

Υπαίθρια Εκπαίδευση: Μια επιλογή με πολλαπλά οφέλη

Γιώτα Παπαδημητρίου

ΣΕΠ ΕΑΠ

giotaparadim@yahoo.gr

Ευαγγελία Κανταρτζή

Διευθύντρια Μουσείου Σχολικής Ζωής και Εκπαίδευσης

info@ekedisy.gr

Περίληψη

Η διαπίστωση πως τα παιδιά περνούν μεγάλο μέρος του ωφέλιμου χρόνου τους μπροστά σε μια οθόνη έχει φέρει στο προσκήνιο την ανάγκη για υπαίθρια εκπαίδευση, δηλαδή για δομημένες και στοχευμένες υπαίθριες εκπαιδευτικές δραστηριότητες: παιχνίδια, μαθήματα κ.ά. που προσφέρουν διάφοροι φορείς της εκπαίδευσης (σχολεία, μουσεία κτλ.). Αλλά και η πανδημία την έφερε στο προσκήνιο, εφόσον προβλήθηκε ως υγειονομικά αποδεκτός εκπαιδευτικός τρόπος που θα επέφερε την απαραίτητη ισορροπία με τη διαδικτυακή μάθηση. Είναι γεγονός πως η υπαίθρια εκπαίδευση αποτελεί μια εκπαιδευτική επιλογή με πολλαπλά οφέλη σωματικά, ψυχικά, συναισθηματικά, κοινωνικά κτλ. για τα παιδιά. Σε μέρος από αυτά τα οφέλη (σωματική / ψυχική υγεία, κοινωνικότητα, ακαδημαϊκές επιδόσεις, περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση) αναφερόμαστε στο παρόν άρθρο.

Λέξεις κλειδιά: υπαίθρια εκπαίδευση, outdoor education, βιωματική μάθηση.

1. Εισαγωγή

Όταν η πανδημία COVID-19 έπληξε τον κόσμο στις αρχές του 2020, τα σχολεία και οι κάθε τύπου φορείς εκπαίδευσης (όπως τα μουσεία) σε όλο τον κόσμο στράφηκαν στη διαδικτυακή μάθηση, την οποία και σήμερα πολλοί εξακολουθούν να επιλέγουν για διάφορους σοβαρούς λόγους (απόσταση, ασφάλεια, υγεία κτλ.). Οπωσδήποτε, η διαδικτυακή μάθηση έχει πολλά οφέλη. Ωστόσο, τα παιδιά που ακολουθούν αυτό το εκπαιδευτικό μοντέλο περνούν το μεγαλύτερο μέρος της ημέρας τους μπροστά σε μια οθόνη. Συνεπώς, η ανάγκη για υιοθέτηση υγειονομικά αποδεκτών εκπαιδευτικών τρόπων κατέστησε την εκπαίδευση σε εξωτερικούς χώρους, την υπαίθρια εκπαίδευση (outdoor education), πιο επιτακτική από ποτέ (Mutz, Müller, & Göring, 2019; Jordan, 2021: 2-4). Στον καιρό της πανδημίας λοιπόν η υπαίθρια εκπαίδευση καθιερώθηκε στη συνείδηση του εκπαιδευτικού κόσμου ως μια επιλογή με πολλαπλά οφέλη για την κατάκτηση της γνώσης και τη δόμηση σωματικής και ψυχικής υγείας.

Μερικά χρόνια νωρίτερα, το 2008, το βιβλίο του Richard Louv *Last Child in the Woods* είχε φέρει την ανάγκη επανασύνδεσης των παιδιών με τη φύση στο προσκήνιο και είχε πυροδοτήσει έναν διεθνή διάλογο στον χώρο των Επιστημών της Αγωγής για τη φθίνουσα σχέση παιδιών και φύσης. Συγκεκριμένα, ο Louv αναφέρεται σε μια διαταραχή, την οποία ορίζει ως «Διαταραχή Ελλείμματος Φύσης» (Nature-Deficit Disorder). Η διαταραχή αυτή βλάπτει την κοινωνία στο σύνολό της, και ειδικότερα τα παιδιά, και οδηγεί σε μια σειρά από κοινωνικά, συναισθηματικά, ψυχικά και σωματικά προβλήματα (όπως μειωμένη χρήση των αισθήσεων, δυσκολίες συγκέντρωσης/ προσοχής και υψηλότερα ποσοστά σωματικών και συναισθηματικών ασθενειών...). Μεγάλο μέρος της έρευνας του Louv επικεντρώνεται στο ότι τα παιδιά περνούν πολύ λιγότερο χρόνο σε εξωτερικούς χώρους από ό,τι στο παρελθόν και



προτιμούν να μένουν μέσα με τις ηλεκτρονικές συσκευές τους. Σήμερα, αρκετά χρόνια αργότερα, η κατάσταση έχει οξυνθεί, εφόσον τώρα υπάρχουν πολύ περισσότεροι τρόποι ηλεκτρονικής απασχόλησης για τα παιδιά, γεγονός που συνεπάγεται ακόμη μεγαλύτερη μείωση του χρόνου που περνούν σε εξωτερικούς χώρους. Αλλά ακόμη και όταν περνούν χρόνο σε εξωτερικούς χώρους τα παιδιά συχνά επιδίδονται σε δραστηριότητες προσανατολισμένες περισσότερο στη χρήση ηλεκτρονικών (ακούγοντας μουσική, παίζοντας βιντεοπαιχνίδια με το τάμπλετ τους, στέλνοντας μηνύματα από το κινητό τους τηλέφωνο κτλ.) (Larson, Green, & Cordell, 2011; Paci, 2016: 4-6). Κι αν αποδεχθούμε πως η τεχνολογία είναι πλέον αναπόσπαστο μέρος της ζωής όλων, τότε η πλέον αποδεκτή επιλογή προς όφελος των παιδιών είναι ο συνδυασμός της με την οργανωμένη εκπαίδευση και ειδικότερα την οργανωμένη υπαίθρια εκπαίδευση.

Εδώ, βέβαια, οφείλουμε να επισημάνουμε πώς η υπαίθρια εκπαίδευση δεν είναι μια επιλογή με προσωρινό χαρακτήρα ούτε εξαρτάται από τους περιορισμούς της εποχής (Bauld, 2021). Αντίθετα, είναι μια επιλογή με παρελθόν και μέλλον, εφόσον:

α. Έχει μια μεγάλη ιστορία που απλώνεται στους αιώνες και έχει υποστηριχθεί από μεγάλους παιδαγωγούς, όπως ο Ρουσσώ και ο Πεσταλότσι. Άλλωστε, η μάθηση σε εξωτερικούς χώρους ήταν ο κανόνας στο μεγαλύτερο μέρος της ανθρώπινης ιστορίας. Όταν η εκπαίδευση απέκτησε μαζικό χαρακτήρα, τον 19ο αιώνα, το περιβάλλον μάθησης μεταφέρθηκε σε εσωτερικούς χώρους, στην τάξη. Έτσι, σήμερα η υπαίθρια εκπαίδευση βρίσκεται κατά κανόνα στο περιθώριο του προγράμματος σπουδών.

β. Μέσω της υπαίθριας εκπαίδευσης εκφράζονται πολλές σύγχρονες εκπαιδευτικές αντιλήψεις (βιωματικότητα, διάδραση, εργασία σε ομάδες, hands on εκπαίδευση...), συνεπώς, θα συνεχίσει όλο και περισσότερο να έλκει εκπαιδευτές και εκπαιδευόμενους.

Πώς ορίζεται όμως η υπαίθρια εκπαίδευση και ποια, πιο συγκεκριμένα, είναι τα οφέλη της; Για τις ανάγκες της παρούσας εργασίας αρχικά επισημαίνουμε πως ο όρος «υπαίθρια εκπαίδευση» δεν ταυτίζεται με τον ευρύτερο όρο «εκτός τάξης/ σχολείου εκπαίδευση», όρος που αναφέρεται σε εκπαιδευτικές δραστηριότητες που υλοποιούνται εκτός τάξης/ σχολείου αλλά όχι οπωσδήποτε στην ύπαιθρο. Ειδικότερα, ο όρος «υπαίθρια εκπαίδευση» αφορά μια σειρά από δομημένες και στοχευμένες υπαίθριες εκπαιδευτικές δραστηριότητες: από οργανωμένα παιχνίδια στο προαύλιο και καλλιέργεια σχολικού κήπου έως υπαίθρια μαθήματα θεσμικά ενσωματωμένα στο σχολικό πρόγραμμα ή ακόμη και μέρος του προγράμματος εκτός τάξης. Βέβαια, η υπαίθρια εκπαίδευση θα μπορούσε να αφορά ακόμη και ενήλικες και να υλοποιείται παντού, αλλά εδώ περιορίζουμε το πεδίο μας σε παιδιά/ εφήβους σχολικής ηλικίας και την αντιλαμβανόμαστε να λαμβάνει χώρα σε ανοικτό χώρο σε πολλές πιθανές ζώνες: κατάλληλοι χώροι σχολείου, γειτονιά, ολιγόωρες εκπαιδευτικές επισκέψεις σε επιλεγμένες περιοχές, όπως χώροι αρχαιολογικοί ή βιομηχανικών εγκαταστάσεων, εκπαιδευτικές εκδρομές ημερήσιες ή πολυήμερες, καλοκαιρινά σχολεία, κατασκηνώσεις. Αλλά όλα αυτά γίνονται, γιατί προφανώς εκτιμάται πως η μάθηση σε εξωτερικούς χώρους αποφέρει πολλαπλά οφέλη συνεισφέροντας αποτελεσματικά στη σωματική και ψυχική υγεία καθώς και στη γνωστική και κοινωνική ανάπτυξη των μαθητών, γεγονός που αποδεικνύεται από πληθώρα σχετικών ερευνών²¹. Από τα πολλαπλά αυτά οφέλη στο περιορισμένο πλαίσιο της παρούσας εργασίας θα επικεντρωθούμε σε κάποια. Συγκεκριμένα:

²¹Βλ. Ανασκοπήσεις βιβλιογραφίας, όπως Becker et al, 2017; Mann et al, 2021; McCormick, 2017; University of Wisconsin (n.d.). κ.ά. όπου περιλαμβάνονται πολλές σχετικές έρευνες.



- Ένας αυξανόμενος όγκος ερευνών καταλήγει πως η υπαίθρια σωματική δραστηριότητα βελτιώνει τη σωματική υγεία των παιδιών. Μάλιστα, η προτροπή για δραστηριότητες στη φύση -μια οικονομικά προσιτή και εύκολα πραγματοποιήσιμη πρακτική για την αντιμετώπιση διάφορων παιδικών παθήσεων- κρίνεται τόσο σημαντική, ώστε πολλοί θεωρούν πως πρέπει να «συνταγογραφείται» η φύση για τα παιδιά και να καθορίζεται ανάλογα η πολιτική για την υγεία τους (λ.χ. πράσινο περιβάλλον στο σχολείο, θεραπευτικοί κήποι σε νοσοκομειακές εγκαταστάσεις...) (McCurdy, Winterbottom, Mehta, & Roberts, 2010; McCormick, 2017). Από αυτά τα δεδομένα καταδεικνύεται και η σημασία της εκπαίδευσης στην ύπαιθρο, εφόσον εγγυάται ότι τα παιδιά μπορούν δομημένα και συστηματικά να μαθαίνουν και ταυτόχρονα να είναι ενεργά. Άλλωστε, η «ενσωμάτωση της φύσης» στο σχολικό πρόγραμμα είναι ένας τρόπος για να διασφαλίζουμε ότι τα παιδιά περνούν τον απαραίτητο χρόνο έξω (Jordan, 2011: 5).

Παραπέρα ακόμη, σημαντικά στοιχεία δείχνουν πως και η ψυχική υγεία των παιδιών μπορεί να βελτιωθεί με δραστηριότητες σε εξωτερικούς χώρους, εφόσον οι εμπειρίες της φύσης μπορούν να ανακουφίσουν μερικές από τις καθημερινές πιέσεις (στρεσογόνα γεγονότα, άγχος...) που αντιμετωπίζουν τα παιδιά ή να αντιστρέψουν κακές συνήθειες, όπως η προσκόλληση στην ηλεκτρονική οθόνη. Για παράδειγμα, σε έρευνα του 2018 με τίτλο «Outdoor Adventures and Adolescents' Mental Health: Daily Screen Time as a Moderator of Changes» που αφορούσε εφήβους με υψηλό επίπεδο ημερήσιου χρόνου οθόνης οι ερευνητές μετά από ένα πρόγραμμα υπαίθριας εμπειρίας 10 ημερών διαπίστωσαν σημαντικές θετικές αλλαγές, εφόσον μειώθηκαν τα επίπεδα ανησυχίας και έντασης, ενώ αυξήθηκαν τα επίπεδα χαράς και ικανοποίησης από τη ζωή (Jordan, 2011: 4; Mutz, Müller, & Göring, 2019).

- Τα παιδιά σήμερα μεγαλώνουν σε έναν κόσμο όπου συχνά η πραγματική ζωή υποχωρεί μπροστά στα stories στα social media και η φιλία συνδέεται με τα likes στο Facebook και τους ακόλουθους στο Instagram. Σε ένα τέτοιο πλαίσιο, η έκθεση στη φύση μπορεί να αποβεί πολύτιμη για τα παιδιά αναφορικά με την καλλιέργεια κοινωνικών δεξιοτήτων και την οικοδόμηση διαπροσωπικών κοινωνικών σχέσεων. Στο φυσικό περιβάλλον διευκολύνεται η δόμηση ισχυρών δεσμών μεταξύ των παιδιών, εφόσον οι κοινές εμπειρίες προωθούν την κοινωνική αλληλεπίδραση και δημιουργούν ισχυρούς δεσμούς μεταξύ των παιδιών. Μάλιστα, μια σουηδική μελέτη δείχνει ότι τα παιδιά που ζουν σε μέρη που επιτρέπουν την πρόσβαση στην ύπαιθρο έχουν διπλάσιο αριθμό φίλων από εκείνα που έχουν περιορισμένη πρόσβαση σε εξωτερικούς χώρους (Loun, 2008: 79; Jordan, 2011: 3; Paci, 2016: 8).

- Έρευνες έχουν δείξει ότι η υπαίθρια μάθηση μπορεί να συντελέσει και στη βελτίωση των ακαδημαϊκών επιδόσεων των μαθητών (μεγαλύτερες βαθμολογίες στα τεστ, πιο θετική στάση για το σχολείο, βελτιωμένη συμπεριφορά εντός του σχολείου, γενικά βελτιωμένες επιδόσεις ...). Οι μαθητές είναι πιο ήρεμοι και πιο ικανοί να εστιάζουν, όταν μαθαίνουν στη φύση, και οι δάσκαλοι αναφέρουν καλύτερη συμπεριφορά και κοινωνικές αλληλεπιδράσεις με λιγότερα πειθαρχικά ζητήματα (Bauld, 2021; University of Wisconsin, n.d.). Ενδεικτικά, σε μια από τις μελέτες, που αφορούσε τα αποτελέσματα των προγραμμάτων εκπαίδευσης σε εξωτερικούς χώρους για παιδιά στην Καλιφόρνια, διαπιστώθηκε ότι τα παιδιά που συμμετείχαν σε προγράμματα υπαίθριας εκπαίδευσης, συγκριτικά με τα παιδιά που δεν συμμετείχαν, αύξησαν τις σχολικές τους επιδόσεις, ενώ έλαβαν και σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες αναφορικά με: αυτοεκτίμηση, επίλυση συγκρούσεων, σχέση με συνομηλίκους, επίλυση προβλημάτων, κίνητρα για μάθηση, συμπεριφορά στην τάξη (American Institutes for Research, 2005).



Στη βελτίωση των επιδόσεων συντελεί και το ότι στην υπαίθρια εκπαίδευση η διδασκαλία και η μάθηση είναι διασκεδαστική! (University of Wisconsin, n.d.). Οι μαθητές απολαμβάνουν την αλλαγή της σχολικής ρουτίνας που προκαλεί η έξοδος στη φύση και η απελευθέρωση από τους τοίχους της τάξης. Αλλά και οι εκπαιδευτικοί το απολαμβάνουν. Από τη μελέτη *Gaining Ground* (2003) στα σχολεία της περιφέρειας του Τορόντο φαίνεται ότι τα αποτελέσματα των πράσινων πρωτοβουλιών (πράσινοι χώροι σχολείων – κήποι, υπαίθριες τάξεις) είναι ενθαρρυντικά, εφόσον όχι μόνο οι μαθητές επέδειξαν πιο θετική κοινωνική συμπεριφορά και μάθαιναν καλύτερα αλλά και οι δάσκαλοι ήταν σε θέση να διδάξουν ένα ευρύ φάσμα θεμάτων με ανανεωμένο ενθουσιασμό και μεγάλη ποικιλία καινοτόμων εκπαιδευτικών στρατηγικών. «Όταν διδάσκω έξω, νιώθω ξανά ενθουσιασμένος... Συνειδητοποιώ ότι έχω ακόμα πολύ πάθος για τη διδασκαλία», σχολιάζει ένας δάσκαλος (Dyment, n.d.).

- Ζούμε σε ένα όμορφο μέρος του κόσμου αλλά τόσοι πολλοί δεν βλέπουν τι υπάρχει γύρω τους. Θέλουμε λοιπόν τα παιδιά μας να πάρουν τη σωστή εκπαίδευση, ώστε να «βλέπουν» τον κόσμο γύρω τους, να εκτιμούν και να προστατεύουν έναν μπλε ουρανό κι ένα πράσινο δάσος. Η περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση με τα συμφραζόμενά της είναι μια βασική αξία ζωής που μπορεί να προωθηθεί ιδιαίτερα αποτελεσματικά από την υπαίθρια εκπαίδευση. Και για αυτό –μαζί με όσα προαναφέρθηκαν και πολλά ακόμη που δεν αναφέρθηκαν - αξίζει να την υποστηρίξουμε και να την προβάλλουμε με πάθος.

Μάλιστα, πιστεύοντας και υποστηρίζοντας τα οφέλη της υπαίθριας εκπαίδευσης το Μουσείο Σχολικής Ζωής και Εκπαίδευσης με εταίρους από την Ιταλία και την Ισπανία διεξάγει το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα *Outdoor Education for Museums and Cultural Organizations* (OEMCO)²², ένα πρόγραμμα το οποίο στοχεύει στην προβολή των αρχών της υπαίθριας εκπαίδευσης και στην ενίσχυση μουσείων, πολιτιστικών οργανισμών και σχολείων, ώστε να υιοθετήσουν τις αρχές και τη φιλοσοφία της και να τις ενσωματώσουν στις δράσεις και στα εκπαιδευτικά τους προγράμματα.

Βιβλιογραφικές αναφορές

- American Institutes for Research (2005). *Effects of outdoor education programs for children in California*. Retrieved from <http://www.seer.org/pages/research/AIROutdoorSchool2005.pdf>
- Bauld, A. (2021). *Make Outdoor Learning Your Plan A - The pandemic moved classes outdoors. We should keep them there*. Retrieved from <https://www.gse.harvard.edu/news/uk/21/08/make-outdoor-learning-your-plan>
- Becker, C., Lauterbach, G., Spengler, S., Dettweiler, U., & Mess, F. (2017). Effects of Regular Classes in Outdoor Education Settings: A Systematic Review on Students' Learning, Social and Health Dimensions. *International Journal. Environ. Res. Public Health*, 14(5). Retrieved from <https://doi.org/10.3390/ijerph14050485>
- Dyment, J. (n.d.). *Gaining Ground: The Power and Potential of School Ground Greening in the Toronto District School Board*. Retrieved from <https://www.evergreen.ca/downloads/pdfs/Gaining-Ground-Summary.pdf>
- Jordan, J. (2021). *The Benefits of Outdoor Education and Guidelines for Implementation in an Elementary Classroom*. Thesis Presented to the College of Education and The Honors

²²<https://oemco.weebly.com/>



- Program of Butler University. Retrieved from <https://digitalcommons.butler.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1582&context=theses>
- Larson, L. R., Green, G. T., & Cordell, H. K. (2011). Children's time outdoors: Results and implications of the national kids survey. *Journal of Park and Recreation Administration*, 29(2), 1-20. Retrieved from http://www.srs.fs.usda.gov/pubs/ja/2011/ja_2011_larson_001.pdf
- Louv, R. (2008). *Last Child in the Woods: Saving Our Children from Nature-Deficit Disorder*. New York, United States: Algonquin Books.
- Mann, J., Gray, T., Truong, S., Sahlberg, P., Bentsen, P., Passy, R., Ho, S., Ward, K., & Cowper, R. (2021). A Systematic Review Protocol to Identify the Key Benefits and Efficacy of Nature-Based Learning in Outdoor Educational Settings. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 1199. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18031199>
- McCormick, R. (2017). Does Access to Green Space Impact the Mental Well-being of Children: A Systematic Review, *Journal of Pediatric Nursing*, 37, 3-7. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2017.08.027>
- McCurdy, L., Winterbottom, K., Mehta, S. & Roberts, J. (2010). Using Nature and Outdoor Activity to Improve Children's Health. *Current Problems in Pediatric and Adolescent Health Care*, 40(5), 102-117. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.cppeds.2010.02.003>
- Mutz, M., Müller, J., & Göring, A. (2018). Outdoor adventures and adolescents' mental health: Daily screen time as a moderator of changes. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 19(1), 56-66. Retrieved from DOI: 10.1080/14729679.2018.1507830
- Paci, S. (2016). *Outside the Walls: Exploring the Benefits of Outdoor-Based Learning for Children's Development* (Unpublished Education Studies capstone). Yale University, New Haven, CT. Retrieved from <https://educationstudies.yale.edu/sites/default/files/files/sophieSPaci%20Capstone%202016.pdf>
- University of Wisconsin-Stevens Point (n.d.). *Outdoor Education—Research Summary*. Retrieved from <https://www3.uwsp.edu/cnr-ap/leaf/school-grounds/documents/outdoor%20education%20research%20for%20school%20Grounds.pdf>

