



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ**  
**ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ**  
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

# **«ΔΕΝ ΚΑΠΝΙΖΩ, ΓΥΜΝΑΖΟΜΑΙ»**

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΠΟ  
**2ο ΓΕΛ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ**

**[ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: ΠΑΠΑΠΑΝΤΕΛΗΣ ΝΙΚΗΤΑΣ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ]**

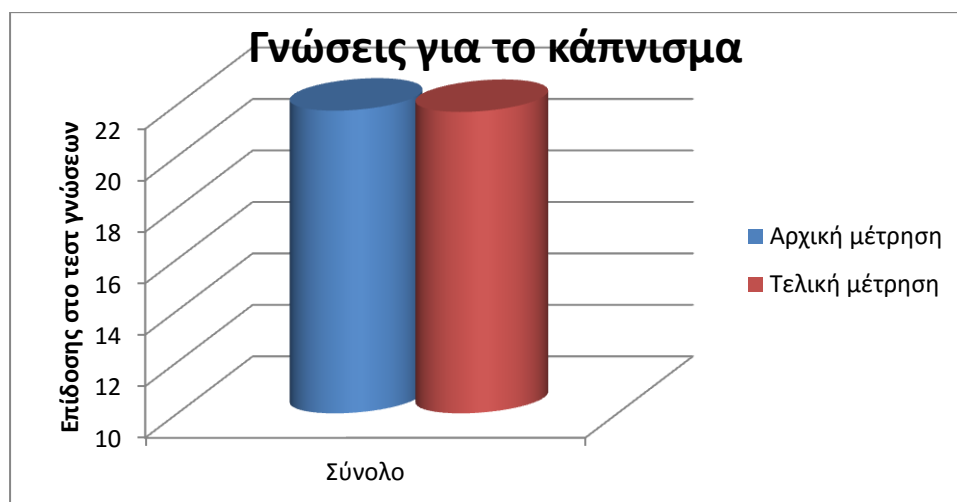
**ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2015-16**

**Συντάκτης: Κολοβελώνης Αθανάσιος, PhD**

**Τρίκαλα, Μάιος 2016**

### Γνώσεις για το κάπνισμα

Οι γνώσεις των μαθητών/τριών για τις συνέπειες του καπνίσματος ήταν υψηλές και παρέμειναν σταθερές μετά την εφαρμογή του προγράμματος σε σύγκριση με τις γνώσεις τους πριν την εφαρμογή του προγράμματος (Σχήμα 1).



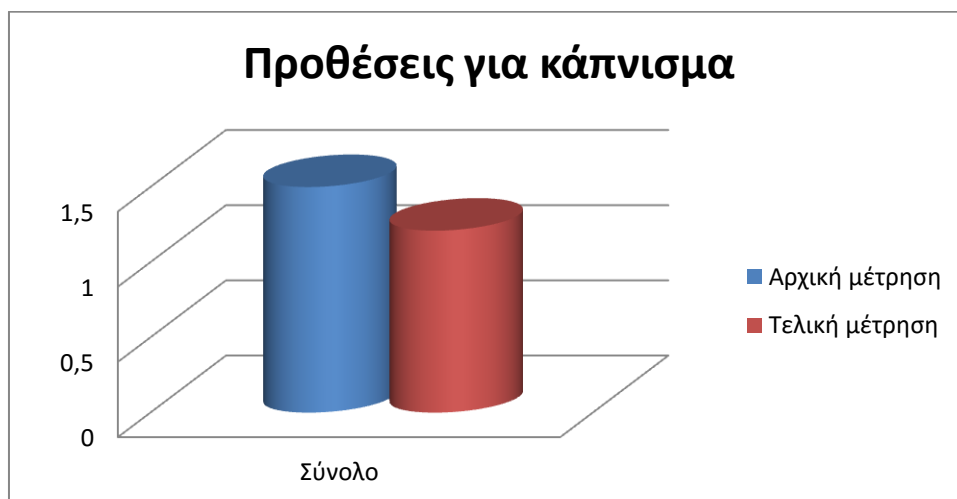
**Σχήμα 1.** Γνώσεις μαθητών/τριών για το κάπνισμα πριν και μετά την εφαρμογή του προγράμματος

### Στάσεις και προθέσεις για το κάπνισμα

Οι μαθητές ανέφεραν αρνητικές στάσεις για το κάπνισμα τόσο πριν όσο και μετά την εφαρμογή του προγράμματος (Σχήμα 2). Αντίστοιχα αρνητικές ήταν οι προθέσεις τους να καπνίσουν στο μέλλον (Σχήμα 3). Οι στάσεις και οι προθέσεις των μαθητών μειώθηκαν ακόμη περισσότερο μετά την εφαρμογή του προγράμματος



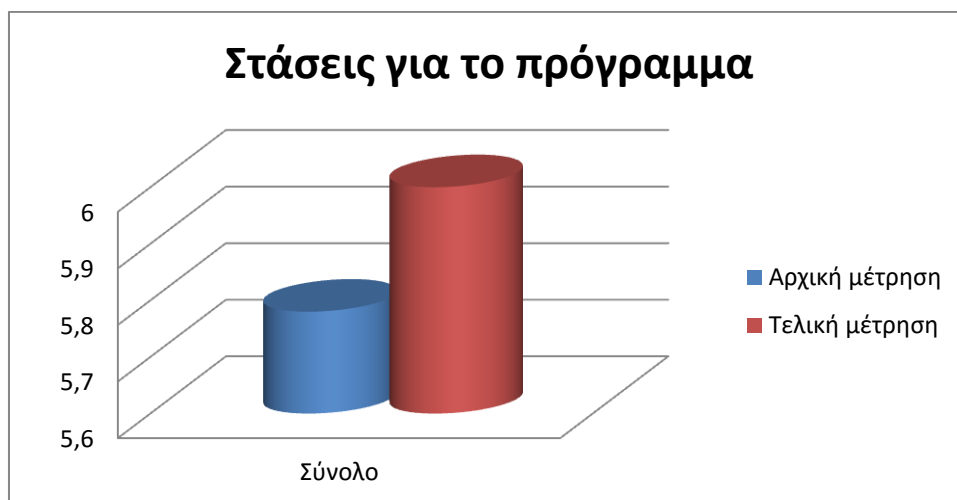
**Σχήμα 2.** Στάσεις μαθητών/τριών για το κάπνισμα πριν και μετά την εφαρμογή του προγράμματος



**Σχήμα 3.** Προθέσεις μαθητών/τριών για το κάπνισμα πριν και μετά την εφαρμογή του προγράμματος

#### Στάσεις για το πρόγραμμα

Οι στάσεις των μαθητών για το πρόγραμμα αυξήθηκαν μετά την εφαρμογή του προγράμματος αποτέλεσμα που δείχνει ότι οι μαθητές θεώρησαν το πρόγραμμα χρήσιμο, ενδιαφέρον και ευχάριστο (Σχήμα 4).



**Σχήμα 4.** Στάσεις μαθητών/τριών για το πρόγραμμα πριν και μετά την εφαρμογή του

## **Συμπεράσματα**

Η ανάλυση των αποτελεσμάτων έδειξε ότι η εφαρμογή του προγράμματος «Δεν καπνίζω, Γυμνάζομαι» είχε θετική επίδραση στις στάσεις και τις προθέσεις των μαθητών για κάπνισμα οι οποίες ήταν χαμηλές πριν την εφαρμογή του προγράμματος και μειώθηκαν ακόμη περισσότερο μετά την εφαρμογή του προγράμματος. Οι μαθητές θεώρησαν το ότι το πρόγραμμα ήταν ενδιαφέρον, ευχάριστο και χρήσιμο γεγονός που αποτυπώθηκε στη ενίσχυση των στάσεων τους για τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα. Επίσης, οι γνώσεις των μαθητών/τριών σχετικά με τις επιβλαβείς συνέπειες του καπνίσματος ήταν σχετικά υψηλές και παρέμειναν σταθερές μετά την εφαρμογή του προγράμματος.