηρεάζεται άμεσα από την ανάπτυξη των υπόλοιπων τομέων και με αυτό τον τρόπο επιτυγχάνεται η ολόπλευρη ανάπτυξη των παιδιών. Η ανάπτυξη πραγματοποιείται με μια ιεραρχημένη σειρά: πρώτα πρέπει το παιδί να κατακτήσει τις δεξιότητες που σχετίζονται με το κάθε στάδιο για να περάσει

στις επόμενες καθώς κάθε στάδιο βασίζεται στο αμέσως προηγούμενο (Abels & Bridges, 2010).

Η "Ολόπλευρη Ανάπτυξη" του παιδιού (Whole Child Approach) εστιάζει στην ολιστική προσέγγιση της εκπαίδευσης, λαμβάνοντας υπόψη ό,τι επηρεάζει τη μάθηση. Συνδυάζει εκπαιδευτικές, περιβαλλοντικές και κοινωνικές επιρροές, μαζί με γνωστικές, συναισθηματικές και διαπροσωπικές διαδικασίες, για να καλλιεργήσει ολοκληρωμένα άτομα.. Δίνει την δυνατότητα στα παιδιά να δημιουργήσουν μια πολυσύνθετη προσωπικότητα, να έχουν ψυχική και σωματική υγεία και τα εξοπλίζει με στέρεες γνώσεις και δεξιότητες ζωής, που θα τα βοηθήσουν στο να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητές τους. Τα παιδιά θα καταφέρουν να αποκτήσουν αυτές τις νέες στάσεις, γνώσεις και δεξιότητες αν έρθουν σε επαφή με τις κατάλληλες εμπειρίες τόσο από άποψη μεθόδων όσο και από άποψη προώθησης της ανάπτυξης. (Abels & Bridges, 2010).

Η ASCD (Association for Supervision and Curriculum Development) υποστηρίζοντας την σημασία και την αναγκαιότητα της ολόπλευρης ανάπτυξης των μαθητών συγκάλεσε Επιτροπή (2007), η οποία απαρτιζόταν από κορυφαίους στοχαστές από τους κλάδους της εκπαίδευσης, της πολιτικής και των επιχειρήσεων με βασική αποστολή την αναδιτύπωση του ορισμού «επιτυχημένος μαθητής». Έτσι οι επιδόσεις του επιτυχημένου μαθητή δεν μετρούνται αποκλειστικά και μόνο από τα διαγωνίσματα, αλλά απαιτείται οι ακαδημαϊκές γνώσεις να συνδέονται με συναισθηματική και σωματική υγεία, συμμετοχή στην κοινωνία, ενασχόληση με τις τέχνες, προετοιμασία για εύρεση και άσκηση εργασίας και απόκτηση οικονομικής αυτάρκειας έτσι ώστε να είναι έτοιμος να ανταπεξέλθει, όχι μόνο στην επίσημη σχολική εκπαίδευση αλλά και στις απαιτήσεις της κοινωνίας (WAGGGS, 2023).

### **2.2.2. Οι πέντε (5) βασικές αρχές της Ολόπλευρης Ανάπτυξης**

Η Κ. Κολαινή (2021) εστιάζει στις πέντε βασικές αρχές που η ASCD όρισε το 2011 ως απαραίτητες για την Ολόπλευρη Ανάπτυξη. Κάθε αρχή συνοδεύεται από 10

κατευθυντήριες γραμμές που εξηγούν πώς μπορεί να υιοθετηθεί σε διάφορα επίπεδα όπως :

- Σχολικό περιβάλλον
- Πρόγραμμα σπουδών
- Διδασκαλία
- Κοινότητα
- Οικογένεια
- Επαγγελματική ανάπτυξη
- Ανάπτυξη ικανοτήτων
- Αξιολόγηση (Abels & Bridges, 2010)

Αυτές οι αρχές στηρίζονται στην Πυραμίδα των αναγκών του Abraham Maslow (1943), η οποία ιεραρχεί τις ανθρώπινες ανάγκες. Η ικανοποίηση κάθε ανάγκης προϋποθέτει την ικανοποίηση της προηγούμενης. Βάση αυτής της πυραμίδας είναι οι βιολογικές ανάγκες, δηλαδή ανάγκη για τροφή, αέρα, νερό ύπνο, κλπ. Ακολουθεί η ανάγκη για ασφάλεια, δηλαδή προστασία εναντίον του κινδύνου, του φόβου, επιθυμία για σίγουρη εργασία κλπ.

Οι τελευταίες είναι προαπαιτούμενες για τις κοινωνικές ανάγκες, οι οποίες σχετίζονται με την ανάγκη να δημιουργηθεί ένας κοινωνικός κύκλος μέσα στον οποίο το άτομο έχει την αίσθηση του ανήκειν και αισθάνεται άνετα καθώς γίνεται αποδέκτης αγάπης και ανεπιφύλακτης αποδοχής. Στην συνέχεια της πυραμίδας βρίσκονται οι ανάγκες για εκτίμηση αλλά και αυτοεκτίμηση, όπου το άτομο, όντας μέλος μιας κοινωνικής ομάδας χρειάζεται την αναγνώριση όχι μόνο από τους γύρω του αλλά και από τον ίδιο του τον εαυτό. Στην κορυφή της πυραμίδας (εικ. 2.1.) βρίσκεται η ανάγκη για αυτοπραγμάτωση, δηλαδή η προσδοκία του ατόμου να εκπληρώσει όλα αυτά που μπορεί να είναι, ώστε να γίνει πιο ολοκληρωμένος (Maslow, 1943).

Για να ανθήσει ένα παιδί, η πυραμίδα μάς υπενθυμίζει ότι οι βασικές του ανάγκες πρέπει να ικανοποιούνται πρώτα. Η τροφή, το νερό, ο ύπνος και η ασφάλεια αποτελούν τα θεμέλια πάνω στα οποία χτίζεται η ολόπλευρη ανάπτυξη. Αφού

καλυφθούν οι βασικές ανάγκες, ακολουθούν οι πιο περίπλοκες. Η ASCD (2007) τονίζει τη σημασία της ικανοποίησης των βιολογικών και ψυχολογικών αναγκών, όπως η ασφάλεια, η αυτονομία και η ικανότητα. Έτσι, όταν οι μαθητές νιώθουν ασφαλείς, αυτόνομοι και ικανοί, τότε:

Ενδιαφέρονται: Το σχολείο γίνεται ελκυστικό και η μάθηση αποκτά νόημα.

Συμμετοχή: Υιοθετούν τους στόχους και τις αξίες του σχολείου, συμμετέχοντας ενεργά στην κοινότητα.

Ανάπτυξη: Αναπτύσσουν κοινωνικές και γνωστικές δεξιότητες, χτίζοντας γερές βάσεις για το μέλλον.

Συμβολή: Γίνονται ενεργοί πολίτες, συμβάλλοντας στις ανάγκες του σχολείου και της κοινότητας.

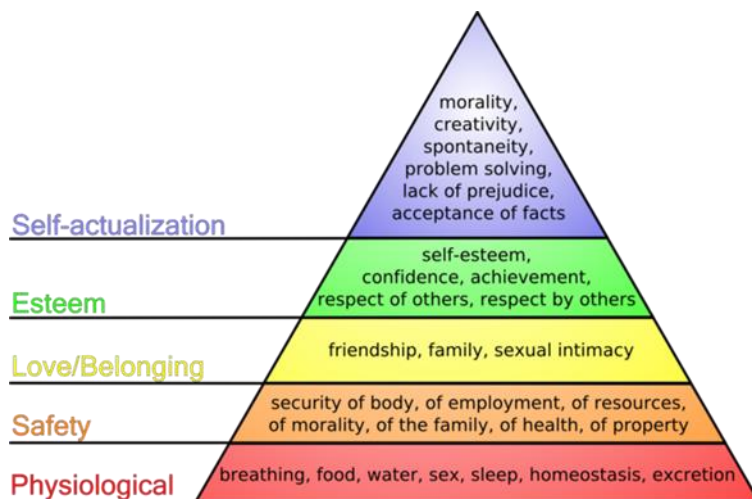
Επιτυχία: Η ακαδημαϊκή επιτυχία έρχεται πιο εύκολα, καθώς το παιδί νιώθει έτοιμο να μάθει και να εξελιχθεί.

Η ολόπλευρη ανάπτυξη δεν είναι τυχαία. Χτίζεται σιγά σιγά, ικανοποιώντας τις ανάγκες του παιδιού σε κάθε στάδιο. Η πυραμίδα μάς δίνει μια οπτική για τα απαραίτητα βήματα προς την ολοκλήρωση και την ευημερία του παιδιού.

Έτσι οι αρχές της Ολόπλευρης Ανάπτυξης ιεραρχήθηκαν ως εξής: Υγεία, Ασφάλεια, Εμπλοκή, Υποστήριξη, Πρόκληση. Για να μπορέσει ένα παιδί να ακολουθήσει το πρόγραμμα και τις δραστηριότητες της τάξης θα πρέπει να είναι υγιές. Για να μπορέσει να σκεφτεί ελεύθερα, να εκφράσει την γνώμη του και να συνεργάζεται με τους άλλους, απαραίτητη προϋπόθεση είναι να αισθάνεται σωματικά και συναισθηματικά ασφαλές. Ενώ λοιπόν δεν είναι αναγκαίο να κατακτηθεί εξ ολοκλήρου μια αρχή πριν προχωρήσουμε στην επόμενη, είναι λογικό πως όσο περισσότερο επενδύουμε στην κάθε αρχή τόσο αποτελεσματικότερη και πιο εύκολη θα είναι η ανάπτυξη και καλλιέργεια των αρχών που ακολουθούν ιεραρχικά (ASCD, 2007). Παρακάτω παρουσιάζονται ονομαστικά οι 5 βασικές αρχές της Ολόπλευρης Ανάπτυξης :

- **Υγεία και Ευεξία:** Κάθε μαθητής φτάνει στο σχολείο με σωματική και ψυχική υγεία, μαθαίνοντας παράλληλα να υιοθετεί υγιεινές συνήθειες για το μέλλον (ASCD, 2020).
- **Ασφάλεια και Αποδοχή:** Σε ένα περιβάλλον σωματικής και συναισθηματικής ασφάλειας, ο μαθητής αισθάνεται άνετα να μαθαίνει και να εξελίσσεται (ASCD, 2020).
- **Ενεργή Συμμετοχή:** Η ενεργή εμπλοκή του μαθητή στη μαθησιακή διαδικασία, μαζί με την σύνδεσή του με το σχολείο και την κοινότητα, χτίζουν αίσθημα ευθύνης και ενσυναίσθησης (ASCD, 2020).
- **Εξατομικευμένη Υποστήριξη:** Κάθε μαθητής λαμβάνει εξατομικευμένη μαθησιακή υποστήριξη από ειδικούς, λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντά του (ASCD, 2020).
- **Ακαδημαϊκή Επιτυχία:** Εξοπλισμένοι με γνώσεις και δεξιότητες, οι μαθητές προετοιμάζονται για επιτυχία στο σχολείο, στις μελλοντικές σπουδές, στην εργασία και στον κόσμο γύρω τους (ASCD, 2020).

Αυτές οι πέντε βασικές αρχές θέτουν τα θεμέλια για την ολόπλευρη ανάπτυξη του παιδιού, καλλιεργώντας σωματική, ψυχική και ακαδημαϊκή ευημερία. (ASCD, 2020).



*Εικόνα 2.1 : η πυραμίδα του Maslow, Πηγή. - Wikipedia (2022*

## **2.3. Οδηγισμός και Δεξιότητες της Ζωής**

### **2.3.1. Οδηγισμός και Προσκοπισμός**

Ο Οδηγισμός είναι μία παγκόσμια οργάνωση νεότητας στην οποία συμμετέχουν περίπου 10.000.000 μέλη από 150 χώρες σε όλο τον κόσμο. Ο Οδηγισμός αξιοποιεί τον ελεύθερο χρόνο των παιδιών και των νέων, με παιδαγωγικά, πρωτότυπα και ενδιαφέροντα προγράμματα. Με αυτό τον τρόπο συμβάλλει στη διαμόρφωση ενός ολοκληρωμένου χαρακτήρα, που θα καταφέρει να εξελιχθεί σε ένα ελεύθερο, υπεύθυνο και ευτυχισμένο άτομο που συγχρόνως θα μπορεί να εργαστεί ε στόχο τη δημιουργία ενός καλύτερου κόσμου καθώς θα συμμετέχει και θα διεκδικεί σαν ένας ενεργός πολίτης.

Αδελφό σωματείο του Οδηγισμού είναι ο Προσκοπισμός, που αντίστοιχα, είναι μια εθελοντική, μη πολιτική, παιδαγωγική και παγκόσμια κίνηση, για νέους και μεγάλους ανθρώπους. Ο Προσκοπισμός είναι ανοικτός σε όλους, δεν κάνει καμία διάκριση στην καταγωγή, τη φυλή ή τη θρησκευτική πίστη, και στοχεύει να συμβάλλει στην ανάπτυξη των νέων σωματικά, διανοητικά, κοινωνικά και πνευματικά μέσω της αλληλεκπαίδευσης, με έμφαση στην υπαίθρια ζωή. Σήμερα περιλαμβάνει 10 εκατομμύρια μέλη σε περισσότερες από 160 χώρες και περιοχές<sup>1</sup>. Δύο από τις μεγαλύτερες κεντρικές οργανώσεις είναι η Παγκόσμια Οργάνωση Προσκοπικής Κίνησης (WOSM), όπου απευθύνεται στα αγόρια και στους συν-εκπαιδευτικούς οργανισμούς και η Παγκόσμια Οργάνωση Οδηγών και Κοριτσιών Προσκόπων (WAGGGS) για κορίτσια, αλλά και την αποδοχή συν-εκπαιδευτικών οργανισμών (WAGGGS, 2023).

---

<sup>1</sup> Σώμα Ελλήνων Προσκόπων, διαθέσιμο στο: <https://www.sep.org.gr/el/normal/home>, τελευταία ανάκτηση: 13/6/2023



Η Παγκόσμια Οργάνωση Οδηγών και Κοριτσιών Προσκόπων (World Association of Girl Guides and Girl Scouts, WAGGGS) είναι μία παιδαγωγική οργάνωση η οποία βασίζεται σε πνευματικές, κοινωνικές και ηθικές αξίες όπως είναι η φιλία, η αλληλεγγύη, η αγάπη, ο σεβασμός, η δικαιοσύνη, η ισότητα κ.τ.λ. Λειτουργεί με την εθελοντική προσφορά που παρέχουν τα μέλη – στελέχη του οργανισμού και μέλος σε αυτόν μπορεί να γίνει οποιοδήποτε άτομο το επιθυμεί, χωρίς να γίνονται διακρίσεις σχετικά με τη θρησκεία, τη φυλή, την εθνικότητα ή οποιοδήποτε άλλο χαρακτηριστικό<sup>2</sup>.

Ιδρυτής του Προσκοπισμού είναι ο Λόρδος Robert Baden Powell, ο οποίος είναι γνωστός σε όλο τον κόσμο ως B-P. Θέλοντας να βάλει σε εφαρμογή τις ιδέες του, πραγματοποίησε τον Αύγουστο του 1907 μια κατασκήνωση 9 ημερών στο νησί Μπράουνση (Brownsea), που βρίσκεται στα νότια της Αγγλίας. Εκεί συμμετείχαν 21 αγόρια και εφαρμόστηκαν για πρώτη φορά οι διάφορες πλευρές του Προσκοπισμού, δηλαδή κατασκηνωτική τεχνική, μαγειρική, ξυλογλυπτική, ορειβασία, ναυαγοσωστική, βραδινές πυρές κλπ. Η επιτυχία ήταν μεγάλη και έτσι ομάδες παιδιών σε όλη την Αγγλία σχημάτιζαν από μόνες τους Προσκοπικές ομάδες, ζητώντας τη βοήθειά του. Μια νέα κίνηση δημιουργήθηκε, αν και στην αρχή ο σκοπός του ήταν να δώσει απλά κάποιες ιδέες στις ήδη υπάρχουσες οργανώσεις. Οι πρώτες προσκοπικές ομάδες δημιουργήθηκαν το 1908 στην Αγγλία και την Ιρλανδία και ακολούθησαν και στις άλλες χώρες της Κοινοπολιτείας, αλλά και χώρες εκτός Κοινοπολιτείας. Στις 31 Μαΐου του 1910 ίδρυσε στην Αγγλία, με τη βοήθεια της αδελφής του Άγκνες, τον Οδηγισμό για τα κορίτσια, ως η θηλυκή εκδοχή του προσκοπισμού, καθώς ήρθε αντιμέτωπος με έναν αυξημένο αριθμό κοριτσιών που επιθυμούσαν να λάβουν μέρος στον Προσκοπισμό. Αποφάσισε ότι τα κορίτσια θα πρέπει να έχουν τη δική τους ξεχωριστή κίνηση και έτσι ιδρύθηκε η Οργάνωση του Οδηγισμού (Girl Guides Association).

---

<sup>2</sup> World Association of Girl Guides and Girl Scouts, διαθέσιμο στο: <https://www.wagggs.org/en/>, τελευταία ανάκτηση: 13/6/2023

Η Άγκνες Μπέηντεν-Πάουελ, αδελφή του βαρόνου, ήταν υπεύθυνη για τον Οδηγισμό στο Ηνωμένο Βασίλειο κατά τα πρώτα χρόνια. Λίγα χρόνια αργότερα, το 1912, ο Β-Ρ παντρεύτηκε την Olave Saint Claire Soames, όπου ανέλαβε ενεργό ρόλο στην εξέλιξη και ανάπτυξη του Οδηγισμού και πήρε τον τίτλο της Αρχιοδηγού. Ο Οδηγισμός εξαπλώθηκε γρήγορα και σε άλλες χώρες χάρη στην βοήθεια της και την καθοριστική δράση της. Έτσι, το 1928 ιδρύθηκε η Παγκόσμια Οργάνωση Οδηγών και Κοριτσιών Προσκόπων<sup>3</sup>. Σήμερα υπάρχουν αρκετές χώρες, όπως είναι και η Ελλάδα, όπου οι ομάδες των Προσκόπων αλλά και των Οδηγών είναι μεικτές (συμμετέχουν και στα δύο σώματα και αγόρια και κορίτσια), όμως σε πολλές χώρες παραμένει ο διαχωρισμός (Gould & Carson, 2008).

Η Παγκόσμια Οργάνωση σέβεται και στηρίζει τις διαφορετικές προσεγγίσεις των Εθνικών Οργανώσεων όσον αφορά την κοινή εκπαίδευση αγοριών και κοριτσιών. Παρόλα αυτά, διατηρεί μια σαφώς γυναικεία ταυτότητα. Παρ' όλες τις διαφορές, όλες οι Οργανώσεις μοιράζονται τον ίδιο βασικό στόχο: την προώθηση των ιδεών του Οδηγισμού. Βασίζονται στις ίδιες αρχές και καλλιεργούν φιλίες και συνεργασία μεταξύ των μελών σε παγκόσμιο επίπεδο. Η Παγκόσμια Οργάνωση Οδηγών και Κοριτσιών Προσκόπων αποτελείται από ένα δίκτυο οργανώσεων με κοινές αξίες και στόχους, ενώ παράλληλα δέχεται και ενθαρρύνει την ποικιλομορφία στις προσεγγίσεις.

Σκοπός είναι να παρέχονται στα μέλη της Οργάνωσης οι κατάλληλες ευκαιρίες για προσωπική ανάπτυξη, ώστε να γίνουν υπεύθυνοι πολίτες και να μπορούν να προσφέρουν στο κοινωνικό σύνολο. Με γνώμονα πάντα τις βασικές του αρχές ο Οδηγισμός οφείλει να προσαρμόζεται στις κοινωνικές, πολιτιστικές και θρησκευτικές συνθήκες της κάθε χώρας, ώστε να ανταποκρίνεται στις ανάγκες των μελών του σε κάθε τόπο συνδυάζοντας το διεθνή χαρακτήρα του και τους δεσμούς του με τα άλλα κράτη, με την διατήρηση της εθνικής του υπόστασης (WAGGGS, 2023).

---

<sup>3</sup> World Association of Girl Guides and Girl Scouts, διαθέσιμο στο: <https://www.wagggs.org/en/>, τελευταία ανάκτηση: 13/6/2023

Η Παγκόσμια Οργάνωση Οδηγών και Κοριτσιών Προσκόπων διαχειρίζεται επίσης τέσσερα Παγκόσμια Οδηγικά Κέντρα, μοναδικά καταφύγια για Οδηγούς και Προσκόπους από κάθε γωνιά του πλανήτη. Τα Παγκόσμια Οδηγικά Κέντρα είναι:<sup>4</sup>

- ❖ το Our Chalet στο Adelboden της Ελβετίας,
- ❖ το Cabana στην Cuernavaca του Μεξικού,
- ❖ το Sangam στην Pune της Ινδίας και
- ❖ το Pax Lodge στο Λονδίνο.

#### **2.4. Η ιστορία του Ελληνικού Οδηγισμού και του Ελληνικού Προσκοπισμού**

Το Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού (Σ.Ε.Ο) αποτελεί ένα αυτοτελές Σωματείο με έδρα την Αθήνα. Η Ειρήνη Καλλιγά έχοντας την βοήθεια άξιων συνεργατών, ιδρύει για πρώτη φορά το 1932 το Σ.Ε.Ο., το οποίο αυτοδιαλύεται το 1938 εξαιτίας του πολέμου και του κίνδυνου να υπάρξει πολιτική παρέμβαση στον τρόπο εφαρμογής και στο περιεχόμενο των προγραμμάτων του. Ανασυγκροτείται όμως το 1944, αμέσως μετά την απελευθέρωση. Η δράση του Σώματος Ελληνικού Οδηγισμού ήταν πολύ μεγάλη και είχε πάντα τεράστια σημασία, καθώς με το έργο του συνέβαλε στην ανάπτυξη της Ελλάδας, στην διαμόρφωση της κουλτούρας και στην συμπεριφορά των ανθρώπων.

Μεγάλη, επίσης, ήταν η συμβολή του και την εποχή της δικτατορίας. Τα οδηγικά παιχνίδια που οργανώθηκαν και πραγματοποιήθηκαν σε διάφορα μουσεία της χώρας μας έγιναν αφορμή για να ξεκινήσουν εκπαιδευτικά προγράμματα στα μουσεία. Παράλληλα από το 1950 λειτουργούν και Ομάδες Οδηγών με Αναπηρία, στις οποίες συμμετέχουν ενεργά άτομα με ψυχικές διαταραχές ή σωματικές και νοητικές αναπηρίες, βοηθώντας στην ένταξη και την κοινωνικοποίησή τους<sup>5</sup>.

---

<sup>4</sup> Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού, διαθέσιμο στο: <https://www.seo.gr/ποιοι-είμαστε/παγκόσμιος-οδηγισμός/>, τελευταία ανάκτηση: 13/6/2023

<sup>5</sup> Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού, διαθέσιμο στο: <https://www.seo.gr/>, τελευταία ανάκτηση: 13/6/2023

Από το 1948, το Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού αποτελεί Τακτικό Μέλος της Παγκόσμιας Οργάνωσης Οδηγών και Κοριτσιών Προσκόπων. Η ενεργή συμμετοχή μας σε Παγκόσμια Συνέδρια, διεθνείς δραστηριότητες και σεμινάρια ενισχύει την αλληλεπίδραση και την ανταλλαγή ιδεών με Οδηγούς από όλον τον κόσμο.

Η Ελλάδα, όντας μια από τις πρώτες χώρες που υιοθέτησαν τον Προσκοπισμό, έλαβε επίσημη αναγνώριση από το Κράτος. Η ίδρυση της πρώτης ομάδας το 1910 από τον Αθανάσιο Λευκαδίτη σηματοδότησε την απαρχή μιας μακράς και λαμπρής ιστορίας. Ο Αθανάσιος Λευκαδίτης, ο Κωνσταντίνος Μελάς, ο Νικόλαος Πασπάτης, ο Φίλιππος Χρυσοβελώνης και ο Γεώργιος Πανάς, οι "πέντε ιδρυτές", έθεσαν τα θεμέλια για την ανάπτυξη του Προσκοπισμού στην Ελλάδα.

Από το 1910 έως σήμερα, εκατοντάδες χιλιάδες νέοι έχουν ενταχθεί στις τάξεις των Προσκόπων, διαμορφώνοντας τον χαρακτήρα τους και αφήνοντας το στίγμα τους σε διάφορους τομείς της ελληνικής κοινωνίας. Το 2020, ο Ελληνικός Προσκοπισμός γιόρτασε 110 χρόνια αδιάλειπτης προσφοράς στην κοινωνία, μαρτυρώντας την ανθεκτικότητα και την αδιαμφισβήτητη αξία του. Ο Ελληνικός Οδηγισμός, με την πλούσια ιστορία και το ακμαίο παρόν, αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της κοινωνικής μας πραγματικότητας, προσφέροντας στους νέους πολύτιμες εμπειρίες και διαμορφώνοντας ενεργούς πολίτες του αύριο.

## **2.5. Σκοπός του Οδηγισμού**

Ο Οδηγισμός είναι μία παγκόσμια, αυτόνομη και ανεξάρτητη οργάνωση με παιδαγωγικό χαρακτήρα για παιδιά και νέους. Χαρακτηρίζεται ως η “πιο Μεγάλη Παρέα του κόσμου” σε 90 πόλεις σε όλη την Ελλάδα, 150 χώρες στον κόσμο και 10.000.000 μέλη στην γη. Μέσα από το παιδαγωγικό πρόγραμμα στο οποίο βασίζεται, παρέχει ευκαιρίες στα μέλη του:

- Να συμμετέχουν σε νέες περιπέτειες αποκτώντας μοναδικές εμπειρίες

- Να νιώσουν εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και να συνειδητοποιήσουν τις ικανότητές τους
- Να αναπτύξουν ένα προσωπικό σύστημα αξιών, το οποίο θα τους δίνει νόημα και κατεύθυνση στη ζωή τους
- Να αναπτύξουν κριτική σκέψη ώστε να μπορούν να παίρνουν σωστές αποφάσεις
- Να δημιουργήσουν ισχυρές φιλίες και να περνάνε καλά
- Να γίνουν πιο ανεκτικοί, δίκαιοι και ευγενικοί κατανοώντας τον κόσμο , τους ανθρώπους και τις διαφορετικές κουλτούρες
- Να δουλέψουν ομαδικά κατανοώντας την αξία της ομαδικής δουλειάς και να αναπτύσσουν ηγετικές ικανότητες
- Να αγαπούν και να προστατεύουν το φυσικό περιβάλλον

Σκοπός του λοιπόν είναι να παροτρύνει τα μέλη του να γίνουν άτομα με πνευματικές αξίες τα οποία θα σέβονται τόσο τον εαυτό τους όσο και τους άλλους. Άτομα ικανά να προσφέρουν στην κοινωνία και να βοηθήσουν στην δημιουργία ενός καλύτερου κόσμου. Η αγάπη και η προστασία της φύσης και του περιβάλλοντος, η φροντίδα της οικογένειας και ο σεβασμός στα δικαιώματα των άλλων είναι μερικά από τα χαρακτηριστικά που πρέπει να έχει ένας Οδηγός σύμφωνα με τον Οδηγικό Νόμο. Οι Οδηγοί, επίσης πρέπει καθημερινά να προσπαθούν να είναι ειλικρινείς και δίκαιοι, καλοί φίλοι και ευγενικοί. Τα λόγια και οι πράξεις τους να είναι αξιοπρεπείς και να ανακαλύπτουν και να καλλιεργούν τις δυνατότητες τους. Οφείλουν ακόμη, να είναι δημιουργικοί, εργατικοί ,πρόθυμοι και να συμμετέχουν στο κοινωνικό σύνολο. Τέλος, πρέπει να διακρίνονται από θάρρος, ψυχραιμία και αισιοδοξία<sup>6</sup>.

### **2.5.1. Βασικές Αρχές του Οδηγισμού**

- Δέχεται χωρίς καμία διάκριση μέλη από όλες τις θρησκείες, τις φυλές και τις κοινωνικές ομάδες, με μόνη προϋπόθεση ότι έρχονται με τη θέληση τους.

---

<sup>6</sup> Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού, διαθέσιμο στο: <https://www.seo.gr/ποιοι-είμαστε/παγκόσμιος-οδηγισμός/> , τελευταία ανάκτηση: 13/6/2023

- Δεν έχει κομματική τοποθέτηση και δεν υποστηρίζει κάποια πολιτική παράταξη.
- Σέβεται την πολιτιστική ταυτότητα των ατόμων και των χωρών.
- Βασίζεται στην εθελοντική προσφορά.
- Υποστηρίζει την ισότιμη κατανομή ευθυνών μεταξύ ανδρών και γυναικών στην οικογένεια και στη κοινωνία και την συνεργασία μεταξύ νέων και ενηλίκων.
- Προσφέρει ένα ιδιαίτερο νόημα στη ζωή των μελών του με ιδανικά και στόχους.
- Προσφέρει ομαδική ζωή, που είναι βασισμένη στις αρχές της δημοκρατίας και δραστηριότητες, που προάγουν την προσωπική ανάπτυξη, την κοινωνική προσφορά και συμμετοχή, τη ζωή κοντά στη φύση και την παγκόσμια φιλία και κατανόηση.

Για να μπορέσει να προωθήσει αυτές τις αξίες στα μέλη του, χρησιμοποιεί παιδαγωγικά προγράμματα τα οποία προσαρμόζονται σε όλες τις ηλικίες, ενώ τα ίδια τα παιδιά επιλέγουν τις δραστηριότητες και γίνεται προσπάθεια να επιτευχθεί η αλληλεπίδραση της ομάδας με την κοινωνία. Τέλος, βασικό ρόλο στην όλη προσπάθεια παίζουν το τραγούδι και το παιχνίδι. .

### **2.5.2. Σκοπός του Προσκοπισμού**

Ο Προσκοπισμός είναι μία εθελοντική, παιδαγωγική κίνηση που απευθύνεται σε νέους αλλά και μεγάλους, η οποία είναι ανοικτή σε όλους, χωρίς να γίνεται διάκριση καταγωγής, φυλής ή πίστης. Η Προσκοπική κίνηση έχει στόχο να ενισχύσει την σωστή ανάπτυξη των νέων, έτσι ώστε να μπορούν ανά πάσα στιγμή να κάνουν χρήση των σωματικών, κοινωνικών, πνευματικών δεξιοτήτων τους για να λειτουργούν στην κοινωνία ως άξιοι, υπεύθυνοι και ενεργοί πολίτες. Ακολουθώντας ένα σύστημα αξιών βασισμένο στην Προσκοπική Υπόσχεση και στον Προσκοπικό Νόμο, συμβάλει στην εκπαίδευση των νέων, και κατ' επέκταση στην δημιουργία ενός

καλύτερου κόσμου με άτομα που χαρακτηρίζονται από την ικανότητα τους να διαδραματίζουν εποικοδομητικό ρόλο στην κοινωνία.<sup>7</sup>

### **2.5.3. Προσκοπική Μέθοδος Διαπαιδαγώγησης**

Η Προσκοπική Μέθοδος Διαπαιδαγώγησης αποτελεί το θεμέλιο λίθο της προσκοπικής εμπειρίας, χαράσσοντας τον δρόμο για την επίτευξη των εκπαιδευτικών στόχων της οργάνωσης. Εφαρμόζεται ομοιόμορφα σε όλους τους κλάδους, στηρίζοντας την αυτοεκπαίδευση, την προοδευτικότητα και την αυτενέργεια των νέων. Στο επίκεντρο της μεθόδου βρίσκονται οκτώ αλληλένδετα στοιχεία:

1. Ηθικό πλαίσιο: Ο Νόμος και η Υπόσχεση θέτουν τα θεμέλια για την ανάπτυξη ηθικών αρχών και αξιών στους νέους.
2. Βιωματική μάθηση: Η μάθηση γίνεται βίωμα και εμπειρία, μέσω της ενεργής συμμετοχής σε δραστηριότητες και παιχνίδια.
3. Ομαδικότητα: Η δράση σε μικρές ομάδες καλλιεργεί την ομαδικότητα, την αλληλεγγύη και την αλληλοβοήθεια.
4. Προσκοπικό πνεύμα: Το ιδιότυπο προσκοπικό περιβάλλον, με τα σύμβολα, τις τελετές και τις παραδόσεις του, ενθαρρύνει την ανάπτυξη του προσκοπικού πνεύματος.
5. Ατομική εξέλιξη: Το προοδευτικό σύστημα αξιολόγησης και προόδου βοηθά τα μέλη να εξελιχθούν ατομικά και να θέτουν νέους στόχους.
6. Σύνδεση με τη φύση: Η επαφή με το φυσικό περιβάλλον φέρνει τα μέλη πιο κοντά στη φύση και τους καλλιεργεί σεβασμό προς αυτήν.
7. Υποστήριξη και καθοδήγηση: Οι ενήλικες προσφέρουν καθοδήγηση, υποστήριξη και προσωπικό παράδειγμα στα μέλη.
8. Κοινωνική ευθύνη: Η ενεργή συμμετοχή σε δράσεις κοινωνικής προσφοράς καλλιεργεί την κοινωνική συνείδηση και ευαισθητοποίηση.

---

<sup>7</sup> Σώμα Ελλήνων Προσκόπων, διαθέσιμο στο: <https://www.sep.org.gr/el/normal/home>, τελευταία ανάκτηση: 13/6/2023

Συνδυάζοντας όλα αυτά τα στοιχεία, η Προσκοπική Μέθοδος Διαπαιδαγώγησης συμβάλλει στην ολοκληρωμένη ανάπτυξη των νέων, διαμορφώνοντας ενεργούς πολίτες με υγιή αξίες, δεξιότητες και ιδανικά.

#### **2.5.4. Θεμελιώδεις Αρχές Προσκοπισμού**

Ο Προσκοπισμός στηρίζεται σε τρεις βασικές αρχές που λειτουργούν ως πυξίδα για την ανάπτυξη και διαμόρφωση των νέων. Αυτές οι αρχές αγγίζουν καίρια ζητήματα και καλλιεργούν αξίες απαραίτητες για την ομαλή και ισορροπημένη εξέλιξη των ατόμων.

1. Καθήκον προς τον θεό : Σεβασμός προς τις πνευματικές αξίες και τις θρησκευτικές πεποιθήσεις του κάθε ατόμου. Αναγνώριση της πνευματικότητας ως σημαντικό κομμάτι της ανθρώπινης ύπαρξης, ανεξαρτήτως θρησκευτικής ταυτότητας. Ενθάρρυνση για αναζήτηση νοήματος και ανάπτυξη πνευματικής καλλιέργειας.

2. Καθήκον προς τον Άλλο: Αφοσίωση στην πατρίδα, σε συνδυασμό με δέσμευση για ειρήνη, κατανόηση και συνεργασία σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο. Ενεργή συμμετοχή στην ανάπτυξη της κοινωνίας, με σεβασμό στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια και προστασία του περιβάλλοντος. Καλλιέργεια της κοινωνικής συνείδησης και ευαισθησίας.

3. Καθήκον προς τον εαυτό: Ανάλυση ευθύνης για την καλλιέργεια και εξέλιξη του εαυτού. Αξιοποίηση ευκαιριών για ανακάλυψη και ανάπτυξη των δυνατοτήτων και ταλέντων του κάθε ατόμου. Ενθάρρυνση για αυτονομία, αυτοπεποίθηση και υγιή αυτοεκτίμηση.

Μέσα από την Υπόσχεση και τον Νόμο, που αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι κάθε Προσκοπικής οργάνωσης, αυτές οι αρχές διατυπώνονται με κατανοητό και ευχάριστο τρόπο για τους νέους.



## **2.6. Ερευνητικά Δεδομένα που συνδέουν τον Οδηγισμό και τον Προσκοπισμό με τις Δεξιότητες Ζωής**

Οι σύγχρονες κοινωνίες έχουν ανάγκη από ενεργούς, ενημερωμένους και υπεύθυνους πολίτες οι οποίοι καθημερινά παίρνουν θέση τόσο στα τοπικά όσο και στα διεθνή προβλήματα , που είναι κοινά για όλη την ανθρωπότητα. Είναι υπεύθυνοι για τους εαυτούς τους ενώ συγχρόνως , νοιάζονται και προσπαθούν για την ευημερία των άλλων μέσα στην κοινωνία και μπορούν να εκφράζουν με σαφήνεια τις απόψεις και τα επιχειρήματα τους (Abels & Bridges, 2010).

Ο Οδηγισμός και ο Προσκοπισμός έχοντας ως στόχο να εμφυσήσουν στα παιδιά και τους νέους ένα σύστημα αξιών ,που θα έχουν ως πρότυπο στη ζωή τους, και να τα βοηθήσουν να αναπτυχθούν ολόπλευρα, συμβάλλουν στο να γίνουν υπεύθυνοι ενήλικες και να ενεργοί πολίτες. Μέσα από τις δράσεις τους, που έχουν πολιτιστικό και οικολογικό χαρακτήρα, βοηθάνε τα παιδιά να κατανοήσουν και να αναπτύξουν κοινωνική συνείδηση. Η φράση που θα μπορούσε να χαρακτηρίσει αυτές τις δύο οργανώσεις είναι ότι αποτελούν «ένα ατελείωτο παιχνίδι με νόημα». Λειτουργούν με την επίβλεψη και την ευθύνη εκπαιδευμένων εθελοντών που βοηθούν τα παιδιά να ανακαλύπτουν τις κλίσεις και τα ενδιαφέροντα τους και να διαπαιδαγωγούνται στην συνεργασία και στην υπευθυνότητα (WAGGGS, 2023).

Η προσφορά του Οδηγισμού και του Προσκοπισμού λοιπόν είναι μεγάλη, σε κάθε τομέα ανάπτυξης των παιδιών και των νέων. Αποκτούν συνεχώς νέες εμπειρίες μαθαίνοντας να έχουν εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και στις ικανότητες τους. Η δημιουργικότητα, η κριτική σκέψη, η ικανότητα επίλυσης προβλημάτων και λήψης αποφάσεων είναι μερικές μόνο από τις δεξιότητες που καλλιεργούνται στα πλαίσια τους. Βασικά στοιχεία των περισσότερων δραστηριοτήτων είναι η συνεργασία και η ομαδικότητα , στις οποίες τα παιδιά εξοικειώνονται συνεχώς. Γίνονται δίκαια, ευγενικά και τίμια και φυσικά μαθαίνουν να αγαπούν και να προστατεύουν το περιβάλλον. Το σημαντικότερο όμως είναι πως μαθαίνουν διασκεδάζοντας και δημιουργώντας ένα σύστημα αξιών που θα τα βοηθήσει να καθοδηγήσουν τη ζωή

τους. Όλα τα παραπάνω επιβεβαιώνονται από έρευνες που έχουν γίνει σχετικά με την προσφορά του Οδηγισμού και του Προσκοπισμού καθ' όλη την πορεία ανάπτυξης των παιδιών και των νέων , καθώς και στην μετέπειτα ζωή.

Για παράδειγμα οι συγγραφείς Muhammad, Khalil και Khan (2019) σε έρευνα που έκαναν σε μαθητές της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, που ήταν ενεργά μέλη του Συλλόγου Προσκόπων Αγοριών Khyber Pakhtunkhwa, μελετώντας την πειθαρχία, την συνεργασία και την αυτοπεποίθηση κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι μαθητές που συμμετείχαν στον Προσκοπισμό ήταν περισσότερο ικανοί στο να ακολουθούν τους κανόνες και οδηγίες, να συνεργάζονται με άλλα άτομα για την επίτευξη ενός κοινού σκοπού και είχαν πίστη στον εαυτό τους, στις ικανότητες και δυνατότητες τους, σε σύγκριση με τους υπόλοιπους συμμαθητές τους.

Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι οι συγκεκριμένοι μαθητές ήταν περισσότερο αναπτυγμένοι κοινωνικά και τα ευρήματα τους συμφωνούσαν με παλαιότερη έρευνα των Hostetler και Fisher, (1997) και Ramirez-Valles (1998) σύμφωνα με τους οποίους τα αγόρια και τα κορίτσια Πρόσκοποι ήταν υπέρ την κοινότητας και του κοινωνικού συνόλου. Στην έρευνα των Muhammad, Khalil και Khan (2019) επίσης βρέθηκε ότι η συμμετοχή στους Προσκόπους σχετίζεται αρνητικά με την χρήση ουσιών και με επικίνδυνες συμπεριφορές , το οποίο συμφωνεί και με τα ευρήματα των Chewing και Van Koningsveld, (1998). Για τους παραπάνω λόγους, οι συγγραφείς προτείνουν να δίνονται στους μαθητές πολλές ευκαιρίες να λαμβάνουν μέρος σε Προσκοπικές ομάδες. Προτείνεται επίσης να εξεταστεί το γεγονός να ενταχθούν στο πρόγραμμα σπουδών προσκοπικές δραστηριότητες με σκοπό να αναπτύξουν κοινωνικές δεξιότητες οι μαθητές (WAGGGS, 2023).

Επιπρόσθετα στην έρευνα του Thomas Hirt (2020), που διενεργήθηκε με σκοπό να διερευνήσει την επιρροή που έχουν οι ικανότητες και τα προσόντα, που αποκτούνται με την συμμετοχή στον προσκοπισμό ή στον οδηγισμό, στις ηγετικές ικανότητες των σημερινών υψηλόβαθμων στελεχών εταιριών, συμμετείχαν κατά κύριο λόγο άτομα που έχουν εμπλακεί με τον προσκοπισμό ή τον οδηγισμό για πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα (84% ήταν ή εξακολουθούν να είναι πρόσκοποι ή οδηγοί για πάνω από 10

χρόνια και κανένας δεν ήταν λιγότερο από 2 χρόνια) και γίνεται ξεκάθαρο ότι η ανάπτυξη της ηγεσίας αποτελεί αναπόσπαστο και σημαντικό μέρος τόσο του προσκοπισμού όσο και του οδηγισμού.

Περιγράφεται επίσης πώς ο προσκοπισμός και ο οδηγισμός αναπτύσσουν τις ηγετικές δεξιότητες των μελών τους, ξεκινώντας από πολύ μικρή ηλικία, στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού προγράμματος έχουν αντίκτυπο στα στελέχη και στις ικανότητές τους να αναλάβουν ηγετικούς και διοικητικούς ρόλους. Στην έρευνα η πλειοψηφία των συμμετεχόντων ανέφερε ότι έχουν μάθει τις απαραίτητες δεξιότητες για τη δουλειά τους στον προσκοπισμό ή τον οδηγισμό. Οι συμμετέχοντες στην έρευνα αξιολόγησαν επίσης τις περισσότερες από τις δεξιότητες που έμαθαν κατά τη διάρκεια της θητείας τους ως ιδιαίτερα σημαντικές. Ειδικότερα αναφέρθηκαν σε δεξιότητες όπως η επικοινωνία, η αντιμετώπιση και επίλυση προβλημάτων, η λήψη αποφάσεων, η ομαδική εργασία ή γενικές ηγετικές δεξιότητες (WAGGGS, 2023).

Επίσης πολύ σημαντικό στοιχείο της έρευνας αποτελεί το γεγονός ότι το 88% των συμμετεχόντων ισχυρίστηκε ότι η εμπειρία στον Προσκοπισμό ή στον Οδηγισμό σχετίζεται άμεσα με την επαγγελματική του θέση . Υπάρχουν περαιτέρω στοιχεία από την έρευνα ότι η διάρκεια, οι ρόλοι ή οι λειτουργίες και η εκπαίδευση που έχει βιώσει κάποιος στον προσκοπισμό ή τον οδηγισμό, έχουν αντίκτυπο στην επαγγελματική του σταδιοδρομία στην ηγεσία ή στη διαχείριση. Λαμβάνοντας υπόψη τη βιβλιογραφία και τα ποσοτικά και τα ποιοτικά αποτελέσματα της έρευνας, μπορούμε να συμπεράνουμε ότι οι εμπειρίες που αποκτήθηκαν και οι δεξιότητες που αποκτήθηκαν στον προσκοπισμό ή τον οδηγισμό έχουν σαφή και ισχυρή επίδραση στις ηγετικές ικανότητες των σημερινών στελεχών, αναπτύσσουν τους ηγέτες του μέλλοντος και δίνουν τη δυνατότητα τα μέλη τους να εξελιχθούν στο διοικητικό επίπεδο (Asensio-Ramon et al., 2020).

Τα ευρήματα αυτά αποδίδονται κυρίως στο γεγονός ότι στον προσκοπισμό και στον οδηγισμό οι δεξιότητές αυτές μαθαίνονται μέσω της «μάθησης μέσω της πράξης» ή από την συναναστροφή με σπουδαία πρότυπα. Προτείνεται όμως να

συγκριθούν οι απαντήσεις των ηγετών με και χωρίς προσκοπική/οδηγική εμπειρία προκειμένου να ολοκληρωθεί η συγκεκριμένη μελέτη.

Επίσης και στην έρευνα του Jorge Asensio-Ramon και των συνεργατών του (2020) μελετήθηκαν οι επιδράσεις του προσκοπισμού στα ακαδημαϊκά αποτελέσματα, τις κοινωνικές δεξιότητες και την αυτοεκτίμηση των νέων λυκείου, σε σύγκριση με ένα δείγμα πληθυσμού που δεν είχε συμμετάσχει σε κάποια προσκοπική ομάδα. Το επιλεγμένο δείγμα αποτελούνταν από 430 μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ηλικίας μεταξύ 13-17 ετών. Μετρήθηκαν η αυτοεκτίμηση και οι κοινωνικές δεξιότητες και αναλύθηκε ο μέσος όρος του συνολικού δείγματος.

Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι έφηβοι που συμμετέχουν σε προσκοπικές ομάδες, συγκριτικά με αυτούς που δεν είχαν αντίστοιχη εμπειρία, έχουν καλύτερες ακαδημαϊκές επιδόσεις και ικανότητα επίλυσης συγκρούσεων. Αυτά τα συμπεράσματα συνάδουν και με προηγούμενες μελέτες που έχουν δείξει ότι η μη τυπική εκπαίδευση, και ειδικότερα ο προσκοπισμός, επηρεάζουν θετικά τις προσωπικές και κοινωνικές δεξιότητες των παιδιών και των εφήβων (Asensio-Ramon et al., 2020).

Οι Lamonedada κ.ά. τονίζουν ότι η μέθοδος εκπαίδευσης που χρησιμοποιεί ο προσκοπισμός προάγει τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών και την ανάπτυξη μαθησιακών πόρων για τη ζωή στην κοινωνία των ενηλίκων. Από την άλλη πλευρά, αναγνωρίζεται επίσης η θετική σχέση μεταξύ της προσκοπικής κίνησης και των ακαδημαϊκών επιδόσεων μέσω της ανάπτυξης της πειθαρχίας, της αυτοπεποίθησης και των μεγαλύτερων κινήτρων για μάθηση. Ωστόσο, είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι η αξιολόγηση της αυτοεκτίμησης και της αυτοαντίληψης στους εφήβους μπορεί να θεωρηθεί ότι ποικίλλει ανάλογα με την αλλαγή της διάθεσης και την τρέχουσα σχέση με την ομάδα των συνομηλίκων, ιδίως δεδομένου ότι η εφηβεία είναι ένα στάδιο που χαρακτηρίζεται από σημαντικές αλλαγές και μεγάλη ευπάθεια στις αλλαγές του πλαισίου ανάπτυξης. (Asensio-Ramon et al., 2020).

Στην έρευνα των Rosenkranz, Behrens και Dzewaltowski (2010), μελετήθηκε εάν ο Προσκοπισμός για κορίτσια μπορεί να βοηθήσει στην προαγωγή της υγείας και

στην πρόληψη της παχυσαρκίας. Η μελέτη πραγματοποιήθηκε με μια ομάδα παρέμβασης και μια ομάδα ελέγχου η οποίες αποτελούνταν από κορίτσια ηλικίας 9-13 ετών. Βρέθηκε ότι στις ομάδες των κοριτσιών Προσκόπων δόθηκαν μεγαλύτερες ευκαιρίες για την προώθηση της υγείας, για μέτρια προς έντονη σωματική δραστηριότητα και υγιεινή διατροφή κατά την διάρκεια των συναντήσεων αλλά δεν είχε σημαντικό αντίκτυπο σε συμπεριφορές που σχετίζονται με την παχυσαρκία στην καθημερινότητα των κοριτσιών έξω από την ομάδα.

Η εφαρμογή ενός προγράμματος προαγωγής της υγείας και η παροχή πιο υγιεινών περιβαλλόντων στις συναντήσεις των προσκοπικών ομάδων φαίνεται να είναι εφικτές σε ευρύτερη κλίμακα (Rosenkranz, Behrens & Dzewartowski, 2010). Χρειάζεται να γίνουν βελτιωμένες προσεγγίσεις και συντονισμένες προσπάθειες και στα υπόλοιπα περιβάλλοντα ώστε η προαγωγή της υγείας να είναι μόνιμη και να επιτευχθεί αλλαγή συμπεριφοράς και πρόληψη της παχυσαρκίας (Rosenkranz et al., 2010).

Σε μια άλλη έρευνα που έγινε τον Δεκέμβριο του 2016, από το Ερευνητικό Ινστιτούτο Προσκόπων (GSRI), σε αντιπροσωπευτικό δείγμα κοριτσιών σε εθνικό επίπεδο, αξιολογήθηκε κατά πόσο η συμμετοχή των κοριτσιών στην ομάδα των προσκόπων συμβάλλει θετικά στην απόκτηση των πέντε βασικών χαρακτηριστικών της ηγεσίας, τα οποία είναι:

- ισχυρή αίσθηση του εαυτού τους
- θετικές αξίες
- αναζήτηση προκλήσεων
- υγιείς σχέσεις
- επίλυση προβλημάτων στην κοινότητα καθώς και άλλοι τρόποι με τους οποίους τα κορίτσια επωφελούνται από τη συμμετοχή τους στους Προσκόπους.

Η έρευνα έγινε ηλεκτρονικά και διεξήχθη από την ερευνητική εταιρεία Decision Analyst σε δείγμα 3.014 κοριτσιών (1.507 προσκόπους, 1.507 μη προσκόπους) ηλικίας 5-18 ετών. Από την έρευνα παρέχονται αδιάσειστα στοιχεία ότι τα κορίτσια που συμμετέχουν στον Προσκοπισμό ξεχωρίζουν σημαντικά, από τα κορίτσια που

δεν συμμετέχουν, επιδεικνύοντας πιο ολοκληρωμένο τρόπο ζωής και μεγαλύτερη τάση για επιτυχία. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας όσα παιδιά συμμετέχουν σε προσκοπικές ομάδες, εμφανίζουν περισσότερες πιθανότητες να επιδεικνύουν ισχυρά ηγετικά χαρακτηριστικά, να επιτυγχάνουν "άριστους" βαθμούς, να προσδοκούν να αποφοιτήσουν από το κολέγιο, να επιδιώκουν σταδιοδρομία στα STEM, στις επιχειρήσεις και στη νομική επιστήμη και να αισθάνονται αισιόδοξοι για το μέλλον τους.

Τα ευρήματα δείχνουν επίσης ότι στους προσκόπους δίνονται περισσότερες ευκαιρίες για συμμετοχή σε μια ποικιλία από διασκεδαστικές και χρήσιμες δραστηριότητες, όπως αυτές που αφορούν την ύπαιθρο και τη συμμετοχή στα κοινά. Επίσης συμμετέχουν σε δραστηριότητες, τις οποίες καθοδηγούν οι ίδιοι και είναι συνεργατικές. Καθώς επίσης έχουν ενήλικες στη ζωή τους που τους βοηθούν να σκεφτούν το μέλλον τους και να επιδιώξουν τους στόχους τους.

Τα οφέλη του Προσκοπισμού είναι κοινά για όλους τους Προσκόπους και όλοι έχουν τις ίδιες πιθανότητες να αναπτύξουν τα πέντε χαρακτηριστικά της ηγεσίας, ανεξάρτητα από την κοινωνική τάξη, τη φυλή/εθνική καταγωγή ή το βαθμό συμμετοχής σε άλλες εξωσχολικές δραστηριότητες. Αυτό σημαίνει ότι ανεξάρτητα από το πού ζουν τα κορίτσια ή από την ηλικία ή το υπόβαθρό τους, οι Πρόσκοποι μπορούν να τα βοηθήσουν να αναπτύξουν πλήρως τις δυνατότητές τους (Asensio-Ramon et al., 2020).

Η Μελέτη Επίδρασης των Προσκόπων επιβεβαιώνει ότι ο Προσκοπισμός έχει ισχυρό, θετικό αντίκτυπο στα κορίτσια, βοηθώντας τα να εξελιχθούν σε πολίτες που είναι υπεύθυνοι, αφοσιωμένοι και προετοιμασμένοι για μια ζωή ηγεσίας. Συλλογικά, τα ευρήματα αυτά καταδεικνύουν ότι η συμμετοχή στους προσκόπους μπορεί να αποτελέσει ένα ανάχωμα ενάντια σε πολλές από τις αρνητικές επιρροές και εμπειρίες που βιώνουν τα κορίτσια ξεκινώντας από το γυμνάσιο. Έχοντας στη ζωή τους ενήλικες που τις εκτιμούν και τις υποστηρίζουν βαθιά, ενισχύουν την αίσθηση του εαυτού τους σε μια εποχή που είναι ιδιαίτερα ευάλωτη. Με τη σειρά τους, τα κορίτσια που αισθάνονται καλά με τον εαυτό τους και τις ικανότητές τους, έχουν

περισσότερες ελπίδες για ένα λαμπρό μέλλον και αφιερώνουν χρόνο στην επίλυση προβλημάτων στις κοινότητές τους.

Πολύ σημαντικό είναι το γεγονός ότι στον Προσκοπισμό τα κορίτσια ανακαλύπτουν ότι έχουν τη δύναμη να κάνουν τον κόσμο ένα καλύτερο μέρος για τις επόμενες γενιές και έτσι βγαίνουν και το κάνουν πραγματικότητα. Παρόμοια συμπεράσματα προκύπτουν και από την μελέτη της Cyndi A. Munson (2010) η οποία βασισμένη σε συνεντεύξεις, διερεύνησε τις εμπειρίες ηγεσίας των εφήβων κοριτσιών που φοιτούν σε οικονομικά σχολεία και συμμετέχουν στον Προσκοπισμό μετά το σχολείο.

Αυτή η ερευνητική μελέτη επικεντρώθηκε σε μια μεσοδυτική πόλη κατά τη διάρκεια του 2009-2010 και οι συμμετέχοντες ήταν κορίτσια ηλικίας 12-15 ετών που συμμετείχαν ενεργά στους προσκόπους μετά το σχολείο από τον Αύγουστο του 2009. Τα ερευνητικά ερωτήματα αφορούσαν το πώς τα κορίτσια περιγράφουν τις ηγετικές εμπειρίες, τις δραστηριότητες και τα ενδιαφέροντά τους πριν και αφού ενταχθούν στους προσκόπους και πώς αυτό επηρέασε τη ζωή τους. Η μελέτη διαπίστωσε ότι οι συμμετέχουσες περιγράφουν μια θετική εμπειρία σχετικά με το πρόγραμμα των προσκόπων μετά το σχολείο καθώς τους έδωσε ευκαιρίες για ηγεσία, αυτογνωσία, μελλοντικούς στόχους και συμμετοχή.

Οι έρευνες Girlguiding's Girls Attitude Survey το 2018 (UK-wide) και Girls in Scotland survey που πραγματοποιήθηκαν από τον Οδηγισμό της Σκωτίας μας δίνουν επίσης πολλές πληροφορίες σχετικά με την ψυχική υγεία των κοριτσιών και σχετικά με το τι της απασχολεί, τι νιώθουν για τον εαυτό τους και τις σχέσεις τους με τους άλλους αλλά και τι είναι αυτό που τους προσφέρει χαλάρωση. Οργανώσεις όπως το Girlguiding έχουν ζωτικό ρόλο στην προώθηση της ανθεκτικότητας και της ευεξίας και είναι σε θέση να υποστηρίξει την ευημερία των νέων.

Η ευημερία προωθείται με πολλούς τρόπους μέσω του Οδηγισμού. Τα νεαρά μέλη λένε τακτικά ότι το να έχουν έναν χώρο μόνο για κορίτσια, μακριά από τις πιέσεις όπως το σχολείο και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, είναι ένα από τα πράγματα που εκτιμούν περισσότερο στο Girlguiding. Επίσης το νέο πρόγραμμα, το οποίο

περιλαμβάνει περισσότερα από 800 σήματα και δραστηριότητες για κορίτσια ηλικίας 5-18 ετών, συμπεριλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα δραστηριοτήτων σχετικά με την ψυχική ευεξία και την ανθεκτικότητα. Το καθένα είναι προσαρμοσμένο έτσι ώστε να είναι σχετικό και προσιτό σε κάθε ηλικιακή ομάδα.

Τέτοιες δραστηριότητες είναι για παράδειγμα το σήμα Healthy Mind, το Mindfulness, το σήμα Διαλογισμού και το σήμα Self Care. Μέσω της Εκπαίδευσης συνομηλίκων, το Girlguiding παρέχει επίσης προγράμματα που επιτρέπουν στα κορίτσια να σκέφτονται και να μιλούν για θέματα που είναι σημαντικά για αυτά. Για παράδειγμα το Think Resilient ενισχύει την ευημερία των κοριτσιών, μέσα από τεχνικές ενίσχυσης της ανθεκτικότητας και του σχεδιασμού για το πώς να διαχειρίζονται τις δυσκολίες και να εφαρμόζουν θετικές στρατηγικές αντιμετώπισης και υποστήριξης.

Το Free Being Me βοηθά τα κορίτσια να αναπτύξουν την αυτοπεποίθηση και την αυτοεκτίμηση του σώματός τους και να αμφισβητήσουν τα μη ρεαλιστικά ιδανικά ομορφιάς. Το Healthy Relationships βοηθά να διασφαλιστεί ότι τα κορίτσια μπορούν να αναπτύξουν και να προσδιορίσουν ασφαλείς και υγιείς σχέσεις. Τέλος θετική επίδραση έχει το γεγονός ότι ακούγονται οι ιδέες και οι προβληματισμοί των κοριτσιών. Πάνω απ' όλα, είναι ζωτικής σημασίας για όσους βρίσκονται σε θέσεις "έξουσίας" να συμπεριλαμβάνουν τις φωνές των κοριτσιών στις αποφάσεις που τα επηρεάζουν. Τα κορίτσια ενθαρρύνονται να κάνουν τη φωνή τους να ακουστεί για τα θέματα που τα αφορούν, από την ψυχική υγεία έως την εκπαίδευση (WAGGGS, 2023).

Τα οφέλη του Προσκοπισμού και του Οδηγισμού είναι σημαντικά όμως και στην μετέπειτα ζωή των ατόμων που συμμετείχαν ενεργά στις ομάδες. Ο προσκοπισμός και ο οδηγισμός προάγουν την αυτονομία, καλλιεργούν την ομαδικότητα και την αποφασιστικότητα, ενισχύουν την επιθυμία για μάθηση και αυτομόρφωση, υποστηρίζουν τη ζωή στην ύπαιθρο, καθώς και άλλες δεξιότητες, που έχουν θετική επίδραση στη ζωή ενός ανθρώπου έως τη μέση ηλικία.



Σύμφωνα με έρευνα που έγινε από τους ερευνητές των πανεπιστημίων του Εδιμβούργου και της Γλασκόβης, στην οποία ήταν επικεφαλής ο καθηγητή Chris Dibben, σε σχεδόν 10.000 ανθρώπους και δημοσιεύτηκε στο "Journal of Epidemiology and Community Health", διαπιστώθηκε ότι όσοι υπήρξαν κάποτε πρόσκοποι ή οδηγοί (περίπου 25%) ,είχαν στην ηλικία των 50 ετών καλύτερη ψυχική υγεία κατά μέσο όρο.

Οι πρόσκοποι και οδηγοί είχαν 15% μικρότερη πιθανότητα να εμφανίσουν άγχος και άλλες ψυχικές διαταραχές αργότερα στη ζωή τους. «Είναι εντυπωσιακό ότι τα οφέλη του προσκοπισμού και του οδηγισμού είναι ορατά στους ανθρώπους μετά από τόσα χρόνια» δήλωσε ο Chris Dibben (WAGGGS, 2023). Επίσης σε σχετικό άρθρο σχετικά με το Σώμα των Προσκόπων και Οδηγών στις Φιλιππίνες συμπεραίνεται ότι παρά την χρήση της άτυπης εκπαίδευσης με έμφαση στις πρακτικές υπαίθριες δραστηριότητες, το Υπουργείο Παιδείας ενστερνίζεται τις ιδέες του προσκοπισμού στα σχολεία, ειδικά στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση, μέσω του DepEd Order 68, s. 2003 re: Revitalizing the Boy/Girl Scouting Movement in Schools.

Το Προσκοπικό Κίνημα, μέσω των Προσκόπων Φιλιππίνων (BSP) και των Κοριτσιών Προσκόπων των Φιλιππίνων (GSP), είναι ένα αποτελεσματικό πρόγραμμα στην εκπαίδευση ηγεσίας και στη διαμόρφωση αξιών κάθε παιδιού. Ο κύριος στόχος αυτού του Προγράμματος είναι συνεπής με την αποστολή του Τμήματος να ενισχύσει, να υποστηρίξει και να αναπτύξει αγόρια και κορίτσια σε ολοκληρωμένα άτομα με υποδειγματικό χαρακτήρα.

Το BSP και το GSP έχουν, μέχρι στιγμής, δημιουργήσει ηγέτες που είναι πιστοί στον όρκο και το νόμο των Προσκόπων/Οδηγών ή την υπόσχεση και τον νόμο των Προσκόπων/Οδηγών». Στον προσκοπισμό, ένας μαθητής μαθαίνει επίσης πώς να είναι πάροχος κοινοτικών υπηρεσιών. Ένας μαθητής που δραστηριοποιείται στον προσκοπισμό δραστηριοποιείται και σε ακαδημαϊκούς τομείς. Γίνονται πιο δυναμικοί και δείχνουν ενδιαφέρον για σπουδές, ιδιαίτερα σε εξωσχολικές δραστηριότητες.

Τείνουν να είναι υπεύθυνοι όχι μόνο ως πρόσκοπος (BSP/GSP) αλλά ως μαθητής και παραγωγικός πολίτης της χώρας.<sup>8</sup>

## **2.7. Η Σχολική Φυσική Αγωγή τον 21<sup>ο</sup> αιώνα**

Ο χρόνος που τα μικρά παιδιά αφιερώνουν στη Φυσική Αγωγή έχει μεγάλη σημασία και επηρεάζει τη ζωή τους στο μέλλον. Ωστόσο, η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των διδασκαλικών στρατηγικών πρέπει να βασίζεται και όχι μόνο στη βελτίωση των γνωστικών, αντιληπτικών, συναισθηματικών και κοινωνικών δεξιοτήτων τους αλλά κατά κύριο λόγο στην καλή απόδοση των μαθητών στον τομέα της κίνησης. (Abels & Bridges, 2010).

Έχει αναγνωριστεί διεθνώς η σύνδεση μεταξύ ψυχικής και σωματικής υγείας και της ακαδημαϊκής απόδοσης των παιδιών στη σχολική φυσική αγωγή. Γι' αυτό, είναι αναγκαία η εφαρμογή ενός συντονισμένου και διαχρονικού προγράμματος δράσης που θα παρέχει στα μέλη της κοινωνίας τα μέσα για μια υγιή και παραγωγική ζωή. Η διδασκαλία και η άσκηση θεωρούνται αναγκαίες για τη μάθηση, ανάπτυξη και καθημερινή διαβίωση με τον σωστό τρόπο. (Chen & Sallis, 2020).

Για να επιτευχθούν αποτελέσματα στη σχολική φυσική αγωγή, είναι απαραίτητο να καθοριστούν σαφείς στόχοι και να δημιουργηθεί ένας λεπτομερής σχεδιασμός, έτσι ώστε όλοι να σεβαστούν και να εκτιμήσουν αυτό το σημαντικό μάθημα για την ανάπτυξη του ανθρώπου και τη διατήρηση της ψυχοσωματικής του υγείας. (Bailey, 2018).

## **2.8. Προγράμματα Σπουδών και στόχοι της Σχολικής Φ.Α.**

Διανύοντας τον 21ο αιώνα, και προσπαθώντας να αντιμετωπίσουμε τα προβλήματα που δημιουργούνται, πρέπει να σχεδιάσουμε ποιοτικά προγράμματα

---

<sup>8</sup> DepED, Division of Malaybalay City, (2015), *scouting is a tool for holistic development*, διαθέσιμο στο: <https://www.depedmalaybalay.net/articles/scouting-is-a-tool-for-holistic-development.html>

που να προσφέρουν γνώση για την πραγματικότητα, , να μπορούν να προσαρμοστούν στις ανάγκες του καθενός ξεχωριστά και να εστιάζουν στη δια βίου βελτίωση της υγείας και στην ανάπτυξη όλων εκείνων των στοιχείων που διαμορφώνουν μια υγιή προσωπικότητα, όπως η αυτοεκτίμηση, η κοινωνικότητα και η επιμονή. Η φυσική αγωγή παίζει καθοριστικό ρόλο στην υγεία και είναι σημαντικό να προκαθορίζονται στόχοι και σκοποί για να επιτευχθούν αυτοί οι στόχοι (Corbin, 2014).

Τα προγράμματα Φυσικής Αγωγής βασικά επιδιώκουν να εκτελούνται σωστά οι δεξιότητες καθώς και οι διάφορες αθλητικές δραστηριότητες και να αναπτύσσουν μια θετική σχέση με τη φυσική τους κατάσταση (Goudas & Magotsiou, 2009). Η σωστή εκτέλεση των δεξιοτήτων στην Φυσική Αγωγή περιλαμβάνει τη σωστή τεχνική, την ακρίβεια, την ταχύτητα και την αντοχή, και αυτές οι δεξιότητες παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη προηγμένων δεξιοτήτων και στην επίτευξη υψηλού επιπέδου απόδοσης σε αθλητικές δραστηριότητες. Επιπλέον, η Φυσική Αγωγή ενθαρρύνει τα παιδιά να συνεργάζονται με άλλα παιδιά και να αναπτύξουν κοινωνικές δεξιότητες όπως η επικοινωνία, η συνεργασία και η ενσυναίσθηση, πράγμα που τους βοηθά να γίνουν πιο επιτυχημένοι στη ζωή τους (Bailey, 2018).

Η Φυσική Αγωγή στην Ελλάδα έχει πράγματι αναπτύξει μια σύνθετη δομή στην οποία συνέβαλαν τα αναλυτικά προγράμματα της σχολικής Φυσικής Αγωγής από το 1990 και έπειτα<sup>9</sup>. Τα προγράμματα αυτά στοχεύουν στην ανάπτυξη των φυσικών δεξιοτήτων των παιδιών και στη διαμόρφωση στάσεων και αξιών που σχετίζονται με τη σωματική δραστηριότητα και την υγεία (Coe, Pivarnik, Womack and Reeves, 2006).

Εκτός από την παροχή της δυνατότητας για σωματική δραστηριότητα και οργανωμένη άσκηση, τα προγράμματα της σχολικής Φυσικής Αγωγής περιλαμβάνουν στους στόχους τους και θέματα όπως η ανάπτυξη των κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των παιδιών, η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και της

---

<sup>9</sup> «Εισαγωγή της γυμναστικής στα κατώτερα εκπαιδευτήρια», Φ.Ε.Κ. 19/18-12-1862 στο Αντωνίου Δ.: Τα προγράμματα της Μέσης Εκπαίδευσης (1833-1929).ΙΑΕΝ, Γενική Γραμματεία Νέας Γενιάς, σ.163

αυτοπεποίθησης τους, η ανάπτυξη της συνεργασίας και της επικοινωνίας, και η διευκόλυνση της ενσωμάτωσής τους στην κοινωνία (Corbin, 2014). Συνεπώς, η Φυσική Αγωγή δεν αποτελεί απλά μια δραστηριότητα για την προαγωγή της υγείας και της φυσικής κατάστασης, αλλά και αξίες γνωστικές και συναισθηματικές.

Στην Ελλάδα υπάρχουν πανεπιστημιακά τμήματα που προσφέρουν προγράμματα σπουδών στη Φυσική Αγωγή και το Αθλητισμό. Συγκεκριμένα, υπάρχουν τα ακόλουθα πανεπιστημιακά τμήματα:

- Τμήμα Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.
- Τμήμα Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.
- Τμήμα Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Πατρών.
- Τμήμα Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων.
- Τμήμα Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Τα προγράμματα σπουδών περιλαμβάνουν θεωρητικά και πρακτικά μαθήματα στην Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό, καθώς και στην ιατρική και ανθρωπιστική πτυχή του αθλητισμού. Στόχος των προγραμμάτων είναι η εκπαίδευση των φοιτητών στην ανάπτυξη, σχεδιασμό και υλοποίηση δραστηριοτήτων Φυσικής Αγωγής. Στην Ελλάδα, υπάρχουν αρκετά πανεπιστήμια και κολέγια που προσφέρουν προγράμματα σπουδών στη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό. Οι σπουδές στη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό είναι συνήθως διάρκειας τεσσάρων έτη και καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα θεμάτων, συμπεριλαμβανομένων των ανθρωπιστικών, κοινωνικών και φυσικών επιστημών.

Οι σπουδές περιλαμβάνουν μαθήματα όπως Φυσική Αγωγή και Αθλητισμός, Επιστήμες της Υγείας, Ανατομία και Φυσιολογία, Κοινωνιολογία του Αθλητισμού, Εκπαίδευση και Ψυχολογία του Αθλητισμού, Θεωρία και Μεθοδολογία της Φυσικής Αγωγής, Ανταγωνιστική Αθλητική Άσκηση, Αθλητική Προπόνηση, Πρώτες Βοήθειες και Έκτακτες Καταστάσεις. Οι απόφοιτοι των προγραμμάτων σπουδών στη Φυσική

Αγωγή και τον Αθλητισμό μπορούν να αποκτήσουν πιστοποίηση ως εκπαιδευτικοί στην Φυσική Αγωγή στα σχολεία, αθλητικοί προπονητές, επαγγελματίες αθλητές.

## **2.9. Στόχοι της Σχολικής Φ.Α.**

Υπάρχουν δύο ανταγωνιστικές προσεγγίσεις για τη διδασκαλία της φυσικής αγωγής: η κατεύθυνση φυσικής αγωγής για την υγεία και η κατεύθυνση φυσικής αγωγής με αθλητική κατεύθυνση. Ωστόσο, το Αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών (ΑΠΣ) και το Διαθεματικό Ενιαίο Πλαίσιο Προγράμματος Σπουδών (ΔΕΠΠΣ) της Φυσικής Αγωγής για το Δημοτικό Σχολείο και το Γυμνάσιο παρέχουν στους εκπαιδευτικούς τη δυνατότητα να επιλέξουν μεταξύ των δύο προσεγγίσεων (Hardman, Morris and Stensel, 2018).

Σημαντικοί παράγοντες που συμβάλλουν στον καθορισμό της δομής της φυσικής αγωγής αποτελούν η φιλοσοφία των σκοπών και ο προσανατολισμός στις αξίες. Ωστόσο, η κύρια πτυχή που καθορίζει τη δομή του μαθήματος είναι το κινητικό περιεχόμενο του μαθήματος. Αυτό σημαίνει ότι ο τρόπος με τον οποίο διδάσκεται η φυσική αγωγή και τα κινητικά προγράμματα που εφαρμόζονται καθορίζουν την πρακτική εφαρμογή της φιλοσοφίας των σκοπών και των αξιακών προσανατολισμών (Hellison, 2011).

Η αρχική στοχοθεσία της γυμναστικής/άσκησης, που εστιάζει στον άνθρωπο, διατηρήθηκε αμετάβλητη, με εξαίρεση την προσθήκη της ανδρείας και της πολεμικής αρετής ως στόχοι. Ωστόσο, ο βασικός σκοπός είναι η ενίσχυση της υγείας και της σωματικής κινητικότητας, προκειμένου να επηρεαστεί θετικά η διαμόρφωση του σώματος (Corbin, 2014). Η Φυσική Αγωγή δεν είναι απλώς μια ακαδημαϊκή διαδικασία, αλλά αναγνωρίζεται για την εμπλοκή των μαθητών σε φυσικές δραστηριότητες και την άσκηση τους σε αυτές στο πλαίσιο της εκπαίδευσης. Οι δραστηριότητες αυτές συνήθως λαμβάνουν χώρα στην αυλή του σχολείου ή στο γυμναστήριο και στοχεύουν στο να βελτιώσουν την υγεία και τη φυσική κατάσταση των μαθητών. Ωστόσο, η Φυσική Αγωγή αναπτύσσει επίσης δεξιότητες στους

μαθητές σε πολλούς τομείς, όπως στην κοινωνική, ηθική, συναισθηματική και γνωστική τους ανάπτυξη (Μαργαρίτη, 2015).

Οι βασικοί φορείς επιρροής στη φύση του μαθήματος της φυσικής αγωγής είναι οι μαθητές, οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί, καθώς και η κοινωνία γενικότερα, που αναμένει να δοθεί έμφαση στη φυσική άσκηση, τη διδασκαλία και τη μάθηση του περιεχομένου του μαθήματος, καθώς και στην απόκτηση δεξιοτήτων που συνδέονται με την υγεία και τη σωματική διάπλαση. Οι προσδοκίες αυτές διαμορφώνουν τη φύση του μαθήματος και καθορίζουν την προσαρμογή του στις ανάγκες της εποχής (Hellison, 2011).

Τα Αναλυτικά Προγράμματα του 1990 διατύπωσαν τον γενικό σκοπό της ΦΑ για το γυμνάσιο και το λύκειο, ο οποίος είναι η αρμονική και ισορροπημένη ανάπτυξη των σωματικών, ψυχικών και πνευματικών δυνάμεων των μαθητών, ώστε να γίνουν ικανοί να ενταχθούν ωφέλιμα στο κοινωνικό σύνολο. Το Π.Δ. 377/1995 έθεσε τον γενικό στόχο για το δημοτικό σχολείο, ο οποίος δίνει έμφαση στη σωματική ανάπτυξη των παιδιών μέσω διαφόρων αθλητικών και κινητικών δραστηριοτήτων, παρέχοντας ταυτόχρονα στήριξη στην ψυχική και πνευματική ανάπτυξή τους και στην ομαλή τους κοινωνική ενσωμάτωση.

Σύμφωνα με τα ΑΠΣ και ΔΕΠΠΣ<sup>10</sup> (2003) που αφορούν την ΦΑ σε όλα τα επίπεδα εκπαίδευσης, ο βασικός σκοπός είναι η σωματική ανάπτυξη των μαθητών, μαζί με μια ισορροπημένη ανάπτυξη της ψυχοκινητικής, συναισθηματικής και γνωστικής τους δυναμικής, καθώς επίσης και η ομαλή ένταξή τους στην κοινωνία (Μαργαρίτη, 2015). Η ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων των μαθητών έχει προτεραιότητα και μέσα από αυτήν ενισχύονται οι φυσικές ικανότητες τους και η υγεία τους.

Επιπλέον, στα Προγράμματα Σπουδών του μαθήματος της ΦΑ για τις Α', Β' και Γ' τάξεις του Γενικού Λυκείου (σύμφωνα με το ΦΕΚ 197 τ.Β'/23-1-2015<sup>11</sup>), ο κύριος

---

<sup>10</sup> Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, Προγράμματα Σπουδών, <http://www.pi-schools.gr/programs/depps/>

<sup>11</sup> Edu.Klimaka.gr. , ΦΕΚ 197 τ.Β'/23-1-2015 <https://edu.klimaka.gr/mathimata/lykeiou/2666-fysikh-agwgh-g-taxh-odhgies>

σκοπός της ΦΑ στο Λύκειο είναι η διά βίου άσκηση για υγεία και ποιότητα ζωής. Αυτός ο σκοπός προάγει την υγεία και την ευεξία των μαθητών, δίνοντας τους τις κατάλληλες ευκαιρίες για τη συμμετοχή τους σε ένα μεγάλο εύρος σωματικών δραστηριοτήτων, προωθώντας παράλληλα τη συστηματική διά βίου άσκηση.

Τα προγράμματα αυτά έχουν επιμέρους στόχους που σύμφωνα με την έρευνα που πραγματοποιήθηκε το 2019 από τον Κίμωνα Σακελλαρίου (2019) σε μία προσπάθεια να αναδιαμορφωθούν τα προγράμματα ΤΕΦΑΑ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, Οι επιμέρους στόχοι αναλόγως με το που εστιάζουν χωρίζονται στους (Σακελλαρίου, 2019):

- κινητικός στόχος που εστιάζει στο να αναπτυχθούν και να καλλιεργηθούν οι κινητικές δεξιότητες, άρρηκτα συνδεδεμένες με την κιναισθητική ικανότητα (την αίσθηση δηλαδή του σώματος στον χώρο και τον χρόνο)
- βιολογικός στόχος που συνδέεται με το να αναπτυχθούν φυσιολογικά και ομαλά το μικρό και το ερειστικό σύστημα (νευρομυϊκή προσαρμογή)
- κοινωνικός-ηθικός στόχος, που βοηθάει τα παιδιά μαθητές να αναπτύξουν το προσωπικό σύστημα αξιών και αρετών τους να τους καλλιεργηθεί το αίσθημα της συμμετοχής και του αγωνίζεσθε όπως και σεβασμό στη διαφορετικότητα.

Η διδασκαλία της ΦΑ βασίζεται στην αλληλεπίδραση ανάμεσα στον εκπαιδευτικό και τους μαθητές του, και περιλαμβάνει τους τρεις τομείς της κινητικής, της γνωστικής και της συναισθηματικής ανάπτυξης. Επίσης, προϋποθέτει μια διαρκή γλωσσική επικοινωνία μεταξύ του εκπαιδευτικού και των μαθητών. Οι ενεργητικοί χρόνοι μάθησης και φυσικής δραστηριότητας διαμορφώνονται από τον εκπαιδευτικό, ο οποίος δίνει παρεμβάσεις και ερμηνείες για την απόκτηση θεωρητικών γνώσεων και δεξιοτήτων επικοινωνίας στην κινητική μάθηση και στις διαδικασίες, ασκήσεις και δεξιότητες. Είναι δύσκολο να ταξινομήσουμε τους στόχους της Φυσικής Αγωγής λόγω της πληθώρας των ειδικών στόχων που υπάρχουν. Ωστόσο, είναι λογικό να δοθεί προτεραιότητα στην ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων, καθώς η φυσική κατάσταση δεν είναι μόνιμη και απαιτεί πολλές σχολικές ώρες για να επιτευχθεί (Παπαδόπουλος, 2014).

Για να προωθηθεί η άσκηση ως μέσο διατήρησης της υγείας σε όλη τη διάρκεια της ζωής, είναι αναγκαίο να δοθεί έμφαση στον εκπαιδευτικό τομέα, ώστε να κατανοήσουν οι μαθητές την αξία της άσκησης και να αναπτύξουν θετικές στάσεις για αυτήν. Επιπλέον, είναι αναγκαίο να προωθηθεί η υγεία λόγω της έλλειψης κινητικής δραστηριότητας και της παρακίνησης προς τη χρήση υπολογιστών, tablet και κινητών τηλεφώνων, τα οποία έχουν γίνει οι πιο δημοφιλείς τρόποι διασκέδασης των μαθητών και έχουν μειώσει σημαντικά τις κινητικές τους δεξιότητες. Δεν είναι σαφές αν είναι δυνατό να επιτευχθούν όλοι οι στόχοι του προγράμματος της Φυσικής Αγωγής, καθώς δεν υπάρχει ένα συγκεκριμένο σχέδιο δράσης (Goudas, 2006).

Όταν όμως ένα πρόγραμμα έχει μια σαφή φιλοσοφία, όπως η διά βίου άσκηση για υγεία, ο στόχος της υγείας επηρεάζει θετικά την συμμετοχή των μαθητών σε όλα τα είδη άσκησης, όσο διαρκεί η σχολική ζωή αλλά και μετέπειτα στην ενήλικη ζωή τους, παρέχοντας τα απαραίτητα οφέλη για να αναπτύξουν πλήρως την προσωπικότητά τους και να βελτιώσουν την ψυχική και σωματική υγεία τους. (Παρασκευόπουλος, 2008).

Στη Φυσική Αγωγή, οι ψυχοκινητικές και σωματικές δεξιότητες είναι κεντρικό στοιχείο του προγράμματος, σε αντίθεση με πολλά άλλα μαθήματα που επικεντρώνονται στη γνωστική ανάπτυξη. Το να καταφέρουν να αποκτήσουν συναισθηματικές, κοινωνικές και ηθικές δεξιότητες αποτελεί άλλη μια σημαντική προτεραιότητα της Φυσικής Αγωγής, που συμβάλλει στην ανάπτυξη της προσωπικότητας των μαθητών. Ωστόσο, η ανάπτυξη των ψυχοκινητικών δεξιοτήτων απαιτεί επίσης την επάρκεια των φυσικών ικανοτήτων, στις οποίες θα πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή (Παρασκευόπουλος, 2008). Η προσέγγιση που ακολουθήθηκε με το αναλυτικό πρόγραμμα του 2003 που έθετε ως στόχο να αναπτυχθεί η φυσική κατάσταση μόνο μέσω κινητικών δραστηριοτήτων, χρειαζόταν να αναθεωρηθεί με τη χρήση γενικών ασκήσεων.

Οι στόχοι που αναφέρονται σε αυτούς τους δύο τομείς της σχολικής ΦΑ που είναι πολύ σημαντικοί είναι η ανάπτυξη των συναισθηματικών δεξιοτήτων, των ηθικών αξιών, καθώς και η απόκτηση ειδικών και γενικών γνώσεων σχετικά με την άσκηση



και τον αθλητισμό. Αυτοί οι στόχοι είναι συνδεδεμένοι με τη σχέση της σχολικής ΦΑ όχι μόνο με τον αθλητισμό αλλά και την υγεία, την παράδοση και την αναψυχή, και με τον προσανατολισμό προς τη "διά βίου άσκηση και υγεία".

## **2.10. Μέθοδοι Διδασκαλίας και Αντικείμενο της Σχολικής Φ.Α.**

Η ΦΑ δεν είναι μια απλή εκπαιδευτική ή νοητική διαδικασία, αλλά μια δραστηριότητα που βασίζεται στην κινητικότητα και στη συμμετοχή των μαθητών σε ποικίλες φυσικές δραστηριότητες στην αυλή του σχολείου ή στο γυμναστήριο. Πέρα από τις αθλητικές και συναισθηματικές δεξιότητες, ενθαρρύνει επίσης την ανάπτυξη κοινωνικών, ηθικών και γνωστικών δεξιοτήτων (Μαργαρίτη, 2013).

Οι βασικοί συντελεστές του μαθήματος φυσικής αγωγής, δηλαδή μαθητές-γονείς και εκπαιδευτικοί, καθώς και η κοινωνία στο σύνολό της, έχουν προσδοκίες για την άσκηση, τη διδασκαλία και τη μάθηση του μαθήματος, καθώς και για την απόκτηση δεξιοτήτων. Αυτές οι προσδοκίες διαμορφώνουν τη φύση του μαθήματος και καθορίζουν τον τρόπο που θα προσαρμοστεί στις ανάγκες της εποχής. Η διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής είναι σχεδιασμένη να στηρίζεται στην αλληλεπίδραση μεταξύ του εκπαιδευτικού και των μαθητών, καλύπτει τους τρεις τομείς (ψυχοκινητικός, γνωστικός και συναισθηματικός) και απαιτεί μεταξύ τους γλωσσική επικοινωνία (Μαργαρίτη, 2013).

Η διδασκαλία αυτή διαμορφώνει τους ενεργητικούς χρόνους μάθησης και φυσικής δραστηριότητας, οι οποίοι αναφέρονται στην κινητική μάθηση και την απόκτηση θεωρητικών γνώσεων και δεξιοτήτων επικοινωνίας αλλά και στις διαδικασίες, ασκήσεις και δεξιότητες που προκύπτουν από τη φυσική δραστηριότητα. Η δομή της διδασκαλίας μπορεί να επηρεάσει τη σχέση αυτών των δύο ενεργητικών χρόνων για να επιτευχθεί είτε η μάθηση, είτε η φυσική δραστηριότητα.

Αυτό που προκύπτει είναι ότι η διδασκαλία της ΦΑ στη σχολική εκπαίδευση συχνά επηρεάζεται από την τάση για εννοιοκεντρική μάθηση, που αλλοιώνει τη φύση της σχολικής ΦΑ. Παρόλο που το ΔΕΠΠΣ έχει θέσει περιορισμούς στις διαθεματικές

εννοιολογικές διασυνδέσεις, αυτό δεν επαρκεί για να αντιμετωπιστεί η τάση αυτή, και πρέπει να ληφθούν περαιτέρω μέτρα για τη διατήρηση της ουσίας της σχολικής ΦΑ (Μαργαρίτη, 2013).

Κατά τη διάρκεια της παιδικής ηλικίας, τα παιδιά αναπτύσσουν τις βασικές δεξιότητες κίνησης και αυτοεξυπηρέτησης μέσα από τη φυσική τους τάση να κινούνται και να προσαρμόζονται στο περιβάλλον τους. Μαθαίνουν σχετικές γνώσεις μέσω της διδασκαλίας και της παρατήρησης, καθώς παρατηρούν και αναλύουν διάφορες κινήσεις, τεχνικές, κανόνες αθλημάτων και παιχνιδιών, εκτελούν ασκήσεις και βελτιώνουν τη φυσική τους κατάσταση (Παρασκευόπουλος, 2008).

Στη διδασκαλία της φυσικής αγωγής, οι μαθητές εκπαιδεύονται στη σύνδεση της θεωρητικής γνώσης με την ικανότητά τους να τη χρησιμοποιούν σε πράξη. Κατά την άσκηση μιας φυσικής δραστηριότητας, οι μαθητές αναπτύσσουν κινητικές δεξιότητες, οι οποίες απαιτούν συνδυασμό γνωστικών, αισθητηριακών, συναισθηματικών και κινητικών διαδικασιών για την επίτευξη ενός επιθυμητού αποτελέσματος.

Σύμφωνα με τη θεωρία του Gardner (1983) ο οποίος αναέρθηκε στη νοημοσύνη και τους πολλαπλούς της ρόλους, η σωματική-κινητική νοημοσύνη σχετίζεται με το να μπορεί κάποιος να εκφράσει τα συναισθήματά του και να επιτύχει κινητικές επιδόσεις χρησιμοποιώντας το σώμα του. (Bodily-kinesthetic intelligence).

Η σωματική-κινητική νοημοσύνη περιλαμβάνει την ικανότητα να αναγνωρίζει και να αξιολογεί κινήσεις στον εαυτό του και στους άλλους, να εκτελεί κινήσεις με ακρίβεια και συντονισμό, και να αναπτύσσει κινητικές επιδόσεις σε διάφορες δραστηριότητες, όπως ο αθλητισμός. Σύμφωνα με τον Raley (2002), η ψυχοκινητική νοημοσύνη συνεισφέρει στην αξιοποίηση της αποκτηθείσας γνώσης και αποτελεί ένα αποτελεσματικό μέσο νοητικής ανάπτυξης και μάθησης, σύμφωνα με τον Ματσαγγούρα (2006).

Στο σχολείο, κατά τη διδασκαλία του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής, η εκπαίδευση των μαθητών γίνεται στις βασικές καθημερινές κινήσεις όπως το περπάτημα, το τρέξιμο, το ανέβασμα σκαλοπατιών, το σκαρφάλωμα, οι ελιγμοί, οι

κινήσεις ισορροπίας, οι αλλαγές κατεύθυνσης, η αναπήδηση και σε πιο σύνθετες κινητικές δεξιότητες που συνδυάζουν διάφορες κινήσεις και ικανότητες, κυρίως αντιληπτικές. Κατά συνέπεια, οι κινητικές δεξιότητες αποτελούν το κύριο μάθημα της Φυσικής Αγωγής στο σχολείο. Όταν οι κινητικές δεξιότητες απαιτούν υψηλό επίπεδο φυσικής κατάστασης και στοχεύουν σε καλές επιδόσεις ή ακόμα και νίκη σε αγώνες ή παιχνίδια, τότε αναφερόμαστε σε αθλητικές δεξιότητες. Αυτές οι δεξιότητες αποτελούν σημαντικό εφόδιο για να καταφέρουν οι μαθητές να έχουν έναν ενεργό τρόπο ζωής και έξω από το σχολείο. (Παπαδόπουλος, 2014).

Οι συναισθηματικές δεξιότητες αποτελούν σημαντικό στόχο της εκπαίδευσης και αποτελούν μέρος ενός ευρύτερου συνόλου δεξιοτήτων, που περιλαμβάνουν και κοινωνικές και ηθικές δεξιότητες. Σύμφωνα με τον Goleman (1998), η ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων στηρίζεται στην ιδέα των ταχέων νευρωνικών λειτουργιών των συναισθημάτων, που ελέγχονται από την κατώτερη οδό του εγκεφάλου, και υποστηρίζονται από τις λειτουργίες της επίγνωσης, της κατανόησης και της σκέψης.

Η Φυσική Αγωγή έχει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων των μαθητών, συμπεριλαμβανομένων των σωματικών, συναισθηματικών, κοινωνικών και ηθικών δεξιοτήτων. Με τη βοήθεια της ΦΑ, οι μαθητές αναπτύσσουν τη σωματική τους ικανότητα, την αυτοπεποίθησή τους και την αυτοεκτίμησή τους. Επιπλέον, αναπτύσσουν συναισθηματικές δεξιότητες όπως η επίγνωση και ο έλεγχος των συναισθημάτων τους, η προσαρμοστικότητα και η υποστήριξη των στόχων τους (Παρασκευόπουλος, 2008). Επίσης, βελτιώνουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες, μαθαίνουν να συνεργάζονται, να επικοινωνούν και να είναι κοινωνικά υπεύθυνοι. Τέλος, η ΦΑ βοηθά στη διαχείριση των ηθικών δεξιοτήτων των μαθητών, όπως ο σεβασμός των κανόνων και η σωστή αθλητική συμπεριφορά.

Πρέπει επίσης να τονιστεί ότι η ανάπτυξη των συναισθηματικών δεξιοτήτων απαιτεί μια συνδυαστική προσέγγιση μεταξύ γνωστικής επεξεργασίας και βιωματικής διαχείρισης, καθώς και την κατάλληλη εκπαιδευτική παρέμβαση για να εφαρμοστούν οι κανόνες του μαθήματος και να δοθούν κατάλληλες εξηγήσεις, μαζί με την απαραίτητη ενθάρρυνση για τη σωστή λειτουργία του μαθήματος.

Η συνδυαστική εξάσκηση των ψυχοκινητικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων με τις νοητικές δεξιότητες αποτελεί μια ιδιαίτερη πτυχή και για αυτόν τον λόγο οι δεξιότητες αυτές χαρακτηρίζονται ως δεξιότητες ζωής (life skills). Ικανότητες και αξίες που συμπεριλαμβάνονται στις δεξιότητες ζωής είναι η ικανότητα να βρίσκουν την καλύτερη λύση σε ένα πρόβλημα, αλλά και το να μπορούν να διαχειρίζονται συγκρούσεις, οι οποίες είναι σημαντικές για την επιτυχή προσαρμογή στην κοινωνία και την ανάπτυξη σε διάφορους τομείς της ζωής. Για αυτόν τον λόγο, είναι σημαντικό να συμπεριληφθούν αυτές οι δεξιότητες στις δραστηριότητες του μαθήματος, με την κατάλληλη παρέμβαση και ενθάρρυνση από τον εκπαιδευτικό (Παπαδόπουλος, 2014).

Λόγω του ρυθμού της σύγχρονης ζωής και του τρόπου ζωής που προωθείται, η προώθηση της υγείας μέσω της φυσικής κατάστασης έχει κεντρική σημασία στα προγράμματα της ΦΑ και έχει καταστήσει το μάθημα ένα από τα πιο δημοφιλή. Το μοντέλο αυτό βασίζεται στην έννοια της "φυσικής κατάστασης".

Λόγω της σύγχρονης ζωής που χαρακτηρίζεται από την ανεπαρκή σωματική δραστηριότητα, η προώθηση της υγείας μέσω της καλής φυσικής κατάστασης είναι καταστεί ζωτικής σημασίας στα προγράμματα της Φυσικής Αγωγής και την έχει κάνει ένα από τα πιο δημοφιλή μαθήματα (Γούδας, Χασσάνδρα & Γεροδήμος, 2006). Αυτό το μοντέλο βασίζεται στην έννοια της "ευεξίας" και περιλαμβάνει όχι μόνο μια καλή σωματική κατάσταση, αλλά και μια καλή κοινωνική, ψυχική, νοητική και πνευματική κατάσταση.

Επιπλέον, επικεντρώνεται στην προώθηση της υγιεινής ζωής, περιλαμβάνοντας και την πρόληψη της ψυχικής και κοινωνικής ασθένειας, με σκοπό να ενημερώσει και να ευαισθητοποιήσει τους μαθητές σε σχετικά θέματα και να διαμορφώσει θετικές στάσεις και αντιδράσεις. Έτσι, αυτό το μοντέλο στοχεύει σε μια συνειδητή διαδικασία, η οποία ξεπερνά το πλαίσιο του σχολικού προγράμματος και προάγει τη δια βίου άσκηση (Παπαδόπουλος, 2014).

Το συγκεκριμένο μοντέλο βασίζεται στην ιδέα του "φυσικά εκπαιδευμένου" μαθητή, ο οποίος είναι σε θέση να συμμετέχει αποτελεσματικά σε φυσικές

δραστηριότητες, χάρη στις αθλητικές του δεξιότητες και την κατανόησή του για τα οφέλη μιας δραστήριας ζωής στην υγεία και τον εαυτό του αλλά και στις σχέσεις του με τους άλλους. Με αυτόν τον τρόπο, ενθαρρύνεται η έκπτωση ενός δραστήριου και υγιεινού τρόπου ζωής. (Harris et al., 2005). Τα σύγχρονα αναλυτικά προγράμματα της φυσικής αγωγής περιλαμβάνουν στοιχεία που αφορούν στην υγεία, και αυτά εφαρμόζονται μέσω των κινητικών δραστηριοτήτων που περιλαμβάνονται στο μάθημα, με εκπαιδευτικές συνέπειες.

Το ζήτημα απλώς που τίθεται εδώ είναι εάν το ενιαίο ποιοτικό μοντέλο της ΦΑ παρέχει σε όλους τους μαθητές σημαντικές ικανότητες και αξίες σε όλους τους συναφείς τομείς, με σκοπό την απόκτηση και βελτίωση δεξιοτήτων που θεωρούνται χρήσιμες για ολόκληρη τη ζωή.

Τα Αναλυτικά Προγράμματα Σπουδών αναγνωρίζουν τη σχολική φυσική αγωγή ως ένα σημαντικό στοιχείο του σχολικού προγράμματος, που προσφέρει πλούσιες εμπειρίες και δεξιότητες, που είναι απαραίτητες και για τη ζωή τους στο σχολείο αλλά και για τη ζωή τους (Παπαδόπουλος, 2014). Η σχολική φυσική αγωγή προσφέρει διαρκή οφέλη για την υγεία και την ευημερία των παιδιών και εκπαιδεύει τους μαθητές σε διάφορες πτυχές της ζωής, συμπεριλαμβανομένης της διατροφής, της αθλητικής δραστηριότητας και της κοινωνικής αλληλεπίδρασης.

### **2.11. Ο Οδηγισμός ως Μέθοδος Διδασκαλίας στη Φ.Α.**

Οι πρωταρχικές λοιπόν διδασκαλίες που χρησιμοποιούνται στη σχολική φυσική αγωγή ταυτίζονται στην βάση τους με αυτές του Οδηγικού Παιδαγωγικού Προγράμματος και δει σε ό,τι αφορά στα κινητικά παιχνίδια. Αυτή η μέθοδος περιλαμβάνει την εκτέλεση μιας σειράς ασκήσεων ή κινήσεων που καθοδηγούνται από έναν εκπαιδευτή ή δάσκαλο. Στόχος είναι η βελτίωση της τεχνικής εκτέλεσης των κινήσεων, η αύξηση της αθλητικής απόδοσης και η ενίσχυση της αυτοπεποίθησης του παιδιού. Η μέθοδος του ΟΠΠ μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε ποικίλες δραστηριότητες, όπως ομαδικά αθλήματα, ατομικά αθλήματα και

προπόνηση φυσικής κατάστασης. Είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικό για την ανάπτυξη δεξιοτήτων που απαιτούν ακριβή μοτίβα κίνησης ή πολύπλοκες κινητικές δεξιότητες (Καλογερά, 2002).

Η διαδικασία των ασκήσεων που ταιριάζουν με τα στάδια των παιχνιδιών περιλαμβάνει συνήθως τα ακόλουθα βήματα:

- Επίδειξη - Ο εκπαιδευτής ή ο δάσκαλος επιδεικνύει την κίνηση ή την άσκηση που πρέπει να εκτελεστεί.
- Επεξήγηση - Ο εκπαιδευτής ή ο δάσκαλος εξηγεί τη σωστή τεχνική και βασικά σημεία της κίνησης ή της άσκησης.
- Εξάσκηση - Ο αθλητής εξασκεί την κίνηση ή την άσκηση ενώ ο εκπαιδευτής ή ο δάσκαλος παρέχει ανατροφοδότηση και διόρθωση.
- Αξιολόγηση - Η απόδοση του αθλητή αξιολογείται και παρέχεται ανατροφοδότηση σε τομείς που χρειάζονται βελτίωση.

Ο Οδηγισμός μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως μέθοδος διδασκαλίας στη σχολική φυσική αγωγή για να βοηθήσει τους μαθητές να αναπτύξουν τις σωματικές, κοινωνικές και συναισθηματικές τους δεξιότητες. Αυτή η μέθοδος περιλαμβάνει μια συστηματική και προοδευτική προσέγγιση των δεξιοτήτων διδασκαλίας, η οποία εστιάζει στην ανάπτυξη των ατομικών ικανοτήτων και δυνατοτήτων κάθε μαθητή.

Στον Οδηγισμό, όπως αναλύεται και παραπάνω, τα παιδιά και οι νέοι ενθαρρύνονται να θέτουν στόχους για τον εαυτό τους και τα ενήλικα μέλη παρέχουν καθοδήγηση και υποστήριξη για να τους βοηθήσουν να επιτύχουν αυτούς τους στόχους. Ό,τι ακριβώς δηλαδή πρέπει να συμβαίνει και με τις σχέσεις μαθητών-δασκάλων. Ο προσκοπισμός μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε ποικίλες δραστηριότητες, όπως ομαδικά αθλήματα, ατομικά αθλήματα και κινητικά παιχνίδια. Είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικό για την ανάπτυξη δεξιοτήτων που απαιτούν ακρίβεια και προσοχή στη λεπτομέρεια, όπως η γυμναστική, ο χορός και ο ρυθμός γενικά του σώματος.

Στην προσπάθεια να ταυτίσουμε οδηγικά παιχνίδια με ασκήσεις και αθλητικές δεξιότητες στις οποίες επιδίδονται οι μαθητές και καλούνται να καλλιεργήσουν στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής, παρατίθενται παρακάτω ενδεικτικά χαρακτηριστικά

της εκάστοτε ηλικιακής ομάδας όπως και το ποιες ανάγκες χρειάζεται να καλύψουν τόσο στο μάθημα της φυσικής αγωγής όσο μέσω του οδηγού προγράμματος. Απώτερος σκοπός αυτού είναι να παρουσιαστούν κάποια από τα είδη κινητικών παιχνιδιών που παίζουν τα παιδιά ανά Κλάδο (ανταποκρινόμενα δηλαδή στα χαρακτηριστικά της εκάστοτε ηλικιακής ομάδας) αλλά και με ποιον τρόπο οι δύο αυτές δραστηριότητες ταυτίζονται.

### **III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ**

#### **3.1. Περιγραφή της Στρατηγικής Αναζήτησης**

Η μέθοδος που έχει χρησιμοποιηθεί είναι η βιβλιογραφική ανασκόπηση. Έχει πραγματοποιηθεί αναζήτηση της σχετικής διεθνούς βιβλιογραφίας, στις έγκυρες βάσεις δεδομένων EBSCO, Medline, Scopus και Pubmed. Επιπρόσθετη αναζήτηση της βιβλιογραφίας έχει πραγματοποιηθεί και μέσα από τη βιβλιογραφία άλλων άρθρων και ανασκοπήσεων σχετικών με το υπό διερεύνηση θέμα. Στην παρούσα ενότητα λοιπόν, έχει γίνει η περιγραφή της στρατηγικής αναζήτησης. Συγκεκριμένα έγινε αναφορά σε όλες τις βάσεις δεδομένων όπου έγινε η αναζήτηση των άρθρων ενώ έχει γίνει και αναφορά στις λέξεις κλειδιά που χρησιμοποιήθηκαν στην αναζήτηση.

Χρησιμοποιήθηκε συνδυασμός συγκεκριμένων λέξεων κλειδιών, οι οποίες αναφέρονται στο υπό εξέταση θέμα. Οι λέξεις αυτές είναι οι ακόλουθες: Φυσική Αγωγή, Οδηγισμός, Προσκοπισμός, Δεξιότητες Ζωής, μαθησιακοί στόχοι.

#### **3.2. Κριτήρια Εισόδου – Αποκλεισμού**

- Πρωτογενείς, δευτερογενείς έρευνες σε άρθρα

- Άρθρα και μελέτες που να πραγματοποιήθηκαν μεταξύ 2009 ΚΑΙ 2023.
- Η γλώσσα συγγραφής των άρθρων να είναι η αγγλική.
- Μελέτες που περιλαμβάνουν συμμετέχοντες ανθρώπους
- Μελέτες που δημοσιεύονται στην αγγλική γλώσσα.
- Μελέτες που αναφέρουν πρωτότυπα δεδομένα.

### **3.3.Κριτήρια Αποκλεισμού**

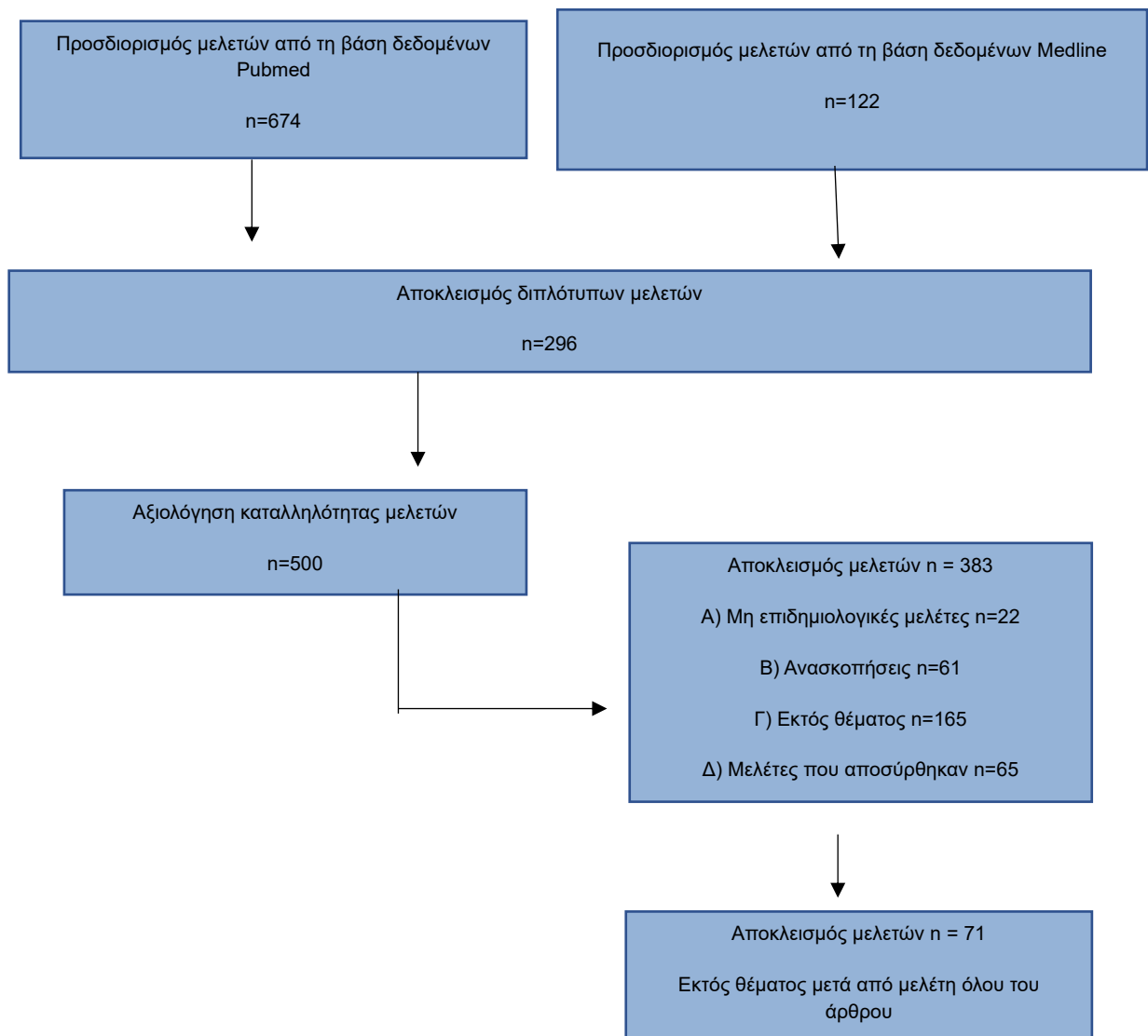
1. Μελέτες που περιλαμβάνουν μόνο ζωικά μοντέλα ή μελέτες in vitro.
2. Μελέτες που δεν δημοσιεύονται στα αγγλικά.
3. Μελέτες που είναι διπλές ή παρέχουν περιττά δεδομένα.
4. Μελέτες που δεν έχουν πλήρη πρόσβαση.
5. Μελέτες που δεν δημοσιεύτηκαν τα τελευταία 14 χρόνια.

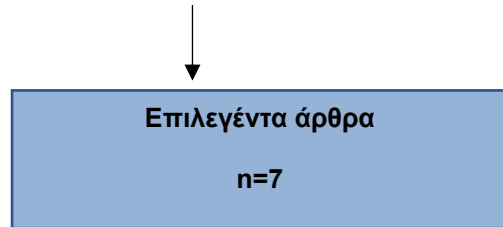
Ο αριθμός των μελετών που έχει ελεγχθεί και έχει αξιολογηθεί για την πληρότητα των κριτηρίων εισόδου σε κάθε στάδιο και ο τελικός αριθμός των μελετών που έχει συμπεριληφθεί στην ανασκόπηση, παρουσιάζονται σε ένα διάγραμμα ροής.

### **3.4. Τελική Επιλογή Μελετών Βιβλιογραφικής Ανασκόπησης**

Από τη παρούσα διαδικασία τελικά επιλέχθηκαν συνολικά 674 μελέτες, οι οποίες αποτέλεσαν τη βάση ανάπτυξης της παρούσας μεταπτυχιακής διατριβής. Η έρευνα στη βάση δεδομένων Pubmed οδήγησε στην ανεύρεση των μελετών. Εντοπίστηκαν συνολικά 796 άρθρα (Εικόνα 1), 296 άρθρα αποκλείστηκαν μετά την εξέταση των τίτλων και των περιλήψεων και δυνητικά επιλέξιμα άρθρα διατηρήθηκαν για αξιολόγηση πλήρους κειμένου. Αποκλείστηκαν επιπλέον για τους ακόλουθους λόγους 383 άρθρα: (1) άρθρα ανασκόπησης (n =61), (2) οι συμμετέχοντες δεν ήταν διαβητικοί ασθενείς (n=22), (3) δεν αναφέρθηκαν αποτελέσματα ενδιαφέροντος (n=293). Τέλος, συμπεριλήφθηκαν στην έρευνα 7 άρθρα (Βλέπε Διάγραμμα 3.1.).







*Διάγραμμα 3.1. : Διαγραμματική απεικόνιση με τη μεθοδολογία που ακολουθήθηκε για την τελική επιλογή των μελετών που ανασκοπήθηκαν*

## IV. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

### 4.1.Εισαγωγή Παρουσίασης Αποτελεσμάτων Έρευνας

Σύμφωνα με τα ερευνητικά ερωτήματα της παρούσης εργασίας, θα λέγαμε πως αυτά απαντώνται ως εξής. Αναφορικά με το πώς οι δεξιότητες ζωής αξιοποιούνται για την ολόπλευρη ανάπτυξη των παιδιών σημειώνεται πως ο προσκοπισμός ή/και ο οδηγισμός προωθούν τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών και την ανάπτυξη μαθησιακών πόρων για τη ζωή στην κοινωνία των ενηλίκων. Από την άλλη πλευρά, η θετική σχέση μεταξύ του προσκοπικού κινήματος και των ακαδημαϊκών επιδόσεων αναγνωρίζεται επίσης μέσω της ανάπτυξης πειθαρχίας, αυτοπεποίθησης και μεγαλύτερου κινήτρου για μάθηση.

Οι κοινωνικο-εκπαιδευτικές δραστηριότητες στον ελεύθερο χρόνο, όπως το Προσκοπικό κίνημα, στοχεύουν στην προώθηση δραστηριοτήτων που εμπλέκουν άμεσα τους νέους στη λήψη αποφάσεων, τον προγραμματισμό και τους συγκεκριμένους στόχους, γι' αυτό και οι νέοι αντιλαμβάνονται μια αύξηση στην αίσθηση ενδυνάμωσης και του εαυτού τους. -αποτελεσματικότητα και κατά συνέπεια να βελτιώσουν την αυτοεκτίμησή τους, γεγονός που δεν έχει τεκμηριωθεί στη μελέτη αυτή. Ωστόσο, είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι η αξιολόγηση της αυτοεκτίμησης

στους εφήβους μπορεί να φαίνεται ότι ποικίλλει ανάλογα με την αλλαγή στη διάθεση και την τρέχουσα σχέση με την ομάδα συνομηλίκων, ειδικά δεδομένου ότι η εφηβεία είναι ένα στάδιο που χαρακτηρίζεται από σημαντικές αλλαγές και μεγάλη ευπάθεια στις αναπτυξιακές αλλαγές των συμφραζομένων.

Αναφορικά με το πώς αυτές κατακτούνται μέσα από το Οδηγικό Παιδαγωγικό Πρόγραμμα, σημειώνεται πως ο προσκοπισμός ή/και ο οδηγισμός προωθούν τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών και την ανάπτυξη μαθησιακών πόρων για τη ζωή στην κοινωνία των ενηλίκων. Από την άλλη πλευρά, η θετική σχέση μεταξύ του προσκοπικού κινήματος και των ακαδημαϊκών επιδόσεων αναγνωρίζεται επίσης μέσω της ανάπτυξης πειθαρχίας, αυτοπεποίθησης και μεγαλύτερου κινήτρου για μάθηση.

Αναφορικά με το πώς ο πρωταρχικός στόχος της Φυσικής Αγωγής στο Ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα σημειώνεται πως η πρακτική σημασία συνίσταται στο γεγονός ότι οι παιδαγωγοί στην εκπαιδευτική διαδικασία μπορούν να χρησιμοποιούν συστάσεις για την προβολή εξωσχολικών δραστηριοτήτων με εφαρμογή εμπειρίας παιδικών οργανώσεων. Για τον εντοπισμό και την ανάπτυξη της ικανότητας σχεδιασμού των φοιτητών παιδαγωγικού κολεγίου, δημιουργήθηκαν ορισμένες παιδαγωγικές προϋποθέσεις για αποτελεσματικό σχεδιασμό προγραμμάτων εξωσχολικών δραστηριοτήτων, οργανωτικές και παιδαγωγικές (πληροφορίες, καθορισμός στόχων για την προτεινόμενη δραστηριότητα, συμβουλευτική στη διαδικασία εργασίας). ψυχολογική και παιδαγωγική.

Αναφορικά με το πώς ο οδηγισμός μπορεί να αξιοποιηθεί ως μέθοδος διδασκαλίας στην σχολική Φυσική Αγωγή αναφέρεται πως ο προσκοπισμός είναι ένα μη τυπικό περιβάλλον μάθησης που συνεπάγεται μια μορφή μάθησης που είναι «λιγότερο οργανωμένη από την επίσημη μάθηση, αλλά εξακολουθεί να αποτελείται από προγραμματισμένες δραστηριότητες και εκπαιδευτικούς στόχους. Θεωρείται επίσης ότι ασχολείται περισσότερο με τη δράση και τη μάθηση κάνοντας από την εμπειρία και πιο ολιστική, με ιδιαίτερη έμφαση στην ανάπτυξη κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων».

Η μέθοδος του προσκοπισμού που χρησιμοποιείται, βασίζεται στην έννοια της βιωματικής μάθησης ή μάθησης μέσω της πράξης και τη συνδυάζει με άλλα εκπαιδευτικά στοιχεία όπως το συμβολικό πλαίσιο, το σύστημα ομάδας ή περιπολίας, στοιχεία παιχνιδιού όπως το σύστημα σημάτων (και η ενεργή μάθηση ή η προσωπική πρόοδος έτσι ώστε κάθε νέος «να συμμετέχει συνειδητά και ενεργά στη δική του ανάπτυξη και σε δραστηριότητες φυσικής αγωγής).

#### **4.2. Παρουσίαση Αποτελεσμάτων Έρευνας**

Στην έρευνα των Ornelas και Rosenkranz (2009), αναφέρεται πως σκοπός αυτής ήταν να περιγράψει το περιβαλλοντικό πλαίσιο, τα επίπεδα σωματικής δραστηριότητας και αδράνειας στο σχολείο αλλά και στις συναντήσεις μεταξύ κοριτσιών προσκόπων. Σαράντα δύο κορίτσια (μέση ηλικία  $10,8 \pm 1,2$ ) από τέσσερα σωματεία προσκόπων φορούσαν επιταχυνσιόμετρα κατά τη διάρκεια 28 συναντήσεων. Η φυσική δραστηριότητα (PA) και η καθιστική συμπεριφορά (SED) αξιολογήθηκαν κατά τη διάρκεια μιας περιόδου έξι μηνών (Ornelas & Rosenkranz, 2009).

Τα λεπτά που δαπανήθηκαν σε καθιστική, ελαφριά, μέτρια και έντονη PA αθροίστηκαν και υπολογίστηκαν κατά μέσο όρο. Τα μέτρα άμεσης παρατήρησης αξιολόγησαν το περιβαλλοντικό πλαίσιο δραστηριότητας/αδράνειας. Σε μια μέση συνάντηση στρατευμάτων, τα κορίτσια αφιέρωσαν 94,4 λεπτά σε SED, 26,3 λεπτά σε ελαφριά φυσική δραστηριότητα (LPA) και 2,0 λεπτά σε μέτρια έως έντονη σωματική δραστηριότητα (MVPA). Δεν υπήρχε σημαντική διαφορά για τον χρόνο που αφιερώθηκε στην PA σε διάφορα επίπεδα μεταξύ κοριτσιών διαφορετικής κοινωνικοοικονομικής κατάστασης, φυλετικής/εθνοτικής καταγωγής ή κατάστασης βάρους ( $F [3,238] < 1,0, p > ,05$ ) (Ornelas & Rosenkranz, 2009).

Στην έρευνα των Mahmud και Manda (2016), σημειώνεται πως η παρούσα έρευνα στοχεύει στην περιγραφή των παραγόντων που επηρεάζουν τις εξωσχολικές δραστηριότητες ιδιαίτερα τον προσκοπισμό. Αυτή η έρευνα στοχεύει επίσης στην περιγραφή των δεξιοτήτων των προσκόπων που μπορούν να διαμορφώσουν τον χαρακτήρα των μαθητών. Αυτή η έρευνα σκοπεύει επίσης να περιγράψει τις στρατηγικές για τη διαμόρφωση του χαρακτήρα των μαθητών μέσω προσκοπικών δραστηριοτήτων. Η έρευνα αυτή ήταν μια ποιοτική προσέγγιση. Η τεχνική της δειγματοληψίας ήταν σκόπιμη δειγματοληψία. Τα δεδομένα συλλέχθηκαν μέσω παρατήρησης, συνέντευξης και τεκμηρίωσης (Mislia, Mahmud & Manda, 2015).

Στη συνέχεια, τα δεδομένα που συλλέχθηκαν αναλύθηκαν περιγραφικά χρησιμοποιώντας τρεις τρόπους: μείωση δεδομένων, παρουσίαση δεδομένων και συμπέρασμα ή επαλήθευση. Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι η εφαρμογή της εκπαίδευσης χαρακτήρων μέσω προσκοπικών δραστηριοτήτων στο Γυμνάσιο σχετικά με τις πτυχές των υποστηρικτικών παραγόντων δεν είναι ακόμα βέλτιστη. Η υποστηρικτική υποδομή εξακολουθεί να λείπει. Η αναλογία μεταξύ του αρχηγού των προσκόπων και των μαθητών δεν είναι συγκρίσιμη. Επιπλέον, λείπει το ύψος της χρηματοδότησης και οι πηγές χρηματοδότησης (Mislia, Mahmud & Manda, 2015).

Στην έρευνα των Moldovan και Bintintan (2017), αναφέρεται πως μέσα από την παρούσα μελέτη, οι ερευνητές θέλουν να δείξουν τον βαθμό στον οποίο οι προσκοπικές δραστηριότητες, με βάση την προσκοπική μέθοδο, έχουν σημαντική θετική επίδραση στην προσαρμογή και τη σχολική ένταξη των μαθητών του δημοτικού σχολείου αλλά και στις αθλητικές δραστηριότητες. Ο Προσκοπισμός είναι ένα εκπαιδευτικό σύστημα που αποτελείται από 7 συνδυασμένα στοιχεία, τα οποία είναι η μάθηση με πράξη, ομαδική εργασία, το συμβολικό πλαίσιο, το σύστημα προσωπικής προόδου, η φύση, ο νόμος και η υπόσχεση του προσκόπου και η υποστήριξη των ενηλίκων (Moldovan & Bintintan, 2017).

Η εφαρμοστική παιδαγωγική έρευνα πραγματοποιείται σε διάστημα ενάμιση έτους, ακολουθώντας τους μαθητές από την προπαρασκευαστική τάξη μέχρι το τέλος της πρώτης τάξης. Σε αυτή τη μελέτη έχουν συμμετάσχει πέντε τάξεις από τις οποίες

41 μαθητές έχουν ήδη καταταγεί στους προσκόπους, που είναι ο πειραματικός κλήρος, και οι συνάδελφοί τους, 95, που είναι ο κλήρος ελέγχου. Και οι πέντε τάξεις προέρχονται από το Tîrgu-Mureş και οι μαθητές που εγγράφηκαν σε προσκόπους έγιναν πλήρη μέλη της Εθνικής Οργάνωσης Ρουμάνων Προσκόπων (ONCR). Οι πρόσκοποι έχουν παρακολουθήσει εβδομαδιαίες συναντήσεις και υπαίθριες δραστηριότητες, που αποδεικνύουν την αποτελεσματικότητά τους σύμφωνα με τη στατιστική επεξεργασία του προγράμματος SPSS (Moldovan & Bintintan, 2017).

Η λέξη προσκοπισμός ή/και οδηγισμός αναφέρονται στο προσκοπικό κίνημα, που δημιουργήθηκε πριν από περισσότερα από εκατό χρόνια, το οποίο εκπαιδεύει εκατομμύρια νέους ηλικίας μεταξύ 6 και 21 ετών στον ελεύθερο χρόνο τους. Στόχος των ερευνητών ήταν να μελετήσουμε τις επιπτώσεις του προσκοπισμού στα ακαδημαϊκά αποτελέσματα, τις κοινωνικές δεξιότητες και την αυτοεκτίμηση των νέων λυκείου σε σύγκριση με ένα δείγμα μη προσκοπισμού. Το δείγμα που επιλέχθηκε αποτελούνταν από 430 μαθητές της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ηλικίας μεταξύ δεκατριών και δεκαεπτά ετών. Μετρήθηκαν η αυτοεκτίμηση και οι κοινωνικές δεξιότητες και αναλύθηκε ο μέσος όρος του συνολικού δείγματος. Μετά τη μελέτη, φάνηκε ότι το να ανήκεις στο προσκοπικό κίνημα επηρεάζει σημαντικά τη βελτίωση των ακαδημαϊκών αποτελεσμάτων στην επίσημη εκπαίδευση και την επίλυση συγκρούσεων. Ωστόσο, δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην αυτοεκτίμηση και σε άλλες κοινωνικές δεξιότητες (Asensio-Ramon, et al., 2020).

Αυτή η μελέτη εξέτασε πώς ο προσκοπισμός μπορεί να επηρεάσει τις ακαδημαϊκές επιδόσεις, την αυτοεκτίμηση και τις κοινωνικές δεξιότητες του πληθυσμού των εφήβων. Τα αποτελέσματα επιβεβαιώνουν ότι οι έφηβοι που ασκούν τον προσκοπισμό σε σύγκριση με την ομάδα των εφήβων που δεν τον ασκούν, έχουν καλύτερες ακαδημαϊκές επιδόσεις και επίλυση συγκρούσεων. Αυτά τα ευρήματα συνάδουν με προηγούμενες μελέτες που έχουν δείξει ότι η μη τυπική εκπαίδευση, και συγκεκριμένα το προσκοπικό κίνημα, επηρεάζει θετικά τις προσωπικές και κοινωνικές δεξιότητες των παιδιών και των εφήβων (Asensio-Ramon, et al., 2020).

Στο πλαίσιο αυτό, οι Lamonedá et al. τονίζουν ότι ο προσκοπισμός ή/και ο οδηγισμός προωθούν τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών και την ανάπτυξη μαθησιακών πόρων για τη ζωή στην κοινωνία των ενηλίκων. Από την άλλη πλευρά, η θετική σχέση μεταξύ του προσκοπικού κινήματος και των ακαδημαϊκών επιδόσεων αναγνωρίζεται επίσης μέσω της ανάπτυξης πειθαρχίας, αυτοπεποίθησης και μεγαλύτερου κινήτρου για μάθηση (Asensio-Ramon, et al., 2020).

Οι κοινωνικο-εκπαιδευτικές δραστηριότητες στον ελεύθερο χρόνο, όπως το Προσκοπικό κίνημα, στοχεύουν στην προώθηση δραστηριοτήτων που εμπλέκουν άμεσα τους νέους στη λήψη αποφάσεων, τον προγραμματισμό και τους συγκεκριμένους στόχους, γι' αυτό και οι νέοι αντιλαμβάνονται μια αύξηση στην αίσθηση ενδυνάμωσης και του εαυτού τους. -αποτελεσματικότητα και κατά συνέπεια να βελτιώσουν την αυτοεκτίμησή τους, γεγονός που δεν έχει τεκμηριωθεί στη μελέτη αυτή. Ωστόσο, είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι η αξιολόγηση της αυτοεκτίμησης στους εφήβους μπορεί να φαίνεται ότι ποικίλλει ανάλογα με την αλλαγή στη διάθεση και την τρέχουσα σχέση με την ομάδα συνομηλίκων, ειδικά δεδομένου ότι η εφηβεία είναι ένα στάδιο που χαρακτηρίζεται από σημαντικές αλλαγές και μεγάλη ευπάθεια στις αναπτυξιακές αλλαγές των συμφραζομένων (Asensio-Ramon, et al., 2020).

Όσον αφορά τους περιορισμούς της μελέτης, οι ερευνητές μπορούν να επισημάνουν ότι το μέγεθος του δείγματος ήταν σχετικά μικρό, επομένως σε μελλοντική έρευνα προτείνεται η χρήση μεγαλύτερου δείγματος. Επιπλέον, θα ήταν ιδανικό να παρακολουθούν, ή να εξελίσσουν διαχρονικά σε μεταγενέστερες μελέτες, τους νέους που εντάσσονται στους Προσκόπους και να τους συγκρίνουν με μια ομάδα ελέγχου (Asensio-Ramon, et al., 2020).

Η μελέτη των Degi και Asztalos (2021) αναφέρουν πως ο προσκοπισμός είναι ένα μη τυπικό περιβάλλον μάθησης που συνεπάγεται μια μορφή μάθησης που είναι «λιγότερο οργανωμένη από την επίσημη μάθηση, αλλά εξακολουθεί να αποτελείται από προγραμματισμένες δραστηριότητες και εκπαιδευτικούς στόχους. Θεωρείται επίσης ότι ασχολείται περισσότερο με τη δράση και τη μάθηση κάνοντας από την

εμπειρία. και πιο ολιστική, με ιδιαίτερη έμφαση στην ανάπτυξη κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων» (Degi & Asztalos, 2021).

Η μέθοδος του προσκοπισμού που χρησιμοποιείται, βασίζεται στην έννοια της βιωματικής μάθησης ή μάθησης μέσω της πράξης και τη συνδυάζει με άλλα εκπαιδευτικά στοιχεία όπως το συμβολικό πλαίσιο, το σύστημα ομάδας ή περιπολίας, στοιχεία παιχνιδιού όπως το σύστημα σημάτων (και η ενεργή μάθηση ή η προσωπική πρόοδος έτσι ώστε κάθε νέος «να συμμετέχει συνειδητά και ενεργά στη δική του ανάπτυξη και σε δραστηριότητες φυσικής αγωγής (Degi & Asztalos, 2021).

Η παρούσα εργασία στοχεύει να διερευνήσει τις πεποιθήσεις και τις απόψεις των προσκόπων και των εκπαιδευτικών φορέων (δασκάλοι και εκπαιδευτές προσκόπων) σχετικά με τις μεθόδους προσκοπισμού και τον τρόπο που αυτές οι μέθοδοι θα μπορούσαν να ενσωματωθούν στο επίσημο περιβάλλον μάθησης. Χρησιμοποιήθηκαν ποιοτικές και ποσοτικές μέθοδοι αναλύσεων για την εξέταση και την ερμηνεία των αποτελεσμάτων που συγκεντρώθηκαν μέσω ενός διαδικτυακού ερωτηματολογίου. Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι όλοι οι ερωτηθέντες έχουν θετική στάση απέναντι στον προσκοπισμό και τις μεθόδους που χρησιμοποιούνται στις δραστηριότητές τους και θα ενθάρρυναν άλλους να ενταχθούν στον σύλλογο. Ακόμη και σχολικά θέματα έχουν εντοπιστεί που θα μπορούσαν να χρησιμεύσουν ως σημεία διασύνδεσης μεταξύ μη τυπικών και τυπικών εκπαιδευτικών καταστάσεων.

Ο κύριος στόχος της παρούσας μελέτης ήταν να ανακαλύψει πώς ο προσκοπισμός μπορεί να ενσωματωθεί στην επίσημη θεσμική εκπαίδευση και εάν υπάρχει ανάγκη συνεργασίας μεταξύ των δύο. Έτσι, η έρευνα στηρίζεται στην οπτική των προσκόπων (νέων και ενηλίκων), των δασκάλων και των εκπαιδευτών προσκόπων για να διερευνήσει τη στάση τους απέναντι στις προσκοπικές δραστηριότητες, την ανάγκη για μεγαλύτερη ένταξη τέτοιων δραστηριοτήτων στο παραδοσιακό εκπαιδευτικό σύστημα και τους πιθανούς τρόπους συνεργασίας.

Τα ερευνητικά ερωτήματα είναι τα ακόλουθα: α) ποιες είναι οι πεποιθήσεις των προσκόπων σχετικά με τη σημασία και τη χρησιμότητα του προσκοπισμού γενικά και εντός του σχολικού πλαισίου και σε δραστηριότητες φυσικής αγωγής; β) Ποιες είναι



οι πεποιθήσεις των εκπαιδευτικών σχετικά με τον προσκοπισμό και ποιους τρόπους συνεργασίας μπορούν να φανταστούν μεταξύ σχολείων και προσκοπισμού; γ) Πώς χρησιμοποιούν οι ανιχνευτές δασκάλων τις μεθόδους και τις δραστηριότητες που χρησιμοποιούνται στο πλαίσιο του προσκοπισμού και ποιες μορφές συνεργασίας μπορούν να δουν μεταξύ σχολείων και προσκοπισμού;

Στόχος της παρούσας εργασίας ήταν να παρουσιαστεί ο προσκοπισμός ως ένας τύπος περιβάλλοντος άτυπης μάθησης και να μάθουμε πώς ο προσκοπισμός μπορεί να ενσωματωθεί στην επίσημη θεσμική εκπαίδευση και εάν υπάρχει ανάγκη συνεργασίας μεταξύ των δύο στοιχείων αλλά κυρίως σε δραστηριότητες φυσικής αγωγής. Προκειμένου να διερευνηθούν οι δυνατότητες και η προθυμία των συμμετεχόντων σε μια τέτοια συνεργασία, ένα ερωτηματολόγιο διανεμήθηκε μεταξύ των εκπαιδευτικών φορέων και των προσκόπων (Degi & Asztalos, 2021).

Η παρούσα διερευνητική έρευνα βασίζεται στην οπτική γωνία των προσκόπων (νέων και ενηλίκων), των δασκάλων και των προσκοπικών δασκάλων για να ανακαλύψει τη στάση τους απέναντι στις προσκοπικές δραστηριότητες, την αναγκαιότητα ενσωμάτωσης των προσκοπικών δραστηριοτήτων στο παραδοσιακό εκπαιδευτικό σύστημα και τους πιθανούς τρόπους συνεργασίας μεταξύ σχολείων και ομάδες προσκόπων. Τα στοιχεία του ερωτηματολογίου (ερωτήσεις) απευθύνθηκαν χωριστά στις τρεις ομάδες-στόχους.

Οι Πρόσκοποι ρωτήθηκαν για τις απόψεις τους σχετικά με τη χρησιμότητα του προσκοπισμού και την απασχολησιμότητα των προσκοπικών γνώσεών τους στο σχολικό πλαίσιο. Οι δάσκαλοι ρωτήθηκαν για τις πεποιθήσεις και τις απόψεις τους σχετικά με τον προσκοπισμό και αν μπορούν να βρουν πιθανότητες για συνεργασία μεταξύ των δύο τύπων εκπαίδευσης ή αν αισθάνονται την ανάγκη για τέτοια συνεργασία. Οι Προσκοπικοί εκπαιδευτές ερωτήθηκαν σχετικά με τους τρόπους ενσωμάτωσης και χρήσης μεθόδων και δραστηριοτήτων προσκοπισμού στις σχολικές τάξεις, ποιες μορφές συνεργασίας βλέπουν και αν θα υποστήριζαν μια τέτοια συλλογική εργασία όπως και σε δραστηριότητες φυσικής αγωγής.

Στην μελέτη των Tukhvatullina et al., (2021), σημειώνεται πως το παρόν άρθρο έχει στόχο να ανιχνεύσει τις γνώσεις και την ετοιμότητα των μαθητών, των μελλοντικών παιδαγωγών του δημοτικού σχολείου να σχεδιάσουν εξωσχολικές δραστηριότητες για νεότερους μαθητές. Η δεδομένη έρευνα δίνει τη δυνατότητα να μάθουμε τη δυναμική του ενθουσιασμού των μαθητών για προβολή εξωσχολικών δραστηριοτήτων και φυσικών δραστηριοτήτων, χρησιμοποιώντας νέα στοιχεία από την εμπειρία των προσκόπων στη δημιουργική τους εργασία.

Οι κορυφαίες μέθοδοι έρευνας ενός δεδομένου προβλήματος μετατράπηκαν σε μέθοδοι θεωρητικής ανάλυσης παιδαγωγικής, ψυχολογικής επιστημονικής βιβλιογραφίας, μελέτη προηγμένης παιδαγωγικής εμπειρίας, έρευνα, δοκιμαστική εργασία με τις αρχές, τις μεθόδους και τα στοιχεία του προσκοπισμού με ποσοτική και ποιοτική ανάλυση αποτελεσμάτων, επεξεργασία ερευνητικών αποτελεσμάτων με μεθόδους περιγραφικής στατιστικής. Στην έρευνα συμμετείχαν μαθητές στο παιδαγωγικό κολέγιο του Καζάν - μελλοντικοί δασκάλους πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης (Tukhvatullina et al., 2021).

Το άρθρο παρουσιάζει τα αποτελέσματα της διάγνωσης των μελλοντικών δασκάλων στο πλαίσιο των εννοιών της «δημιουργικής αυτοανάπτυξης», «παιδική οργάνωση», «παιδική κίνηση», καθώς και τα αποτελέσματα της διάγνωσης της ετοιμότητας για σχεδιασμό και εφαρμογή εξωσχολικών δραστηριοτήτων στην εργασία τους που αναπτύσσουν την κοινωνική ικανότητα των μικρότερων μαθητών (προσκοπική Μέθοδος).

Η αξιοπιστία των αποτελεσμάτων της έρευνας παρέχεται από: 1) την εγκυρότητα των αρχικών θεωρητικών ρυθμίσεων και την ανάλυση του προβλήματος, 2) την παρουσιαζόμενη δομή των θεωρητικών και πειραματικών σταδίων της μελέτης, 3) η χρήση θεωρητικών και εμπειρικών μεθόδων έρευνας. Το υλικό που παρουσιάζεται στο άρθρο αντικατοπτρίζει τη δυναμική των μαθητών παιδαγωγικού κολεγίου, των μελλοντικών δασκάλων πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, το ενδιαφέρον και την ετοιμότητα να προγραμματίσουν εξωσχολικές δραστηριότητες με την εφαρμογή της εμπειρίας της οργάνωσης των παιδιών, που συμβάλλουν στην ανάπτυξη του

δημιουργικού δυναμικού και της κοινωνικής δραστηριότητας των μαθητών (Tukhvatullina et al., 2021).

Η πρακτική σημασία συνίσταται στο γεγονός ότι οι παιδαγωγοί στην εκπαιδευτική διαδικασία μπορούν να χρησιμοποιούν συστάσεις για την προβολή εξωσχολικών δραστηριοτήτων με εφαρμογή εμπειρίας παιδικών οργανώσεων. Για τον εντοπισμό και την ανάπτυξη της ικανότητας σχεδιασμού των φοιτητών παιδαγωγικού κολεγίου, δημιουργήθηκαν ορισμένες παιδαγωγικές προϋποθέσεις για αποτελεσματικό σχεδιασμό προγραμμάτων εξωσχολικών δραστηριοτήτων, οργανωτικές και παιδαγωγικές (πληροφορίες, καθορισμός στόχων για την προτεινόμενη δραστηριότητα, συμβουλευτική στη διαδικασία εργασίας). ψυχολογική και παιδαγωγική (συνεργασία, συναισθηματικό υπόβαθρο, υποστήριξη για την πρωτοβουλία και την ανεξαρτησία των συμμετεχόντων). διδακτικές (μεθοδολογικές συστάσεις, χρήση ΤΠΕ, μετατόπιση της εστίασης από τις δραστηριότητες του εκπαιδευτικού στις δραστηριότητες των μαθητών) (Tukhvatullina et al., 2021).

Τέλος, στην μελέτη της Kowalska (2022), σημειώνεται πως το άρθρο παρουσιάζει τα αποτελέσματα της ίδιας έρευνας που διεξήχθη κατά τη διάρκεια των προσκοπικών κατασκηνώσεων τον Ιούλιο του 2022. Η έρευνα περιελάμβανε διερεύνησε εάν και σε ποιο βαθμό το επίπεδο φυσικής κατάστασης 24 παιδιών ηλικίας 7-10 ετών που συμμετέχουν σε δραστηριότητες προγράμματος που πραγματοποιήθηκε κατά τη διάρκεια της αναψυχής, αυξήθηκε κατά τη διάρκεια των προσκοπικών κατασκηνώσεων δύο εβδομάδων στο Rusinowo (Kowalska, 2022).

Τέθηκε λοιπόν η ακόλουθη ερευνητική υπόθεση. Υποτίθεται ότι κατά τη διάρκεια μιας προσκοπικής κατασκηνώσεως, τα παιδιά θα αυξήσουν το επίπεδο της φυσικής τους κατάστασης σε όλες τις δοκιμασίες. Με βάση τα αποτελέσματα που παρουσιάστηκαν, διαπιστώθηκε ότι τα παιδιά δεν ανέβασαν το επίπεδο της φυσικής τους κατάστασης σε όλα τα αγωνίσματα του κάθε τεστ. Στις περισσότερες δοκιμές, τα αποτελέσματα της δεύτερης μέτρησης ήταν καλύτερα, ενώ σημειώθηκαν και χειρότερα αποτελέσματα από την πρώτη μέτρηση. Επομένως, θα πρέπει να συναχθεί το συμπέρασμα ότι το σύνολο των υποθέσεων της έρευνας δεν επιβεβαιώθηκε.

Ωστόσο, κατά τη διάρκεια της μελέτης παρατηρήθηκαν διαφορές λόγω του φύλου των παιδιών, με επικράτηση καλύτερα αποτελέσματα στα κορίτσια (Kowalska, 2022).

Το συνολικό επίπεδο κινητικής απόδοσης της εξεταζόμενης ομάδας παιδιών στην πρώιμη σχολική ηλικία βρίσκεται σε χαμηλό επίπεδο και υποδηλώνει την επικράτηση των κοριτσιών. Παρόμοια αποτελέσματα λήφθηκαν σε μια ομάδα έξι ετών που μελέτησαν οι Wegrzyn και Szczepaniak (Kowalska, 2022). Τα αποτελέσματα σε έρευνα που διεξήχθη προηγουμένως στο Świętokrzyskie Voivodeship (το 2006 μεταξύ 2312 παιδιών, 2312 παιδιών, συμπεριλαμβανομένων 1206 αγοριών και 1106 κοριτσιών) από τον Cieślak είναι ελαφρώς διαφορετικά – στις ηλικιακές ομάδες που συζητήθηκαν, μια τυπική υπεροχή των κοριτσιών έναντι των αγοριών καταγράφηκε μόνο για αυτό μπορεί να σχετίζεται με τη γενική μείωση των επιπέδων φυσικής κατάστασης στα παιδιά σε μια περίοδο 16 ετών.

Ωστόσο, όπως και στη δική μας έρευνα, υπήρχαν μικρές διαφορές στο επίπεδο των κινητικών δεξιοτήτων ανάλογα με την ηλικία των υποκειμένων. Αυτό το φαινόμενο έχει παρατηρηθεί για: ευλυγισία, δύναμη κοιλιακών μυών, δύναμη κάτω άκρων, καθώς και ώμους και ταχύτητα τρεξίματος που μετρούνται με τρέξιμο με εκκρεμές 10 × 5 m. Επιπλέον, δεν υπήρξε προοδευτική αύξηση στους μέσους όρους στην ομάδα των κοριτσιών για ταχύτητα τρεξίματος (Kowalska, 2022).

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας συνιστά μια ελάχιστη δόση σωματικής δραστηριότητας από ένα ευρύ φάσμα συμπεριφορών, παιχνίδια και παιχνίδια κίνησης, κίνηση, εργασίες για το σπίτι, μαθήματα φυσικής αγωγής στο σχολείο κ.λπ.: τουλάχιστον 60 λεπτά σωματικής δραστηριότητας την ημέρα μέτρια ή υψηλή ένταση, και το μεγαλύτερο μέρος της θα πρέπει να είναι μέτριας έντασης αερόβια άσκηση. Τουλάχιστον 3 φορές την εβδομάδα, η σωματική δραστηριότητα θα πρέπει να περιλαμβάνει παιχνίδια και παιχνίδια με την μπάλα, τρέξιμο, άλμα, ποδήλατο ή rollerblading, δηλαδή δραστηριότητες που αυξάνουν τη δύναμη, την ταχύτητα και την ευελιξία (Kowalska, 2022). Αυτές οι συστάσεις μπορούν να επιβεβαιωθούν από τον Paszkiewicz vel Pipilewicz με βάση το τεστ φυσικής κατάστασης EUROFIT

μεταξύ παιδιών 7-8 ετών που προπονούνται και δεν προπονούνται καράτε (Kowalska, 2022).

Ο συγγραφέας επισημαίνει ότι «τόσο τα αγόρια όσο και τα κορίτσια, μετά από ένα χρόνο τακτικής προπόνησης καράτε, παρουσιάζουν ελαφρώς υψηλότερη φυσική κατάσταση από τα συνομήλικά τους. Η διαφορά αυξάνεται σημαντικά μετά το δεύτερο έτος προπόνησης, επειδή μεταξύ των παικτών καράτε υπήρξε σημαντική πρόοδος σε σύγκριση με το προηγούμενο έτος σε κάθε ένα από τα τεστ φυσικής κατάστασης που πραγματοποιήθηκαν, ενώ μεταξύ των μη εκπαιδευόμενων μαθητών υπάρχει ελάχιστη παλινδρόμηση της γενικής φυσικής κατάστασης» (Kowalska, 2022).

Ταυτόχρονα, παρατηρείται μια αξιοσημείωτη πτώση στο γενικό επίπεδο φυσικής κατάστασης μεταξύ των παιδιών της πρώτης σχολικής ηλικίας τις τελευταίες δύο δεκαετίες. Αυτό αποδεικνύεται από τα αποτελέσματα που έλαβαν παιδιά σε μεμονωμένα δείγματα του τεστ EUROFIT (τις περισσότερες φορές αυτά ήταν σημεία από το χαμηλότερο επίπεδο της κλίμακας), καθώς και τα αποτελέσματα μελετών άλλων συγγραφέων που παρουσιάστηκαν τα τελευταία χρόνια. Με βάση την ανάλυση της έρευνας που διεξήχθη, μπορούν να παρουσιαστούν οι ακόλουθες προτάσεις για υλοποίηση στο πλαίσιο υλοποίησης του προγράμματος δραστηριοτήτων για ομάδες προσκόπων (Kowalska, 2022):

- ✓ Δίνοντας ιδιαίτερη προσοχή στην εκτέλεση των καθηκόντων που σχετίζονται με τη διαμόρφωση της φυσικής κατάστασης (απόκτηση αθλητικών δεξιοτήτων).
- ✓ Διεξαγωγή τεστ φυσικής κατάστασης κάθε χρόνο για τον έλεγχο του επιπέδου κινητικής ανάπτυξης ενός παιδιού ηλικίας 6-10 ετών, εισάγοντας τα παιδιά στον αυτοέλεγχο.
- ✓ Προετοιμασία οδηγού για τον τρόπο αξιολόγησης του επιπέδου κινητικής ικανότητας των προσκόπων.

- ✓ Διάδοση οδηγών, τόσο μεταξύ προσκόπων όσο και γονέων προσκόπων, συμπεριλαμβανομένων προτάσεων για μορφές ενεργού αφιερώματος ελεύθερου χρόνου.

## V. ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Το οδηγικό παιδαγωγικό πρόγραμμα βασίζεται σε μια σειρά αξιών και αρχών, όπως ο σεβασμός στον εαυτό και τους άλλους, η αυτονομία, η αλληλεγγύη, η ανεξαρτησία, η δικαιοσύνη και η ειρήνη. Ο στόχος του προγράμματος είναι η ανάπτυξη των παιδιών και των νέων σε όλους τους τομείς, συμπεριλαμβανομένων της φυσικής, πνευματικής και κοινωνικής τους ανάπτυξης. Μέσω του προγράμματος, τα παιδιά και οι νέοι μαθαίνουν πολλά διαφορετικά πράγματα, όπως επιβίωση στη φύση, προστασία του περιβάλλοντος, προετοιμασία για τη ζωή και αναγνώριση των κοινωνικών αναγκών των άλλων.

Μεταξύ αυτών των πλαισίων, η σχολική Φυσική Αγωγή στον 21ο αιώνα προωθεί την υγεία και την ευεξία των μαθητών μέσα από τη φυσική δραστηριότητα και τη διδασκαλία δεξιοτήτων που είναι σημαντικές για την ενίσχυση της σωματικής, πνευματικής και κοινωνικής ανάπτυξης του ατόμου. Στο πλαίσιο αυτό, η σχολική φυσική αγωγή προσπαθεί να προωθήσει την κατανόηση της σημασίας της υγιεινής διατροφής και της άσκησης στην καθημερινή ζωή, όπως επίσης διδάσκει στους μαθητές δεξιότητες όπως η συνεργασία, ο σεβασμός, η ηθική και η ομαδικότητα.

Με τον όρο δεξιότητες ζωής αναφερόμαστε στις δεξιότητες εκείνες οι οποίες συμβάλλουν στην επιτυχή σταδιοδρομία του ατόμου στο περιβάλλον στο οποίο ζει. Ο όρος «δεξιότητες ζωής» αναφέρεται σε μια ευρεία ποικιλία γνωστικών, κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων. Αυτές οι δεξιότητες μπορεί να είναι σωματικές, όπως για παράδειγμα η σωστή στάση του σώματος, αυτές που σχετίζονται με τη συμπεριφορά, που αφορούν την αποτελεσματική επικοινωνία με συνομήλικα άτομα και γνωστικές, όπως η λήψη αποφάσεων με αποτελεσματικό τρόπο.

Ο Προσκοπισμός είναι μία εθελοντική, παιδαγωγική κίνηση που απευθύνεται σε νέους αλλά και μεγάλους, η οποία είναι ανοικτή σε όλους, χωρίς να γίνεται διάκριση καταγωγής, φυλής ή πίστης. Η Προσκοπική κίνηση έχει ως βασικό σκοπό να ενισχύσει την σωστή ανάπτυξη των νέων, έτσι ώστε να αξιοποιήσουν πλήρως τις σωματικές, κοινωνικές, διανοητικές και πνευματικές τους ικανότητες, και να παραδώσει στην κοινωνία αξίους, ηθικούς, υπεύθυνους και ενεργούς πολίτες. Ακολουθώντας ένα σύστημα αξιών βασισμένο στην Προσκοπική Υπόσχεση και στον Προσκοπικό Νόμο, συμβάλει στην εκπαίδευση των νέων, και κατ' επέκταση στην δημιουργία ενός καλύτερου κόσμου με άτομα που χαρακτηρίζονται από την ικανότητα τους να διαδραματίζουν εποικοδομητικό ρόλο στην κοινωνία.

Ειδικότερα στην έρευνα των Ornelas και Rosenkranz (2009), αναφέρεται πως οι αρχηγοί των προσκόπων, ήταν πιο πιθανό να αποθαρρύνουν την PA (0,6% του χρόνου) παρά να προωθήσουν την PA (0,0%) και δεν παρατηρήθηκε εκπαιδευτικό περιεχόμενο σχετικό με την PA. Τα κορίτσια συγκέντρωσαν δύο λεπτά MVPA και >90 λεπτά SED ανά συνάντηση. Βάσει των παρατηρήσεών τους, αυτές οι συναντήσεις των προσκόπων, μπορεί να απωλέουν ευκαιρίες για να συμβάλουν θετικά στην υγεία και τη φυσική κατάσταση των παρευρισκόμενων κοριτσιών. Δικαιούνται παρεμβάσεις που παρέχουν ευκαιρίες για ευχάριστη PA που καλύπτουν ειδικά για τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα των κοριτσιών (Ornelas & Rosenkranz, 2009).

Στην έρευνα των Mislia, Mahmud και Manda (2015), σημειώνεται πως οι χαρακτήρες που μπορούν να διαμορφωθούν είναι η σχολαστικότητα, η υπομονή, η

συνεργασία, η υπευθυνότητα, η κοινωνική φροντίδα, το θάρρος, η αυτοπεποίθηση, η επιμονή, η δημιουργικότητα, η θρησκεία, ο πατριωτισμός, η περιβαλλοντική συνείδηση, η ανεξαρτησία, η πειθαρχία, η περιέργεια και η σκληρή δουλειά. Αυτή η έρευνα δείχνει επίσης ότι οι στρατηγικές διαμόρφωσης χαρακτήρα είναι η παρέμβαση, η υποδειγματική, η εξοικείωση, η διευκόλυνση, η ενίσχυση και η εμπλοκή άλλων μερών (Mislia, Mahmud & Manda, 2015).

Στην έρευνα των Moldovan και Bintintan (2017), αναφέρεται πως θεωρεί ότι τα αποτελέσματα που προέκυψαν είναι σχετικά επειδή παρέχουν τρέχοντα δεδομένα για το προσκοπικό κίνημα στην Ισπανία. Υπό αυτή την έννοια, τα δεδομένα που αναφέρονται σε αυτή τη μελέτη είναι το πρώτο βήμα σε μια περιοχή έρευνας που επιδιώκει να διερευνήσει τη σκοπιμότητα και την αποτελεσματικότητα της εφαρμογής του προσκοπισμού ως μη τυπικής εκπαιδευτικής στρατηγικής για τη βελτίωση των προσωπικών και κοινωνικών δεξιοτήτων, και με αυτόν τον τρόπο μειώνουν τα ψυχολογικά προβλήματα στην εφηβεία που μπορεί να οδηγήσουν σε χαμηλή αυτοεκτίμηση, τα οποία έχουν εξαιρετικά αρνητικό αντίκτυπο στην ακαδημαϊκή επίδοση και την ψυχοκοινωνική ανάπτυξη. Αυτό υποδηλώνει τη σημασία της δημιουργίας μελλοντικής έρευνας που διερευνά τη σχέση μεταξύ του προσκοπικού κινήματος και των διαπροσωπικών, ψυχολογικών και ακαδημαϊκών μεταβλητών (Asensio-Ramon, et al., 2020).

Η μελέτη των Degi και Asztalos (2021) αναφέρει πως τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου δείχνουν ότι όλοι οι δάσκαλοι έδειξαν θετική στάση απέναντι στον προσκοπισμό ακόμα κι αν δεν ήθελαν να ενταχθούν στον προσκοπικό σύλλογο (λόγω έλλειψης χρόνου και ήδη υπερβολικών ευθυνών και καθηκόντων). Ορισμένα σχολικά μαθήματα αποδείχθηκαν σπουδαία σημεία γεφύρωσης, καθώς όλοι οι ερωτηθέντες (μαθητές, δάσκαλοι και δάσκαλοι προσκόπων) ανέφεραν αυτά τα θέματα όπου η εφαρμογή της μεθοδολογίας προσκοπισμού θα μπορούσε να λειτουργήσει. Μερικά από τα σχολικά μαθήματα στα οποία συμφώνησαν όλοι οι ερωτηθέντες ήταν η βιολογία, η ιστορία, η γεωγραφία, η θρησκεία, καθώς και η ουγγρική λογοτεχνία και ιστορία (Degi & Asztalos, 2021).



Τέλος, στην μελέτη της Kowalska (2022), σημειώνεται πως με βάση τα αποτελέσματα που παρουσιάστηκαν, διαπιστώθηκε ότι τα παιδιά δεν αύξησαν το επίπεδο της φυσικής τους κατάστασης σε όλους τους αγώνες του τεστ. Στις περισσότερες δοκιμές, τα αποτελέσματα της δεύτερης μέτρησης ήταν καλύτερα (ειδικά σε εκείνα τα παιδιά των οποίων τα αποτελέσματα στην πρώτη προσπάθεια ήταν στο χαμηλότερο επίπεδο), ενώ τα αποτελέσματα ήταν επίσης χειρότερα από την πρώτη μέτρηση. Επομένως, πρέπει να συναχθεί το συμπέρασμα ότι η ερευνητική υπόθεση που διατυπώθηκε δεν έχει επιβεβαιωθεί. Κατά τη διάρκεια της μελέτης, παρατηρήθηκαν διαφορές που προκύπτουν από το φύλο των παιδιών που εξετάστηκαν, με επικράτηση καλύτερα αποτελέσματα στα κορίτσια (Kowalska, 2022).

## VI. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Η προσφορά του Οδηγισμού και του Προσκοπισμού λοιπόν είναι μεγάλη, σε κάθε τομέα ανάπτυξης των παιδιών και των νέων. Αποκτούν συνεχώς νέες εμπειρίες μαθαίνοντας να έχουν εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και στις ικανότητες τους. Η δημιουργικότητα, η κριτική σκέψη, η ικανότητα επίλυσης προβλημάτων και λήψης αποφάσεων είναι μερικές μόνο από τις δεξιότητες που καλλιεργούνται στα πλαίσια τους.

Ο Οδηγισμός μπορεί να προσαρμοστεί για να προσαρμόσει τις ατομικές διαφορές στο μαθησιακό στυλ και ικανότητα. Μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί σε συνδυασμό με άλλες μεθόδους διδασκαλίας, όπως η επίδειξη, για τη βελτίωση των μαθησιακών αποτελεσμάτων.

Βασικά στοιχεία των περισσότερων δραστηριοτήτων είναι η συνεργασία και η ομαδικότητα, στις οποίες τα παιδιά εξοικειώνονται συνεχώς. Γίνονται δίκαια, ευγενικά και τίμια και φυσικά μαθαίνουν να αγαπούν και να προστατεύουν το περιβάλλον. Το σημαντικότερο όμως είναι πως μαθαίνουν διασκεδάζοντας και δημιουργώντας ένα σύστημα αξιών που θα τα βοηθήσει να καθοδηγήσουν τη ζωή τους. Όλα τα παραπάνω επιβεβαιώνονται από έρευνες που έχουν γίνει σχετικά με την

προσφορά του Οδηγισμού και του Προσκοπισμού καθ' όλη την πορεία ανάπτυξης των παιδιών και των νέων , καθώς και στην μετέπειτα ζωή. Η διαδικασία αναζήτησης περιλαμβάνει συνήθως τα ακόλουθα βήματα:

- Αξιολόγηση - Ο δάσκαλος αξιολογεί τις τρέχουσες ικανότητες κάθε μαθητή και εντοπίζει τομείς που χρειάζονται βελτίωση.
- Καθορισμός στόχων - Ο μαθητής και ο δάσκαλος συνεργάζονται για να θέσουν εφικτούς στόχους στους οποίους ο μαθητής πρέπει να εργαστεί.
- Σχεδιασμός - Ο δάσκαλος αναπτύσσει ένα εξατομικευμένο σχέδιο δραστηριοτήτων και ασκήσεων για να βοηθήσει τον μαθητή να πετύχει τους στόχους του.
- Διδασκαλία - Ο δάσκαλος παρέχει οδηγίες και καθοδήγηση στον μαθητή, εστιάζοντας στην ανάπτυξη των απαραίτητων δεξιοτήτων και τεχνικών.
- Αξιολόγηση - Η πρόοδος του μαθητή αξιολογείται τακτικά και παρέχεται ανατροφοδότηση σε τομείς που χρειάζονται βελτίωση.

Συνολικά, ο Οδηγισμός είναι μια αποτελεσματική μέθοδος διδασκαλίας στη σχολική φυσική αγωγή που μπορεί να βοηθήσει τους μαθητές να αναπτύξουν τις σωματικές, κοινωνικές και συναισθηματικές τους δεξιότητες. Εστιάζοντας στις ατομικές ικανότητες και στόχους κάθε μαθητή, οι δάσκαλοι μπορούν να βοηθήσουν τους μαθητές να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητές τους και να επιτύχουν στις δραστηριότητες που έχουν επιλέξει.

## VII. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Abels W., Bridges, M. (2010). *Teaching movement education: Foundations for active lifestyles*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers
- Asensio-Ramon, J., Álvarez-Hernández, J. F., Aguilar-Parra, J. M., Trigueros, R., Manzano-León, A., Fernandez-Campoy, J. M., & Fernández-Jiménez, C. (2020). The influence of the scout movement as a free time option on improving academic performance, self-esteem and social skills in adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 17(14), 5215.
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of school health*, 88(7), 483-491.
- Βικιπαίδεια, ελεύθερη εγκυκλοπαίδεια (n.d.). Λήμμα Προσκοπισμός. Ανακτήθηκε από <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CF%81%CE%BF%CF%83%CE%BA%CE%BF%CF%80%CE%B9%CF%83%CE%BC%CF%8C%CF%82>
- Γούδας, Μ., Χασάνδρα, Μ. & Γεροδήμος, Β. (2006). *Φυσική Αγωγή Α΄ Γυμνασίου - Βιβλίο καθηγητή*. Αθήνα :Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων.
- Chen, S., Sallis, J. F., (2020). Active transportation and physical activity: opportunities for collaboration on transportation and public health research. *Transportation research part A: policy and Practice*, 38(4), 101-148.

- Coe, D. P., Pivarnik, J. M., Womack, C. J., Reeves, M. J., & Malina, R. M. (2006). Effect of physical education and activity levels on academic achievement in children. *Medicine & science in sports & exercise*, 38(8), 1515-1519.
- Corbin, B., & Lindsey, R. (2014). *Fitness for life: Middle school*. Human Kinetics.
- Covey S. (2004). *The 7 Habits of Highly Effective People: Powerful Lessons in Personal Change*. Free Press; Revised edition
- Dégi, Z., & Asztalos, A. (2021). Scouts' and educational stakeholders' perceptions of integrating scouting methods into formal education. *Central European Journal of Educational Research*, 3(2), 98-109. <https://doi.org/10.37441/cej/2021/3/2/9365>
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random house
- Gardner, H. E. (2011). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Basic books.
- Goudas, M., & Hassandra, M. (2006). Greek Students' Motives for Participation in Physical Education. *International Journal of Physical Education*, 43(2).
- Goudas, M., & Magotsiou, E. (2009). The effects of a cooperative physical education program on students' social skills. *Journal of applied sport Psychology*, 21(3), 356-364.
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: Current status and future directions. *International review of sport and exercise psychology*, 1(1), 58-78.
- Goleman D. (2005). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Random House Publishing Group.
- Hall, G., Yohalem, N., Tolman, J., & Wilson, A. (2003). How afterschool programs can most effectively promote positive youth development as a support to academic achievement. *Wellesley, MA: National Institute on Out-of-School Time*. Ανακτήθηκε από <https://www.wcwoonline.org/vmfiles/CRW30.pdf>
- Hardman, A. E., & Stensel, D. J. (2018). *Physical activity and health: the evidence explained*. Routledge.

- Hellison, D. (2011). *Teaching personal and social responsibility through physical activity*. Human Kinetics.
- Καλογερά Α. (2002). *Οδηγισμός, Ένα δοκιμασμένο Παιδαγωγικό Σύστημα*. Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού
- Kowalska, A. (2022). Raising the level of physical fitness as one of the program tasks implemented during a scout camp. *Journal of Education, Health and Sport*, 12(10), 252-258.
- Κολαϊνή, Κ. (2021). Υποστήριξη των εκπαιδευτικών μέσω πλάνων μαθημάτων για την ολόπλευρη ανάπτυξη μαθητών προσχολικής ηλικίας (Doctoral dissertation, University of Piraeus (Greece)). Ανακτήθηκε από <https://dione.lib.unipi.gr/xmlui/handle/unipi/13897>
- Larson, R. (2006). Positive youth development, willful adolescents, and mentoring. *Journal of community psychology*, 34(6), 677-689.
- Μαργαρίτη Μ. (2015). *Σχολική Φυσική Αγωγή: Προτάσεις για Μια Ποιοτική Διδασκαλία*. Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα.
- Ματσαγγούρας Η. (2006). *Θεωρία & Πράξη της Διδασκαλίας*. Εκδόσεις Gutenberg.
- Μαργαρίτη Μ. (2013). *Σχολική Φυσική Αγωγή: Θεωρία και Πράξη*. Εκδόσεις Παπαζήση.
- Μαργαρίτη Μ. (2015). *Σχολική Φυσική Αγωγή: Προτάσεις για Μια Ποιοτική Διδασκαλία*. Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα.
- Mahmud, A., & Manda, D. (2016). The Implementation of Character Education through Scout Activities. *International Education Studies*, 9(6), 130-138.
- Moldovana, V. O., & Bocoş-Binţinţan, M. D. (2016). The Influence of Scouting Activities upon the Behaviour of the Young Pupil. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*.
- Munson, C. A. (2010). Leadership experiences of adolescent girls in a girl scouts after school program: a phenomenological approach. *University of Nebraska*. Ανακτήθηκε από

<https://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1010&context=agledci>

[SS](#)

Nelson-Jones R. (1991). *Lifeskills: a Handbook for Trainers*. Continuum International Publishing Group

Ornelas, S., & Rosenkranz, R. R. (2009). Physical activity and inactivity in Girl Scout Junior troop meetings. *Californian Journal of Health Promotion*, 7(SE), 75-86.

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Προγράμματα Σπουδών. Ανακτήθηκε από <http://www.pi-schools.gr/programs/depps/>

Παπαδόπουλος Κ. (2014). *Σχολική Φυσική Αγωγή: Θεωρία, Πράξη, Αξιολόγηση*. Εκδόσεις Gutenberg.

Παπαχρίσης Β. (2004). Εφαρμογή προγραμμάτων δεξιοτήτων ζωής στη φυσική αγωγή και τον αθλητισμό. *Ιδρυματικό Αποθετήριο Πανεπιστημίου Θεσσαλίας*, Ανακτήθηκε από <https://ir.lib.uth.gr/xmlui/handle/11615/145;jsessionid=E0022B66BCEDA48952EC8DDE1DFB5CC4>.

Παρασκευόπουλος Π. (2008). *Εισαγωγή στη Σχολική Φυσική Αγωγή*. Εκδόσεις Σταμούλης.

Ratey, J. J. (2002). *A user's guide to the brain: Perception, attention, and the four theaters of the brain*. Vintage.

Rosenkranz, R. R., Behrens, T. K., & Dzewaltowski, D. A. (2010). A group-randomized controlled trial for health promotion in Girl Scouts: healthier troops in a SNAP (Scouting Nutrition & Activity Program). *BMC public health*, 10, 1-13.

Σακελλαρίου Κ. (2019). Φυσική Αγωγή και Υγεία. *ΤΕΦΑΑ Τρίκαλα*. Ανακτήθηκε από : <https://slideplayer.gr/slide/1939530/>

Tolle, E. (2004). *The power of now: A guide to spiritual enlightenment*. New World Library.

Tukhvatullina L., et al. (2021). Future teacher's artistic and sports development throughout planning events with scouting elements. *Supplementary Issue: Winter*

*Conferences of Sports Science. Costa Blanca Sports Science Events, 22-23 March 2021. Alicante, Spain*

Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων. (2016). Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα, Φυσική Αγωγή στο Δημοτικό Σχολείο.

Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων. Εγκύκλιος 207465/28-11-2017. Οδηγίες διδασκαλίας του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής στο Γυμνάσιο και στο Γενικό Λύκειο.

UNICEF. Life Skills – A Facilitator's Guide for Teenagers». Ανακτήθηκε από [https://web.archive.org/web/20160417181312/http://www.unicef.org/eapro/Life\\_Skills\\_A\\_facilitator\\_guide\\_for\\_teenagers.pdf](https://web.archive.org/web/20160417181312/http://www.unicef.org/eapro/Life_Skills_A_facilitator_guide_for_teenagers.pdf)

#### **Διαδικτυακές Πηγές**

Παγκόσμια Οργάνωση Κοριτσιών Οδηγών και Κοριτσιών Προσκόπων (WAGGGS), διαθέσιμο στο: <https://www.wagggs.org/en/>, τελευταία ανάκτηση: 13/6/2023

Πρόσκοποι Ψυχικού, διαθέσιμο στο <https://www.proskopoipsychikou.gr/proskopismos/> (τελευταία ανάκτηση 3/1/24)

Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού, διαθέσιμο στο: <https://www.seo.gr/>, τελευταία ανάκτηση: 13/6/2023

Σώμα Ελλήνων Προσκόπων, διαθέσιμο στο: <https://www.sep.org.gr/el/normal/home>, τελευταία ανάκτηση: 13/6/2023

## **VIII. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ**



*Πίνακας– Συνοπτική Μεθοδολογική Αποτύπωση των Άρθρων που Συμπεριλαμβάνονται στην Ανασκόπηση*

<b>Συγγραφείς</b>	<b>Είδος Έρευνας</b>	<b>Σκοπός</b>	<b>Δείγμα</b>	<b>Μεθοδολογία</b>	<b>Αποτελέσματα</b>	<b>Συμπεράσματα</b>
Asensio-Ramon, J., et al., (2020)	Ποσοτική - Ερευνητική	Στόχος των ερευνητών ήταν να μελετήσουν τις επιπτώσεις του προσκοπισμού στα ακαδημαϊκά αποτελέσματα, τις κοινωνικές δεξιότητες και την αυτοεκτίμηση των νέων λυκείου σε σύγκριση με ένα δείγμα μη προσκοπισμού	430 μαθητές	Μετρήθηκαν η αυτοεκτίμηση και οι κοινωνικές δεξιότητες και αναλύθηκε ο μέσος όρος του συνολικού δείγματος	Τα αποτελέσματα επιβεβαιώνουν ότι οι έφηβοι που ασκούν τον προσκοπισμό σε σύγκριση με την ομάδα των εφήβων που δεν τον ασκούν, έχουν καλύτερες ακαδημαϊκές επιδόσεις και επίλυση συγκρούσεων	Αυτά τα ευρήματα συνάδουν με προηγούμενες μελέτες που έχουν δείξει ότι η μη τυπική εκπαίδευση, και συγκεκριμένα το προσκοπικό κίνημα, επηρεάζει θετικά τις προσωπικές και κοινωνικές δεξιότητες των παιδιών και των εφήβων
Dégi, Zs., & Asztalos, A. (2021)	Ποσοτική - Ερευνητική	Η παρούσα εργασία στοχεύει να διερευνήσει τις πεποιθήσεις και τις απόψεις των προσκόπων και των εκπαιδευτικών φορέων	Πρόσκοποι εκπαιδευτές	Χρησιμοποιήθηκαν ποιοτικές και ποσοτικές μέθοδοι ανάλυσεων για την εξέταση και την ερμηνεία των αποτελεσμάτων που συγκεντρώθηκαν	Τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου δείχνουν ότι όλοι οι δάσκαλοι έδειξαν θετική στάση απέναντι στον προσκοπισμό ακόμα κι αν δεν ήθελαν να	Ορισμένα σχολικά μαθήματα αποδείχθηκαν σπουδαία σημεία γεφύρωσης, καθώς όλοι οι ερωτηθέντες (μαθητές,

		(δάσκαλοι και εκπαιδευτές προσκόπων) σχετικά με τις μεθόδους προσκοπισμού και τον τρόπο που αυτές οι μέθοδοι θα μπορούσαν να ενσωματωθούν στο επίσημο περιβάλλον μάθησης		μέσω ενός διαδικτυακού ερωτηματολογίου	ενταχθούν στον προσκοπικό σύλλογο (λόγω έλλειψης χρόνου και ήδη υπερβολικών ευθυνών και καθηκόντων).	δάσκαλοι και δάσκαλοι προσκόπων) ανέφεραν αυτά τα θέματα όπου η εφαρμογή της μεθοδολογίας προσκοπισμού θα μπορούσε να λειτουργήσει
Kowalska, A., (2022)	Ποσοτική - Ερευνητική	Εάν και σε ποιο βαθμό βρίσκεται το επίπεδο φυσικής κατάστασης 24 παιδιών ηλικίας 7-10 ετών	Η έρευνα περιελάμβανε διερεύνησε εάν και σε ποιο βαθμό βρίσκεται το επίπεδο φυσικής κατάστασης 24 παιδιών ηλικίας 7-10 ετών	συμμετέχουν σε δραστηριότητες προγράμματος που πραγματοποιήθηκε κατά τη διάρκεια της αναγνώρισης, αυξήθηκε κατά τη διάρκεια των προσκοπικών κατασκηνώσεων δύο εβδομάδων στο Rusinowo	Τα παιδιά δεν αύξησαν το επίπεδο της φυσικής τους κατάστασης σε όλους τους αγώνες του τεστ. Στις περισσότερες δοκιμές, τα αποτελέσματα της δεύτερης μέτρησης ήταν καλύτερα (ειδικά σε εκείνα τα παιδιά των οποίων τα αποτελέσματα στην πρώτη προσπάθεια ήταν στο χαμηλότερο	Ταυτόχρονα, παρατηρείται μια αξιοσημείωτη πτώση στο γενικό επίπεδο φυσικής κατάστασης μεταξύ των παιδιών της πρώτης σχολικής ηλικίας τις τελευταίες δύο δεκαετίες

					επίπεδο), ενώ τα αποτελέσματα ήταν επίσης χειρότερα από την πρώτη μέτρηση	
Mislija, Mahmud, A., Manda, D., (2015)	Ποσοτική - Ερευνητική	στοχεύει στην περιγραφή των παραγόντων που επηρεάζουν τις εξωσχολικές δραστηριότητες ιδιαίτερα τον προσκοπισμό	-	Η τεχνική της δειγματοληψίας ήταν σκόπιμη δειγματοληψία	Οι δεξιότητες των προσκόπων όπως η παροχή πρώτων βοηθειών, η αποκωδικοποίηση, η κατασκήνωση, η πορεία, η πλοήγηση και η χαρτογράφηση μπορούν να διαμορφώσουν τους χαρακτήρες των μαθητών και τις κοινωνικές – προσωπικές δεξιότητες	Οι στρατηγικές διαμόρφωσης χαρακτήρα είναι η παρέμβαση, η υποδειγματική, η εξοικείωση, η διευκόλυνση, η ενίσχυση και η εμπλοκή άλλων μερών
Moldovan, V., Bintintan, M., (2017)	Ποσοτική - Ερευνητική	οι ερευνητές θέλουν να δείξουν τον βαθμό στον οποίο οι προσκοπικές δραστηριότητες, με βάση την προσκοπική μέθοδο, έχουν	41 μαθητές από 5 τάξεις	Οι έντε τάξεις προέρχονται από το Tîrgu-Mureş και οι μαθητές που εγγράφηκαν σε προσκόπους έγιναν πλήρη μέλη της Εθνικής Οργάνωσης Ρουμάνων	Οι πρόσκοποι έχουν παρακολουθήσει εβδομαδιαίες συναντήσεις και υπαίθριες δραστηριότητες, που αποδεικνύουν την αποτελεσματικότητά τους	Ο Προσκοπισμός είναι ένα εκπαιδευτικό σύστημα που αποτελείται από 7 συνδυασμένα στοιχεία, τα οποία είναι η μάθηση με πράξη, ομαδική

		σημαντική θετική επίδραση στην προσαρμογή και τη σχολική ένταξη των μαθητών του δημοτικού σχολείου αλλά και στις αθλητικές δραστηριότητες		Προσκόπων (ONCR)		εργασία, το συμβολικό πλαίσιο, το σύστημα προσωπικής προόδου, η φύση, ο νόμος και η υπόσχεση του προσκόπου και η υποστήριξη των ενηλίκων
Ornelas, S., Rosenkranz, R., (2009)	Ποσοτική - Ερευνητική	Να περιγράψει το περιβαλλοντικό πλαίσιο, τα επίπεδα σωματικής δραστηριότητας και αδράνειας στο σχολείο αλλά και στις συναντήσεις μεταξύ κοριτσιών προσκόπων. Σαράντα δύο κορίτσια (μέση ηλικία $10,8 \pm 1,2$ ) από τέσσερα σωματεία προσκόπων φορούσαν επιταχυνσιόμετρα	42 κορίτσια	Σαράντα δύο κορίτσια (μέση ηλικία $10,8 \pm 1,2$ ) από τέσσερα σωματεία προσκόπων φορούσαν επιταχυνσιόμετρα κατά τη διάρκεια 28 συναντήσεων	Οι αρχηγοί των προσκόπων, ήταν πιο πιθανό να αποθαρρύνουν την PA (0,6% του χρόνου) παρά να προωθήσουν την PA (0,0%) και δεν παρατηρήθηκε εκπαιδευτικό περιεχόμενο σχετικό με την PA.	Βάσει των παρατηρήσεών τους, αυτές οι συναντήσεις των προσκόπων, μπορεί να απωλέουν ευκαιρίες για να συμβάλουν θετικά στην υγεία και τη φυσική κατάσταση των παρευρισκόμενων κοριτσιών

		κατά τη διάρκεια 28 συναντήσεων				
Tukhvatullina L., et al., (2021)	Ποσοτική - Ερευνητική	Να ανιχνεύσει τις γνώσεις και την ετοιμότητα των μαθητών, των μελλοντικών παιδαγωγών του δημοτικού σχολείου να σχεδιάσουν εξωσχολικές δραστηριότητες για νεότερους μαθητές	-	Η δεδομένη έρευνα δίνει τη δυνατότητα να μάθουμε τη δυναμική του ενθουσιασμού των μαθητών για προβολή εξωσχολικών δραστηριοτήτων και φυσικών δραστηριοτήτων, χρησιμοποιώντας νέα στοιχεία από την εμπειρία των προσκόπων στη δημιουργική τους εργασία	Η πρακτική σημασία συνίσταται στο γεγονός ότι οι παιδαγωγοί στην εκπαιδευτική διαδικασία μπορούν να χρησιμοποιούν συστάσεις για την προβολή εξωσχολικών δραστηριοτήτων με εφαρμογή εμπειρίας παιδικών οργανώσεων	Για τον εντοπισμό και την ανάπτυξη της ικανότητας σχεδιασμού των φοιτητών παιδαγωγικού κολεγίου, δημιουργήθηκαν ορισμένες παιδαγωγικές προϋποθέσεις για αποτελεσματικό σχεδιασμό προγραμμάτων εξωσχολικών δραστηριοτήτων, οργανωτικές και παιδαγωγικές

						<p>(πληροφορίες, καθορισμός στόχων για την προτεινόμενη δραστηριότητα, συμβουλευτική στη διαδικασία εργασίας).</p> <p>ψυχολογική και παιδαγωγική (συνεργασία, συναισθηματικό υπόβαθρο, υποστήριξη για την πρωτοβουλία και την ανεξαρτησία των συμμετεχόντων).</p> <p>διδασκτικές (μεθοδολογικές συστάσεις, χρήση</p>
--	--	--	--	--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

						ΤΠΕ, μετατόπιση της εστίασης από τις δραστηριότητες του εκπαιδευτικού στις δραστηριότητες των μαθητών) (Tukhvatullina et al., 2021).
--	--	--	--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------