



Τίτλος εργασίας:

«Διερεύνηση της αντίληψης έναντι περιβαλλοντικών εννοιών και συμπεριφοράς από αθλητές ποδηλασίας βουνού».

ΚΟΥΝΤΑΚΗΣ ΑΛΕΞΙΟΣ

AEM:0716156

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: ΚΟΥΘΟΥΡΗΣ ΧΑΡΙΛΑΟΣ

ΤΡΙΚΑΛΑ

2020

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ:

ΠΕΡΙΛΗΨΗ	3-4
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	5-7
ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ	7-10
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΕΙΓΜΑ	11-16
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	17-22
ΣΥΖΗΤΗΣΗ	23-24
ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΕΣ ΕΡΕΥΝΕΣ	25
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	25-26
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ	27-31

Περίληψη

Η παρούσα έρευνα ασχολήθηκε με αθλητές ποδηλασίας βουνού, διερευνώντας το επίπεδο της περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά τους και κατά πόσο αυτή επηρεάζεται από τα δημογραφικά χαρακτηριστικά τους. Επιπλέον, εξετάζει και κατά πόσο η συγκεκριμένη συμπεριφορά διαφοροποιείται ανάλογα με τα χρόνια συμμετοχής στο συγκεκριμένο άθλημα. Το δείγμα αποτέλεσαν 110 αθλητές (84 άντρες και 26 γυναίκες), ερασιτέχνες και επαγγελματίες, οι οποίοι αξιολογήθηκαν με κλίμακα των *Ζαφειρούδη και Χατζηγεωργιάδη (2012)* "Περιβαλλοντικά Υπεύθυνη Συμπεριφορά". Η εφαρμογή στατιστικών αναλύσεων, ανέδειξε ότι η οικογενειακή κατάσταση στο άθλημα δεν παρουσιάζει σημαντικές διαφορές στη διαμόρφωση υπεύθυνης συμπεριφοράς προς το φυσικό περιβάλλον. Αντίθετα σημαντικές διαφορές αναδείχθηκαν αναφορικά του φύλου και του επιπέδου έντασης που πραγματοποιείται η δραστηριότητα. Συγκεκριμένα το γυναικείο φύλο φαίνεται να ανησυχεί περισσότερο για οικολογικά θέματα από το αντρικό όπως επίσης το ίδιο συμβαίνει και με αυτούς που εξασκούνται σε υψηλή ένταση σε σύγκριση με αυτούς σε χαμηλή. Τα αποτελέσματα συζητούνται με στόχο την διασαφήνιση ως προς τους αθλητές που ασκούνται στο φυσικό περιβάλλον και την περιβαλλοντική τους υπευθυνότητα ενώ προτείνονται μελλοντικές έρευνες που θα εξελίξουν το συγκεκριμένο κομμάτι.

Λέξεις Κλειδιά: Περιβαλλοντικό ενδιαφέρον, Ποδηλασία βουνού, Συμπεριφορά Αθλητών

Summary

The present study addressed mountain-cycling athletes, investigating the level of their environmentally responsible behavior and whether it is influenced by their demographic characteristics. In addition, it examines whether the specific behavior differs depending on the years of participation in the specific sport. The sample consisted of 110 athletes (84 men and 26 women), amateurs and professionals, who were evaluated on a scale by Zafeiroudi and Hatzigeorgiadis (2012) "Environmentally Responsible Behavior". The application of statistical analyzes showed that the marital status in the sport does not present significant differences in the formation of responsible behavior towards the natural environment. On the contrary, significant differences emerged regarding the gender and the level of intensity of the activity. In particular, women seem to be more concerned about ecological issues than men, as is the case with those who exercise at high intensity compared to those at low. The results are discussed with the aim of clarifying the athletes who exercise in the natural environment and their environmental responsibility while proposing future research that will develop this part.

Keywords: Environmental interest, Mountain biking, Athlete behavior

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η **ορεινή ποδηλασία** είναι το άθλημα στο οποίο ο αθλητής - αναβάτης οδηγεί ένα ποδήλατο σε εκτός δρόμου διαδρομές, συχνά πάνω σε ανώμαλο έδαφος, χρησιμοποιώντας ειδικά σχεδιασμένα ποδήλατα (Mountain Bike). Τα ποδήλατα βουνού έχουν αρκετές ομοιότητες με άλλα ποδήλατα αλλά ενσωματώνουν χαρακτηριστικά που προορίζονται για να ενισχύσουν την ανθεκτικότητα και την απόδοση του σε ανώμαλο έδαφος. Η ορεινή ποδηλασία μπορεί γενικά να χωριστεί σε πολλαπλές κατηγορίες με κυριότερες τις Διαδρομές αντοχής (Cross country), Κατάβαση (Downhill), Μαραθώνιο και Τετραπλό 4X. Αυτό το ατομικό άθλημα απαιτεί αντοχή, σωματική δύναμη και ισορροπία, δεξιότητες χειρισμού του ποδηλάτου και ικανότητα του αναβάτη να είναι αυτοδύναμος.

Η ορεινή ποδηλασία μπορεί να πραγματοποιηθεί σχεδόν οπουδήποτε, από μια πίσω αυλή σε ένα χωματόδρομο, αλλά η πλειοψηφία των ποδηλατών βουνού επιλέγουν εκτός δρόμου διαδρομές, επαρχιακούς δρόμους, ή στενά μονοπάτια που περνάν μέσα από δάση, βουνά, ερήμους ή χωράφια. Πολλοί αναβάτες φέρουν σακίδια πλάτης, τα οποία περιλαμβάνουν μπουκάλια με νερό, και όλα τα απαραίτητα εργαλεία και εξοπλισμό για τις επισκευές στα προβλήματα που μπορεί να προκύψουν κατά την διάρκεια της ανάβασης. Πολλοί αναβάτες φέρουν, επίσης, προμήθειες έκτακτης ανάγκης σε περίπτωση τραυματισμού μακριά από οποιαδήποτε βοήθεια. Βόλτες σε ομάδες και άλλες μορφές ομαδικών αναβάσεων είναι κοινές, ειδικά σε μεγαλύτερες διαδρομές.

Η Ελλάδα προσφέρεται για ορεινή ποδηλασία (επίσημα στο πρόγραμμα της ΕΟΠ) , σχεδόν σε όλες τις εποχές του χρόνου και ειδικότερα άνοιξη - καλοκαίρι - φθινόπωρο. Το ανάγλυφό της, προσφέρει μια πλειάδα μονοπατιών και δασικών δρόμων, στους οποίους μπορεί ν' απολαύσει κανείς ορεινή ποδηλασία, σε όλες τις

κλίσεις και σε όλα τα εδάφη. Σε όλη την Ελλάδα μπορεί κανείς να βρει ειδικά μονοπάτια (trails) και να χαρεί την ποδηλασία στη φύση.

Συνάγεται λοιπόν το συμπέρασμα, ότι οι αθλητές που συμμετέχουν στο άθλημα της ορεινής ποδηλασίας, έχουν μια ιδιαίτερη επαφή με το περιβάλλον, αφού σε αντίθεση με άλλους αθλητές, είναι απαραίτητη η προπόνησή τους σε εξωτερικό περιβάλλον.

Η παρούσα διπλωματική εργασία, που έχει ως θέμα της: «Διερεύνηση της αντίληψης έναντι περιβαλλοντικών εννοιών και συμπεριφοράς από αθλητές ποδηλασίας βουνού», είχε ως σκοπό να ερευνήσει την υπόθεση, κατά πόσο δηλαδή οι αθλητές του συγκεκριμένου αγωνίσματος σέβονται το περιβάλλον και διατηρούν οικολογική συνείδηση κατά τη διάρκεια προπονήσεων και αγώνων τους, όταν αυτά πραγματοποιούνται στον υπαίθριο χώρο και κατά πόσο αυτές τους οι ενέργειες επηρεάζονται από τα δημογραφικά τους αλλά και άλλα ατομικά χαρακτηριστικά. Έτσι στις παρακάτω σελίδες της εργασίας που ακολουθούν, παρουσιάζεται το θεωρητικό πλαίσιο στο οποίο στηρίζεται η έρευνα, η μεθοδολογία της, τα αποτελέσματα της και συμπεράσματα της.

Σημαντικότητα της έρευνας

Στη διάρκεια ενός ποδηλατικού αγώνα μέσα σε μια ελεύθερη διαδρομή οι αγωνιζόμενοι είναι σε άμεση επαφή με το φυσικό περιβάλλον. Η καταγραφή των απόψεων των αθλητών για τη φύση και η διερεύνηση της επιθυμίας τους και των πιστεύω τους για την προστασία αυτής καταδεικνύει εάν η επιλογή ενός υπαίθριου αθλήματος έγινε τυχαία ή όχι σε σχέση με την αγάπη τους για το περιβάλλον. Ακόμη δίνει σημαντική πληροφορία στους υπεύθυνους της κάθε διοργάνωσης, των υπεύθυνων των ομοσπονδιών και συγκεκριμένα της Ομοσπονδίας Ποδηλασίας καθώς και σε

εκείνους που μελετούν περιβαλλοντικά ζητήματα όπως το Υπουργείο Παιδείας και Υπουργείο Τουρισμού και Γενική Γραμματεία Αθλητισμού.

Κεφάλαιο: ΑΝΑΣΚΟΠΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

Σε μελέτη τους, οι Ζαφειρούδη και Χατζηγεωργιάδης (2014), δείχνουν ότι οι Έλληνες πολίτες δεν ανησυχούν πολύ για το περιβάλλον, τουλάχιστον σε σύγκριση με τα ευρωπαϊκά πρότυπα. Επιπλέον, το φύλο, η ηλικία και το επίπεδο εκπαίδευσης ήταν σημαντικοί και καθοριστικοί παράγοντες της περιβαλλοντικής συμπεριφοράς. Ακόμη, διαπιστώθηκε ότι δημόσιες, ιδιωτικές και εθελοντικές οργανώσεις στη χώρα μας θα πρέπει να προωθήσουν την ιδέα της συμμετοχής σε υπαίθριες δραστηριότητες.

Αυτό θα ενισχύσει τη συμμετοχή σε περιβαλλοντικά υπεύθυνες συμπεριφορές και δράσεις και θα συμβάλει προς τον παγκόσμιο στόχο της αναβάθμισης της ποιότητας ζωής, καθώς η συμμετοχή των ατόμων σε δραστηριότητες στη φύση επιδρά θετικά στις ανθρώπινες αξίες, επηρεάζοντας τη στάση και τη συμπεριφορά τους απέναντι στο περιβάλλον.

Σημαντικό ρόλο σε αυτή την κατεύθυνση, παίζει ο τύπος της υπαίθριας δραστηριότητας που εμπλέκεται το άτομο, ενώ η τοποθεσία υλοποίησης της ενισχύει την ανάπτυξη της περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς. (Ζαφειρούδη και Χατζηγεωργιάδης, 2008).

Επιπλέον υποστηρίζεται, ότι η συμμετοχή σε οργανωμένης μορφής δράσεις υπαίθριας αναψυχής όχι μόνο συμβάλλει θετικά στη δημιουργία ενεργούς στάσης για την προστασία του φυσικού περιβάλλοντος, αλλά και προσανατολίζει τους συμμετέχοντες στην απόκτηση οικολογικής συνείδησης και συμπεριφοράς έναντι

όλων των περιβαλλοντικών θεμάτων (Κουθούρης, 2009). Επιπρόσθετα παρατηρείται ότι ανάλογα με τη περιοχή που ζει ο καθένας παρουσιάζει και ανάλογες περιβαλλοντικές πεποιθήσεις.

Συγκρίνοντας τους κατοίκους της πόλης με αυτούς των αγροτικών περιοχών, στην έρευνα του Berenger και των συνεργατών του(2005), διαπιστώθηκε ότι οι δεύτεροι είναι πιο ενεργοί, καθώς παρουσιάζουν και ενισχύουν περισσότερο περιβαλλοντικές στάσεις. Έτσι καταλήγοντας στην άμεση συσχέτιση του περιβάλλοντος και των υπαίθριων αθλημάτων, οδηγούμαστε στην ποδηλασία, ένα άθλημα που πραγματοποιείται στο φυσικό περιβάλλον με αμέτρητα οφέλη για την υγεία των ασκούμενων, καθώς επίσης διαμορφώνει περιβαλλοντική συμπεριφορά. Συνεχίζοντας το ποδήλατο χρησιμοποιείται (Αγγελίδου 2015) σε μεγάλο βαθμό για τις μετακινήσεις εντός των αστικών κέντρων και η χρηστική ποδηλασία αποτελεί μετρήσιμη δυναμική στο σύνολο των μετακινήσεων.

Πρόκειται για ένα φαινόμενο που συμπληρώνει πολιτικές αιχμές, όπως το περιβάλλον, τη χρήση καθαρών μορφών ενέργειας και την υγεία: κατά συνέπεια η ορθή οργάνωσή του και η ένταξή του στα πλαίσια του στρατηγικού σχεδιασμού είναι απαραίτητη.

Μερικοί άνθρωποι όμως χρησιμοποιούν το ποδήλατο για την καθημερινή σωματική άσκηση τους, ανεξάρτητα από τις μετακινήσεις εντός πόλης, φτάνοντάς σε σημείο να συμμετέχουν και σε διοργανώσεις στο φυσικό περιβάλλον. Σε μία έρευνα των Ζαφειρούδη, Κουθούρη και Παντίδη (2014) η οποία ασχολήθηκε με τη δραστηριότητα της ποδηλασίας βουνού φαίνεται να υποστηρίζει, ότι οι ποδηλάτες μεγαλύτερης ηλικίας έλκονται περισσότερο να συμμετάσχουν στη δραστηριότητα της ποδηλασίας βουνού, από ότι οι ποδηλάτες μικρότερης ηλικίας, ενώ επίσης θεωρούν

ότι η δραστηριότητα της ποδηλασίας βουνού καταλαμβάνει κεντρικό ρόλο στη ζωή τους.

Σύμφωνα με τις υποθέσεις της έρευνας κατά πόσο οι τρεις διαστάσεις της εμπλοκής («έλξη του ατόμου προς τη δραστηριότητα», «κεντρικότητα της δραστηριότητας στη ζωή του ατόμου» και «αυτοέκφραση του ατόμου μέσα από τη δραστηριότητα») διαφοροποιούνται λόγω της διαφορετικής οικογενειακής κατάστασης των ποδηλατών στην έρευνα φάνηκε ότι υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των ομάδων διαφορετικής οικογενειακής κατάστασης (ελεύθεροι και παντρεμένοι) και στις τρεις διαστάσεις της ανάμειξης.

Συγκεκριμένα στη διάσταση της ανάμειξης «έλξη του ατόμου προς τη δραστηριότητα» η ομάδα των ελεύθερων ποδηλατών σημείωσε χαμηλότερες τιμές σε σχέση με την ομάδα των παντρεμένων ποδηλατών. Στη διάσταση της εμπλοκής «κεντρικότητα της δραστηριότητας στη ζωή του ατόμου» η ομάδα των ελεύθερων ποδηλατών σημείωσε χαμηλότερες τιμές σε σχέση με την ομάδα των παντρεμένων ποδηλατών.

Τέλος, και στη διάσταση της εμπλοκής «αυτοέκφραση του ατόμου μέσα από τη δραστηριότητα» η ομάδα των ελεύθερων ποδηλατών σημείωσε χαμηλότερες τιμές σε σχέση με την ομάδα των παντρεμένων ποδηλατών.

Τα αποτελέσματα της έρευνας μας φαίνεται να συμφωνούν με παρόμοιες έρευνες που καταλήγουν ότι η οικογενειακή κατάσταση και η διαφορετική ηλικία παίζει ουσιαστικό ρόλο στον συμμετέχοντα και επηρεάζουν θετικά την ανάμειξή του προς τις υπαίθριες δραστηριότητες.

Σκοπός της έρευνας

Σκοπός της μελέτης είναι να εξετάσει την αντίληψη για την περιβαλλοντική συμπεριφορά ατόμων που συμμετέχουν σε αγώνες ορεινής ποδηλασίας

Η ανωτέρω σχέση ανάμεσα στη συμμετοχή ατόμων σε αγώνες Ορειβατικού Ποδηλάτου και της αντίστοιχα περιβαλλοντικής συμπεριφοράς τους διερευνήθηκε μέσω των ακόλουθων 3 υποθέσεων:

Υποθέσεις Έρευνας

1^η Υπόθεση: Η συμπεριφορά προς το περιβάλλον ατόμων που ασχολούνται με το ορειβατικό ποδήλατο επηρεάζεται από τη «διαφορετική σωματική ένταση συμμετοχής στη δραστηριότητα MB».

2^η Υπόθεση: Η συμπεριφορά προς το περιβάλλον ατόμων που ασχολούνται με το ορειβατικό ποδήλατο επηρεάζεται από τη «διαφορετικό φύλο» των συμμετεχόντων

3^η Υπόθεση: Η συμπεριφορά προς το περιβάλλον ατόμων που ασχολούνται με το ορειβατικό ποδήλατο επηρεάζεται από τη «διαφορετική οικογενειακή κατάσταση».

Κεφάλαιο: **ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ**

Δείγμα της έρευνας:

Το δείγμα αποτέλεσαν 110 αθλητές (84 άντρες και 26 γυναίκες), ερασιτέχνες και επαγγελματίες, Τα επί μέρους δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος αναφέρονται στους επόμενους πίνακες από 1 έως 7.

Πίνακας 1.

ΦΥΛΟ	Συχνότητα	Ποσοστό	Ποσόστωση	Σωρευτικό ποσοστό
male	84	76,4	76,4	76,4
female	26	23,6	23,6	100,0
Total	110	100,0	100,0	

Πίνακας 2. Ηλικία ομάδων συμμετεχόντων

ΗΛΙΚΙΑ	Συχνότητα	Ποσοστό	Ποσόστωση	Σωρευτικό ποσοστό
17-25	58	52,7	52,7	52,7
26-35	22	20,0	20,0	72,7
36<	30	27,3	27,3	100,0
Total	110	100,0	100,0	

Πίνακας 3. Εκπαιδευτικό επίπεδο ομάδων συμμετεχόντων

Εκπαίδευση	Συχνότητα	Ποσοστό	Ποσόστωση	Σωρευτικό ποσοστό
β επιπέδου	45	40,9	40,9	40,9
γ επιπέδου	65	59,1	59,1	100,0
Total	110	100,0	100,0	

Πίνακας 4. Οικογενειακή κατάσταση ομάδων συμμετεχόντων

Οικογενειακή κατάσταση	Συχνότητα	Ποσοστό	Ποσόστωση	Σωρευτικό ποσοστό
έγγαμος	68	61,8	61,8	61,8
άγαμος	42	38,2	38,2	100,0
Total	110	100,0	100,0	

Στη συνέχεια παρουσιάζονται οι μεταβλητές που έγινε χρήση στην έρευνα:

α) «Ποια είναι η σωματική ένταση των δραστηριοτήτων που συμμετέχετε φύση;

β) «Πόσα χρόνια ασχολείσαι με την ποδηλασία βουνού» και

γ) «ποδηλατική εμπειρία»

Η σωματική ένταση των δραστηριοτήτων στη φύση εμφανίζεται στον πίνακα 5.

Πίνακας 5. Διαφορετική σωματική ένταση συμμετοχής στη δραστηριότητα MB

Σωματική ένταση	Συχνότητα	Ποσοστό	Ποσόστωση	Σωρευτικό ποσοστό
χαμηλή ένταση	41	37,3	37,3	37,3
Υψηλή ένταξη	69	62,7	62,7	100,0
Total	110	100,0	100,0	

Η ποδηλατική εμπειρία εμφανίζεται στον πίνακα 6.

Πίνακας 6. Ποια η ποδηλατική σου εμπειρία;

Εμπειρία	Συχνότητα	Ποσοστό	Ποσόστωση	Σωρευτικό ποσοστό
μικρή	40	36,4	38,1	38,1
μεσαία	38	34,5	36,2	74,3
μεγάλη	27	24,5	25,7	100,0
Total	105	95,5	100,0	
Missing System	5	4,5		
Total	110	100,0		

Τα χρόνια ασχολίας με την ποδηλασία βουνού εμφανίζεται στον πίνακα 7.

Πίνακας 7. Πόσα χρόνια ασχολείσαι με την ποδηλασία;

Χρόνια ενασχόλησης	Συχνότητα	Ποσοστό	Ποσόστωση	Σωρευτικό ποσοστό
1-3 χρόνια	34	30,9	30,9	30,9
περίπου 6 χρόνια	45	40,9	40,9	71,8
10 + χρόνια	31	28,2	28,2	100,0
Total	110	100,0	100,0	

Όργανο αξιολόγησης συμπεριφοράς

Για την αξιολόγηση της περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς επιλέχθηκε η χρήση της κλίμακας "Περιβαλλοντικά Υπεύθυνη Συμπεριφορά» των Ζαφειρούδη και Χατζηγεωργιάδη (2012). Η κλίμακα αποτελείται από 10 θέματα που αποβλέπουν στην εκτίμηση του επιπέδου συμμετοχής σε καθημερινές δράσεις ενός ατόμου για την προστασία του περιβάλλοντος. Τα θέματα εκφράζονται ως:

Θέμα 1ο: "συμμετοχή σε εκδηλώσεις που έχουν σχέση με το περιβάλλον"

Θέμα 2ο: "συμμετοχή σε κάποια εκδήλωση με σχέση τη καθαριότητα"

Θέμα 3ο: "συνόραξη με άτομα ή ομάδες που ασχολούνται με περιβαλλοντικά ζητήματα"

Θέμα 4ο: "ενημέρωση μέσω άλλων ατόμων για λύσεις όσον αφορά τη μόλυνση του περιβάλλοντος"

Θέμα 5ο: "χρήση προϊόντων που δε μολύνουν το περιβάλλον"

Θέμα 6ο: “αγορά προϊόντων επειδή μολύνουν λιγότερο το περιβάλλον”

Θέμα 7ο: “προσπάθεια για αγορά προϊόντων σε συσκευασίες που ανακυκλώνονται”

Θέμα 8ο: “υποστήριξη πολιτικών/ ηθοποιών/ τραγουδιστών που ενδιαφέρονται για το περιβάλλον”

Θέμα 9ο: “συναναστροφή με πολιτικούς/ ηθοποιούς/ τραγουδιστές που ενδιαφέρονται για το περιβάλλον”

Θέμα 10ο: “ανάγνωση θεμάτων σε περιοδικά/ βιβλία/ ίντερνετ για το περιβάλλον”

Η αξιοπιστία της κλίμακας ελέγχθηκε επιτυχώς (Cronbach's $\alpha=.85$). Οι απαντήσεις δόθηκαν σε 5βάθμια κλίμακα τύπου Likert (από 1=«διαφωνώ πολύ» έως 5=«συμφωνώ πολύ»).

Διαδικασία συλλογής δεδομένων

Για τις ανάγκες συλλογής των δεδομένων της έρευνας κατασκευάστηκε και προωθήθηκε για συμπλήρωση ένα ηλεκτρονικό ερωτηματολόγιο της μορφής google form. Το ερωτηματολόγιο περιείχε τις κλίμακες αξιολόγησης της περιβαλλοντικής συμπεριφοράς (Zafeiroudi&Hatzigeorgiadis, 2013) και συλλογής δημογραφικών δεδομένων. Έγινε ηλεκτρονική αποστολή των ερωτηματολογίων βάση λίστας αθλητών σε όλους τους συλλόγους που καλλιεργούν το άθλημα της Ορεινής Ποδηλασίας στη χώρα.

Στατιστική ανάλυση

Στην παρούσα έρευνα και για τη διερεύνηση των ανωτέρω τριών υποθέσεων η καθημερινή ‘περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά’ εκλήφθηκε ως η εξαρτημένη μεταβλητή της έρευνας, εκφραζόμενη από 10 θέματα. Η διαπίστωση συσχέτισης με

τις ανεξάρτητες μεταβλητές της έρευνας: α) «διαφορετική σωματική ένταση συμμετοχής στη δραστηριότητα MB», β) «διαφορετικό φύλο», γ) «διαφορετική οικογενειακή κατάσταση»».

- Η 1^η ανάλυση διερεύνησης διαφορών έγινε με τη χρήση t-test μεταξύ της ανεξάρτητης διχοτόμου μεταβλητής «διαφορετική σωματική ένταση συμμετοχής στη δραστηριότητα MB» (1=χαμηλή ένταση, 2=υψηλή ένταση) και των 10 θεμάτων της «περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς»
- Η 2^η ανάλυση διερεύνησης διαφορών έγινε με τη χρήση t-test μεταξύ της ανεξάρτητης διχοτόμου μεταβλητής «διαφορετικό φύλο» (1=άνδρες, 2=γυναίκες) και των 10 θεμάτων της «περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς».
- Η 3^η ανάλυση διερεύνησης διαφορών έγινε με τη χρήση t-test μεταξύ της ανεξάρτητης διχοτόμου μεταβλητής «διαφορετική οικογενειακή κατάσταση» (1=έγγαμος, 2=άγαμος) και των 10 θεμάτων της «περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς»

Κεφάλαιο: ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Α. Περιγραφικά στοιχεία των θεμάτων της κλίμακας

Τα περιγραφικά στοιχεία (μέσος όρος και τυπική απόκλιση, μέγιστες και ελάχιστες τιμές) για τα 10 θέματα της κλίμακας «Περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά» εμφανίζεται στον Πίνακα 8.

Πίνακας 8. Τιμές των 10 θεμάτων της κλίμακας καθημερινή «Περιβαλλοντικά υπεύθυνη συμπεριφορά» (μέσος όρος και τυπική απόκλιση)

	GREB	GREB	GREB	GREB	GREB	GREB	GREB	GREB	GREB	GREB
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
N	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110
M.O	2,33	2,29	2,21	2,59	3,31	3,48	3,57	3,24	1,92	3,23
T.A.	,930	,989	1,110	1,136	1,011	1,202	1,174	1,346	1,134	1,139
MIN	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
MAX	5,00	5,00	5,00	5,00	9,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00

Στη συνέχεια περιγράφονται τα πλέον σημαντικά θέματα της εξεταζόμενης κλίμακας. Αναφέρονται τα θέματα με τις 3 μεγαλύτερες τιμές, τα οποία ήταν:

A) Οι μεγαλύτερες τιμές εμφανίσθηκαν στο 7^ο θέμα: “προσπάθεια για αγορά προϊόντων σε συσκευασίες που ανακυκλώνονται” με τους συμμετέχοντες να σημειώνουν $M.O.=3.57$ και $T.A.=1.00$.

B) Η δεύτερη μεγαλύτερη τιμή σημειώθηκε στο 6^ο θέμα: “αγορά προϊόντων επειδή μολύνουν λιγότερο το περιβάλλον” με τους συμμετέχοντες να σημειώνουν $M.O.=3.48$ και $T.A.=1.00$

Γ) Η τρίτη μεγαλύτερη τιμή σημειώθηκε στο 5^ο θέμα : “χρήση προϊόντων που δε μολύνουν το περιβάλλον” με τους συμμετέχοντες να σημειώνουν $M.O.=3.31$ και $T.A.=1.00$

Ακολουθούν τα 3 θέματα που παρουσιάζουν τις μικρότερες τιμές σύμφωνα με τον παραπάνω πίνακα 8:

A) Οι μικρότερες τιμές εμφανίσθηκαν στο 9^ο θέμα : “συναναστροφή με πολιτικούς/ ηθοποιούς/ τραγουδιστές που ενδιαφέρονται και το περιβάλλον” με τους συμμετέχοντες να σημειώνουν $M.O.=1.92$ και $T.A.=1.00$

B) Η δεύτερη μικρότερη τιμή σημειώθηκε στο 3^ο θέμα “συνύπαρξη με άτομα ή ομάδες που ασχολούνται με περιβαλλοντικά ζητήματα” με τους συμμετέχοντες να σημειώνουν $M.O.=2.21$ και $T.A.=1.00$

Γ) Η τρίτη μικρότερη τιμή σημειώθηκε στο 2^ο θέμα “συμμετοχή σε κάποια εκδήλωση με σχέση τη καθαριότητα” με τους συμμετέχοντες να σημειώνουν $M.O.=2.29$ και $T.A.=0.9$

B. Διερεύνηση για διαφορές μεταξύ ομάδων του δείγματος.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα των αναλύσεων:

- η 1^η υπόθεση, δηλαδή η διερεύνηση διαφορών έγινε με τη χρήση t-test έγινε μεταξύ της ανεξάρτητης διχοτόμου μεταβλητής «διαφορετική σωματική ένταση συμμετοχής στη δραστηριότητα MB» (1=χαμηλή ένταση, 2=υψηλή ένταση) με τα 10 θέματα της καθημερινής «περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς»

	ένταση	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
GREB1	χαμηλή entasi	41	1,95	,631	,098
	υψηλή	69	2,55	1,008	,121
GREB2	χαμηλή entasi	41	1,98	,935	,146
	υψηλή	69	2,48	,979	,118
GREB3	χαμηλή entasi	41	1,88	,900	,141
	υψηλή	69	2,41	1,180	,142
GREB4	χαμηλή entasi	41	2,34	,990	,155
	υψηλή	69	2,74	1,196	,144
GREB5	χαμηλή entasi	41	3,22	1,013	,158
	υψηλή	69	3,36	1,014	,122
GREB6	χαμηλή entasi	41	3,39	1,262	,197
	υψηλή	69	3,54	1,170	,141
GREB7	χαμηλή entasi	41	3,37	1,318	,206
	υψηλή	68	3,69	1,069	,130
GREB8	χαμηλή entasi	41	2,95	1,431	,223
	υψηλή	68	3,41	1,272	,154
GREB9	χαμηλή entasi	41	1,56	,923	,144
	υψηλή	69	2,13	1,199	,144
GREB10	χαμηλή entasi	41	2,98	1,012	,158
	υψηλή	69	3,38	1,189	,143

Στο 1^ο Θέμα “συμμετοχή σε εκδηλώσεις που έχουν σχέση με το περιβάλλον” σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα άτομα με διαφορετική σωματική ένταση συμμετοχής στη δραστηριότητα MB σε επίπεδο $p < .001$ ($t = -3,428$,

$df=108$) και συγκεκριμένα με τα άτομα με υψηλή ένταση να σημειώνουν υψηλότερες τιμές ($M=2,55$, $SD=1,008$) απ' ό τι τα άτομα με μικρή εμπειρία συμμετοχής ($M=1,95$, $SD=.631$).

Στο 2^ο θέμα “συμμετοχή σε κάποια εκδήλωση με σχέση τη καθαριότητα” σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα άτομα με διαφορετική σωματική ένταση συμμετοχής στη δραστηριότητα MB σε επίπεδο $p<0.5$ ($t=-2,647$ $df=108$) και συγκεκριμένα με τα άτομα με υψηλή ένταση να σημειώνουν υψηλότερες τιμές ($M=2,48$ $SD=.979$) απ' ό τι τα άτομα με μικρή εμπειρία συμμετοχής ($M=1,98$ $SD=.935$).

Στο 3^ο θέμα “συνύπαρξη με άτομα ή ομάδες που ασχολούνται με περιβαλλοντικά ζητήματα” σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα άτομα με διαφορετική σωματική ένταση συμμετοχής στη δραστηριότητα MB σε επίπεδο $p<0.5$ ($t=-2,468$ $df=108$) και συγκεκριμένα με τα άτομα με υψηλή ένταση να σημειώνουν υψηλότερες τιμές ($M=2,41$ $SD=1,180$) απ' ό τι τα άτομα με μικρή εμπειρία συμμετοχής ($M=1,88$ $SD=.900$).

Στα υπόλοιπα 7 θέματα δε σημειώθηκαν σημαντικά στατιστικές διαφορές.

- η 2^η υπόθεση, δηλαδή η διερεύνηση διαφορών έγινε με τη χρήση t-test έγινε μεταξύ της ανεξάρτητης διχοτόμου μεταβλητής «διαφορετικό φύλο» (1=άνδρας, 2=γυναίκα) με τα 10 θέματα της καθημερινής «περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς»

	Φύλο:	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
GREB1	man	84	2,32	,920	,100
	woman	26	2,35	,977	,192
GREB2	man	84	2,26	,995	,109
	woman	26	2,38	,983	,193
GREB3	man	84	2,11	1,064	,116
	woman	26	2,54	1,208	,237
GREB4	man	84	2,50	1,156	,126
	woman	26	2,88	1,033	,202
GREB5	man	84	3,30	1,073	,117
	woman	26	3,35	,797	,156
GREB6	man	84	3,39	1,232	,134
	woman	26	3,77	1,070	,210
GREB7	man	83	3,42	1,201	,132
	woman	26	4,04	,958	,188
GREB8	man	83	3,19	1,366	,150
	woman	26	3,38	1,299	,255
GREB9	man	84	2,04	1,197	,131
	woman	26	1,54	,811	,159
GREB10	man	84	3,10	1,219	,133
	woman	26	3,65	,689	,135

Στο 7^ο θέμα «προσπάθεια για αγορά προϊόντων σε συσκευασίες που ανακυκλώνονται» σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα σε άνδρες και γυναίκες σε επίπεδο $p < 0.5$ ($t = -2,389$ $df = 107$) και συγκεκριμένα οι γυναίκες σημειώνουν υψηλότερες τιμές ($M = 4,04$ $SD = .958$) απ' ότι οι άνδρες ($M = 3,42$ $SD = 1,201$).

Στο 9^ο θέμα “συναναστροφή με πολιτικούς/ ηθοποιούς/ τραγουδιστές που ενδιαφέρονται για το περιβάλλον” σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα σε άνδρες και γυναίκες σε επίπεδο $p < 0.5$ ($t = 1,979$ $df = 108$) και συγκεκριμένα οι γυναίκες σημειώνουν χαμηλότερες τιμές ($M = 1,54$ $SD = .811$) απ' ότι οι άνδρες ($M = 2,04$ $SD = 1,197$).

Στο 10^ο θέμα “ανάγνωση θεμάτων σε περιοδικά/ βιβλία/ ίντερνετ για το περιβάλλον” σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα σε άνδρες και γυναίκες σε

επίπεδο $p < 0.5$ ($t = -2,225$ $df = 108$) και συγκεκριμένα οι γυναίκες να σημειώνουν υψηλότερες τιμές ($M = 3,65$ $SD = .689$) απ' ό τι οι άνδρες ($M = 3,10$ $SD = 1,219$).

Στα υπόλοιπα 7 θέματα δε σημειώθηκαν σημαντικά στατιστικές διαφορές.

- η **3^η υπόθεση**, δηλαδή η διερεύνηση διαφορών έγινε με τη χρήση t-test έγινε μεταξύ της ανεξάρτητης διχοτόμου μεταβλητής «οικογενειακή κατάσταση» (1=έγγαμος, 2=άγαμος) με τα 10 θέματα της καθημερινής «περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς»

	Οικ κατάσταση	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
GREB1	eggamos	68	2,44	,952	,115
	agamos	42	2,14	,872	,134
GREB2	eggamos	68	2,32	,937	,114
	agamos	42	2,24	1,078	,166
GREB3	eggamos	68	2,37	1,118	,136
	agamos	42	1,95	1,058	,163
GREB4	eggamos	68	2,75	1,138	,138
	agamos	42	2,33	1,097	,169
GREB5	eggamos	68	3,24	1,024	,124
	agamos	42	3,43	,991	,153
GREB6	eggamos	68	3,41	1,225	,149
	agamos	42	3,60	1,170	,181
GREB7	eggamos	67	3,54	1,198	,146
	agamos	42	3,62	1,147	,177
GREB8	eggamos	67	3,18	1,325	,162
	agamos	42	3,33	1,391	,215
GREB9	eggamos	68	1,91	1,129	,137
	agamos	42	1,93	1,156	,178
GREB10	eggamos	68	3,31	1,149	,139
	agamos	42	3,10	1,122	,173

Σε κανένα από τα 10 θέματα δε σημειώθηκαν σημαντικά στατιστικές διαφορές.

Κεφάλαιο: ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η παρούσα έρευνα έγινε με σκοπό να εξετάσει την οικολογική συμπεριφορά και υπευθυνότητα των αθλητών της ορεινής ποδηλασίας , μιας και το παρών δείγμα ήταν αναμενόμενο να παρουσιάσει μια θετική πλευρά προς το εξωτερικό περιβάλλον αφού όλο το φάσμα του αθλήματος εκτυλίσσεται σε αυτό.

Επικεντρώνοντας κυρίως στο επίπεδο που τα δημογραφικά χαρακτηριστικά παίζουν ρόλο στη διαφοροποίηση της περιβαλλοντικά υπεύθυνης συμπεριφοράς, αλλά θέτοντας και μία ακόμη παράμετρο: εάν η περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση αλλάζει μέσω της χρόνιας προπόνησης σε ανοιχτό χώρο.

Λαμβάνοντας υπόψιν τα αποτελέσματα της έρευνας, προκύπτει το συμπέρασμα πως το μεγαλύτερο ποσοστό των ανθρώπων καταφεύγουν στην προσπάθεια για αγορά και χρήση προϊόντων που δεν μολύνουν το περιβάλλον και είναι φιλικά ως προς αυτό. Ενώ αισθητά μικρότερο ήταν το ποσοστό εκείνων, που επιλέγουν να ασχοληθούν με το θέμα πιο σχολαστικά, δίνοντας το βήμα σε ανθρώπους της τέχνης και της πολιτικής σκηνής, με την οργάνωση εκδηλώσεων και δράσεων, με σκοπό την ευαισθητοποίηση του κοινού. Η αγορά και η χρήση προϊόντων φιλικά προς το περιβάλλον είναι μια εύκολη λύση για τους ανθρώπους που νοιάζονται για αυτό, αλλά λόγω της καθημερινότητας είναι αδύνατον να αφιερώσουν χρόνο σε κάτι πιο οργανωμένο. Είναι κάτι που δεν απαιτεί θυσία χρόνου, δεν είναι δαπανηρή και προσαρμόζεται στην καθημερινότητα του εκάστοτε ανθρώπου. Αντιθέτως η πιο ενεργή ενασχόληση με το θέμα, προαπαιτεί περισσότερο χρόνο και οργάνωση.

Ύστερα από τις στατιστικές αναλύσεις που πραγματοποιήθηκαν, διαπιστώθηκε αρχικά η διαφορά ανάμεσα σε άτομα που πραγματοποιούν τη

δραστηριότητα σε υψηλή ένταση με αυτά που εξασκούνται σε χαμηλή (Αγγελίδου 2015) καθώς μερικοί άνθρωποι πλέον χρησιμοποιούν το ποδήλατο για την καθημερινή σωματική άσκηση τους, ανεξάρτητα από τις μετακινήσεις εντός πόλης, φτάνοντάς σε σημείο να συμμετέχουν και σε διοργανώσεις στο φυσικό περιβάλλον. Έτσι άνθρωποι που εξασκούνται σε υψηλή ένταση διαμορφώνουν καλύτερη περιβαλλοντική συμπεριφορά σε σχέση με τους υπόλοιπους.

Επίσης, διακρίνουμε διαφορές ανάμεσα στα δυο φύλα καθώς παρατηρείται ότι οι γυναίκες ενδιαφέρονται περισσότερο για περιβάλλον και προσπαθούν να αγοράζουν ανακυκλώσιμα προϊόντα επιπλέον διαβάζουν βιβλία και περιοδικά με περιβαλλοντικό περιεχόμενο. Αυτό επιβεβαιώνεται και σε προηγούμενη έρευνα των Bjerke και των συνεργατών του (2006), αφού οι γυναίκες υπερέχουν σε μέσο όρο σε σχέση με τους άντρες και έχουν περισσότερες περιβαλλοντικές ανησυχίες.

Τέλος, δε σημειώνονται διαφορές σε άτομα ανάλογα με την οικογενειακή τους κατάσταση σε αντίθεση με την έρευνα Ζαφειρούδη, Κουθούρη και Παντίδη (2014). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της αναφερόμενης έρευνας σε παρόμοια μεταβλητή της εμπλοκής, παρουσιάστηκαν διαφορές και στις τρεις διαστάσεις της εμπλοκής («έλξη του ατόμου προς τη δραστηριότητα», «κεντρικότητα της δραστηριότητας στη ζωή του ατόμου» και «αυτοέκφραση του ατόμου μέσα από τη δραστηριότητα»). Εκεί παρατηρήθηκε ότι διαφοροποιούνται λόγω της διαφορετικής οικογενειακής κατάστασης των ποδηλατών στην έρευνα φάνηκε ότι υπήρξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των ομάδων διαφορετικής οικογενειακής κατάστασης, με τους ώριμους ηλικιακά και έγγαμους ποδηλάτες να σημειώνουν μεγαλύτερες τιμές σε σχέση με τους μικρότερους σε ηλικία και άγαμους ποδηλάτες.

Κεφάλαιο: ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΕΣ ΕΡΕΥΝΕΣ

Η παρούσα έρευνα εστίασε στην αξιολόγηση της οικολογικής στάσης όσων αφορά τους αθλητές ορεινής ποδηλασίας και διερεύνησε τους παράγοντες που επηρεάζουν αυτή ως προς το φυσικό περιβάλλον κατά τη διάρκεια της προπόνησης και του αγώνα. Είναι γεγονός ότι δεν υπάρχουν πολλές έρευνες που να στοχεύουν στο κομμάτι του ορειβατικού ποδηλάτου και του περιβάλλοντος, ενώ η ύπαρξη αυτών θα ήταν καθοριστική και βοηθητική για την κατανόηση της «πράσινης» σκέψης και τους παράγοντες που την διαμορφώνουν.

Όπως διαπιστώσαμε παραπάνω, η ενασχόληση με την δραστηριότητα σε υψηλή ένταση παρουσιάζει θετικά αποτελέσματα οπότε θα μπορούσαμε να ενισχύουμε την συστηματική ενασχόληση με το συγκεκριμένο άθλημα.

Τα αποτελέσματα εκπλήσσουν μιας και σύμφωνα με τη κοινή λογική οι αθλητές που δραστηριοποιούνται μέσα στη φύση, θα έπρεπε να επιδεικνύουν πιο φιλικές τάσεις σε σχέση με τους άλλους αθλητές που για παράδειγμα ασκούνται καθημερινά σε ένα κλειστό ή οριοθετημένο χώρο όπως άνθρωποι που ασκούνται σε γυμναστήριο . Η παραπάνω σύγκριση θα μπορούσε να αποτελούσε υπόθεση σε μία μελλοντική έρευνα.

Βιβλιογραφία

- Αγγελίδου, Τ. (2015) Utility Cycling: A Worldwide Overview and the European Experience. *Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης* ,111
- Berenger, J., Corraliza, J.A., & Martin, R. (2005). Rural-Urban Differences in Environmental Concern, Attitudes, and Actions .*European Journal of Psychological Assessment*, Vol 21(2), 128-138

- Bjerke, T., Thrane, C., & Kleiven, J. (2006). Outdoor recreation interests and environmental attitudes in Norway, *Managing Leisure* 11, 116–128
- https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9F%CF%81%CE%B5%CE%B9%CE%BD%CE%AE_%CF%80%CE%BF%CE%B4%CE%B7%CE%BB%CE%B1%CF%83%CE%AF%CE%B1
- Ζαφειρούδη, Α. & Χατζηγεωργιάδης, Α. (2008). Περιβαλλοντικό Ενδιαφέρον, Ανθρώπινη Συμπεριφορά και Συμμετοχή σε Υπαίθριες δραστηριότητες Αναψυχής. *Διοίκηση αθλητισμού και αναψυχής*, 5 (2), 23-40.
- Ζαφειρούδη, Α., Κουθούρη, Χ. & Παντίδης, Γ. (2014). Ποδηλασία Βουνού και Προφίλ Συμμετεχόντων. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής* 11(2), 45–57.
- Ζαφειρούδη, Α. & Χατζηγεωργιάδης, Α.(2014) Περιβαλλοντικό Ενδιαφέρον, Ανθρώπινη Συμπεριφορά και Συμμετοχή σε Υπαίθριες Δραστηριότητες Αναψυχής. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής* 11 (2), 58–74
- Κουθούρης, Χ. (2009). Υπαίθριες Δραστηριότητες Αναψυχής-Ακραία Αθλήματα, Μάνατζμεντ Υπηρεσιών – Εκπαίδευση Στελεχών. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Χριστοδουλίδη
- Παυλίδης, Γ., Ζαφειρούδη, Α. & Κουθούρης, Χ. (2018) Διερεύνηση της περιβαλλοντικής συμπεριφοράς ορειβατών επισκεπτών καταφύγιων του Ολύμπου. *Ελληνικό Περιοδικό Διοίκηση Αθλητισμού & Αναψυχής* 15 (1), 1-21

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ: ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΕΡΕΥΝΑΣ

Ερωτηματολόγιο

Οι παρακάτω ερωτήσεις θα μας βοηθήσουν να μάθουμε πολλά πράγματα για το περιβάλλον και να το βοηθήσουμε να γίνει καλύτερο!!!

Φύλο:

Άνδρας
 Γυναίκα

Ηλικία:

15-25
 26-35
 36-45
 46-55
 56-65
 65 και άνω

Εκπαίδευση:

Γυμνάσιο
 Λύκειο
 Πτυχιούχος ΤΕΙ/ΑΕΙ
 Άλλη σχολή

Οικογενειακή κατάσταση:

έγγαμος
 άγαμος
 άλλο

Παιδιά:

Ναι
 Όχι

Επάγγελμα :

Παιδιά:

Ναι
 Όχι

Επάγγελμα :

Η απάντησή σας

Εθνικότητα:

Ελληνική
 Άλλο

Επόμενο

Μην υποβάλετε ποτέ κωδικούς πρόσβασης μέσω των Φορμών Google.

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google. [Αναφορά κακής χρήσης](#) - [Όροι Παροχής Υπηρεσιών](#) - [Πολιτική απορρήτου](#)

Google Φόρμες

Κατά τη διάρκεια που συμμετέχω σε διαδρομές με ποδήλατο βουνού:

(Παρακαλούμε απαντήστε ειλικρινά)

1. Παρατηρώ τα δέντρα, τα φυτά, τη βλάστηση

1 2 3 4 5

Καθόλου Πάρα πολύ

2. Νοιώθω τις αλλαγές της φύσης ανάλογα με την εποχή

1 2 3 4 5

Καθόλου Πάρα πολύ

3. Ακούω ήχους από τα ζώα, τα έντομα τον αέρα

1 2 3 4 5

<p>4. Παρατηρώ γενικά την πανίδα</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>7. Παίζω με τα νερά</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>5. Αισθάνομαι τις μυρωδιές της φύσης</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>8. Αγγίζω τα φυλλάμματα των δένδρων, των φυτών</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>6. Βλέπω τα ίχνη στο χιόνι στο χώμα (π.χ. πατημασιές ζώων)</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>9. Παρατηρώ τη μορφολογία του τοπίου (εδάφους)</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>7. Παίζω με τα νερά</p> <p>1 2 3 4 5</p>	<p>10. Πίνω νερό από φυσικές πηγές</p> <p>1 2 3 4 5</p>

<p>10. Πίνω νερό από φυσικές πηγές</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>13. Παρατηρώ φυσικά φαινόμενα (π.χ. χιονοστιβάδες, κεραυνοί)</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>11. Τρώω καρπούς ή τροφές από τη φύση (π.χ. αγριοφράουλες):</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>14. Προσεγγίζω έμβια όντα της άγριας φύσης ή τις φωλιές τους</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>12. Βλέπω τις φωλιές των ζώων/ πουλιών/εντόμων</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>15. Μαζεύω σκουπίδια που εντοπίζω</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>13. Παρατηρώ φυσικά φαινόμενα (π.χ.</p>	<p>16. Παράγω άλλους ήχους στη φύση</p>

<p>17. Παίρνω κομμάτια από το τοπίο για ενθύμιο</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>21. Κοινοποιώ περιστατικά που θεωρώ επικίνδυνα για τη φύση</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>18. Μαζεύω λουλούδια/καρπούς/φυτά</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>22. Κάνω παρατήρηση σε άτομα που φέρονται άσχημα στο περιβάλλον</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>19. Γράφω/χαράζω σε κορμούς δένδρων, πέτρες, βράχια</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>Καθώς διασχίζω την ποδηλατική διαδρομή:</p>
<p>20. Αφήνω πίσω μου αντικείμενα</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>23. Επικεντρώνομαι στην κινητική δράση</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>23. Επικεντρώνομαι στην κινητική δράση</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>26. Επικεντρώνομαι στο να ξεπεράσω τους άλλους</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>24. Επικεντρώνομαι στην επίδοση</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p>27. Επικεντρώνομαι στον εξοπλισμό</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>
<p>25. Επικεντρώνομαι στην τεχνική</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Καθόλου <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Πάρα πολύ</p>	<p><input type="button" value="Πίσω"/> <input type="button" value="Επόμενο"/></p> <p>Μην υποβάλετε ποτέ κωδικούς πρόσβασης μέσω των Φορμών Google.</p> <p>Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google. Αναφορά κακής χρήσης - Όροι Παροχής Υπηρεσιών - Πολιτική απορρήτου</p> <p>Google Φόουες</p>
<p>26. Επικεντρώνομαι στο να ξεπεράσω τους άλλους</p> <p>1 2 3 4 5</p>	

Ερωτηματολόγιο

Δεύτερο μέρος

Πόσο συχνά παίρνεις μέρος σε Αθλήματα & Δραστηριότητες που γίνονται στη φύση :

Καμία φορά στη ζωή μου
 Σπάνια
 Ευκαιριακά
 Συχνά
 Συστηματικά

Συνήθως ποια είναι η σωματική ένταση των δραστηριοτήτων στη φύση που συμμετέχεις;

1 2 3 4 5

Χωρίς ένταση Πολύ υψηλή

Οι δραστηριότητες που συμμετέχεις στη φύση γίνονται στην ίδια τοποθεσία;

1 2 3 4 5

Καμία φορά Πάντα

Πόσες φορές στη ζωή σου έχεις πάρει μέρος σε εκδηλώσεις για το περιβάλλον;

Ποτέ
 1-2 φορές
 3-5 φορές
 6-9 φορές
 10 και ανω

Πόσα χρόνια ασχολείσαι με την ποδηλασία βουνού;

1 χρόνο
 2-3 χρόνια

Ποια η ποδηλατική σου εμπειρία;

1 2 3 4 5

Πολύ μικρή Πολύ μεγάλη

3. βρίσκεσαι με άτομα ή ομάδες που ασχολούνται με περιβαλλοντικά θέματα;

1 2 3 4 5

Ποτέ Συνεχώς

4. ρωτάς άλλα άτομα για να μάθεις τι μπορείς να κάνεις για τη μόλυνση του περιβάλλοντος;

1 2 3 4 5

Ποτέ Συνεχώς

5. χρησιμοποιείς προϊόντα που δε μολύνουν το περιβάλλον;

1 2 3 4 5

Ποτέ Συνεχώς

2. συμμετέχεις σε κάποια εκδήλωση που να σχετίζεται με την καθαριότητα;

1 2 3 4 5

Ποτέ Συνεχώς

1. παίρνεις μέρος σε εκδηλώσεις που έχουν σχέση με το περιβάλλον;

1 2 3 4 5

Ποτέ Συνεχώς

6. αγοράζεις ένα προϊόν επειδή μολύνει λιγότερο το περιβάλλον;

1 2 3 4 5

Ποτέ Συνεχώς

7. κάνεις προσπάθεια να αγοράσεις προϊόντα σε συσκευασίες που ανακυκλώνονται;

1 2 3 4 5

Ποτέ Συνεχώς

8. υποστηρίζεις τους πολιτικούς/ ηθοποιούς/τραγουδιστές που είναι υπέρ του περιβάλλοντος;

1 2 3 4 5

Ποτέ Συνεχώς

9. συναναστρέφεται με πολιτικούς/ ηθοποιούς/τραγουδιστές που ενδιαφέρονται για το περιβάλλον;

1 2 3 4 5

Ποτέ Συνεχώς

10. διαβάζεις θέματα σε περιοδικά/ βιβλία/ίντερνετ για το περιβάλλον;

1 2 3 4 5

Ποτέ Συνεχώς

ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΓΙΑ ΤΟΝ ΧΡΟΝΟ ΣΑΣ