

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.



Δραστηριότητες σε εξωτερικό χώρο

Οδηγίες και Συστάσεις για την Προσχολική Εκπαίδευση

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

Συντάκτες: Rita Cordovil^{1,2}, Frederico Lopes²

Θεσμικός σύνδεσμος:

¹ CIPER, Faculdade de Motricidade Humana, Πανεπιστήμιο της Λισαβόνας, Πορτογαλία

² Laboratório de Comportamento Motor, Τμήμα Ανθρωπιστικών Σπουδών, Πανεπιστήμιο της Λισαβόνας, Πορτογαλία

Στοιχεία επικοινωνίας:

Rita Cordovil, Τμήμα Ανθρωπιστικών Σπουδών, Πανεπιστήμιο της Λισαβόνας, Estrada da Costa. 1495-688 Cruz Quebrada. Πορτογαλία. Τηλέφωνο: (+351) 21 4149253. Email: ritacordovil@fmh.ulisboa.pt

Οι εταίροι του προγράμματος : Δήμος του Torres Vedras: Rodrigo Ramalho, Joana Monteiro, Rita Miranda, Paulo Serra JI/EB Conquinha / Ομάδα σχολείων Madeira Torres: Lurdes Morais, Rita Sammer and Rosália Sanches; Τμήμα Ανθρωπιστικών Σπουδών: Rita Cordovil, Frederico Lopes, Carlos Neto και Ana Quitério ; Kindergarten Matije Gurca: Lidija Vuković, Silvija Zlatar, Nina Novosel, Davor Šimek, Ivana Prpić, Sara Kotur, Ivana Starčević και Vedrana Čabraja ; Πανεπιστημιακό Κολέγιο προσχολικής εκπαίδευσης Queen Maud : Trond Løge Hagen και Ellen Beate Hansen Sandseter ; Kindergarten Naba: Kristi Lüüde, Karina Tammeri και Kerli Tiigimäe ; Παίζοντας AMKE : Δήμητρα Καλπογιάννη και Κωνσταντίνος Φύσσας.

Ευχαριστήρια: Οι συντάκτες του κειμένου θα ήθελαν να ευχαριστήσουν όλους τους συνεργάτες του προγράμματος του Δήμου Torres Vedras, Πορτογαλία ; Agrupamento de Escolas Madeira Torres, JI/EB Conquinha, Torres Vedras, Πορτογαλία ; Dječji vrtić Matije Gurca, Zagreb, Κροατία· Kindergarten Naba, Tallin, Εσθονία; Παίζοντας, Αθήνα, Ελλάδα και το Πανεπιστημιακό Κολέγιο της Προσχολικής Εκπαίδευσης Queen Maud στο Trondheim της Νορβηγίας για την υποστήριξή τους, καθώς προσέφεραν χρήσιμες γνώσεις και βοήθεια κατά τη διάρκεια της διεξαγωγής του προγράμματος. Ιδιαίτερες ευχαριστίες για τους Rodrigo Ramalho, Joana Monteiro και τον Paulo Serra από το Δήμο του Torres Vedras για την υποστήριξη, την οργάνωση και την ικανότητα τους στην ηγεσία του προγράμματος. Επίσης θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε το 4^ο παιδικό σταθμό του Δήμου Αθηνών (Λένορμαν), την υπεύθυνη του παιδικού σταθμού Μακρή

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

Παναγιώτα και όλους τους παιδαγωγούς του (Σταμέλου Μαρία, Σταμέλου Ιωάννα, Μήτηρη Βαλεντίνη-Ειρήνη, Τσιχλάκη Μαρία, Δαλιάνη Βασιλική, Κανάκη Αλεξάνδρα) οι οποίοι συμμετείχαν στο πρόγραμμα.

Περιεχόμενα

1.	Erro! Marcador não definido.	
	Η επιλογή συνεργατών και ρόλοι	1
	Ο σκοπός του προγράμματος	2
	Ο σχεδιασμός του προγράμματος	3
2.	Erro! Marcador não definido.	
3.	Οδηγίες για δραστηριότητες σε εξωτερικό χώρο και συστάσεις για την προσχολική εκπαίδευση. Erro! Marcador não definido.	
	Τα κύρια συμπεράσματα του προγράμματος	8
	Συστάσεις και οδηγίες	10
4.	Erro! Marcador não definido.	12

1. Εννοιολογικό πλαίσιο

Το πρόγραμμα Moving and Learning Outside (MLO) «Κίνηση και μάθηση στον εξωτερικό χώρο», είναι ένα διεθνές πρόγραμμα έρευνας-δράσης (action-research project) που στοχεύει στην προώθηση της εκπαίδευσης σε εξωτερικό χώρο μέσα από το παιχνίδι και τη φυσική δραστηριότητα στους παιδικούς σταθμούς. Το πρόγραμμα υποστηρίχθηκε από τον Δήμο Torre Vedras της Πορτογαλίας και συμμετείχαν 7 εταίροι από διάφορες χώρες. Από την Πορτογαλία, εκτός από το Δήμο, οι εταίροι ήταν από το Torres Vedras, Agrupamentode Escolas Madeira Torres, JI/EB Conquinha (<http://moodle.madeiratorres.com/>), το Πανεπιστήμιο της Λισαβόνας, Faculdade de Motricidade Humana (<http://www.fmh.utl.pt/pt/>). Στην Κροατία

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

και στην Εσθονία οι εταίροι ήταν δύο παιδικοί σταθμοί , Kindergarten Matije Gurca (<http://www.vrtic-matijegurca.zagreb.hr>) και Kindergarten Naba (<http://www.naba.ee/en/private-kindergarten-naba>), αντίστοιχα. Στην Ελλάδα ήταν η Αστική μη κερδοσκοπική εταιρία ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ (www.paizontas.gr) , και από τη Νορβηγία ήταν το Πανεπιστημιακό Κολλέγιο Προσχολικής Εκπαίδευσης ‘Queen Maud’ (<https://dmmh.no/en>). Η διάρκεια του προγράμματος ήταν 33 μήνες (15 Οκτωβρίου 2017 - 14 Αυγούστου 2020).

Η γνώση και το επιστημονικό υπόβαθρο σχετικά με τις πολιτισμικές διαφορές όσον αφορά την προσέγγιση των διαδικασιών της προσχολικής αγωγής μεταξύ των χωρών της Βόρειας και της Νότιας Ευρώπης αποτέλεσαν σημεία εκκίνησης για την εκπόνηση αυτού του προγράμματος. Στις Βόρειες χώρες, και συγκεκριμένα στη Σκανδιναβία, το προσχολικό πρόγραμμα σπουδών και η πρακτική βασίζονται κυρίως στο παιχνίδι και στις ιδέες των παιδιών , μέσω των οποίων τα παιδιά γίνονται αυτόνομα και έρχονται σε επαφή με το περιβάλλον. Αντίθετα στο Νότο οι παιδαγωγικές πρακτικές χαρακτηρίζονται από το στόχο της ακαδημαϊκής επιτυχίας και τις τυποποιημένες, κατευθυνόμενες από ενήλικες διαδικασίες, που ευνοούν τις στατικές δραστηριότητες στον εσωτερικό χώρο, για την εκμάθηση της γραφής, της ανάγνωσης και των μαθηματικών δεξιοτήτων. Ως εκ τούτου, το βασικό κίνητρο πίσω από το πρόγραμμα MLO ήταν να σχεδιάσει μια σειρά από πρακτικά εργαλεία που θα ήταν χρήσιμα για να αλλάξουν αυτή την πρακτική, ώστε τα παιδιά στους παιδικούς σταθμούς να χρησιμοποιούν τον εξωτερικό χώρο ως μέρος όπου θα μπορούν να μάθουν και να αναπτυχθούν μέσα από το παιχνίδι, αυτόνομα, ανεξάρτητα και να μπορέσουν να έρθουν σε επαφή με τη φύση και την γειτονιά.

Η επιλογή συνεργατών και ρόλοι

Πραγματοποιήθηκαν τα παρακάτω βήματα προκειμένου να ξεκινήσει το πρόγραμμα MLO.

Αρχικά, τον Οκτώβριο του 2016, ο Δήμος Torres Vedras και οι παιδικοί σταθμούς Naba (Εσθονία) και Matije Gurca (Κροατία) συμμετείχαν ένα σεμινάριο, αναφορικά με τα προγράμματα Erasmus+ στο Τούρκου της Φιλανδίας στον τομέα της σχολικής εκπαίδευσης, ειδικότερα στην Εκπαίδευση και στην φροντίδα στην προσχολική ηλικία. Από αυτό το σεμινάριο αναδείχθηκε η ανάγκη για το σχεδιασμό ενός προγράμματος με ένα κοινό στόχο : την ανάπτυξη δραστηριοτήτων στον εξωτερικό χώρο για παιδιά προσχολικής ηλικίας.

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

Κατόπιν, ο Δήμος του Torres Vedras προσκάλεσε το Εργαστήριο Κινητικής του Τμήματος των Ανθρωπιστικών σπουδών του Πανεπιστημίου της Λισαβόνας να σχεδιάσει ένα διεθνές πρόγραμμα έρευνας-δράσης το οποίο θα ήταν βασισμένο στο παιχνίδι και στις παιδαγωγικές δραστηριότητες στον εξωτερικό χώρο της προσχολικής εκπαίδευσης με στόχο την υγεία και την ευεξία των παιδιών. Το πρόγραμμα αυτό έπρεπε να περιλαμβάνει μία αξιολόγηση για τη χρήση των εξωτερικών χώρων για παιδαγωγικές δραστηριότητες και ελεύθερο παιχνίδι, καθώς και μία αξιολόγηση από τους παιδαγωγούς, τους βοηθούς, το προσωπικό και τους γονείς σχετικά με τη χρήση των εξωτερικών χώρων, μια συλλογή από εκπαιδευτικές δραστηριότητες και υλικό επικοινωνίας, καθώς και κατευθυντήριες οδηγίες και προτάσεις. Το τμήμα Ανθρωπιστικών σπουδών θα είναι υπεύθυνο για την εκπόνηση του προγράμματος όσον αφορά τις μεθοδολογίες, τις επιστημονικές προσεγγίσεις και παρεμβάσεις και τη διάδοση των αποτελεσμάτων της έρευνας σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά και ακαδημαϊκά συνέδρια.

Κρίθηκε απαραίτητη η συμμετοχή των παιδικών σταθμών Agrupamento de Escolas Madeira Torres της Πορτογαλίας, έτσι ώστε η έρευνα να μπορεί να πραγματοποιηθεί και σε πορτογαλικό παιδικό σταθμό.

Η ομάδα των ερευνητών στο τμήμα των Ανθρωπιστικών σπουδών πρότεινε την ένταξη του πανεπιστημίου Queen Maud της Νορβηγίας, ως σημαντικό συνεργάτη. Τα παιδιά στη Νορβηγία, εκτός από τις φορές που οι καιρικές συνθήκες δεν το επιτρέπουν, παίζουν συνήθως σε εξωτερικό χώρο και οι παιδαγωγοί και οι βοηθοί τους, θεωρούν πως η εμπειρία αυτή έχει θεμελιώδη αξία για τη μάθηση και την ανάπτυξη. Επιπλέον, οι επαγγελματίες από το Queen Maud αναγνωρίζονται παγκοσμίως ως ειδικοί στη διδασκαλία του εξωτερικού παιχνιδιού και της μάθησης στα Κέντρα Εκπαίδευσης στην Προσχολική ηλικία (ECEC), καθώς και στην πραγματοποίηση ερευνητικών μελετών στον τομέα αυτό. Με αυτόν τον τρόπο, ήταν σημαντικό να συμπεριληφθούν ως συνεργάτες στο πρόγραμμα, έτσι ώστε οι καλές πρακτικές τους να μπορούν να διαχυθούν μεταξύ των άλλων συμμετεχόντων.

Τέλος, συμμετείχε και η ΑΜΚΕ ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ λόγω της εμπειρίας τους στην Ελλάδα, σε προγράμματα που σχετίζονται με την προαγωγή του παιχνιδιού και τη διασφάλιση του δικαιώματος των παιδιών στο παιχνίδι. Η γνώση των προσχολικών πλαισίων και της εμπειρίας του ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ ήταν πολύτιμη για να ενδιαφερθούν οι παιδικοί σταθμοί από την Αθήνα και να γίνουν συνεργάτες του προγράμματος MLO.

Η μελέτη περιέλαβε όλους τους εταίρους σε διαφορετικούς ρόλους, δουλεύοντας ως οργανισμός όπου το κάθε κομμάτι συνεισφέρει στο όλο, έχοντας συγκεκριμένο ρόλο: την εκπαιδευτική κοινότητα (τα

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

παιδιά ως πρωταγωνιστές, τους γονείς ως συμβούλους, τους εκπαιδευτικούς και βοηθούς ως συμμετέχοντες/παρατηρητές, τους ερευνητές που ανέλυσαν όλα τα αποτελέσματα και τα μετέτρεψαν σε νέες πρακτικές και συμβουλές και το Δήμο. Επιπλέον, τα αποτελέσματα της μελέτης μπόρεσαν να αξιολογηθούν στους παιδικούς σταθμούς από τους παιδαγωγούς και τα παιδιά.

Ο σκοπός του προγράμματος

Το πρόγραμμα Moving and Learning Outside (MLO) αποσκοπούσε στην προώθηση της εφαρμογής της εκπαίδευσης στον εξωτερικό χώρο μέσω του παιχνιδιού και της φυσικής δραστηριότητας στους παιδικούς σταθμούς. Εμπνεύστηκε και υποστηρίχθηκε από ένα είδος παιδαγωγικής προσέγγισης που ήταν ευρέως γνωστό στη Νορβηγία. Το πρόγραμμα αποσκοπεί συγκεκριμένα στα παρακάτω:

- Αλλαγές αντιλήψεων των πολιτικών προσώπων, των παιδαγωγών, των βοηθών και των γονέων σχετικά με τις δυνατότητες της εκπαίδευσης στον εξωτερικό χώρο, καθώς πρόκειται για ένα πλούσιο και πολύτιμο περιβάλλον για τη μάθηση, την ανάπτυξη και την ευεξία των παιδιών προσχολικής ηλικίας.
- Βελτίωση των παιδαγωγικών ικανοτήτων των παιδαγωγών και των βοηθών που εργάζονται με παιδιά στο εξωτερικό περιβάλλον, υιοθετώντας τη σωματική άσκηση και τις στρατηγικές που βασίζονται στο παιχνίδι.

Αυτοί οι στόχοι επιτεύχθηκαν με την εφαρμογή διαφορετικών δραστηριοτήτων από μέλη του προσωπικού προσχολικής ηλικίας, γονείς και προσωπικό του δήμου, έχοντας ως σκοπό την αλλαγή της αντίληψης των ενηλίκων σχετικά με τα οφέλη του εξωτερικού παιχνιδιού και τη χρήση εξωτερικών παιδαγωγικών πόρων κατά την εργασία με παιδιά προσχολικής ηλικίας. Ο σχεδιασμός του MLO, η εννοιολογική και η μεθοδολογική προσέγγισή του πραγματοποιήθηκαν από τα μέλη της ομάδας του Τμήματος των Ανθρωπιστικών σπουδών. Η μεθοδολογία έρευνας-δράσης βάση της οποίας εφαρμόστηκε το πρόγραμμα, έκανε δυνατό το σχεδιασμό της κάθε φάσης του προγράμματος να είναι βασισμένο σε προηγούμενα στάδια, συμπεριλαμβανομένης και της αξιολόγησης της διαδικασίας.

Ο σχεδιασμός του προγράμματος

Ο σχεδιασμός αυτού του προγράμματος βασίστηκε σε ένα μεθοδολογικό πλαίσιο που αποτελείται από τέσσερις προσεγγίσεις:

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

- **Εννοιολογική** - Μια μεθοδολογική προσέγγιση που σχετίζεται με την αντίληψη των μεθόδων συλλογής δεδομένων και τις επακόλουθες δραστηριότητες εκπαίδευσης.
- **Περιγραφική** - Μια μεθοδολογική προσέγγιση που σχετίζεται με την καταγραφή των αντιλήψεων και της συμπεριφοράς των παιδιών στο κοινωνικο-φυσικό περιβάλλον.
- **Συμμετοχική** - Μια μεθοδολογική προσέγγιση που σχετίζεται με την ενεργή συμμετοχή των παιδαγωγών και των παιδιών ως συνεργευνητές στο πρόγραμμα.
- **Περιεκτική** - Μια μεθοδολογική προσέγγιση που σχετίζεται με την παραγωγή επιστημονικών γνώσεων (έγγραφα, αναφορές και άλλα) που βασίζεται στην σύνθεση των τριών προηγούμενων μεθοδολογικών προσεγγίσεων.

Μετά από μια αρχική έρευνα, σχεδιάστηκαν δραστηριότητες που αποσκοπούσαν σε 3 σημαντικά παραδοτέα: Εκπαίδευση παιδαγωγών, 12 δραστηριότητες για τα παιδιά προσχολικής ηλικίας, Οδηγίες και συστάσεις για την προσχολική εκπαίδευση.

Αρχική αξιολόγηση

- Διαδικτυακή έρευνα (ερωτηματολόγιο) για γονείς και παιδαγωγούς
- Φωτογραφίες και χαρτογράφηση των εξωτερικών χώρων και πίνακες καταγραφής του παιχνιδιού των παιδιών
- Ζωγραφιές και συνεντεύξεις από παιδιά.

1^ο παραδοτέο Εκπαίδευση παιδαγωγών

Πρόγραμμα εκπαίδευσης 40 ωρών για τους παιδαγωγούς και τους βοηθούς τους με στόχο την ενδυνάμωσή τους σε γνώσεις και δεξιότητες για την υλοποίηση των διδακτικών-παιδαγωγικών δραστηριοτήτων.

2^ο παραδοτέο Διδακτικό – παιδαγωγικό όφελος

Ένα σύνολο 12 δραστηριοτήτων για την ανάπτυξη και την ευεξία των παιδιών:

Βελτίωση της γνώσης και αλλαγή
στάσης
Πρακτικοί παράγοντες για τη
διευκόλυνση του εξωτερικού παιχνιδιού
Σχεδίαση του παιχνιδιού στον
εξωτερικό χώρο και δυνατότητες που παρέχει ο εξωτερικός χώρος

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

3^ο παραδοτέο
Οδηγίες για
εξωτερικές
δραστηριότητες

Οδηγίες για την ενίσχυση του παιχνιδιού και της μάθησης
στον εξωτερικό χώρο του παιδικού σταθμού
Επιστημονική διάχυση των αποτελεσμάτων του
προγράμματος

Εικ. 1. Αποτελέσματα και δραστηριότητες.

2. Σημερινή κατάσταση και καλές πρακτικές

Στις μέρες μας, υπάρχει αυξανόμενη ανησυχία σχετικά με τα χαμηλά επίπεδα φυσικής δραστηριότητας και τα προβλήματα που σχετίζονται με την υγεία στα μικρά παιδιά. Ο καθιστικός τρόπος ζωής στις σύγχρονες κοινωνίες είναι ένα παγκόσμιο πρόβλημα (WHO, 2010) που αρχίζει από την πρώιμη ηλικία. Επιπλέον, είναι αδιαμφισβήτητη η δραστική μείωση των ευκαιριών για ελεύθερο παιχνίδι των παιδιών, και συγκεκριμένα σε ό,τι αφορά την επαφή τους με την ύπαιθρο, τη φύση και τα στοιχεία της (βλέπε π.χ Brussoni, Olsen, Pike, & Sleet, 2012, Freeman, 1995, Gray, 2011, Lester & Maudsley, 2006, Moss, 2012).

Το παιχνίδι αποτελεί κορυφαία πηγή ανάπτυξης και μάθησης για τα παιδιά. Είναι η παγκόσμια πολιτιστική γλώσσα που υιοθετούν τα παιδιά για να επικοινωνούν με τον εσωτερικό και τον εξωτερικό κόσμο τους και ένα προνομιούχο μέσο για να συμμετέχουν στην κοινωνία (Lopes&Neto, 2014).

Πολλές έρευνες υποστηρίζουν και τεκμηριώνουν τη σημασία του παιχνιδιού για την ανάπτυξη, τη μάθηση, την υγεία (σωματική και ψυχική) και την ποιότητα ζωής των παιδιών (Cheng&Johnson, 2010, Gleave & Cole-Hamilton, 2012). Το παιχνίδι είναι η κορυφαία πηγή ανάπτυξης στις ηλικίες μεταξύ 2 και 6 ετών σύμφωνα με τον Vygotsky. Είναι επίσης η ηλικία που τα παιδιά παίζουν περισσότερο. Όταν είναι δυνατόν, περνούν τις μέρες τους παίζοντας. Αναπτύσσουν το σώμα και το νου τους μέσα από το παιχνίδι, ενώ επινοούν παιχνίδια και δραματοποιούν φανταστικά σενάρια (Frost, 2012). Μέσα από το παιχνίδι τα παιδιά αναπτύσσουν τα ενδιαφέροντα και τις ικανότητες τους, μαθαίνουν πώς να παίρνουν αποφάσεις, να επιλύουν προβλήματα, να ασκούν αυτοέλεγχο και να ακολουθούν κανόνες, μαθαίνουν να ελέγχουν τα συναισθήματά τους, να κάνουν φίλους και μαθαίνουν να συναναστρέφονται με άλλους ως ισότιμα μέλη. Είναι μία εμπειρία χαράς (Gray, 2011). Σε μια μελέτη σχετικά με τη σχέση μεταξύ του ελεύθερου παιχνιδιού των παιδιών προσχολικής ηλικίας και της κοινωνικής και συναισθηματικής λειτουργίας, οι Veiga, Neto και

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

Rieffe (2016) διαπίστωσαν ότι όταν τα παιδιά δεν έχουν χρόνο για παιχνίδι υιοθετούν επιθετικές συμπεριφορές γεγονός που υποδηλώνει ότι το ελεύθερο παιχνίδι μπορεί να συμβάλει στην αποτροπή της δημιουργίας επιθετικών και βίαιων συμπεριφορών.

Το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους είναι θεμελιώδες για την βελτίωση της υγείας και της ανάπτυξης των παιδιών και τα σύνθετα και ποικίλα χαρακτηριστικά της φύσης συνδέονται με την αύξηση των δυνατοτήτων του παιχνιδιού (Fjørtoft, 2004). Το παιχνίδι στον εξωτερικό χώρο έχει μεγάλη σημασία για την ανάπτυξη της φυσικής δραστηριότητας, η οποία με τη σειρά της έχει θετικές συνέπειες στην υγεία (λιγότεροι υπέρβαροι, καλύτερη φυσική κατάσταση, λιγότερες καρδιαγγειακές παθήσεις κλπ.), καλύτερη ψυχική υγεία και ποιότητα ζωής (καλύτερες κοινωνικές σχέσεις - μεταξύ διαφορετικών εθνικοτήτων), καλύτερη προσαρμογή στη σχολική ζωή και μείωση της αντικοινωνικής συμπεριφοράς και του βανδαλισμού (Brussonietal, 2012 · Cheng&Johnson, 2010 · Gill, 2014 · Gleave & Cole-Hamilton, 2012 · Moss, 2012).

Τα ίδια θετικά αποτελέσματα έχουν βρεθεί και σε μελέτες σχετικά με την επίδραση του παιδικού παιχνιδιού στη φύση (βλ. Π.χ. Moss, 2012). Ο Fjørtoft (2004) διαπίστωσε ότι τα παιδιά που παίζουν στο φυσικό περιβάλλον, σε σύγκριση με εκείνα που συμμετέχουν σε οργανωμένες προσχολικές δραστηριότητες, εμφανίζουν καλύτερες συντονιστικές δεξιότητες. Η έλλειψη προβλεψιμότητας αποτελεί ένα από τα βασικά χαρακτηριστικά του παιχνιδιού (Lester&Russell, 2014) και, ως εκ τούτου, τα παιδιά αναζητούν παιχνίδι με ρίσκο σε οποιοδήποτε περιβάλλον, ιδιαίτερα σε χώρους για παιχνίδι με φυσικά υλικά και υλικά που μπορούν να μετακινηθούν (π.χ. κορμοί δέντρων, πετρες, κτλ.) (Sandseter, 2009). Η έρευνα έχει δείξει ότι όταν τα παιδιά παίζουν στη φύση, αναπτύσσουν περιβαλλοντική συνείδηση, γίνονται πιο ανεξάρτητα, και βελτιώνεται η δυνατότητα προσανατολισμού τους. Επίσης αποκτούν μια αίσθηση του «ανήκειν» στην κοινότητα που ζουν. (βλ. Lester& Maudsley, 2006 για ανασκόπηση της υπάρχουσας έρευνας).

Το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους δίνει τη δυνατότητα στα παιδιά να έρχονται σε επαφή με παιχνίδι με ρίσκο. Σε μια μελέτη που διεξήχθη με παιδιά προσχολικής ηλικίας, η Sandseter (2007) ορίζει το παιχνίδι με ρίσκο, ως συναρπαστικό παιχνίδι, που λαμβάνει χώρα σε φυσικά και συναισθηματικά διεγερτικά περιβάλλοντα που αποτελούν πρόκληση για τα παιδιά και περιλαμβάνει το ρίσκο του σωματικού τραυματισμού. Σύμφωνα με την Sandseter το παιχνίδι με ρίσκο μπορεί να κατηγοριοποιηθεί σε έξι κατηγορίες: παιχνίδι σε μεγάλα ύψη, παιχνίδι με μεγάλη ταχύτητα, παιχνίδι με επικίνδυνα αντικείμενα,

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

παιχνίδι κοντά σε επικίνδυνα στοιχεία, έντονο σωματικό παιχνίδι και παίζοντας σε μέρη όπου τα παιδιά μπορούν να εξαφανιστούν ξεφεύγοντας από την εποπτεία των ενηλίκων.

Μέσα από το παιχνίδι με ρίσκο, τα παιδιά ασχολούνται με δύσκολες, συναρπαστικές και τρομακτικές σωματικές δραστηριότητες διερευνώντας τα σωματικά τους όρια ανάμεσα στο να βρίσκονται εντός και εκτός ελέγχου, προκειμένου να ξεπεράσουν τους φόβους, το άγνωστο και την αβεβαιότητα που τους ώθησαν σε αυτές τις δραστηριότητες (Coster&Gleeve, 2008; Sandseter, 2010 · Sandseter&Kennair, 2011 · Stephenson, 2003). Οι εμπειρίες στο παιχνίδι με ρίσκο δίνουν τη δυνατότητα στα παιδιά να εμπλακούν σε ένα βαθύ και συναρπαστικό παιχνίδι που επιτρέπει την ανάπτυξη δεξιοτήτων επιβίωσης και τη διαχείριση του φόβου (Hughes, 2006). Το παιχνίδι με ρίσκο συμβάλλει στη ανάπτυξη του αυτοέλεγχου τους (Coster&Gleeve, 2008). Σύμφωνα με το οργανισμό Play Scotland, τα παιδιά μέσα από το παιχνίδι με ρίσκο μαθαίνουν να αναγνωρίζουν και να αξιολογούν τον κίνδυνο για τον εαυτό τους και αναπτύσσουν τις ικανότητές τους (Cole-Hamilton&Crawford, 2011).

Σύμφωνα με τον Tim Gill (2007) υπάρχουν τρία κύρια επιχειρήματα υπέρ της επαφής των παιδιών με το παιχνίδι με ρίσκο κατά τη διάρκεια της ανάπτυξης τους:

1 – Η εμπειρία του παιχνιδιού με ρίσκο βοηθά τα παιδιά να μάθουν πώς να αξιολογούν και να διαχειρίζονται τους κινδύνους. Αυτό αφορά σημαντικές δεξιότητες που τους βοηθούν να αντιμετωπίζουν κινδύνους, όπως στην κολύμβηση ή στην οδική ασφάλεια.

2 – Πολλά παιδιά αρέσκονται στον κίνδυνο και αναζητούν καταστάσεις με ρίσκο. Η δημιουργία πάρκων για σκέιτμπορντ και άλλων εγκαταστάσεων «ακραίων αθλημάτων» (extreme sports), καλύπτει την ανάγκη των παιδιών για ριψοκίνδυνο παιχνίδι, βοηθάει στην ανάπτυξη δεξιοτήτων και τα αποτρέπει από να περιφέρονται στους δρόμους.

3 – Μέσω από το παιχνίδι με ρίσκο τα παιδιά μπορούν να αποκτήσουν και άλλα οφέλη, όπως την ανάπτυξη στρατηγικών για τη διαχείριση του κινδύνου και τη δυνατότητα λήψης των κατάλληλων αποφάσεων αργότερα στη ζωή που σχετίζονται με τη χρήση ουσιών, τις σχέσεις και τη σεξουαλική συμπεριφορά. Αντιμετωπίζοντας τον κίνδυνο και ξεπερνώντας τις δύσκολες καταστάσεις, τα παιδιά γίνονται πιο περιπετειώδη, ψυχικά ανθεκτικά, βασίζονται περισσότερο στον εαυτό τους, με νέες ιδέες και χαρά για τη ζωή.

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

Εντούτοις, η έννοια της παιδικής ηλικίας έχει διαφοροποιηθεί και έχει δημιουργηθεί μία αλλαγή σε σχέση με παλαιότερες γενιές, από το παρελθόν όπου τα παιδιά έπαιζαν ελεύθερα έξω, ενώ στις μέρες μας υπάρχει μία φιλοσοφία όπου το παιχνίδι είναι πιο περιορισμένο και στατικό, σε εσωτερικούς χώρους (Clements, 2004 Francis & Lorenzo, 2006; Ginsburg, 2007· Kemple, Oh, Kenney, & Smith-Bonahue, 2016). Ταυτόχρονα, η αυτόνομη μετακίνηση των παιδιών, δηλαδή η ελευθερία που δίνεται από τους γονείς για ευκαιρίες αυτόνομης μετακίνησης στην γειτονιά, στο δρόμο για το σχολείο καθώς και σε άλλα μέρη με νόημα για τα παιδιά, έχει περιοριστεί πολύ (Brussoni et al., 2012· Lester & Maudsley, 2006; Shawetal., 2015). Το παραπάνω παρατηρείται ιδιαίτερα στις Ηνωμένες Πολιτείες (Alparone & Pacilli, 2012), και σε χώρες της Νότιας Ευρώπης, όπως η Πορτογαλία και η Ιταλία (Cordovil, Lopes, & Neto, 2015· Marzi & Reimers, 2018). Η δυνατότητα παιχνιδιού στη γειτονιά έχει περιοριστεί, εμποδίζοντας τα παιδιά να παίζουν ελεύθερα έξω (Francis & Lorenzo, 2006), οδηγώντας τα να περνούν περισσότερο χρόνο σε εσωτερικούς χώρους όπως σπίτια, φροντιστήρια και σχολεία (Kernan, 2010). Η μεγάλη έμφαση στην ασφάλεια και στην εξαφάνιση όλων των ευκαιριών για παιχνίδι με ρίσκο από τις ζωές των παιδιών, έχει υιοθετηθεί από μία υπερπροστατευτική κοινωνία, που κινείται με βάση ανακρίβειες, παρανοήσεις και ηθικές κρίσεις σε σχέση με την ασφάλεια και το μέγιστο των παιδιών από τους γονείς τους (Thomas, Stanford, & Sarnecka, 2016). Η ανησυχία για τον «ξένο που θα σου κάνει κακό» (δηλαδή, ο φόβος ότι τα παιδιά μπορούν να απαχθούν από αγνώστους), για το φόβο μήπως πάθουν ατυχήματα και τραυματισμούς, και η πίεση από τις ασφαλιστικές εταιρίες για την αποφυγή τυχόν τραυματισμών (Brussoni et al., 2012; Gleave, 2008; Lester & Maudsley, 2006; Sandseter & Sando, 2016; Skår, Wold, Gundersen, & O'Brien, 2016) έχουν ενισχύσει την άποψη του 21^{ου} αιώνα σχετικά με την υπερπροστασία της παιδικής ηλικίας. Ένα μέρος της ασφάλειας τους συνδέεται επίσης με την κίνηση των αυτοκινήτων στους δρόμους και το φόβο ότι τα παιδιά θα μπορούσαν να τραυματιστούν από τα αυτοκίνητα (Gielen et al., 2004; Gray, 2011; Jelleyman, McPhee, Brussoni, Bundy, & Duncan, 2019; Witten, Kearns, Carroll, Asiasiga, & Tava'e, 2013), έχοντας ως αποτέλεσμα τον περιορισμό της πρόσβασης των παιδιών σε δρόμους στις γειτονιές, γεγονός που συμβάλλει επίσης στην μείωση του ελεύθερου παιχνιδιού στη πόλη (Tranter, 2015). Επιπλέον, η αυξανόμενη ανησυχία σχετικά με τις γνωστικές δεξιότητες και η παραδοσιακή άποψη γύρω από τη μαθησιακή διαδικασία, όπου στρατηγικές που δεν περιλαμβάνουν το παιχνίδι χρησιμοποιούνται ως μέσα για τη μάθηση και την ανάπτυξη, (Frost, 2006) έχουν οδηγήσει στη μείωση του παιχνιδιού σε εξωτερικούς χώρους, ακόμη και στην προσχολική ηλικία. Στους παιδικούς σταθμούς έχουν γίνει δημοφιλείς μεθοδολογίες που χρησιμοποιούν την προκαθορισμένη διδασκαλία, την ηλεκτρονική μάθηση και την τυποποιημένη αξιολόγηση (Almon, 2003) και ταυτόχρονα το πλήρες δυναμικό της εκπαίδευσης στους εξωτερικούς χώρους δεν αξιολογείται

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

κατάλληλα. Έρευνες δείχνουν ότι το επίπεδο της φυσικής δραστηριότητας των παιδιών χαρακτηρίζεται από τον καθιστικό τρόπο ζωής καθ'όλη τη διάρκεια της προσχολικής τους ηλικίας (W. H. Brownetal., 2009). Επιπλέον, στο σπίτι, πολλά παιδιά περνούν υπερβολικά μεγάλο χρονικό διάστημα μπροστά σε οθόνες (τηλεόραση, βιντεοπαιχνίδια και ηλεκτρονικούς υπολογιστές) και το παιχνίδι με άλλα παιδιά έχει μειωθεί σημαντικά (Gray, 2011). Οι μελέτες σήμερα δείχνουν ότι το παιχνίδι σε φυσικά περιβάλλοντα δεν έχει πλέον την ίδια συχνότητα και δε θεωρείται τόσο σημαντικό και η εξερεύνηση των παιδιών στις γειτονιές και στη φύση έχουν αντικατασταθεί από δομημένες και κατευθυνόμενες από ενήλικες δραστηριότητες. (Gray, 2011, Skår&Krogh, 2009). Μεταξύ των παιδαγωγών προσχολικής ηλικίας υπάρχει ένα πρόσφατο αυξανόμενο ενδιαφέρον για το παιχνίδι στον εξωτερικό χώρο και για τα «σχολεία του δάσους» και τα υπαίθρια σχολεία σε ορισμένες περιοχές της Σκανδιναβίας (Frost, 2012, Tovey, 2007). Ωστόσο, αυτές οι θετικές εμπειρίες δεν είναι ευρέως διαδεδομένες. Οι Sandseter και Sando (2016) υπογραμμίζουν ότι οι Νορβηγοί παιδαγωγοί προσχολικής ηλικίας αντιμετωπίζουν θετικά το παιχνίδι σε σχέση με τους συναδέλφους τους σε άλλες δυτικές χώρες.

Συμπερασματικά, στις μέρες μας, οι ζωές των παιδιών και των νέων, ιδιαίτερα στις οικονομικά αναπτυγμένες κοινωνίες, βρίσκονται κάτω από μια σειρά περιορισμών οι οποίοι περιορίζουν την κινητική, κοινωνική, ψυχολογική και γνωστική τους ανάπτυξη, όπως επισημαίνουν οι Neto και Lopes (2017), και συγκεκριμένα:

- Η αύξηση της χρήσης της οθόνης (τηλεόραση, υπολογιστής, tablet, κινητό τηλέφωνο), έχει ως αποτέλεσμα την καθιστική ζωή των παιδιών.
- Η εξαφάνιση - σε μεγάλο βαθμό - της «κουλτούρας του παιχνιδιού στο δρόμο», η οποία προκλήθηκε επίσης από τις αλλαγές των χώρων για παιχνίδι, επηρεάστηκε, για παράδειγμα, από την αύξηση της κυκλοφορίας των αυτοκινήτων και του φαινομένου της αστικοποίησης.
- Η αυξημένη αίσθηση ανασφάλειας των οικογενειών, οδήγησε σε αλλαγές όσον αφορά την ελευθερία στην εκπαίδευση των παιδιών τους, λαμβάνοντας μια πιο περιοριστική και υπερπροστατευτική θέση απέναντι τους.
- Η αυξημένη τυποποίηση της σχολικής ζωής, η οποία απαιτεί πιο οργανωμένες δραστηριότητες στο πρόγραμμα σπουδών και λιγότερο ελεύθερο παιχνίδι (π.χ. λιγότερος χρόνος για διακοπές).
- Η αύξηση των οργανωμένων δραστηριοτήτων (αθλητικές, καλλιτεχνικές και θρησκευτικές δραστηριότητες), οι οποίες συχνά λειτουργούν ως "παράλληλα σχολεία", ενώ ορισμένα παιδιά έχουν πιο απαιτητικό πρόγραμμα στην καθημερινότητά τους συγκριτικά με πολλούς ενήλικες.

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

- Η μείωση των επιπέδων αυτόνομης μετακίνησης των παιδιών, η οποία, τα τελευταία χρόνια οδήγησε στη σημαντική μείωση της αυτονομίας των παιδιών στον αστικό χώρο.

Για την αντιμετώπιση της μείωσης του παιχνιδιού, ιδιαίτερα στον εξωτερικό χώρο και της έλλειψης σωματικής άσκησης, εθνικές και διεθνείς οδηγίες και κατευθύνσεις έχουν δοθεί από ερευνητές, παιδίατρος, υποστηρικτές του παιχνιδιού και άλλες οργανώσεις σε όλον τον κόσμο. Η σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού, και συγκεκριμένα το άρθρο 31 «αναγνωρίζει στο παιδί το δικαίωμα στην ανάπαυση και στις δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου, στην ενασχόληση με ψυχαγωγικά παιχνίδια και δραστηριότητες που είναι κατάλληλες για την ηλικία του και στην ελεύθερη συμμετοχή στην πολιτιστική και καλλιτεχνική ζωή».

Η τελική δήλωση σχετικά με το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους είναι ότι το παιχνίδι στη φύση και σε εξωτερικούς χώρους - με τους κινδύνους του - είναι απαραίτητο για την υγιή ανάπτυξη του παιδιού, προτείνοντας ότι οι ευκαιρίες των παιδιών για αυτοκατευθυμένο παιχνίδι (σε εξωτερικούς χώρους και σε εσωτερικούς χώρους (σπίτι, σχολείο, φροντιστήριο, κοινωνία και στη φύση) θα πρέπει να αυξηθεί (Tremblay et al., 2015). Σύμφωνα με την (Brussoni et al., 2015) η υποστήριξη του παιχνιδιού με τους κινδύνους του σε εξωτερικούς χώρους αποτελεί μέσο για τη βελτίωση της υγείας των παιδιών και του ενεργού τρόπου ζωής τους. Η αναγνώριση ότι το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους έχει πολλά οφέλη για την ανάπτυξη των παιδιών, είναι μία άποψη που περιέχει πολλές προτάσεις με στόχο την προώθηση του ελεύθερου και αυτοκατευθυμένου παιχνιδιού (π.χ., Participation, 2015, Tremblay et al., 2015). Σύμφωνα με τις οδηγίες για την σωματική άσκηση, τα παιδιά ηλικίας 3 έως 4 ετών πρέπει να είναι σωματικά δραστήρια καθημερινά για τουλάχιστον τρεις ώρες κάθε μέρα (WHO, 2019).

Πρόσφατα, η Αμερικανική Ακαδημία Παιδιατρικής συνέστησε τους παιδίατρος να ενημερώνουν τους γονείς για τα οφέλη του παιχνιδιού και να τους ενθαρρύνουν να δώσουν στα παιδιά τους ευκαιρίες για ελεύθερο παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους. (Yogman, Garner, Hutchinson, Hirsh-Pasek, & Golinkoff, 2018).

Λαμβάνοντας υπόψιν τις σημερινές συνθήκες, τις προαναφερθείσες ανησυχίες και τα εμπόδια για το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους, είναι σημαντικό να σχεδιαστούν και υλοποιηθούν πρωτοβουλίες και προγράμματα τα οποία θα περιλαμβάνουν επιστημονικές προτάσεις και παρεμβάσεις σε διαπολιτισμική άποψη. Το πρόγραμμα Moving and Learning Outside σχεδιάστηκε με αυτόν το σκοπό. Στη πρώτη φάση δόθηκε η δυνατότητα στους εταίρους να κάνουν μια πρώτη εκτίμηση των ευκαιριών και των αντιλήψεων σχετικά με το εξωτερικό παιχνίδι των παιδιών προσχολικής ηλικίας (αρχική αξιολόγηση). Στη δεύτερη φάση δημιουργήθηκε μία ομάδα εκπαιδευτών (Αποτέλεσμα 1) που θα μπορούσε να δώσει τη δυνατότητα στους

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

παιδαγωγούς και τους βοηθούς να αποκτήσουν τις γνώσεις και τις δεξιότητες για να εφαρμόσουν ένα σύνολο από δραστηριότητες για τη βελτίωση της σωματικής άσκησης των παιδιών και για την προώθηση του παιχνιδιού σε εξωτερικούς χώρους. Στη τρίτη φάση υλοποιήθηκαν και αξιολογήθηκαν δώδεκα δραστηριότητες (Διδακτικό-Παιδαγωγικό όφελος από τους Εκπαιδευτικούς και τους φροντιστές) με βάση τις αρχική εργασία για την προώθηση της σωματικής, κινητικής, κοινωνικής, συναισθηματικής και γνωστικής ανάπτυξης των παιδιών σε εξωτερικούς χώρους (Αποτέλεσμα 2). Τέλος, παρουσιάζονται μια σειρά από οδηγίες και συστάσεις για την προσχολική εκπαίδευση (Αποτέλεσμα 3) που είναι διαθέσιμες στο διαδίκτυο σε ερευνητές, καθηγητές, επαγγελματίες υγείας, οργανώσεις, δήμους, πολιτικούς και άλλους φορείς που ενδιαφέρονται για τη διασφάλιση του δικαιωμάτων των παιδιών για το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους που έχει ένα εκπαιδευτικό χαρακτήρα.

3. Οδηγίες για δραστηριότητες σε εξωτερικό χώρο και συστάσεις για την προσχολική εκπαίδευση

Τα κύρια συμπεράσματα του προγράμματος

Όσον αφορά την αρχική εκτίμηση σχετικά με την απόψη του παιχνιδιού και της μάθησης των παιδιών σε εξωτερικούς χώρους, διαπιστώθηκε ότι:

- Οι γονείς των παιδιών προσχολικής αγωγής έπαιζαν στους δρόμους, στο σπίτι και στο σχολείο ενώ τα παιδιά τους παίζουν κυρίως στο σπίτι και στο σχολείο.
- Υπήρξαν επίσης κάποιες διαφορές μεταξύ των χωρών όσον αφορά τους χώρους παιχνιδιού. Συγκεκριμένα: το παιχνίδι στην άγρια φύση ή στο δάσος και στους δρόμους της τοπικής περιοχής ήταν πιο συχνό στη Νορβηγία ενώ το παιχνίδι στα πάρκα ήταν λιγότερο συχνό στην Εσθονία.
- Οι γονείς επιτρέπουν την ελεύθερη μετακίνηση των παιδιών τους πιο νωρίς στη Βόρεια Ευρώπη συγκριτικά με τη Νότια Ευρώπη.
- Οι γονείς από την Ελλάδα και την Πορτογαλία είναι πιο διστακτικοί στο να αφήνουν τα παιδιά τους χωρίς την επίβλεψή τους να παίξουν συγκριτικά με άλλες χώρες.
- Στην Ελλάδα και στην Πορτογαλία υπάρχουν περισσότερες ανησυχίες σχετικά με τις ανακοινώσεις και τις ειδήσεις των μέσων μαζικής ενημέρωσης και τον «κίνδυνο του ξένου» ενώ η έλλειψη και η ανεπάρκεια των χώρων παιχνιδιού συναντάται συχνά στην Ελλάδα.

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

- Οι γονείς όλων των χωρών, εκτός από τη Νορβηγία, πίστευαν ότι η σημερινή κοινωνία είναι λιγότερο ασφαλής από αυτή που έζησαν οι ίδιοι και αυτό αποτελεί εμπόδιο για να αφήσουμε τα παιδιά τους να παίζουν έξω.
- Οι περισσότεροι γονείς, παιδαγωγοί και βοηθοί πιστεύουν ότι το παιχνίδι στον εξωτερικό χώρο συμβάλλει στην καλή υγεία. Οι παιδαγωγοί και οι βοηθοί πιστεύουν το παιχνίδι στον εξωτερικό χώρο συμβάλλει στην καλλιέργεια της δημιουργικότητας.
- Οι γονείς θεωρούν ότι τα πιο ριψοκίνδυνα παιχνίδια σχετίζονται με τα χαρακτηριστικά της φύσης, το σκαρφάλωμα, καθώς και οι επίπεδες επιφάνειες. Η άμμος και τα μέρη όπου μπορεί να γλιστρήσει, να ισορροπήσει και να κουνηθεί είναι επίσης ριψοκίνδυνα. Οι παιδαγωγοί και οι βοηθοί, επιβεβαιώνουν τη σημασία αυτών, ενώ προσθέτουν το νερό, τα μέρη όπου θα μπορεί να πηδήξει κάτω, να κρυφτεί, να κάτσει, καθώς και τα μέρη με τραχιά επιφάνεια.
- Η χρήση επικίνδυνων εργαλείων υπό την επίβλεψη ενηλίκων θεωρήθηκε ως το πιο ριψοκίνδυνο από παιδαγωγούς και οι βοηθούς της Νορβηγία και της Εσθονίας.
- Οι παιδαγωγοί και οι βοηθοί από τη Νορβηγία δεν επισημαίνουν κανένα εμπόδιο. Οι παιδαγωγοί και οι βοηθοί από την Ελλάδα θεωρούν ότι υπάρχουν περισσότερα εμπόδια για το εξωτερικό παιχνίδι (ακόμη και οι καιρικές συνθήκες).
- Η ύπαρξη ελάχιστων χώρων για παιχνίδι συχνά αναφέρεται ως εμπόδιο για το εξωτερικό παιχνίδι από τους Πορτογάλους και τους Έλληνες παιδαγωγούς και οι βοηθούς προσχολικής ηλικίας. Οι παιδαγωγοί και οι βοηθοί προσχολικής ηλικίας από τη Νορβηγία δεν έχουν τέτοιο πρόβλημα.
- Οι περισσότεροι παιδαγωγοί και οι βοηθοί υποστηρίζουν ότι δεν υπάρχει συγκεκριμένη πολιτική σχετικά με το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους. Στην Ελλάδα και την Πορτογαλία, όλοι οι παιδαγωγοί και οι βοηθοί ανέφεραν ότι δεν υπάρχει πολιτική σχετικά με το εξωτερικό παιχνίδι.
- Τα παιδιά στην Πορτογαλία και την Ελλάδα δεν έχουν ειδικά ρούχα για να παίζουν σε εξωτερικούς χώρους όταν οι καιρικές συνθήκες δεν το επιτρέπουν.
- Οι πεποιθήσεις των παιδαγωγών και των βοηθών, καθώς και οι σχολικές συνθήκες επηρέασαν την απόφαση σχετικά με την δυνατότητα στα παιδιά να παίζουν σε εξωτερικούς χώρους.
- Η χρήση των περιφραγμένων χώρων για παιχνίδι, η προβολή των φωτογραφιών και οι επισκέψεις στα παιδικούς σταθμούς έδειξαν ότι υπάρχουν διαφορές μεταξύ των παιδικών χαρών όσον αφορά τα φυσικά χαρακτηριστικά, καθώς και στους κανόνες που τα παιδιά χρησιμοποιούν για παιχνίδι τους υπαίθριους χώρους.
- Τα παιδικούς σταθμούς στη Νορβηγία, την Εσθονία, την Κροατία και την Πορτογαλία έχουν κοινές επιλογές όσον αφορά την ποικιλία των υπαίθριων περιβαλλοντικών μέσων (σταθερών και κινητών

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

μέσων) που είναι διαθέσιμα για να παίξουν τα παιδιά. Ωστόσο, η άδεια που δόθηκε στα παιδιά από τους ενήλικες για να συμμετάσχουν σε ευέλικτο και απρόβλεπτο παιχνίδι, ήταν μεγαλύτερη στα νορβηγικά νηπιαγωγεία, καθώς επέτρεψαν στα παιδιά να συμμετέχουν στο ριψοκίνδυνο παιχνίδι. Στο ελληνικό παιδικό σταθμό, το ελεύθερο παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους ήταν πολύ περιορισμένο λόγω της έλλειψης περιβαλλοντικών μέσων, δηλαδή των κινούμενων και φυσικών μέσων, που σχετίζονται με τους υπάρχοντες κανόνες και τους κανόνες του παιχνιδιού στην ύπαιθρο.

- Τα σχέδια και οι συνεντεύξεις των παιδιών αποκάλυψαν ότι οι απόψεις των παιδιών για το παιχνίδι είναι υποκειμενικές, αναλόγως με τα ενδιαφέροντα και τις προτιμήσεις τους αλλά και με τη διαθεσιμότητα συγκεκριμένων χαρακτηριστικών που τους βοηθούν να παίζουν με συγκεκριμένους τρόπους. Επομένως, οι τύποι παιχνιδιών ποικίλουν, παρόλο που το παιχνίδι της φυσικής δραστηριότητας ήταν πολύ σημαντικό για τα περισσότερα παιδιά. Όσον αφορά τα στοιχεία που θα προσθέσουν τα παιδιά στην παιδική χαρά, τα αποτελέσματά μας δείχνουν ότι τα παιδιά δεν είναι ικανοποιημένα στους σημερινούς χώρους παιχνιδιού και θέλουν να εισάγουν στον εξωτερικό χώρο καινοτόμα, ριψοκίνδυνα, χαλαρά και κινητά παιχνίδια. Όσον αφορά τα πιο συναρπαστικά μέρη για να παίξουν, διαπιστώθηκε ότι τα παιδιά προτιμούν μέρη που διαθέτουν παιχνίδια με ρίσκο και μέρη στα οποία μπορούν να χαλαρώσουν.

Όσον αφορά τα αποτελέσματα του προγράμματος, δημιουργήθηκαν τα ακόλουθα μέσα για την προώθηση του παιδικού παιχνιδιού και της μάθησης σε εξωτερικούς χώρους του παιδικού σταθμούς :

- Σχέδιο εκπαίδευσης για τους παιδαγωγούς και τους βοηθούς που εργάζονται σε παιδικούς σταθμούς ή σε κέντρα εκπαίδευσης παιδικής ηλικίας, το οποίο θα τους επιτρέψει να αναγνωρίσουν τη σημασία του εξωτερικού παιχνιδιού στην ανάπτυξη, την υγεία και την ευημερία των παιδιών, καθώς και να προωθήσουν το εξωτερικό παιχνίδι, τη σωματική άσκηση και την ενεργή συμμετοχή τους στην εργασία τους με παιδιά.
- Ένα σύνολο 12 δραστηριοτήτων, οι οποίες θα δώσουν τη δυνατότητα στα παιδιά να αφιερώνουν περισσότερο χρόνο για να παίζουν σε εξωτερικό χώρο και δραστηριότητες που θα καθοδηγούνται από τους ενήλικες, με στόχο την κινητική, κοινωνική, συναισθηματική και γνωστική ανάπτυξη των παιδιών. Επιπλέον, μερικές από αυτές τις δραστηριότητες θα δώσουν τη δυνατότητα στους παιδαγωγούς να κάνουν προσωρινές ή πιο μόνιμες φυσικές κατασκευές χαμηλού κόστους στον εξωτερικό χώρο του παιδικού σταθμού, εμπλουτίζοντας τα μέρη για παιχνίδι και βελτιώνοντας την ποιότητα του παιχνιδιού. Ο αντίκτυπος αυτών των δραστηριοτήτων ήταν πολύ θετικός, δεδομένου

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

ότι οι δραστηριότητες χαρακτηρίστηκαν ως "πολύ σημαντικές" ή ως "σημαντικές", ωφέλιμες για τους διάφορους τομείς ανάπτυξης των παιδιών, καθώς επίσης οι παιδαγωγοί και οι βοηθοί σκοπεύουν να επαναλάβουν αυτές τις δραστηριότητες στο μέλλον.

Συστάσεις και οδηγίες

Με βάση το πρόγραμμα «Moving and Learning Outside», που έχει ως στόχο την αύξηση των ευκαιριών των παιδιών για παιχνίδια σε εξωτερικούς χώρους, καθώς και τη μάθηση στους παιδικούς σταθμούς ή σε κέντρα εκπαίδευσης προσχολικής ηλικίας, είναι σημαντικό να δράσουμε σε βάση 3 βασικούς άξονες:

Βελτίωση της γνώσης σχετικά με το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους και τη μάθηση

- Να ενημερώνεστε με στοιχεία που βασίζονται σε τεκμήρια σχετικά με τα οφέλη του παιχνιδιού σε εξωτερικούς χώρους.
- Να είστε ενήμεροι σχετικά με τις προειδοποιήσεις των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης που προκαλούν μια αίσθηση φόβου και της ριψοκίνδυνης αποστροφής στην παιδική ηλικία.
- Θυμηθείτε τις δικές σας αναμνήσεις της παιδικής ηλικίας και της ικανοποίησης να παίζετε στην ύπαιθρο.
- Προσέξτε τα παιδιά που παίζουν σε εξωτερικούς χώρους, αλλά μην παρεμβαίνετε.
- Βγάλτε φωτογραφίες και βίντεο των παιδιών σας που παίζουν έξω και στείλτε τα σε άλλους γονείς.
- Προσκαλέστε άλλες οικογένειες να έρθουν στο παιδικό σταθμό για να συμμετάσχουν σε δραστηριότητες στην ύπαιθρο μαζί με τα παιδιά τους.
- Θυμηθείτε ότι το παιχνίδι είναι συνήθως περίεργο και θορυβώδες... αλλά πολύ διασκεδαστικό!
- Εμπιστευτείτε τα παιδιά, είναι πολύ πιο ικανά από όσο νομίζετε!

Προϋποθέσεις εγγύησης για παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους και για μάθηση

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

- Έχετε τα κατάλληλα ρούχα για να παίξετε σε εξωτερικούς χώρους σε όλες τις εποχές (για παιδιά και ενήλικες).
- Βρείτε έναν κατάλληλο χώρο στο παιδικό σταθμό για να φυλάξετε αυτά τα ρούχα και να τα στεγνώσετε, εάν χρειαστεί.
- Βρείτε ένα χώρο μεταξύ του εσωτερικού και εξωτερικού χώρου ώστε να μπορείτε να ντυθείτε και να ξεντυθείτε.
- Ενθαρρύνετε τους γείτονες ώστε να επιτρέπουν στα παιδιά να παίζουν έξω.
- Έχετε ένα έμπιστο άτομο για εποπτεία κατά τη διάρκεια που τα παιδιά σας παίζουν σε εξωτερικό χώρο.
- Λάβετε υπόψιν σας πως ο εξωτερικός χώρος έχει ζωτική σημασία για το παιχνίδι αλλά και για τη μάθηση (συμπεριλάβετε το υπαίθριο παιχνίδι ως μέρος της τάξης σας).

Δημιουργία χώρων παιχνιδιού για εξωτερικό παιχνίδι και για μάθηση

- Βεβαιωθείτε ότι ο εξωτερικός χώρος διαθέτει ποικίλα παιχνίδια, ότι έχει μια καλή ισορροπία μεταξύ φυσικών χαρακτηριστικών και σταθερού εξοπλισμού και ότι μπορεί να ανταπεξέλθει σε οποιαδήποτε εποχή.
- Εισαγάγετε νέα στοιχεία, όπως χαλαρά μέρη και άλλα κινητά χαρακτηριστικά, στον εξωτερικό χώρο ώστε να διατηρήσει το παιχνίδι ενδιαφέρον και καινοτόμο.
- Να συγκεντρώνονται οι οικογένειές σε χαλαρά μέρη, όπως είναι τα φυσικά και ανακυκλώσιμα υλικά που χρησιμοποιούνται στο υπαίθριο παιχνίδι των παιδιών στο σχολείο.
- Δημιουργήστε προγράμματα μαζί με τα παιδιά ώστε να δημιουργηθούν νέοι χώροι και ευκαιρίες για παιχνίδι στον εξωτερικό χώρο.
- Βρείτε ευκαιρίες για να διδάξετε στα παιδιά πώς να χειρίζονται τα επικίνδυνα μέσα με επίβλεψη.
- Περιπλανηθείτε στη γειτονιά σας έξω από το παιδικό σταθμό .
- Επισκεφθείτε συχνά μαζί με τα παιδιά σας φυσικά μέρη όπως μεγάλα και μικρά δάση, παραλίες και επιτρέψτε τους να παίζουν ελεύθερα καθώς πραγματοποιήστε δραστηριότητες που απευθύνονται σε ενήλικους.
- Προετοιμάστε τον υπαίθριο χώρο για διάφορες δραστηριότητες με μέσα, όπως: γεύμα, παιχνίδι, διάβασμα ... συμπεριλάβετε και τα παιδιά σε αυτή τη διαδικασία.
- Συμπεριλάβετε τα παιδιά στην αξιολόγηση των συνθηκών του εξωτερικού χώρου και ακούσετε τις προτάσεις τους για τη βελτίωση των χώρων.

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

4. Βιβλιογραφία

- Almon, J. (2003). The vital role of play in early childhood education. In S. Olfman (Ed.), *All work and no play: How educational reforms are harming our preschoolers* (pp. 17-42). Westport (CT): Praeger.
- Alparone, F. R., & Pacilli, M. G. (2012). On children's independent mobility: the interplay of demographic, environmental, and psychosocial factors. *Children's Geographies*, 10(1), 109-122.
- Brown, W. H., Pfeiffer, K. A., McIver, K. L., Dowda, M., Addy, C. L., & Pate, R. R. (2009). Social and environmental factors associated with preschoolers' nonsedentary physical activity. *Child Dev*, 80(1), 45-58. doi:10.1111/j.1467-8624.2008.01245.x
- Brussoni, M., Gibbons, R., Gray, C., Ishikawa, T., Sandseter, E. B., Bienenstock, A., . . . Tremblay, M. S. (2015). What is the Relationship between Risky Outdoor Play and Health in Children? A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*, 12(6), 6423-6454. doi:10.3390/ijerph120606423
- Brussoni, M., Olsen, L. L., Pike, I., & Sleet, D. A. (2012). Risky Play and Children's Safety: Balancing Priorities for Optimal Child Development. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 9(9), 3134-3148.
-

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

- Burriss, K., & Burriss, L. (2011). Outdoor play and learning: Policy and practice. *International Journal of Education Policy & Leadership*, 6(8), 1-12.
- Cheng, M.-F., & Johnson, J. E. (2010). Research on Children's Play: Analysis of Developmental and Early Education Journals from 2005 to 2007. *Early Childhood Education Journal*, 37(4), 249-259. doi:10.1007/s10643-009-0347-7
- Clements, R. (2004). An investigation of the status of outdoor play. *Contemporary Issues in Early Childhood*, 5(1), 68-80.
- Cole-Hamilton, I., & Crawford, J. (2011). *Getting it Right for Play: A toolkit to assess and improve local play opportunities*. Retrieved from <http://www.playscotland.org/wp-content/uploads/assets/Toolkit.pdf>
- Cordovil, R., Lopes, F., & Neto, C. (2015). Children's (in)dependent mobility in Portugal. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18, 299-303. doi:<http://doi.org/10.1016/j.jsams.2014.04.013>
- Coster, D., & Gleeve, J. (2008). *Give us a go! Children and young people's views on play and risk-taking. Playday*. Retrieved from www.playday.org.uk
- Fjørtoft, I. (2004). Landscape as playscape: The effects of natural environments on children's play and motor development. *Children Youth and Environments*, 14(2), 21-44.
- Francis, M., & Lorenzo, R. (2006). Children and city design: proactive process and the 'renewal' of childhood. In C. Spencer & M. Blades (Eds.), *Children and their environments* (pp. 217-237). Cambridge: Cambridge University Press.
- Freeman, C. (1995). The changing nature of children's environmental experience: The shrinking realm of outdoor play. *International Journal of Environmental Education and Information*, 14(3), 259-280.
- Frost, J. L. (2006). *The dissolution of children's outdoor play: Causes and consequences*. Paper presented at the The Value of Play: A forum on risk, recreation and children's health, Washington, DC. http://cgood.org/assets/attachments/Frost_-_Common_Good_-_FINAL.pdf
- Frost, J. L. (2012). *A history of children's play and play environments : toward a contemporary child-saving movement*. In. Retrieved from <http://www.credoreference.com/book/routcppe>
- Gielen, A. C., Defrancesco, S., Bishai, D., Mahoney, P., Ho, S., & Guyer, B. (2004). Child pedestrians: the role of parental beliefs and practices in promoting safe walking in urban neighborhoods. *Journal of urban health : bulletin of the New York Academy of Medicine*, 81(4), 545-555. doi:10.1093/jurban/jth139
- Gill, T. (2007). *No fear : growing up in a risk averse society*. London: Calouste Gulbenkian Foundation.
- Gill, T. (2014). *The play return: A review of the wider impact of play initiatives*. London: Children's Play Policy Forum.
-

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

- Ginsburg, K. R., & The Committee on Communications & The Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. (2007). The importance of play in maintaining healthy child development and parent-child bonds. *Pediatrics*, *119*, 182-191.
- Gleave, J. (2008). *Risky play. A literature review*. Retrieved from
- Gleave, J., & Cole-Hamilton, I. (2012). *A world without play: A literature review*. London: Play England.
- Gray, P. (2011). The decline of play and the rise of psychopathology in children and adolescents. *American Journal of Play*, *3*(4), 443-463.
- Jelleyman, C., McPhee, J., Brussoni, M., Bundy, A., & Duncan, S. (2019). A Cross-Sectional Description of Parental Perceptions and Practices Related to Risky Play and Independent Mobility in Children: The New Zealand State of Play Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*(2), 262.
- Kemple, K. M., Oh, J., Kenney, E., & Smith-Bonahue, T. (2016). The Power of Outdoor Play and Play in Natural Environments. *Childhood Education*, *92*(6), 446-454. doi:10.1080/00094056.2016.1251793
- Kernan, M. (2010). Space and place as a source of belonging and participation in urban environments: considering the role of early childhood education and care settings. *European Early Childhood Education Research Journal*, *18*(2), 199-213. doi:10.1080/13502931003784420
- Lester, S., & Maudsley, M. (2006). *Play, naturally. A review of children's natural play*. Retrieved from London: The Children's Play Council:
- Lester, S., & Russell, W. (2014). Turning the World Upside Down: Playing as the Deliberate Creation of Uncertainty. *Children (Basel, Switzerland)*, *1*(2), 241-260. doi:10.3390/children1020241
- Lopes, F., & Neto, C. (2014). A criança e a cidade: a importância da (re)conciliação com a autonomia. . Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana. In R. Cordovil & J. Barreiros (Eds.), *Desenvolvimento Motor na Infância* (pp. 265-292). Cruz Quebrada: Edições FMH.
- Marzi, I., & Reimers, A. K. (2018). Children's Independent Mobility: Current Knowledge, Future Directions, and Public Health Implications. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *15*(11). doi:<http://doi.org/10.3390/ijerph15112441>
- Moss, S. (2012). *Natural childhood*. Rotherham: National Trust.
- Neto, C., & Lopes, F. (2017). *Brincar em Cascais*. Cascais: Câmara Municipal de Cascais.
- ParticipACTION. (2015). *ParticipACTION. The Biggest Risk is Keeping Kids Indoors. The 2015 ParticipACTION Report Card on Physical Activity for Children and Youth*. Retrieved from Toronto:
- Sandseter, E. B. H. (2007). Categorising risky play-how can we identify risk-taking in children's play? *European Early Childhood Education Research Journal*, *15*(2), 237-252. doi:10.1080/13502930701321733
-

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

- Sandseter, E. B. H. (2009). Affordances for Risky Play in Preschool: The Importance of Features in the Play Environment. *Early Childhood Education Journal*, 36(5), 439-446. doi:10.1007/s10643-009-0307-2
- Sandseter, E. B. H. (2010). 'it tickles in my tummy!': understanding children's risk-taking in play through reversal theory. 8(1), 67-88. doi:10.1177/1476718x09345393
- Sandseter, E. B. H., & Kennair, L. E. O. (2011). Children's Risky Play from an Evolutionary Perspective: The Anti-Phobic Effects of Thrilling Experiences. 9(2), 147470491100900212. doi:10.1177/147470491100900212
- Sandseter, E. B. H., & Sando, O. J. (2016). "We Don't Allow Children to Climb Trees" How a Focus on Safety Affects Norwegian Children's Play in Early-Childhood Education and Care Settings. *American Journal of Play*, 8(2), 178-200.
- Shaw, B., Bicket, M., Elliott, B., Fagan-Watson, B., Mocca, E., & Hillman, M. (2015). *Children's independent mobility. An International Comparison and Recommendations for Action*. London.
- Skår, M., & Krogh, E. (2009). Changes in children's nature-based experiences near home: from spontaneous play to adult-controlled, planned and organised activities. *Children's Geographies*, 7(3), 339-354. doi:10.1080/14733280903024506
- Skår, M., Wold, L. C., Gundersen, V., & O'Brien, L. (2016). Why do children not play in nearby nature? Results from a Norwegian survey. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 16(3), 239-255. doi:10.1080/14729679.2016.1140587
- Stephenson, A. (2003). Physical Risk-taking: Dangerous or endangered? *Early Years*, 23(1), 35-43. doi:10.1080/0957514032000045573
- Thomas, A. J., Stanford, P. K., & Sarnecka, B. W. (2016). No Child Left Alone: Moral Judgments about Parents Affect Estimates of Risk to Children *Collabra*, 2(1). doi:<http://doi.org/10.1525/collabra.33>
- Tovey, H. (2007). *Playing outdoors spaces and places, risk and challenge*. Maidenhead: Open University Press.
- Tranter, P. (2015). Children's Play in their Local Neighborhoods: Rediscovering the Value of Residential Streets. In E. B., H. J., & S. T. (Eds.), *Play, Recreation, Health and Well Being* (Vol. 9, pp. 1-26). Singapore: Springer.
- Tremblay, M. S., Gray, C., Babcock, S., Barnes, J., Bradstreet, C. C., Carr, D., . . . Brussoni, M. (2015). Position Statement on Active Outdoor Play. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(6), 6475-6505. doi:10.3390/ijerph120606475
- UNICEF. (2014). *General Comments of the Committee on the Rights of the Child: A Compendium for child rights advocates, scholars and policy makers*. Retrieved from https://www.unicef.org/southafrica/SAF_resources_crcgeneralcomments.pdf
-

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συντάκτη και η Επιτροπή δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εδώ.

- Veiga, G., Neto, C., & Rieffe, C. (2016). Preschoolers' free play - connections with emotional and social functioning. *International Journal of Emotional Education*, 8(1), 48-62.
- WHO. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. Retrieved from https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44399/9789241599979_eng.pdf;jsessionid=F2B62A04587135D4F7745BF129B3E644?sequence=1
- WHO. (2019). *WHO guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. Geneva: World Health Organization.
- Witten, K., Kearns, R., Carroll, P., Asiasiga, L., & Tava'e, N. (2013). New Zealand parents' understandings of the intergenerational decline in children's independent outdoor play and active travel. *Children's Geographies*, 11(2), 215-229. doi:10.1080/14733285.2013.779839
- Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., & Golinkoff, R. M. (2018). The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children. *Pediatrics*, 142(3). doi:10.1542/peds.2018-2058
-