



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΚΑΙ ΜΕΣΩ ΤΟΥ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ

PINBALL

1

Μεθοδολογία

Σχεδιασμένο από το Πανεπιστήμιο της Modena και Reggio Emilia (υπεύθυνος:

UNIMORE) με τη στήριξη όλων των εταίρων



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδόσφαιρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Σύνοψη

Μεθοδολογία	1
Σύνοψη	2
Κεφάλαιο 1. Εισαγωγή: Θέση του εγγράφου και σκοπός της μεθοδολογίας	6
Κεφάλαιο 2. Επιστημονικό υπόβαθρο: η Έρευνα PINBALL	7
Κεφάλαιο 3. Η Μεθοδολογία	10
3.1 Γενικά στοιχεία για την ανάπτυξη και υλοποίηση της μεθοδολογίας	10
3.2 Γενική δομή της Μεθοδολογίας	10
3.2.1 Στόχος 1: Να παρέχονται στους προπονητές οι δεξιότητες για την καταπολέμηση του εκφοβισμού και η δημιουργία ενός συνεκτικού και υποστηρικτικού ποδοσφαιρικού περιβάλλοντος	11
3.2.1.1 Αποτελέσματα της έρευνας PINBALL	11
3.2.1.2 Προσέγγιση	12
3.2.2 Στόχος 2: Εξάλειψη των επεισοδίων εκφοβισμού από τις ποδοσφαιρικές ομάδες παιδιών και εφήβων	14
3.2.2.1 Αποτελέσματα της έρευνας PINBALL	14
3.2.2.2 Προσέγγιση	14
3.2.3 Στόχος 3: Προώθηση μιας κουλτούρας που θα βασίζεται στις αθλητικές αξίες κατά του εκφοβισμού στην ΕΕ	17
3.2.3.1 Αποτελέσματα της έρευνας PINBALL	17
3.2.3.2 Προσέγγιση	18



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

3.3 Οι δραστηριότητες	19
3.3.1 Προκαταρκτική δραστηριότητα	19
3.3.2 Δραστηριότητα 1 – "Μίλησέ μου περισσότερο γι' αυτό"	24
3.3.2.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών	25
3.3.2.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών	33
3.3.3 Δραστηριότητα 2 – "Πώς αισθάνεται κάποιος;"	36
3.3.3.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών	36
3.3.3.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών	41
3.3.4 Δραστηριότητα 3 – "Χτίζοντας ένα δίκτυο"	43
3.3.4.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών	43
3.3.4.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών	50
3.3.5 Δραστηριότητα 4 – "Προχωράμε μαζί"	52
3.3.4.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών	53
3.3.4.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών	58
3.3.6 Δραστηριότητα 5 – "Αυτοί είμαστε..."	59
3.3.5.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών	60
3.3.5.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών	65
3.3.6 Δραστηριότητα 6 – "...Έτσι το κάνουμε!"	67
3.3.6.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών	67
3.3.6.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών	73
3.3.7 Δραστηριότητα 7 - "Ακολουθήστε τον αρχηγό"	74
3.3.7.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών	75
3.3.7.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών	80
3.3.8 Δραστηριότητα 8 - "Μπορούμε να αλλάξουμε την κοινωνία"	83
3.3.8.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών	83



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

3.3.8.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών	87
Παράρτημα	91
Προκαταρκτικό υλικό δραστηριοτήτων	91
Προκαταρκτικό παράρτημα.1	91
Προκαταρκτικό παράρτημα.2α	106
Προκαταρκτικό παράρτημα.2β	108
Προκαταρκτικό παράρτημα.3	111
Προκαταρκτικό παράρτημα.4	114
.....	117
Προκαταρκτικό παράρτημα.5	119
Υλικό για τη δραστηριότητα 1 "Πες μου κι άλλα"	119
Παράρτημα 1.1 (ηλικία 10-14)	119
.....	122
Παράρτημα 1.1 (ηλικία 15-18)	125
.....	127
Υλικό για τη δραστηριότητα 2 "Πώς αισθάνεται κάποιος;"	130
Παράρτημα 2.1	130
.....	130
ΜΗΝ ΜΟΥ ΠΑΣΑΡΕΙΣ ΠΟΤΕ ΤΗΝ ΜΠΑΛΑ	130
ΚΑΝΕ ΑΣΧΗΜΑ ΣΧΟΛΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΜΟΥ	130
ΕΑΝ ΚΑΝΩ ΕΝΑ ΛΑΘΟΣ, ΚΑΝΕ ΜΕ ΝΑ ΝΙΩΣΩ ΠΙΟ ΑΣΧΗΜΑ	130
ΚΑΝΕ ΜΟΥ ΠΟΛΛΕΣ ΦΙΛΟΦΡΟΝΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΠΟΥ ΚΑΝΩ ΣΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΜΟΥ	130



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΔΙΝΕ ΜΟΥ ΠΑΝΤΟΤΕ ΤΗΝ ΜΠΑΛΑ ΟΣΟ ΤΟ ΔΥΝΑΤΟΝ ΠΙΟ ΓΡΗΓΟΡΑ	130
ΠΑΡΗΓΟΡΗΣΕ ΜΕ ΕΑΝ ΚΑΝΩ ΕΝΑ ΛΑΘΟΣ	130
Υλικό για τη δραστηριότητα 5 "Αυτοί είμαστε..."	132
Παράρτημα 5.1.....	132
.....	134
Παράρτημα 5.2.....	140
Υλικό για τη δραστηριότητα 6 "...Έτσι το κάνουμε!" Υλικό για το 6.....	142
Παράρτημα 6.1.....	142
Παράρτημα 6.2.....	144
.....	144
Υλικό για τη δραστηριότητα 8 "Μπορούμε να αλλάξουμε την κοινωνία"	145
Παράρτημα 8.1.....	145
Παράρτημα 8.2.....	148



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Κεφάλαιο 1. Εισαγωγή: Θέση του εγγράφου και σκοπός της μεθοδολογίας

Το PINBALL είναι ένα ευρωπαϊκό πρόγραμμα στο οποίο συμμετέχουν πέντε Εθνικές Ποδοσφαιρικές Ομοσπονδίες (ΠΟ: ήτοι, η Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία της Φινλανδίας, υπεύθυνη του προγράμματος, η Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία της Κροατίας, η Ελληνική Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία, η Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία της Πορτογαλίας και η Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία της Ελβετίας), το ίδρυμα UEFA Foundation for Children, το UNIMORE (Πανεπιστήμιο με συγκεκριμένη εξειδίκευση στην κοινωνική συμπερίληψη και τον εκφοβισμό), η FRIENDS, ένωση μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα κατά του εκφοβισμού, και η FORMODENA, ένωση εξειδικευμένη σε θέματα εκπαίδευσης. Η UEFA συμμετείχε ως υποστηρίζων θεσμός.

6

Το PINBALL στοχεύει στην καταπολέμηση του εκφοβισμού στις ποδοσφαιρικές ομάδες παιδιών και εφήβων ηλικίας 10 έως 18 ετών. Οι συγκεκριμένοι στόχοι του είναι:

1. να παρέχονται στους προπονητές οι δεξιότητες για την καταπολέμηση του εκφοβισμού και η δημιουργία ενός συνεκτικού και υποστηρικτικού ποδοσφαιρικού περιβάλλοντος
2. η εξάλειψη των επεισοδίων εκφοβισμού στις νεανικές ποδοσφαιρικές ομάδες
3. η προώθηση μιας κουλτούρας που θα βασίζεται στις αθλητικές αξίες κατά του εκφοβισμού στην ΕΕ.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Το παρόν έγγραφο έχει ως σκοπό να καθορίσει λεπτομερώς τον τρόπο και το σκεπτικό πίσω από τη μεθοδολογία του PINBALL να περιγράψει λεπτομερώς τις δραστηριότητες που θα εφαρμόσει κάθε συμμετέχουσα ΠΟ στις επιλεγμένες νεανικές ομάδες της.

Συνοπτικά, στις σελίδες που ακολουθούν, το παρόν έγγραφο:

- θα παρέχει μία σύνοψη της έρευνας του PINBALL στην οποία βασίζεται η μεθοδολογία,
- θα παρέχει πρακτικές λεπτομέρειες στους εκπαιδευτές και τους προπονητές του PINBALL σχετικά με το πώς να εφαρμόσουν τις δραστηριότητες κατά τη διάρκεια της αθλητικής σαιζόν.

Κεφάλαιο 2. Επιστημονικό υπόβαθρο: η Έρευνα PINBALL

7

Ο εκφοβισμός είναι ένα σχετικό κοινωνικό φαινόμενο σε όλη την Ευρώπη, απλώνεται δε σε πολλά εκπαιδευτικά περιβάλλοντα. Εφαρμόστηκαν διαφορετικές δράσεις για την ανάπτυξη μιας αποτελεσματικής και συνεκτικής μεθοδολογίας. Κατά πρώτον, η ανάπτυξη των δραστηριοτήτων του μαθήματος βασίστηκε στην ανάλυση της επιστημονικής βιβλιογραφίας που εφαρμόζουν το Πανεπιστήμιο της Modena και Reggio Emilia και η FRIENDS όσον αφορά τα αίτια του εκφοβισμού και τις πλέον καταλληλότερες παρεμβάσεις. Κατά δεύτερον, για την απόκτηση επικαιροποιημένων στοιχείων για την επικράτηση του φαινομένου του εκφοβισμού στις διάφορες Χώρες, η κοινοπραξία του PINBALL σχεδίασε και διένειμε μια έρευνα στους προπονητές των συμμετεχουσών ΠΟ (ήτοι την ΠΟ Φινλανδίας, την ΠΟ Κροατίας, την ΕΠΟ,



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

την ΠΟ Πορτογαλίας και την ΠΟ Ελβετίας). Από τους προπονητές ζητήθηκε η γνώση τους σχετικά με τα φαινόμενα εκφοβισμού εντός και εκτός γηπέδου και πώς οι αθλητές τους εμπλέκονταν σε αυτά (ως εκφοβίζοντες, θύματα και/ή παρατηρητές). Στην έρευνα συμμετείχαν συνολικά 1.039 προπονητές ποδοσφαίρου ομάδων νέων. Περαιτέρω, η κοινοπραξία συγκέντρωσε μία σειρά από Ορθές Πρακτικές κατά το εκφοβισμού που θα μπορούσαν να ενημερώσουν και να εμπνεύσουν την ανάπτυξη της μεθοδολογίας του PINBALL.

Τα κοινά συμπεράσματα της έρευνας και οι ορθές πρακτικές υποδεικνύουν ότι η σχετική κοινωνική αλλαγή μπορεί να προκύψει μόνο εφόσον παραχθεί έργο σε διάφορα επίπεδα με τους διάφορους κοινωνικούς παράγοντες, ήτοι τους εκφοβίζοντες, τα θύματα και τους παρατηρητές, αλλά και την εκπαιδευτική κοινότητα που περιβάλλει τους ίδιους τους παράγοντες, σε μια κοινωνικο-οικολογική προοπτική.

Σε πολλές από τις ορθές πρακτικές υπάρχει ένας κοινός συντελεστής που σχετίζεται με τις ψυχολογικές διαδικασίες που εμφανίζονται ως συναφείς στην αντιμετώπιση του εκφοβισμού:

1. πληροφορίες σχετικά με τον εκφοβισμό, όχι μόνο στους νέους αλλά και στην εκπαιδευτική τους κοινότητα,
2. ανάπτυξη της ταυτότητας και της συνοχής της ομάδας, ιδιαίτερος όσον αφορά τις κοινωνικές της πτυχές (θεμελίωση ισχυρών δεσμών φιλίας και της ατομικής εικόνας ως μέρος της ομάδας),



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

3. εδραίωση κοινωνικών νορμών καταπολέμησης του εκφοβισμού που πρέπει να τηρούνται εντός και εκτός γηπέδου,
4. εξέταση των συναισθημάτων που βιώνουν τα θύματα εκφοβισμού, αναπτύσσοντας έτσι ισχυρότερα συναισθήματα εμπάθεια προς το πρόσωπό τους,
5. ενεργής εμπλοκή των νέων σε εκστρατείες καταπολέμησης του εκφοβισμού ούτως ώστε να βιώνουν την ικανότητα να παράγουν κοινωνική αλλαγή και να μπορούν να αποτελούν υποδείγματα προς μίμηση.

Αξιοσημείωτη είναι επίσης η σημασία της διαμήνυσης των μηνυμάτων αυτών μα διασκεδαστικές και συναρπαστικές εμπειρίες καθώς τα θετικά συναισθήματα συνδέονται με την καλύτερη και συνεπέστερη εκμάθηση. Το PINBALL, ως εκ τούτου, θα βασίζεται σε επιτόπιες δραστηριότητες βάσει των παραπάνω βασικών στοιχείων, για τη βελτιστοποίηση του εκπαιδευτικού αποτελέσματος. Επίσης, οι δραστηριότητες θα διαφοροποιούνται με βάση την ηλικία των ποδοσφαιριστών. Τα παιδιά βιώνουν σημαντικές αναπτυξιακές αλλαγές στη μετάβαση από την παιδική ηλικία στην ώριμη εφηβεία, ως εκ τούτου, σχεδιάσαμε εννοιολογικά παρόμοιες, πρακτικά όμως διαφορετικές δραστηριότητες για παιδιά 10-14 ετών και εφήβους 15-18 ετών.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Κεφάλαιο 3. Η Μεθοδολογία

3.1 Γενικά στοιχεία για την ανάπτυξη και υλοποίηση της μεθοδολογίας

Η μεθοδολογία του PINBALL εφαρμόστηκε από κάθε συμμετέχουσα ΠΟ κατά τη διάρκεια της ποδοσφαιρικής περιόδου 2023-2024 για την ΠΟ Φινλανδίας, την ΠΟ Πορτογαλίας (ποδοσφαιριστές 10-14 ετών) και την ΕΠΟ (ποδοσφαιριστές 15-18 ετών) και της ποδοσφαιρικής περιόδου 2024-2025 για την ΠΟ Κροατίας (ποδοσφαιριστές 10-14 ετών) και την ΠΟ Ελβετίας (ποδοσφαιριστές 15-18 ετών) (σύμφωνα με το πρόγραμμα, κατά τους μήνες 16-20 και 24-32 αντίστοιχα).

3.2 Γενική δομή της Μεθοδολογίας

Η μεθοδολογία του PINBALL έχει σχεδιαστεί ώστε να είναι συνεπής με τους βασικούς στόχους του προγράμματος, ήτοι:

1. να παρέχονται στους προπονητές οι δεξιότητες για την καταπολέμηση του εκφοβισμού και η δημιουργία ενός συνεκτικού και υποστηρικτικού ποδοσφαιρικού περιβάλλοντος
2. η εξάλειψη των επεισοδίων εκφοβισμού στις νεανικές ποδοσφαιρικές ομάδες
3. η προώθηση μιας κουλτούρας που θα βασίζεται στις αθλητικές αξίες κατά του εκφοβισμού στην ΕΕ

ενώ εδράζεται στις πλέον συναφείς ψυχολογικές διαρθρώσεις για παρεμβάσεις καταπολέμησης του εκφοβισμού, όπως:

1. παροχή πληροφοριών στην εκπαιδευτική κοινότητα σχετικά με τον εκφοβισμό



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

2. ενίσχυση της ομαδικής ταυτότητας και της συνοχής της ομάδας
3. θέσπιση κοινωνικών νορμών κατά του εκφοβισμού
4. καλλιέργεια της εμπάθειας προς τα θύματα
5. συμμετοχή των νέων σε εκστρατείες κατά του εκφοβισμού

Η μεθοδολογία αποτελείται από ένα σύνολο εννέα δραστηριοτήτων, εκ των οποίων η πρώτη προπαρασκευαστική απευθύνεται μόνο σε προπονητές, ενώ οι παρακάτω θα πρέπει να υλοποιούνται εντός των ομάδων με την ακριβή σειρά με την οποία παρουσιάζονται. Αυτό γίνεται γιατί μερικές από τις δραστηριότητες είναι προπαρασκευαστικές αυτών που έπονται (π.χ. οι ομαδικές νόρμες δεν μπορούν να αναπτυχθούν εφόσον η κοινωνική ταυτότητα της ίδιας της ομάδας δεν είναι εξ αρχής συνεκτική).

11

3.2.1 Στόχος 1: Να παρέχονται στους προπονητές οι δεξιότητες για την καταπολέμηση του εκφοβισμού και η δημιουργία ενός συνεκτικού και υποστηρικτικού ποδοσφαιρικού περιβάλλοντος

3.2.1.1 Αποτελέσματα της έρευνας PINBALL

Ερωτώμενοι πόσο συχνά αναφέρονταν σε και/ή πραγματοποιούσαν δραστηριότητες για να προωθήσουν ένα θετικό κοινωνικό κλίμα και ομαδικό πνεύμα, οι περισσότεροι προπονητές απάντησαν ότι το έπρατταν κάθε εβδομάδα (61,48%). Ωστόσο, όταν ρωτήθηκαν πόσο συχνά σχεδίαζαν δραστηριότητες για να ανιχνεύσουν ή να αντιληφθούν φαινόμενα εκφοβισμού εντός



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

της ομάδας, η πλειονότητα αυτών απάντησε "Ποτέ" (36,13%) ή "1-4 φορές κατ' έτος" (25,11%).

Παρόμοια ήταν η κατάσταση σχετικά με τις δραστηριότητες των προπονητών για την πρόληψη των θεμάτων εκφοβισμού. Επίσης, η πλειονότητα των προπονητών (37,80%) δήλωσε ότι δεν εφαρμόζονται συγκεκριμένα πρωτόκολλα για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού εντός της Ομάδας τους, και ένα τρίτο αυτών δεν γνώριζε την πιθανή ύπαρξη ενός τέτοιου εγγράφου (34,96%).

3.2.1.2 Προσέγγιση

Ο εκφοβισμός και η ταπεινωτική μεταχείριση παραβιάζουν τα θεμελιώδη δικαιώματα των παιδιών. Η Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού δηλώνει ότι ο εκφοβισμός αποτελεί σοβαρή μορφή βίας κατά των παιδιών και ότι κάθε παιδί έχει το δικαίωμα να ζει ελεύθερα, απαλλαγμένο από βία. Όλοι οι ενήλικες με παιδιά κοντά τους πρέπει να ενεργούν με γνώμονα το καλύτερο δυνατόν συμφέρον του παιδιού και να διασφαλίζουν ότι ικανοποιούνται τα δικαιώματα κάθε παιδιού. Από κοινωνικό-οικολογικού πλαισίου, η βιοψυχολογική ανάπτυξη των παιδιών και νέων συμβαίνει σε σχέση με πολλαπλά ενσωματωμένα συστημικά επίπεδα (Bronfenbrenner, 1977, Bronfenbrenner & Morris, 2007). Τα μικροσυστήματα όπως συνομήλικοι, οικογένεια, κοινότητα και αθλητικές ομάδες συμβάλλουν στα ποσοστά του εκφοβισμού που διαπράττουν ή βιώνουν οι νέοι (Espelage, 2014). Η διάδραση μεταξύ των παραγόντων του μικροσυστήματος αναφέρεται ως μεσοσύστημα και προσφέρει πληροφορίες



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ως προς το πώς τα συγκεκριμένα μπορούν να εντείνουν ή να ανακόψουν τις εμπειρίες των νέων (π.χ. η οικογενειακή στήριξη μπορεί να ανακόψει τον αντίκτυπο της θυματοποίησης των συνομηλίκων) (Espelage, 2014). Οι ασφαλείς και θερμές σχέσεις και σχέσεις εμπιστοσύνης μεταξύ ενηλίκων και παιδιών, και μεταξύ παιδιών, θέτουν τα θεμέλια για επιτυχία τόσο των οξειών προσπαθειών όσο και των προληπτικών προσπαθειών. Οι θερμές σχέσεις κάνουν τα παιδιά πιο ευεπίφορα στο να ενεργούν κατά του εκφοβισμού και αυξάνουν την προθυμία τους να εκμυστηρεύονται σε έναν ενήλικα όταν τα ίδια ή άλλοι είναι θύματα άσχημης συμπεριφοράς. Για τον λόγο αυτό, και εντός της μεθοδολογίας PINBALL, δίδεται ιδιαίτερη προσοχή στο να παρέχονται στους προπονητές πρακτικές προτάσεις και δραστηριότητες, αλλά και θεωρητική βάση για την ανίχνευση και την καταπολέμηση του εκφοβισμού. Αναπτύχθηκε ένας σύντομος "Οδηγός Προπονητών για τον Εκφοβισμό" ο οποίος ενημερώνει τους προπονητές για το κοινωνικό αυτό ζήτημα, ιδιαιτέρως όσον αφορά 1) Το τι είναι ο εκφοβισμός, 2) Το πώς ανιχνεύεται ο εκφοβισμός, 3) Το πώς γίνεται παρέμβαση, και 4) Τα εργαλεία πρόληψης. Ο Οδηγός μπορεί να παρουσιαστεί στους Εκπαιδευτές μία ώρα πριν την εκπαίδευση στις ομαδικές Δραστηριότητες. Τα εργαλεία θα είναι υλικά που βοηθούν τους προπονητές να αποτρέπουν την ταπεινωτική μεταχείριση και τον εκφοβισμό. Μια δραστηριότητα με υιοθέτηση ρόλων θα επιτρέψει τη μεγαλύτερη ετοιμότητα για την αντιμετώπιση των διαφορετικών καταστάσεων εκφοβισμού που μπορεί να προκύψουν.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

3.2.2 Στόχος 2: Εξάλειψη των επεισοδίων εκφοβισμού από τις ποδοσφαιρικές ομάδες παιδιών και εφήβων

3.2.2.1 Αποτελέσματα της έρευνας PINBALL

Ερωτώμενοι κατά πόσον μπορούσαν να ανακαλέσουν τουλάχιστον μία περίπτωση κατά την οποία ένας ή περισσότεροι ποδοσφαιριστές είχαν υπάρξει θύματα εκφοβισμού εντός του ποδοσφαιρικού πλαισίου, το ήμισυ των ερωτηθέντων προπονητών απάντησαν θετικά. Όσον αφορά το είδος της βίας που διαπράττονταν, οι προπονητές κυρίως ανέφεραν πολλαπλά είδη βίαιων πράξεων, με τις περισσότερες πράξεις να αφορούν λεκτικό εκφοβισμό (48,62%), ακολουθούμενο από κοινωνικό αποκλεισμό (32,99%) και σωματική βία (18,39%).

3.2.2.2 Προσέγγιση

Όπως προκύπτει από τις Ορθές Πρακτικές του PINBALL, κάποιες ψυχολογικές διαρθρώσεις είναι βασικές για την πρόληψη και/ή την αντιμετώπιση των επεισοδίων εκφοβισμού μεταξύ συνομηλίκων.

1. Παροχή πληροφοριών στην εκπαιδευτική κοινότητα σχετικά με τον εκφοβισμό

Οι νέοι που γνωρίζουν τι είναι ο εκφοβισμός, μπορούν και να τον αναγνωρίσουν καλύτερα. Περαιτέρω, θα αισθάνονται ότι μπορούν να μιλήσουν για αυτό εφόσον συμβεί στους ίδιους ή σε άλλους καθώς η γνώση θα αφαιρεί το στίγμα της θυματοποίησης. Η πληροφόρηση, μαζί με την κοινωνική ταυτότητα, είναι επίσης χρήσιμη βάση για τη μετέπειτα δημιουργία νορμών κατά του εκφοβισμού εντός των



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ομάδων. Η παροχή πληροφόρησης θα ενθαρρύνει επίσης τους νέους να μιλάνε σε έναν έμπιστο ενήλικα εφόσον υπόκεινται εκφοβισμό ή βλέπουν άλλους που υπόκεινται εκφοβισμό (ως εκ τούτους δρώντας θετικά ως παρατηρητές).

2. Καλλιέργεια της εμπάθειας προς τα θύματα

Ως εμπάθεια ορίζεται "η ικανότητα να κατανοείς και να μοιράζεσαι τις σκέψεις και τα αισθήματα του άλλου". Από την έρευνα προκύπτει ότι οι άρρενες νέοι που συχνά εκφοβίζουν μπορεί να είναι ανεπαρκείς, ιδιαιτέρως όσον αφορά την επίδειξη εμπάθειας (ιδιαιτέρως στο να κατανοούν τα συναισθήματα των άλλων ανθρώπων): η ανεπαρκής συναισθηματική εμπάθεια θα καταργούσε την έμμεση εμπειρία του φόβου και του βασανισμού που προκαλεί ο εκφοβίζων στο θύμα του. Μία ακόμα σημαντική πτυχή είναι ότι το υψηλό επίπεδο εμπάθειας συνήθως συνδέεται με τις προθέσεις των ατόμων να επεμβαίνουν όταν παρατηρούν επεισόδια εκφοβισμού: η ενδυνάμωση αυτού του ατομικού χαρακτηριστικού μπορεί, ως εκ τούτου, να καταστήσει τους νέους λιγότερο επιρρεπείς στον εκφοβισμό και πιο επιρρεπείς στο να επεμβαίνουν εφόσον παρατηρούν επεισόδια εκφοβισμού.

15

3. Ενίσχυση της ομαδικής ταυτότητας και της συνοχής της ομάδας

Η συνοχή της ομάδας είναι η ισχύς και το εύρος της διαπροσωπικής σχέσης που υφίσταται μεταξύ των μελών μιας ομάδας. Χάρη σε αυτόν τον διαπροσωπικό δεσμό τα μέλη συμμετέχουν άμεσα και συνεχίζουν να έχουν κίνητρο ώστε να υλοποιούν τους



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

καθορισμένους στόχους. Οι συνεκτικές ομάδες έχουν ομαδική νοοτροπία και ταυτότητα. Αυτό έχει δύο διαστάσεις:

- μία διάσταση που βασίζεται στις εργασίες και τις δουλειές (π.χ. "Συνεργαζόμαστε ώστε να πετύχουμε μια νίκη")
- μία κοινωνική διάσταση (π.χ. "Συνεργαζόμαστε γιατί συμπαθούμε ο ένας τον άλλον").

Η κοινωνική ταυτότητα είναι το κομμάτι της αυτοαντίληψης το οποίο πηγάζει από την αίσθηση ενός ατόμου ότι ανήκει σε μια σχετική κοινωνική ομάδα. Χάρη στην υψηλή ταύτιση με μια ομάδα (π.χ. μια ομάδα ποδοσφαίρου), ένα άτομο είναι πιθανότερο να ενεργήσει σύμφωνα με τις κοινές αξίες της ομάδας αυτής. Υπό την έννοια αυτή, η ομαδική συνοχή και ταυτότητα είναι θεμελιώδη προαπαιτούμενα για άλλους (π.χ. κοινωνικές νόρμες), βάσει της ιδέας ότι μια ισχυρή ομάδα αφενός αποτρέπει τους νέους από το να ενεργούν με βίαιη συμπεριφορά και αφετέρου συντηρεί την ανάπτυξη (θετικών) κοινών αξιών που μεταφέρονται στην καθημερινή ζωή.

4. Θέσπιση κοινωνικών νορμών κατά του εκφοβισμού

Η θέσπιση κοινωνικών νορμών κατά του εκφοβισμού είναι ένας τρόπος αντιμετώπισης των διακρίσεων. Αφορά στη μετατόπιση της εστίασης από τα άτομα και αυτό που θεωρείται ως παραβίαση των νορμών, στην προβολή των δομών και την αμφισβήτηση αυτού που θεωρείται "φυσιολογικό". Συχνά, ο εκφοβισμός λαμβάνει χώρα σε



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

εκπαιδευτικές συνθήκες καθώς πρόκειται για έντονα κοινωνικά περιβάλλοντα στα οποία οι συμπεριφορές ορίζονται από τις νόρμες μεταξύ των συνομηλίκων (Eder et al., 1995). Οι νόρμες αυτές μπορεί να οδηγήσουν τα άτομα στο να συμμετέχουν στον εκφοβισμό, να συναινούν στη θυματοποίηση ή να παραμένουν παρατηρητές στον εκφοβισμό άλλων. Φυσικά οι νόρμες μπορούν να επαναπροσδιορίζονται εντός της ομάδας, με στόχο την αντιμετώπιση του εκφοβισμού. Ως εκ τούτου, αναπτύξαμε δραστηριότητες που ως στόχο τους έχουν την ανάπτυξη ομαδικών νορμών και τη διατήρηση αυτών, χάρη στην κοινωνική συνεισφορά μελών της ομάδας με υψηλό στάτους, όπως οι αρχηγοί των ομάδων.

3.2.3 Στόχος 3: Προώθηση μιας κουλτούρας που θα βασίζεται στις αθλητικές αξίες κατά του εκφοβισμού στην ΕΕ

3.2.3.1 Αποτελέσματα της έρευνας PINBALL

Όπως προέκυψε από την έρευνα PINBALL, ένας τεράστιος αριθμός νεαρών ποδοσφαιριστών αντιμετώπισαν εκφοβισμό τουλάχιστον μερικές φορές στη ζωή τους, είτε στον αγωνιστικό χώρο είτε εκτός αυτού. Ειδικότερα, σύμφωνα με τους μισούς προπονητές, τουλάχιστον μερικοί παίκτες τους υπήρξαν θύματα εκφοβισμού εντός του ποδοσφαιρικού πλαισίου και, σύμφωνα με το 40% των προπονητών, κάποιοι υπήρξαν θύματα και σε άλλα περιβάλλοντα. Τα στατιστικά στοιχεία που αφορούν στους εκφοβιζόμενους είναι εξίσου ανησυχητικά: περίπου το ήμισυ των προπονητών ανέφερε ότι κάποιοι παίκτες τους είναι εκφοβιζόμενοι στο ποδοσφαιρικό



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

πλαίσιο, ενώ περίπου ένα 30% των προπονητών γνωρίζουν παίκτες τους οι οποίοι ενεργούν ως εκφοβίζοντες σε άλλα πλαίσια. Τέλος, περίπου το 40% των προπονητών ανέφερε ότι τουλάχιστον μερικοί παίκτες τους ενεργούσαν ως παρατηρητές επεισοδίων εκφοβισμού εντός του ποδοσφαιρικού πλαισίου, ενώ περίπου ένα 25% των προπονητών γνωρίζουν επίσης παίκτες τους οι οποίοι ενεργούν ως εκφοβίζοντες σε άλλα πλαίσια. Παρόλο που τα υψηλότερα νούμερα εντός του ποδοσφαιρικού πλαισίου σίγουρα αποδίδονται στις περισσότερες ευκαιρίες που έχουν οι προπονητές να βιώσουν το φαινόμενο, είναι αναμφισβήτητο ότι τα νούμερα που αναφέρονται εδώ είναι εξαιρετικά ανησυχητικά και χρήζουν άμεσης προσοχής και ενεργειών καθώς απεικονίζουν αξίες που δεν ευθυγραμμίζονται με τις αξίες του ποδοσφαίρου και της ΕΕ.

3.2.3.2 Προσέγγιση

18

5. Συμμετοχή των νέων σε εκστρατείες κατά του εκφοβισμού

Κάθε ποδοσφαιρική ένωση και οργανισμός πρέπει να διαθέτουν ενέργειες και συστηματικές διαδικασίες ασφάλειας. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό για μια Ομάδα να διαθέτει και συστηματικά να εφαρμόζει συγκεκριμένους κανόνες και πολιτική κατά του εκφοβισμού. Για να γίνει αυτό και για να συμπίπτει με τον στόχο με αριθμό 3, ήτοι την προώθηση μιας κουλτούρας που θα βασίζεται στις αθλητικές αξίες κατά του εκφοβισμού στην ΕΕ, στην τελευταία δραστηριότητα PINBALL οι νέοι θα καταγράψουν συνοπτικά την πολιτική κατά του εκφοβισμού της Ομάδας, ξεκινώντας από αυτά που έχουν ήδη αναπτύξει ως ομαδικές νόρμες κατά του εκφοβισμού. Η πολιτική θα παρουσιαστεί στους ποδοσφαιριστές κατά τη διάρκεια



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

του τελικού τουρνουά - με αυτούς να ζητούν τη στήριξη της κοινότητας, ήτοι προτείνοντας να υιοθετηθεί από σχολεία και συστήνοντας έτσι μια συνεργασία κατά του εκφοβισμού, σε αντιστοίχιση κατά συνέπεια με την ψυχολογική αρχή με αρ. 5 η οποία αφορά στη συμμετοχή των νέων σε εκστρατείες κατά του εκφοβισμού.

3.3 Οι δραστηριότητες

3.3.1 Προκαταρκτική δραστηριότητα

Παροχή πληροφοριών στην εκπαιδευτική κοινότητα σχετικά με τον εκφοβισμό	60 λεπτά
---	----------

Θα γίνεται μια 20λεπτη παρουσίαση για τον εκφοβισμό (βλ. Προκαταρκτικό παράρτημα.1 για τις διαφάνειες της παρουσίας) στους προπονητές που θα τους ενημερώνει σχετικά με το τι είναι ο εκφοβισμός και για τη συχνότητά του. Συνεπακόλουθα, θα παρουσιάζεται στους προπονητές μια λίστα ελέγχου την οποία μπορούν να χρησιμοποιούν εντός των ομάδων τους για την ανίχνευση του εκφοβισμού (βλ. Προκαταρκτικό παράρτημα.2α). Συμπεριλαμβάνεται ένα δεύτερο μη υποχρεωτικό εργαλείο, το οποίο έχει αναπτυχθεί από τη FRIENDS και επίσης συνδράμει στην ανίχνευση του εκφοβισμού Προκαταρκτικό παράρτημα.2β. Τέλος, μια δραστηριότητα με υιοθέτηση ρόλων θα επιτρέψει τη μεγαλύτερη ετοιμότητα για την αντιμετώπιση των διαφορετικών καταστάσεων εκφοβισμού που μπορεί να προκύψουν (βλ.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Προκαταρκτικό παράρτημα.3). Η FRIENDS παρείχε επίσης ένα έγγραφο με τα σημαντικά σημεία που πρέπει να λαμβάνουν υπόψη τους οι προπονητές όταν εφαρμόζουν τις δραστηριότητες PINBALL, καθώς και μια λίστα ελέγχου που πρέπει να ακολουθείται σε περίπτωση επεισοδίων εκφοβισμού, τα οποία επίσης δεν είναι υποχρεωτικό υλικό: [βλ.](#)

Προκαταρκτικό παράρτημα.4 και **Προκαταρκτικό παράρτημα.5.**

Ο στόχος είναι οι παρακάτω δραστηριότητες να υλοποιούνται από τους προπονητές εντός των ομάδων. Βεβαιωθείτε ότι όλα τα μέλη της ομάδας συμμετέχουν σε αυτές. Εφόσον ένας αθλητής αρνηθεί να συμμετάσχει σε μια δραστηριότητα που ενδεχομένως τους προκαλεί ανησυχία, προσπαθήστε να τον συμπεριλάβετε χωρίς να τον πιέσετε (για παράδειγμα, δίδοντάς του τη δυνατότητα να ενεργήσει ως "βοηθός προπονητή" για εκείνη την ημέρα). Στη συνέχεια, αφιερώστε χρόνο και ενημερώστε τον ότι είστε διαθέσιμος να συζητήσετε μαζί του εφόσον και όποτε το έχουν ανάγκη και ότι στόχος των δραστηριοτήτων είναι η ενημέρωση και ο περιορισμός του εκφοβισμού: βρίσκεται σε έναν ασφαλή χώρο όπου κανένας δεν εξαναγκάζεται να συμμετέχει ενεργά εφόσον δεν το επιθυμεί και όπου κανένας δεν θα βλαφθεί.

Εφόσον το κρίνουν χρήσιμο, οι προπονητές μπορούν να παρουσιάσουν το πρόγραμμα PINBALL στους αθλητές και τις οικογένειές τους χρησιμοποιώντας το παρακάτω κείμενο (το



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

οποίο μπορεί φυσικά να τροποποιηθεί ανάλογα με τις ανάγκες της Ομάδας) και το οποίο θα εκτυπωθεί στο επιστολόχαρτο της Ομάδας.

Αγαπητέ αθλητή, αγαπητή οικογένεια,

Χάρη στη συνεργασία με την Εθνική μας Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία, η Ομάδα μας συμμετέχει σε ένα ευρωπαϊκό πρόγραμμα με την ονομασία "PINBALL - Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του ποδοσφαίρου", στο οποίο -σε ευρωπαϊκό επίπεδο- συμμετέχουν πέντε Ποδοσφαιρικές Ομοσπονδίες, ένα Πανεπιστήμιο, μία ένωση κατά του εκφοβισμού, μία εκπαιδευτική ένωση και το Ίδρυμα της UEFA για τα παιδιά. Το πρόγραμμα τελεί υπό τη στήριξη της UEFA. Στόχος του PINBALL είναι η αύξηση της επίγνωσης σχετικά με το φαινόμενο του εκφοβισμού και η βοήθεια στην αντιμετώπισή του. Για τις επόμενες εβδομάδες, η συνήθη μας προπόνηση θα εμπλουτιστεί με επιτόπιες δραστηριότητες που έχουν σχεδιαστεί συγκεκριμένα για να εξετάσουν αυτό το φαινόμενο και να προάγουν τις ικανότητες των νέων και το κίνητρό τους για την αντιμετώπισή του. Θα πρόκειται στο σύνολό τους για ποδοσφαιρικές δραστηριότητες ούτως ώστε να μην διαταραχθεί η προπόνηση.

Μην ανησυχείτε: οι δραστηριότητες έχουν σχεδιαστεί από ειδικούς του τομέα ώστε να ευνοούν τη σκέψη χωρίς να βλάπτουν κανέναν, ενώ έχουν εξεταστεί και από προπονητές σε ευρωπαϊκό επίπεδο. Σε κάθε περίπτωση, εφόσον κάποιος ποδοσφαιριστής αισθανθεί άβολα και δεν θέλει να συμμετέχει σε ένα συγκεκριμένο σημείο μιας δραστηριότητας, κανείς δεν θα το υποχρεώσει να το κάνει. Βασικός μας στόχος είναι η ασφάλεια και η καλή ψυχοσωματική κατάσταση των αθλητών



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

μας. Πιστεύουμε πραγματικά ότι πρόκειται για μια σημαντική ευκαιρία για τους αθλητές μας να ενδυναμώσουν τις δεξιότητές τους και για όλη την Ομάδα να προωθήσει μια καλύτερη κοινωνία μέσω της υγιούς δύναμης του ποδοσφαίρου. Ελπίζουμε ότι θα είστε το ίδιο ενθουσιασμένοι με εμάς για την πρωτοβουλία αυτή και μην διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μας εφόσον έχετε οποιαδήποτε απορία.

Με φιλικούς χαιρετισμούς,

Η Ομάδα

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ ΚΑΙ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

- Αναλογιστείτε τους αόρατους κανόνες και νόρμες που υφίστανται εντός του ποδοσφαίρου και πώς αυτές επηρεάζουν παιδιά και νέους. Πώς μπορούμε ενεργά να εργαστούμε ώστε να διευρύνουμε τα πρότυπα;
- Μιλήστε στους παίκτες ανοιχτά για τον εκφοβισμό: Εξηγήστε τη δύναμη που έχουν τα σκληρά λόγια και ότι μπορούν να είναι εξίσου επικίνδυνα με τη σωματική βία.
- Να είστε ανοιχτοί στη συζήτηση με τους παίκτες, κάντε ερωτήσεις και ακούστε. Είναι δουλειά μας ως ηγέτες και να κάνουμε τα παιδιά και τους νέους να αισθάνονται ότι θέλουμε να τους βοηθήσουμε και να τους στηρίξουμε.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολათαύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- **Στηρίζτε το ευαίσθητο παιδί προκαλώντας συζητήσεις για τις εμπειρίες τους.**
Συμπεριλάβετε και τα παιδιά και τους κηδεμόνες στην επίλυση της κατάστασης
και αποτρέψτε την επανάληψή του.

Οι επόμενες δραστηριότητες θα είναι επιτόπιες. Για να έχετε υποστήριξη σε τυχόν συναισθηματικό περιεχόμενο με το οποίο μπορείτε να βρεθείτε αντιμέτωποι, και για να δημιουργήσετε ένα ασφαλές και φιλόξενο περιβάλλον για όλους τους ποδοσφαιριστές, συγκεντρώσαμε ορισμένες συμβουλές από ειδικούς σε θέματα εκφοβισμού, τις οποίες μπορείτε να χρησιμοποιήσετε.

ΟΙ 4 ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΟΣ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

Οι μικρές χειρονομίες μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά την κοινωνική ατμόσφαιρα εντός της ομάδας σας. Εξετάστε αυτές τις απλές στρατηγικές για την επόμενη προπόνησή σας. Η δημιουργία ενός δεκτικού και κοινωνικά υποστηρικτικού περιβάλλοντος στο ποδόσφαιρο ξεκινάει από εσάς – και δεν είναι απαραίτητο να είναι πάντοτε περίπλοκο ή απαιτητικό

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 1 - Θεμελίωση σχέσεων εμπιστοσύνης

Ένας από τους ισχυρότερους προστατευτικούς παράγοντες κατά του εκφοβισμού είναι οι σχέσεις εμπιστοσύνης τόσο μεταξύ των παιδιών όσο και μεταξύ παιδιών και ενηλίκων. Η γνωριμία με τα παιδιά και το να τα ακούτε, διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη δημιουργία ενός ασφαλούς κοινωνικού περιβάλλοντος εντός της ομάδας. Η θεμελίωση σχέσεων εμπιστοσύνης θα αυξήσει την πιθανότητα τα παιδιά να αισθάνονται άνετα να σας μιλήσουν εφόσον το χρειαστούν. Ο θεμέλιος



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

λίθος για την εδραίωση σχέσεων εμπιστοσύνης είναι η ενεργητική ακρόαση, κάτι τόσο απλό. Απευθύνετε ανοιχτές ερωτήσεις, εκφράζοντας περιέργεια. Αντί να προσφέρετε συμβουλές ή λύσεις, δώστε στο παιδί χώρο για να βρει ενδεχομένως μόνο του τη λύση μέσα από τη συζήτηση.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 2 - Ενθαρρύνετε ενέργειες που δεν σχετίζονται με την απόδοση

Ενθαρρύνετε και κάντε θετικά σχόλια προς όλους τους συμμετέχοντες, ακόμα και για επιτεύγματα που δεν σχετίζονται με τον αθλητισμό, όπως η δοκιμή νέων πραγμάτων, η θετική στάση ή η ισότιμη αντιμετώπιση των άλλων παιδιών της ομάδας. Μην ξεχνάτε να είστε οι ίδιοι υπόδειγμα και να ενεργείτε προληπτικά στη δημιουργία μιας κουλτούρας της οποίας θέλετε να είστε μέρος.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 3 - Ασκήστε αυτοκριτική

Αναλογιστείτε τι λέτε για τους άλλους, τι παρατηρείτε και τι επικροτείτε και τι προσδοκίες θέτετε. Να θυμάστε ότι αποτελείτε παράδειγμα προς μίμηση για τα παιδιά. Προσπαθήστε να ενδύετε τις ενέργειές σας με θετικό πνεύμα. Η συνεχής βελτίωση της ηγεσίας σας σημαίνει ότι υπάρχουν στιγμές που ασκείτε ενδοσκόπηση, θέτετε δύσκολες ερωτήσεις στον εαυτό σας και αξιολογείτε τις συμπεριφορές σας.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ 4 - Δαπανήστε χρόνο για δραστηριότητες εκτός του αγωνιστικού χώρου

Σχεδιάστε διασκεδαστικές δραστηριότητες οι οποίες ενώνουν την ομάδα σας εκτός του αγωνιστικού χώρου. Στη διάρκεια αυτών των στιγμών, μπορεί να ανακαλύψετε διάφορα ποιοτικά χαρακτηριστικά από αυτά που παρατηρείτε κατά τη διάρκεια των προπονήσεων. Διευκολύνετε την αλληλεπίδραση μεταξύ των παιδιών και των ηγετών από διαφορετικές ομάδες εντός του σωματείου. Αυτό καλλιεργεί μια βαθύτερη αίσθηση ανήκειν και μια κοινή ταυτότητα εντός του οργανισμού.

3.3.2 Δραστηριότητα 1 – "Μίλησέ μου περισσότερο γι' αυτό"

Γενική περιγραφή της δραστηριότητας



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να ενημερώσει τους νέους σχετικά με τον εκφοβισμό και τις συνέπειές του. Η δραστηριότητα αυτή είναι διττή: κατά πρώτον, στους νέους ζητείται έμμεσα να μοιραστούν το πώς αντιλαμβάνονται τον εκφοβισμό απεικονίζοντάς τον. Κατά δεύτερον, θα μπορούν να συγκεντρώσουν περισσότερες πληροφορίες γι' αυτό, ανακαλύπτοντας έτσι ότι ο εκφοβισμός περιλαμβάνει διάφορους παράγοντες (τον εκφοβίζων, το θύμα, παρατηρητές και συμμάχους), έχει συγκεκριμένα χαρακτηριστικά (π.χ. ανισορροπία ισχύος, επαναλαμβάνεται χρονικά, μπορεί να βασίζεται τόσο στα ατομικά χαρακτηριστικά του θύματος και/ή στη συμμετοχή τους σε μια συγκεκριμένη κοινωνική ομάδα...) και ότι μπορεί να οδηγήσει σε πολύ επικίνδυνες συνέπειες, όχι μόνο για το θύμα αλλά και για τον εκφοβίζοντα και τους εμπλεκόμενους παρατηρητές.

3.3.2.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών

Πληροφορίες για τον εκφοβισμό	60 λεπτά
-------------------------------	----------

ΒΗΜΑ 1 – Εάν ήμασταν ηθοποιοί

ΩΡΑ: 20 λεπτά

Για να ξεκινήσει η εκπαίδευση, ο προπονητής θα ζητήσει από μερικούς παίκτες (5-6 παίκτες: ένας εκφοβίζων, ένα θύμα και 3-4 παρατηρητές) να γίνουν ηθοποιοί αναπαριστώντας τρία σενάρια εκφοβισμού που μπορούν να συμβούν στο ποδόσφαιρο: μία ομάδα θα πρέπει να αναπαραστήσει ένα σενάριο εκφοβισμού κατά τη διάρκεια της προπόνησης (κοινωνικός



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

αποκλεισμός: ένα παιδί αποκλείεται από συνομηλίκους που δεν του κάνουν πάσα), ένα δεύτερο σενάριο στα αποδυτήρια (λεκτικός εκφοβισμός: κοροϊδεύουν ένα παιδί) και ένα τρίτο σενάριο κατά τη διάρκεια ενός αγώνα (σωματικός εκφοβισμός: ένα μεγαλύτερο παιδί σπρώχνει ένα άλλο παιδί). Ο προπονητής πρέπει να είναι διαθέσιμος να παρέχει στήριξη και συμβουλές κατά τη διάρκεια της άσκησης και να εμπνέει την ομάδα να δοκιμάζουν τις προτάσεις τους, ούτως ώστε να μην δαπανήσουν υπερβολικό χρόνο προσπαθώντας να βρουν το "ιδανικό παιχνίδι". Επιπρόσθετα, ο προπονητής πρέπει να επιβλέπει όλα τα σενάρια, διασφαλίζοντας ότι δεν συμβαίνει τίποτα πραγματικά επιβλαβές στα παιδιά. Για να γίνει αυτό, πρέπει να τηρούνται ορισμένες προφυλάξεις:

- Στα τρία σενάρια, οι ρόλοι πρέπει να ανακατανέμονται ούτως ώστε οι ρόλοι εκφοβίζοντος/θύματος να ερμηνεύονται από διαφορετικά παιδιά.
- Στο δεύτερο σενάριο, ο προπονητής θα πρέπει να διασφαλίσει ότι το θύμα ερμηνεύεται από ένα παιδί το οποίο εν δυνάμει δεν θα πληγωθεί, ενδεχομένως ρωτώντας εκ των προτέρων: "Στο σενάριο αυτό, θα προσποιηθούμε ότι ο εκφοβίζων κοροϊδεύει έναν από εσάς. Δεν θέλω κανένας σας να αισθάνεται άβολα όταν παίζουμε αυτά τα παιχνίδια. Σκοπός μας εδώ είναι να σας δείξω πράγματα ώστε να μπορούμε να τα συζητήσουμε και να τα κατανοήσουμε καλύτερα, όχι να ενοχληθεί κάποιος από εσάς. Ποιος δεν έχει πρόβλημα να κάνει το θύμα;". (εφόσον κανένας δεν θέλει, ο προπονητής μπορεί να ζητήσει άλλους εθελοντές)



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- Στο τρίτο σενάριο, ο προπονητής πρέπει να διασφαλίσει ότι οι παίκτες κατανοούν ότι το σπρώξιμο πρέπει να είναι προσποιητό και ότι κανείς δεν πρέπει να χτυπήσει.

Ενώ εκτυλίσσονται τα σενάρια, πρέπει να ζητηθεί από όλα τα άλλα παιδιά να τα παρακολουθούν με μεγάλη προσοχή και να προσπαθούν να παρατηρούν ομοιότητες και διαφορές. Μετά από αυτό, σε μια πεντάλεπτη συζήτηση, οι παίκτες θα πρέπει να συζητήσουν όλες τις ομοιότητες και διαφορές μεταξύ των σεναρίων, π.χ. "Πάντοτε υπήρχε κάποιος που τον κακομεταχειρίζονταν και πάντα υπήρχε ένας θύτης", ή "Ο εκφοβίζων ήταν μεγαλύτερος/δυνατότερος, κ.λπ.", καθώς και "Σε μία περίπτωση ένα παιδί αποκλείστηκε, σε μία άλλη του φώναζα και στην τελευταία περίπτωση, το έσπρωξαν αλλά συνέχισε να είναι εκφοβισμός". Ο προπονητής μπορεί να δώσει ερεθίσματα χρησιμοποιώντας τις παρακάτω ερωτήσεις:

- Ποιος/ποιοι εκτίθενται;
- Ποιος εκθέτει;
- Ποιος/ποιοι συμπεριφέρονται παθητικά;

Τα σχόλια μπορούν να σημειωθούν σε έναν πίνακα, όπου ο προπονητής θα έχει σημειώσει κάθε θέμα [ΗΘΟΠΟΙΟΙ-ΧΑΡΑΚΗΤΗΡΙΣΤΙΚΑ-ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ] και να διατηρηθούν προς χρήση στο δεύτερο βήμα της δραστηριότητας.

Η δραστηριότητα απεικονίζεται παρακάτω.



Project supported
by

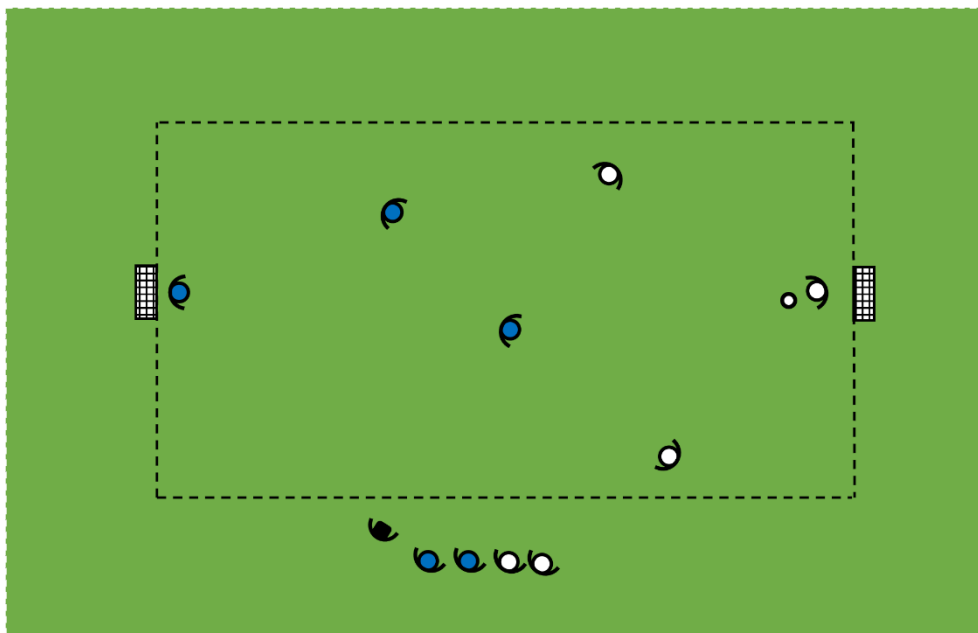


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΒΗΜΑ 2 – Χαρακτηριστικά του εκφοβισμού

ΩΡΑ: 30 λεπτά

Σε αυτό το 15λεπτο παιχνίδι, οι παίκτες χωρίζονται σε τρεις κατηγορίες και τους ζητείται να ολοκληρώσουν τρεις προκλήσεις για να κερδίσουν ένα βραβείο: οι προκλήσεις αυτές (καθώς η ομάδα στην οποία ανατίθεται κάθε πρόκληση) μπορούν να σχεδιαστούν από τον προπονητή βάσει του τι θεωρούν ότι πρέπει να βελτιώσει περισσότερο κάθε ποδοσφαιριστής (π.χ., για τη βελτίωση των γρήγορων αντιδράσεων, μια πρόκληση θα μπορούσε να περιλαμβάνει έναν συναθλητή να κλωτσάει την μπάλα από πίσω και να πρέπει να τη φτάσει και την σταματήσει πριν περάσει μια γραμμή και αυτό να γίνει σε τουλάχιστον τέσσερις από τις πέντε προσπάθειες). Όταν ένα μέλος μιας ομάδας επιτυγχάνει τον στόχο του, μπορεί να παίρνει το βραβείο του, μια κάρτα που αναφέρεται σε μια συγκεκριμένη κατηγορία εκφοβισμού (βλ. **Παράρτημα 1.1 – 10-14 ετών**), ήτοι ΗΘΟΠΟΙΟΙ, ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ή ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ, που θα τον βοηθήσει να μάθει περισσότερα για το θέμα.

Παρακάτω μπορείτε να δείτε μια γραφική απεικόνιση των πιθανών δραστηριοτήτων.

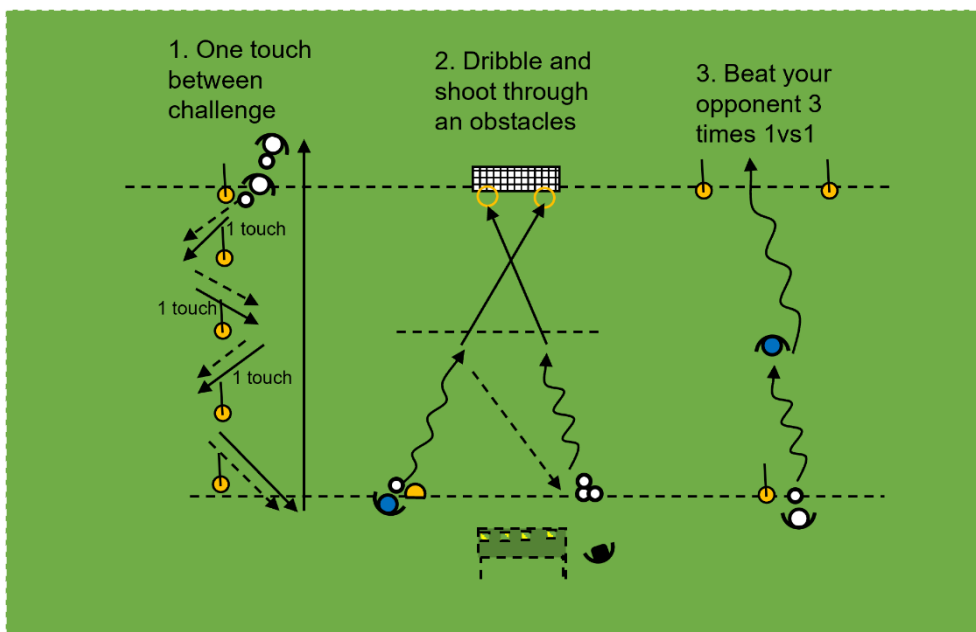


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



1. Με μία επαφή ανάμεσα στους κώνους	2. Ντρίμπλα και σουτ μέσω εμποδίου	3. Περάστε τον αντίπαλο 3 φορές σε αναμετρήσεις 1 εναντίον 1
--------------------------------------	------------------------------------	--

Στο τέλος της δραστηριότητας, όλες οι κάρτες θα συγκεντρωθούν και θα γίνει αντιστοίχισή τους στα θέματα που είχαν ήδη αναφέρει οι ποδοσφαιριστές κατά το βήμα 1. Ο προπονητής θα καθοδηγεί τη συζήτηση ρωτώντας:

- Γνωρίζατε όλες αυτές τις πληροφορίες για τον εκφοβισμό;
- Τις σας εκπλήσσει περισσότερο;
- Πιστεύετε ότι μάθατε κάτι καινούργιο για το φαινόμενο αυτό;

Ο προπονητής μπορεί να αυξήσει την επίγνωση για τη σοβαρότητα του προβλήματος δίνοντας ερέθισμα τους παίκτες με τις παρακάτω ερωτήσεις:



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- Έχετε ακούσει ποτέ για τη Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού;
- Γνωρίζετε ότι η Σύμβαση δηλώνει ότι κάθε παιδί έχει το δικαίωμα να προστατεύεται από κάθε είδους βία, συμπεριλαμβανομένου του εκφοβισμού; Γιατί πιστεύετε ότι ισχύει αυτό;

Εφόσον οι παίκτες εμβαθύνουν περισσότερο, ακολουθούν μερικές πιο απαιτητικές ερωτήσεις και προβληματισμοί που μπορείτε να προτείνετε:

- Θεωρούσατε ότι ο εκφοβισμός συμβαίνει συχνά ή όχι; Έχει τύχει να έχετε δει επεισόδιο εκφοβισμού;
- Είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε ότι συμβαίνει περισσότερο συχνά απ' όσο γνωρίζουμε. Κάποιες φορές οι άνθρωποι δυσκολεύονται ακόμα και εάν δεν το γνωρίζουμε εμείς. Γι' αυτό είναι σημαντικό να είμαστε ευγενικοί και να επιδεικνύουμε σεβασμό.

Ενδεχόμενη προσθήκη. Εφόσον υπάρχει χρόνος μετά τη δραστηριότητα, ο προπονητής μπορεί να προτείνει να ξαναγίνει το παιχνίδι με μια παραλλαγή. Αυτή τη φορά, το κοινό μπορεί να αντικαταστήσει οποιονδήποτε από τους "παθητικούς" παρατηρητές στη σκηνή. Οι παίκτες στο κοινό μπορούν να φωνάζουν "στοπ" οποτεδήποτε και να αλλάζουν οποιονδήποτε παθητικό χαρακτήρα. Στη συνέχεια η σκηνή συνεχίζεται με έναν νέο ηθοποιό ο οποίος θα προσπαθήσει να βελτιώσει, αποφύγει ή αλλάξει την κατάσταση και να τη βελτιώσει για τα εκτιθέμενα πρόσωπα.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Στο τέλος, ο προπονητής μπορεί να ολοκληρώσει τη συζήτηση λέγοντας κάτι τέτοιο:

"Συζητάμε το θέμα αυτό γιατί εμείς, ως Ομάδα, πιστεύουμε ότι είναι πολύ σημαντικό να αντιμετωπίσουμε τον εκφοβισμό και θέλουμε να καταλάβετε αυτό το φαινόμενο και πώς καταπολεμείται. Εφόσον κάποιος από εσάς επηρεάζεται από το ζήτημα αυτό ή αισθάνεται ότι θέλει να μιλήσει με κάποιον, μπορείτε να έρθετε να μου μιλήσετε οποιαδήποτε στιγμή. Εάν δεν έχω απαντήσεις, θα προσπαθήσω να σας παραπέμψω σε κάποιον που τις έχει" [κάθε προπονητής θα πρέπει εκ των προτέρων να αναζητήσει τα στοιχεία επικοινωνίας ενός εγγώριου φορέα καταπολέμησης του εκφοβισμού].

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Για την επόμενη εβδομάδα: πριν κάνετε ένα αστείο, προσπαθήστε να σκεφτείτε εάν μπορεί να πληγωθεί κάποιος που είναι παρών.

32

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ: ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ακολουθούν μερικές πρακτικές προτάσεις από προπονητές οι οποίοι έχουν ήδη εφαρμόσει τις δραστηριότητες στις ομάδες τους.

1. Στο ΒΗΜΑ 1, εφόσον η ομάδα είναι μεγάλη (30 παίκτες ή περισσότεροι), καλό θα ήταν να τους μοιράσετε σε μικρότερες ομάδες που μπορούν να παίξουν παράλληλα παιχνίδια ρόλων.
2. Είναι σημαντικό να παρέχεται ισχυρή καθοδήγηση κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας ούτως ώστε οι ποδοσφαιριστές να αισθάνονται ασφαλείς κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού ρόλων: Κάντε αισθητή την παρουσία σας και τη φωνή σας.
3. Στο ΒΗΜΑ 2, μπορείτε να προσαρμόσετε το υλικό εφόσον η εκτύπωση και το κόστος των καρτών είναι δύσκολο να γίνει. Για παράδειγμα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μάρκες τις οποίες θα συγκεντρώνουν κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού και εκτυπώστε ένα απλό σετ καρτών που θα "ανταλλάσσονται" στο τέλος του παιχνιδιού. Με τον τρόπο αυτό, θα



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

μπορείτε ακόμα να συζητήσετε το υλικό, χωρίς να χρειάζεται να κόψετε κάρτες ή να τις κατασκευάσετε.

3.3.2.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών

Πληροφορίες για τον εκφοβισμό	50 λεπτά
-------------------------------	----------

ΒΗΜΑ 1 – Παιχνίδι ρόλων για τον εκφοβισμό

ΩΡΑ: 20 λεπτά

Ο προπονητής θα ζητήσει από 4-5 παίκτες να αναπαραστήσουν ένα σενάριο εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο για τους συναθλητές τους: το σενάριο θα πρέπει να περιλαμβάνει έναν εκφοβίζοντα, ένα θύμα και μερικούς παρατηρητές. Επιπρόσθετα, θα πρέπει να φαίνεται πώς αισθάνονται όλοι οι "ηθοποιοί" και πώς συμπεριφέρονται ΜΕΤΑ το ίδιο το επεισόδιο εκφοβισμού. Θα έχουν 5 λεπτά να το προετοιμάσουν και 5 να το ερμηνεύσουν. Στο ενδιάμεσο, από τους άλλους παίκτες θα ζητηθεί να απαντήσουν στις παρακάτω ερωτήσεις:

1. Ποιοι είναι οι ηθοποιοί που εμπλέκονται σε αυτό το σενάριο;
2. Τι επιτρέπει στον εκφοβίζοντα να ενεργεί όπως ενεργεί;
3. Ποιες είναι οι συνέπειες του εκφοβισμού για όλους τους εμπλεκόμενους;

Εφόσον οι παίκτες εμβαθύνουν περισσότερο, ακολουθούν μερικές πιο απαιτητικές ερωτήσεις και προβληματισμοί που μπορείτε να προτείνετε:



Project supported
by



FORMODENA

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- Θεωρούσατε ότι ο εκφοβισμός συμβαίνει συχνά ή όχι; Έχει τύχει να έχετε δει επεισόδιο εκφοβισμού;
- Είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε ότι συμβαίνει περισσότερο συχνά απ' όσο γνωρίζουμε. Κάποιες φορές οι άνθρωποι δυσκολεύονται ακόμα και εάν δεν το γνωρίζουμε εμείς. Γι' αυτό είναι σημαντικό να είμαστε ευγενικοί και να επιδεικνύουμε σεβασμό.

Στη συνέχεια, μια δεκάλεπτη συζήτηση θα επιτρέψει στους παίκτες να εντοπίσουν τις ομοιότητες μεταξύ των απαντήσεών τους, οι οποίες θα καταγραφούν και στον πίνακα.

ΒΗΜΑ 2 – Χαρακτηριστικά του εκφοβισμού

ΩΡΑ: 30 λεπτά

34

Αντίστοιχα με παραπάνω, σε αυτό το παιχνίδι διάρκειας 20 λεπτών, οι παίκτες χωρίζονται σε τρεις ομάδες και τους ζητείται να ολοκληρώσουν τρεις προκλήσεις προκειμένου να κερδίσουν έπαθλα. Οι προκλήσεις μπορούν να σχεδιαστούν από τον προπονητή με βάση το τι θεωρούν ότι πρέπει να βελτιώσει περισσότερο κάθε παίκτης: στην περίπτωση αυτή, ο παίκτης θα έχει τη δυνατότητα να θέσει τον δικό του στόχο (π.χ. να ολοκληρώσει 15 around-the-world ντρίμπλες). Όποτε ένα μέλος μιας ομάδας επιτυγχάνει τον στόχο του, μπορεί να παίρνει το βραβείο του, μια κάρτα που αναφέρεται σε μια συγκεκριμένη κατηγορία εκφοβισμού (βλ. **Παράρτημα 1.1 – 15-18 ετών**), ήτοι ΗΘΟΠΟΙΟΙ, ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ή ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ, με περισσότερες πληροφορίες για το θέμα. Κάθε παίκτης μπορεί να έχει την ευκαιρία να



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ολοκληρώσει την πρόκληση πολλαπλές φορές εντός του εικοσαλέπτου, ανεβάζοντας έτσι τον πήχη της άσκησης (π.χ. 20 around-the-world ντρίμπλες).

Στο τέλος της δραστηριότητας, όλες οι κάρτες θα συγκεντρωθούν και θα γίνει αντιστοίχισή τους με τις απαντήσεις που είχαν ήδη συγκεντρωθεί κατά το βήμα 1. Ο προπονητής θα καθοδηγεί τη συζήτηση ρωτώντας:

- Γνωρίζατε όλες αυτές τις πληροφορίες για τον εκφοβισμό; Το έχετε βιώσει ποτέ;
- Τι καινούργιο παρατηρείτε; Τι σας προκαλεί μεγαλύτερη έκπληξη από όλες αυτές τις πληροφορίες;
- Πώς νιώθετε τώρα που τα μάθατε όλα αυτά;

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟ ΥΛΙΚΟ	
10-14 ετών	15-18 ετών
Παράρτημα 1.1	Παράρτημα 1.1
Δείκτης	Δείκτης
Φάκελοι	Χαρτιά και στυλό
Μπάλες ποδοσφαίρου	Φάκελοι
Υλικό για τις ασκήσεις	Μπάλες ποδοσφαίρου
	Υλικό για τις ασκήσεις



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

3.3.3 Δραστηριότητα 2 – "Πώς αισθάνεται κάποιος;"

Γενική περιγραφή της δραστηριότητας

Στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να καλλιεργηθεί η αίσθηση της προοπτικής και της συναισθηματικής εμπάθειας προς αυτούς που βιώνουν εκφοβισμό. Με το να τους ανατεθεί μια τυχαία "ταμπέλα", οι παίκτες θα βιώσουν πώς είναι να παίζεις με φίλους που συμπεριλαμβάνουν και στηρίζουν ή με συνομηλίκους που ασκούν εκφοβισμό και προσβάλλουν. Όλοι οι παίκτες θα δοκιμάσουν και τις δύο πλευρές ούτως ώστε να αισθανθούν και να μπορούν να συγκρίνουν τη διαφορά ανάμεσα στο να τους συμπεριφέρονται με ευγένεια ή να τους παρενοχλούν και να τους κακομεταχειρίζονται. Η μετέπειτα συζήτηση θα τους επιτρέψει α) να κατανοήσουν πώς αισθάνονται τα άτομα που βιώνουν εκφοβισμό (είτε μέσω άμεσης λεκτικής βίας και/ή κοινωνικού αποκλεισμού), και β) να αναλογιστούν πώς η συμπεριφορά μας μπορεί να επηρεάσει την ψυχοσωματική κατάσταση των άλλων.

36

3.3.3.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών

Καλλιέργεια της εμπάθειας προς τα θύματα	50 λεπτά
--	----------

ΒΗΜΑ 1 – Δες το μέτωπό μου!

ΩΡΑ: 30 λεπτά

Στο παιχνίδι αυτό, το οποίο θα είναι ένας συνήθης αγώνας ποδοσφαίρου διάρκεια 10+10 λεπτών (με ένα πεντάλεπτο διάλειμμα στο ενδιάμεσο), όλοι οι παίκτες θα φοράνε μια μπαντάνα



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

στο μέτωπό τους. Πριν την έναρξη του αγώνα, κάθε παίκτης θα πάει στον προπονητή ο οποίος θα κολλήσει μια ετικέτα στην μπαντάνα του (βλ. Παράρτημα 2.1), που θα υποδεικνύει έναν κανόνα συμπεριφοράς που θα υιοθετήσουν οι άλλοι παίκτες. Οι ενδεχόμενες ετικέτες θα είναι ως εξής (μισές είναι "ετικέτες εκφοβισμού" και οι άλλες μισές είναι "ετικέτες συμπερίληψης και στήριξης"):

- Μην μου πασάρεις ποτέ την μπάλα.
- Μου πασάρεις την μπάλα όσο το δυνατόν συντομότερα.
- Κάνε άσχημα σχόλια για τις κινήσεις μου.
- Κάνε μου πολλές φιλοφρονήσεις για την προσπάθειά μου.
- Παρηγόρησέ με εάν κάνω ένα λάθος.
- Εάν κάνω ένα λάθος, κάνε με να νιώσω πιο άσχημα.

Στους παίκτες θα δοθεί λίγος χρόνος για να δουν τις ετικέτες των άλλων, ο δε κανόνας θα είναι ότι κανένας δεν αποκαλύπτει την ετικέτα του άλλου. Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, οι παίκτες θα πρέπει να συμπεριφέρονται προς έναν συγκεκριμένο παίκτη σύμφωνα με την ετικέτα που φοράει. Μετά το διάλειμμα, οι ετικέτες θα αλλάξουν και όσοι είχαν ετικέτα εκφοβισμού, θα πάρουν μια ετικέτα συμπερίληψης και το αντίστροφο. Η δραστηριότητα απεικονίζεται παρακάτω.



Project supported
by

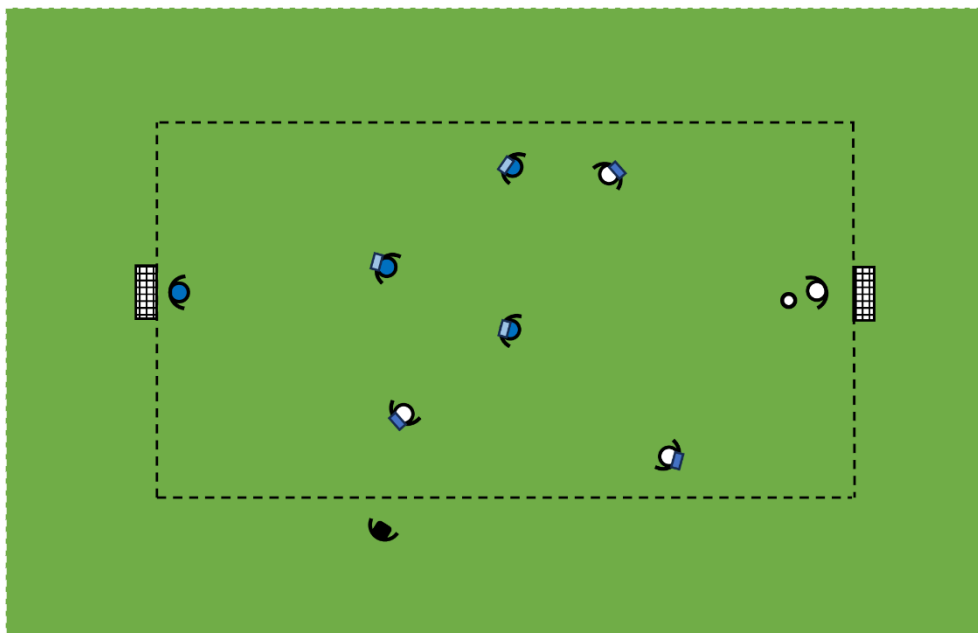


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΒΗΜΑ 2 – Ας μιλήσουμε για συναισθήματα

ΩΡΑ: 20 λεπτά

Μετά την ολοκλήρωση του παιχνιδιού, οι νέοι θα παίξουν ένα πεντάλεπτο παιχνίδι πριν ξεκινήσει η συζήτηση. Σκοπός του παιχνιδιού είναι να γίνει εξάσκηση σε τεχνικές για την προώθηση μιας καλής ατμόσφαιρας, καθώς και για την επίδειξη των συνεπειών της αφάνειας και του αποκλεισμού. Στο παιχνίδι οι παίκτες θα αναλαμβάνουν διαφορετικούς ρόλους ούτως ώστε να απεικονίζεται τόσο η αφάνεια όσο και η προβολή. Πώς παίζεται:

- Χωρίστε την ομάδα σε ζευγάρια.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- Ένα μέλος του ζευγαριού αρχίζει να μιλάει (για οτιδήποτε, π.χ. τις καλοκαιρινές διακοπές, ένα αγαπημένο φαγητό, ένα καλό βιβλίο κ.λπ.) για ένα λεπτό. Το άλλο μέλος πρέπει να επιδεικνύει αδιαφορία όσο διαρκεί το λεπτό κατά το οποίο μιλάει ο παρτενέρ του.
- Αλλάζετε ρόλους. Το μέλος που μίλησε πρώτο, τώρα θα επιδείξει αδιαφορία για το επόμενο λεπτό.
- Επαναλάβετε (μιλήστε για το ίδιο πράγμα), ωστόσο αυτή τη φορά ο παρτενέρ που δεν μιλάει, θα δείχνει ότι ενδιαφέρεται πραγματικά.

Ο προπονητής θα συλλέξει τις πρώτες αντιδράσεις των παικτών:

- Πώς ένιωθε να μιλάει σε κάποιον που επιδείκνυε αδιαφορία; Τι αντίκτυπο είχε σε σένα, στην ιστορία;
- Πώς ένιωθε να μιλάει σε κάποιον που επιδείκνυε ενδιαφέρον; Τι αντίκτυπο είχε σε σένα, στην ιστορία;

Η δραστηριότητα απεικονίζεται παρακάτω.

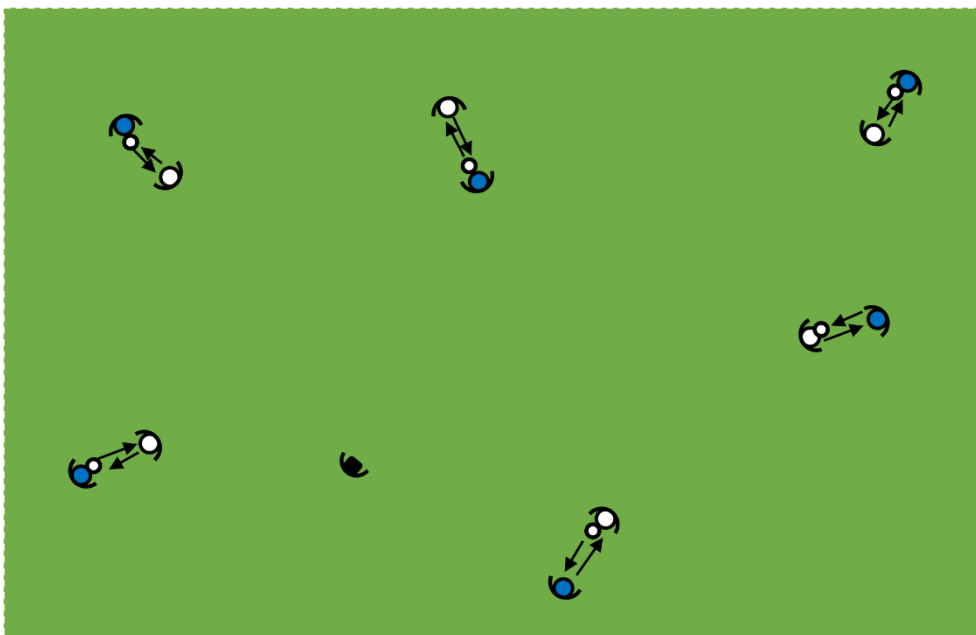


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Στη συνέχεια ζητείται από τους παίκτες να συνδέσουν αυτό το γρήγορο παιχνίδι με την ποδοσφαιρική δραστηριότητα και να συζητήσουν τα συναισθήματά τους σε σχέση με το να βιώνουν εκφοβισμό και με το να τους φέρονται ευγενικά. Ο προπονητής θα είναι σε θέση να συλλέξει σκέψεις και απόψεις (εφόσον το επιθυμεί, καταγράφοντας στον πίνακα).

- Πώς ένιωθε όταν βίωνε εκφοβισμό ή κανείς δεν του έκανε πάσα;
- Πώς ένιωθε όταν όλοι ήταν ευγενικοί και υποστηρικτικοί;
- Θεωρείτε ότι είναι σημαντικό να φερόμαστε με ευγένεια στους άλλους; Γιατί;



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- Μπορείτε να αναφέρετε συγκεκριμένα παραδείγματα του τι μπορείτε να κάνετε ή να πείτε για να επιδείξετε υποστήριξη ή ευγένεια προς έναν άλλο παίκτη;
- Σύμφωνα με τη Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού, όλοι οι νέοι έχουν δικαίωμα να είναι αυτοί που είναι. Πώς θεωρείτε ότι μπορείτε να κάνετε τη διαφορά για τους συνομηλίκους σας έχοντας αυτό στο μυαλό σας;

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Για την επόμενη εβδομάδα, δεσμευτείτε ότι θα λέτε μια ευγενική κουβέντα σε ένα άτομο κάθε μέρα - και παρατηρήστε την αντίδρασή τους.

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ: ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ακολουθούν μερικές πρακτικές προτάσεις από προπονητές οι οποίοι έχουν ήδη εφαρμόσει τις δραστηριότητες στις ομάδες τους.

1. Εφόσον απαιτείται, αντί να εκτυπώσετε και να κολλήσετε τις ετικέτες στο μέτωπο των παικτών, μπορείτε να κολλήσετε ταινία στην πλάτη τους και να γράψετε τον "ρόλο" με έναν μαρκαδόρο.
2. Οι εργασίες στο σπίτι είναι σημαντικές! Βοηθούν τους παίκτες να έχουν τις πληροφορίες στο μυαλό τους στο διάστημα ανάμεσα στις δραστηριότητες.

3.3.3.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών

Καλλιέργεια της εμπάθειας προς τα θύματα

45 λεπτά

Το παιχνίδι αυτό θα είναι ίδιο με το παιχνίδι για την ηλικιακή ομάδα 10-14 ετών. Ωστόσο, οι ερωτήσεις της συζήτησης θα είναι πιο ενδελεχείς;



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- Πώς ένιωθε όταν όλοι ήταν ευγενικοί και υποστηρικτικοί;
- Πώς ένιωθε όταν βίωνε εκφοβισμό ή κανείς δεν του έκανε πάσα;
- Έχει νιώσει πότε έτσι παίζοντας ποδόσφαιρο; Έχει νιώσει πότε έτσι εκτός ποδοσφαίρου;
- Πώς εύχεται να του συμπεριφέρονται οι άλλοι εντός και εκτός ποδοσφαίρου;
- Πώς αισθάνεται όταν βλέπει κάποιον που βιώνει εκφοβισμό;
- Σκέφτεται ποτέ πώς αισθάνονται οι άλλοι από τη ΔΙΚΗ ΤΟΥ συμπεριφορά;
- Πώς θεωρεί ότι μπορεί να κάνει τη διαφορά για τους άλλους;

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟ ΥΛΙΚΟ	
10-14 ετών	15-18 ετών
Μπάλες ποδοσφαίρου	Μπάλες ποδοσφαίρου
Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες	Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες
Τέρματα	Τέρματα
Σφυρίχτρα	Σφυρίχτρα
Μπαντάνες (μία για κάθε παίκτη)	Μπαντάνες (μία για κάθε παίκτη)
Παράρτημα 2.1	Παράρτημα 2.1
Δείκτης	Δείκτης



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

3.3.4 Δραστηριότητα 3 – "Χτίζοντας ένα δίκτυο"

Γενική περιγραφή της δραστηριότητας

Η δραστηριότητα αυτή αποτελείται από δύο παιχνίδια που αποσκοπούν συγκεκριμένα στην οικοδόμηση συνοχής, αμοιβαίας γνώσης και εμπιστοσύνης. Στους παίκτες θα δοθεί το ερέθισμα να εκτελέσουν μια σειρά από σύντομες ασκήσεις στις οποίες το αποτέλεσμα βασίζεται στην ικανότητα να γνωρίσουν ο ένας τον άλλον και να εμπιστευτούν τον παρτενέρ τους προκειμένου να ξεπεράσουν μεμονωμένες ελλείψεις.

3.3.4.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών

Ψυχολογική αρχή: Ασκήσεις για τη συνοχή της ομάδας	Ωρα: 45 λεπτά
--	---------------

ΒΗΜΑ 1 – Γνωρίζουμε ο ένας τον άλλον;

ΩΡΑ: 15 λεπτά

Στόχος της δραστηριότητας αυτής είναι να γνωρίσουν τα μέλη της ομάδας το ένα το άλλο. Οι παίκτες θα πάρουν θέση σε έναν κύκλο και θα κάνουν πάσες, με αυξανόμενο ρυθμό (οι χρόνοι θα υποδεικνύονται από τον προπονητή, ο οποίος μπορεί να αποφασίσει τον βαθμό δυσκολίας). Ωστόσο, πριν δώσει πάσα στον επόμενο, κάθε παίκτης θα πρέπει να μοιραστεί μια πληροφορία για τον ίδιο που πολλοί συμπαίκτες του δεν γνωρίζουν (π.χ. "θα ήθελα να γίνω κτηνίατρος, και έχω δύο γκόλντεν ριτρίβερ τα οποία αγαπώ πάρα πολύ"). Ο παίκτης μπορεί στη συνέχεια να επιλέξει να πασάρει την μπάλα σε έναν συμπαίκτη για τον οποίο δεν γνωρίζει πολλά ώστε να



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

μάθει κάτι για αυτόν. Η δραστηριότητα αυτή μπορεί επίσης να γίνει σε 2-3 μικρότερους κύκλους, προσέχοντας να αλλάζουν οι ομάδες αρκετές φορές ώστε όλοι να μάθουν κάτι για τους άλλους. Εφόσον οι παίκτες δυσκολεύονται να πουν κάτι για τον εαυτό τους, ο προπονητής μπορεί να δώσει μια σειρά από θέματα, όπως:

- Ποιο φαγητό μισούσες όταν ήσουν μικρός;
- Πες κάτι για το κατοικίδιό σου ή το κατοικίδιο που ευχόσουν να έχεις.
- Το αγαπημένο σου μάθημα στο σχολείο και γιατί.
- Όταν δεν παίζεις ποδόσφαιρο, τι σου αρέσει να κάνεις;

Σε κάθε περίπτωση, μια καλή συμβουλή είναι η μπάλα στην αρχή να πηγαίνει στους πιο "ομιλητικούς" παίκτες, ούτως ώστε να κινητοποιήσουν και τους άλλους.

44

Η δραστηριότητα απεικονίζεται παρακάτω.

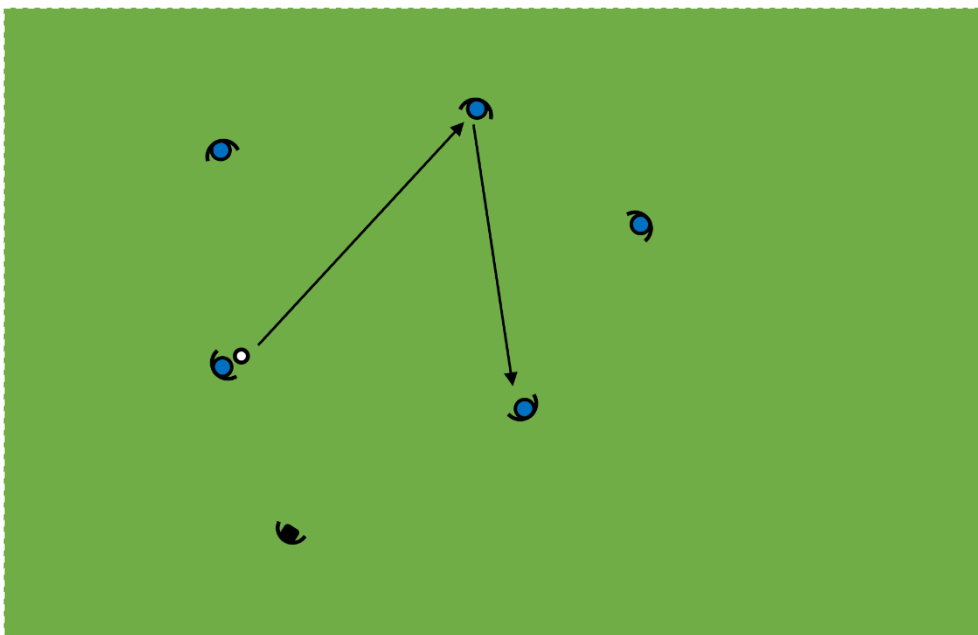


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΒΗΜΑ 2 – Σ' έχω

ΩΡΑ: 15 λεπτά

Το δεύτερο παιχνίδι αφορά στην οικοδόμηση συνοχής μέσω της αμοιβαίας εμπιστοσύνης. Οι δραστηριότητες θα εκτελούνται από ζευγάρια τα οποία μπορούν να προκύψουν από κλήρωση ή να τα επιλέξει ο προπονητής. Τα κριτήρια μπορούν να είναι: 1) αθλητές που πρέπει να μάθουν να συνεργάζονται καλύτερα στον αγωνιστικό χώρο, 2) αθλητές που δεν γνωρίζουν καλά ο ένας τον άλλον (εφόσον το γνωρίζει ο προπονητής), ή 3) απλά με κλήρωση. Σε όλες τις περιπτώσεις, πρέπει να αποφεύγονται τα ζευγάρια με παιδιά που είναι φίλοι καθώς το όλο νόημα της δραστηριότητας είναι να γνωρίσουν καλύτερα και να εμπιστευθούν τους συμπαίκτες τους που



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

δεν γνωρίζουν τόσο καλά. Ο προπονητής θα προετοιμάσει τρία πόστα στο γήπεδο όπου κάθε ζευγάρι θα παραμείνει για 5 λεπτά για να κάνει τις ασκήσεις. Με το σφύριγμα του προπονητή, όλα τα ζευγάρια θα μετακινούνται στο επόμενο πόστο, δεξιόστροφα:

- **Η κούρσα:** μπροστά από κάθε ζευγάρι βρίσκεται μία σειρά από χρωματιστούς κώνους. Ο προπονητής αποφασίζει το χρώμα και ο παίκτης που έχει κλειστά τα μάτια μου, πρέπει να φτάσει στον στόχο ακολουθώντας τη φωνή του παρτενέρ του.
- **Δεσμοί:** Οι δύο συμπαίκτες "δένονται" μαζί (σε καρπό και αστράγαλο) και πρέπει να συνεργαστούν για να συγκεντρώσουν όσο το δυνατόν περισσότερα αντικείμενα (π.χ. κώνοι ή μπάλες ποδοσφαίρου) τα οποία είναι σκορπισμένα στον αγωνιστικό χώρο.
- **Με συμπληρώνεις:** τα μάτια ενός παίκτη είναι δεμένα και ο άλλος πρέπει να κινείται κάνοντας κουτσό. Ο δεύτερος παίκτης πρέπει να έχει πάντοτε και τα δύο χέρια του κολλημένα στο σώμα του πρώτου παίκτη: ακόμα και ένα χέρι να "ξεκολλήσει", το ζευγάρι πρέπει να ξεκινήσει από την αρχή. Εφόσον ο δεύτερος παίκτης αγγίξει το έδαφος και με τα δύο πόδια, το ζευγάρι πρέπει να ξεκινήσει από την αρχή. Ο σκοπός είναι να φτάσουν σε έναν σημειωμένο στόχο ακολουθώντας μια απλή διαδρομή.

Η δραστηριότητα απεικονίζεται παρακάτω.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



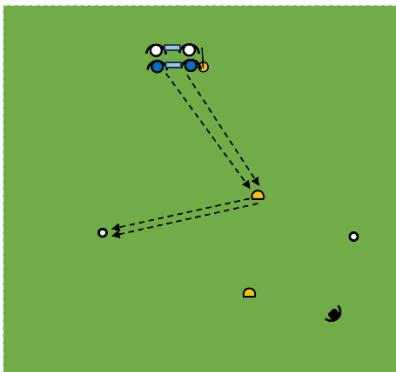
PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

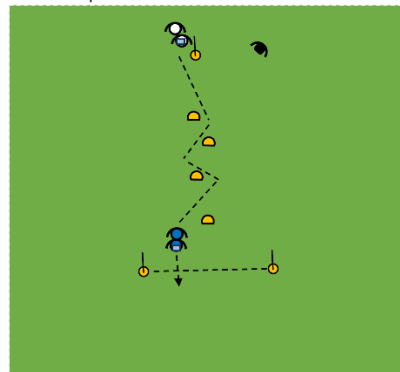
The race



Ties



You complete me



Η διαδρομή

Δεσίματα

Με συμπληρώνεις



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΒΗΜΑ 3 – Συζήτηση

ΩΡΑ: 15 λεπτά

Στο τέλος της δραστηριότητας, θα γίνει συζήτηση υπό την καθοδήγηση του προπονητή. Για να ενθαρρύνει τη συζήτηση, ο προπονητής θα κάνει μια σειρά από ερωτήσεις στους παίκτες όπως:

- Μάθατε κάτι καινούργιο για τους συμπαίκτες σας;
- Πώς νιώσατε κατά τη διάρκεια της δεύτερης δραστηριότητας; Ήταν εύκολο να συνεργαστείτε; Πού αντιμετωπίσατε δυσκολίες;
- Τι στόχο είχαν αυτές οι ασκήσεις κατά τη γνώμη σας;

Ο προπονητής μπορεί και πάλι να κάνει αναφορά στη Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού και το άρθρο 31 (ανάπαυση, παιχνίδι, πολιτισμός, τέχνες), π.χ. "Η Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού δηλώνει ότι κάθε παιδί έχει το δικαίωμα να συμμετέχει σε ενδιαφέρουσες ψυχαγωγικές δραστηριότητες, συμπεριλαμβανομένου του δικαιώματος να συμμετέχει σε αθλήματα, ασχέτως των προσδοκιών του ή των προηγούμενων εμπειριών του. Δεν είναι σημαντικό να βοηθήσουμε ο ένας τον άλλον ώστε να διασφαλίσουμε το δικαίωμα αυτό;" Εφόσον οι παίκτες εμβαθύνουν στη συζήτηση, μπορείτε να τους στηρίξετε με την παρακάτω σκέψη:

- Η ζωή είναι όπως ένας αγώνας ποδοσφαίρου: κάνουμε ό,τι καλύτερο μπορούμε όταν εμπιστευόμαστε ο ένας τον άλλον και συνεργαζόμαστε για την επίτευξη ενός κοινού στόχου. Ο σκοπός αυτών των ασκήσεων ήταν να γνωρίσετε ο ένας τον άλλον ούτως



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ώστε να μάθετε ότι μπορείτε να βασίζεστε στους συμπαίκτες σας, εντός και εκτός
γηπέδου.



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Για την επόμενη εβδομάδα, προσπαθήστε να μάθετε κάτι καινούργιο για έναν συμμαθητή ή φίλο που δεν γνωρίζετε καλά και πείτε τους κάτι για σας: αυτό είναι το πρώτο βήμα για μια νέα φιλία!

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ: ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ακολουθούν μερικές πρακτικές προτάσεις από προπονητές οι οποίοι έχουν ήδη εφαρμόσει τις δραστηριότητες στις ομάδες τους.

1. Η εμπιστοσύνη, ιδιαιτέρως στις νέες ομάδες, δεν είναι κάτι εύκολο. Στα παιχνίδια είναι σημαντικό να ξεκινάνε οι "θαρραλέοι". Εάν κανένας δεν αισθάνεται αυτοπεποίθηση να ξεκινήσει, μπορεί ο προπονητής να λειτουργήσει παραδειγματικά.
2. Δεν είναι απαραίτητο να χρησιμοποιήσετε ειδικό ύφασμα για να κλείσετε τα μάτια. Μπορείτε να καλύψετε τα μάτια τους χρησιμοποιώντας γιλέκα, καπέλα ή ένα οποιοδήποτε απλό κομμάτι ύφασμα. Για να "δέσετε" τους παίκτες, μπορείτε απλά να δέσετε τα κορδόνια τους.
3. Εκτυπώστε και χρησιμοποιήστε τις έτοιμες ερωτήσεις για να εμπλουτίσετε τη συζήτηση (ή έχετε τις έτοιμες στο κινητό σας): είναι ευκολότερο να εντυφώσετε σε ζητήματα για τα οποία έχετε κάποια καθοδήγηση.

3.3.4.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών

Ασκήσεις για τη συνοχή της ομάδας	60 λεπτά
-----------------------------------	----------

Η δραστηριότητα είναι ίδια με αυτή που περιγράφεται παραπάνω. Παρόλ' αυτά, στο ΒΗΜΑ 1 μπορεί να προταθεί μια δυσκολότερη δραστηριότητα από την απλή ανταλλαγή πασών



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολισταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

προκειμένου να συμμετέχουν περισσότερο οι παίκτες (π.χ. μετά την πάσα, να γίνεται επίδειξη με ντρίμπλες). Προτεινόμενα θέματα:

- Τι θέλεις να κάνεις μετά το γυμνάσιο/λύκειο και γιατί;
- Πες ένα διάσημο πρόσωπο που σε εμπνέει και γιατί.
- Ποια είναι η πιο αγαπημένη σου ταινία και γιατί.
- Όταν δεν παίζεις ποδόσφαιρο, τι σου αρέσει να κάνεις;

Επιπρόσθετα, η τελική συζήτηση θα είναι πιο ενδελεχής. Προτεινόμενες ερωτήσεις:

- Στην πρώτη δραστηριότητα, μάθατε κάτι καινούργιο για τους συμπαίκτες σας; Πόσο σημαντικό είναι, κατά τη γνώμη σας, να γνωρίζει ο ένας τον άλλον στην ομάδα; Γιατί;
- Στη δεύτερη δραστηριότητα, πώς σας φάνηκε η συνεργασία σε ζευγάρια; Ποιες ήταν οι μεγαλύτερες δυσκολίες; Γιατί νομίζετε ότι κάναμε την άσκηση αυτή;
- Κατά τη γνώμη σας, πόσο σημαντικές είναι η συνοχή και η εμπιστοσύνη σε μια ομάδα;
- Αισθάνεστε ότι έχετε τέλεια ενότητα ως ομάδα; Ποιες πτυχές μπορείτε να βελτιώσετε και πώς;

Εφόσον οι παίκτες εμβαθύνουν στη συζήτηση, μπορείτε να τους στηρίξετε με την παρακάτω σκέψη:

- Η ζωή είναι όπως ένας αγώνας ποδοσφαίρου: κάνουμε ό,τι καλύτερο μπορούμε όταν εμπιστευόμαστε ο ένας τον άλλον και συνεργαζόμαστε για την επίτευξη ενός κοινού



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

στόχου. Ο σκοπός αυτών των ασκήσεων ήταν να γνωρίσετε ο ένας τον άλλον ούτως ώστε να μάθετε ότι μπορείτε να βασίζεστε στους συμπαίκτες σας, εντός και εκτός γηπέδου.

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟ ΥΛΙΚΟ	
10-14 ετών	15-18 ετών
Μπάλες ποδοσφαίρου	Μπάλες ποδοσφαίρου
Κώνοι διαφόρων χρωμάτων	Κώνοι διαφόρων χρωμάτων
Σχοινιά για το δέσιμο αστραγάλων και καρπών	Σχοινιά για το δέσιμο αστραγάλων και καρπών
Ύφασμα για τα μάτια	Ύφασμα για τα μάτια
Υλικό για τη χάραξη μιας απλής διαδρομής	Υλικό για τη χάραξη μιας απλής διαδρομής

3.3.5 Δραστηριότητα 4 – "Προχωράμε μαζί"

Γενική περιγραφή της δραστηριότητας

Οι παίκτες χωρίζονται τυχαία σε δύο ομάδες και θα εκτελέσουν δύο σύντομες δραστηριότητες, με κοινό παρανομαστή "τη συνεργασία και τη συνοχή". Σκοπός του απολογισμού θα είναι να προκληθεί συζήτηση για το κατά πόσο η συνεργασία είναι θεμελιώδης για την επίτευξη στόχων και για το ότι μια συνεκτική ομάδα πετυχαίνει τα καλύτερα αποτελέσματα.



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

3.3.4.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών

Ψυχολογική αρχή: Ασκήσεις για τη συνοχή της ομάδας	Ωρα: 45 λεπτά
--	---------------

ΒΗΜΑΑ 1 – Η συνεργασία είναι το κλειδί της επιτυχίας

ΩΡΑ: 20 λεπτά

Ο προπονητής ετοιμάζει δύο παρακείμενες παρόμοιες διαδρομές: κάθε διαδρομή θα περιλαμβάνει ένα σλάλομ, ένα εμπόδιο που πρέπει να ξεπεραστεί και τη σημείωση ενός τέρματος. Κατά την εξήγηση της άσκησης, ο προπονητής θα μπορεί να δείξει πώς πρέπει να ολοκληρωθεί η διαδρομή, με τη βοήθεια ενός αθλητή. Το παιχνίδι θα αποτελείται από 3 γύρους των 5 λεπτών, για όλα τα μέλη της κάθε ομάδας για την ολοκλήρωση της διαδρομής. Το παιχνίδι λήγει όταν όλα τα μέλη μιας ομάδας έχουν ολοκληρώσει τις εργασίες, οπότε νικήτρια είναι η ταχύτερη ομάδα. Ο προπονητής θα καταγράφει τη μέτρηση της νικήτριας ομάδας κάθε γύρου. Η ομάδα που σημειώνει τουλάχιστον 2 πόντους θα είναι η νικήτρια. Η ομάδα 1 θα δουλέψει με "συνεργατικό τρόπο", ενώ η ομάδα 2 με "ανεξάρτητο τρόπο".

- **Συνεργατικός τρόπος.** Τρεις παίκτες κάθε φορά ολοκληρώνουν όλες τις δραστηριότητες εισερχόμενοι ταυτόχρονα στον αγωνιστικό χώρο – θα μπορούν να κάνουν πάσα ο ένας στον άλλον μόλις ολοκληρώσουν το δικό τους κομμάτι της διαδρομής: υπό την έννοια αυτή, ένας θα κάνει το σλάλομ, ο δεύτερος θα περνάει το εμπόδιο και ο τρίτος θα σημειώνει το τέρμα. Στη συνέχεια οι παίκτες θα εναλλάσσονται.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολτατά, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



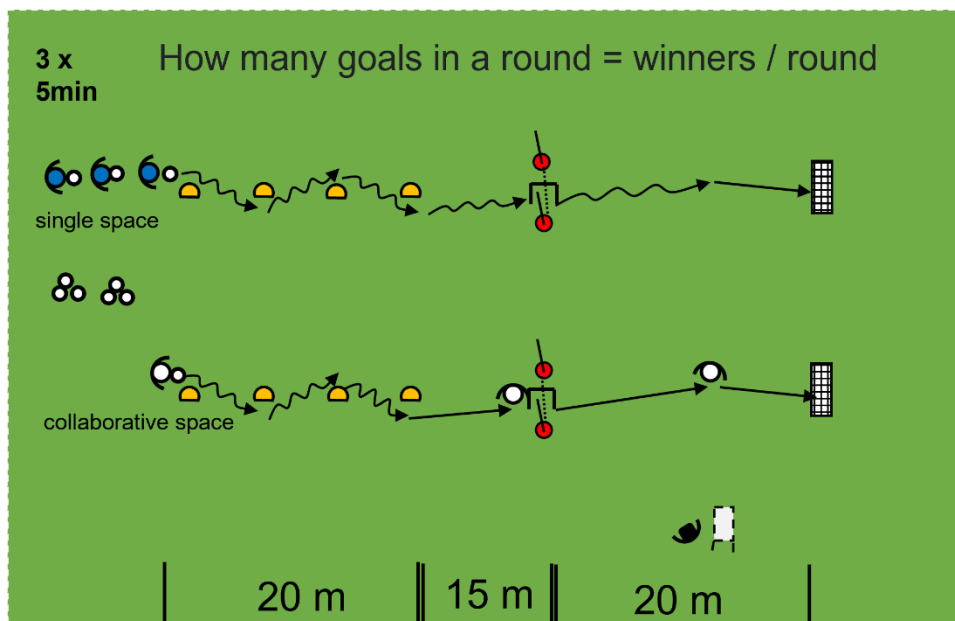
PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Ο ίδιος σχηματισμός παιχνιδιού θα εφαρμόζεται μέχρι όλα τα μέλη της ομάδας να έχουν κάνει την άσκηση.

- **Ανεξάρτητος τρόπος.** Στον αγωνιστικό χώρο εισέρχεται ένας παίκτης κάθε φορά και ολοκληρώνει όλες τις δραστηριότητες μεμονωμένα, μόνο που σε αυτό το σημείο εισέρχεται στη διαδρομή ο δεύτερος συμπαίκτης. Ο ίδιος σχηματισμός παιχνιδιού θα εφαρμόζεται μέχρι όλα τα μέλη της ομάδας να έχουν κάνει την άσκηση.

Το παιχνίδι απεικονίζεται παρακάτω.



3 x 5 λεπτά	Πόσα τέρματα σε έναν γύρο = νικητές/γύρο	
ατομικός ρυθμός		
Ρυθμός συνεργασίας		



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

20 μ.	15 μ.	20 μ.
-------	-------	-------

ΒΗΜΑ 2 – Μοιράζεσαι όταν πρέπει

ΩΡΑ: 10 λεπτά

Οι ομάδες συμμετέχουν σε ένα δεκάλεπτο παιχνίδι ποδοσφαίρου, με έναν απλό επιπρόσθετο κανόνα: η βαθμολογία κάθε τέρματος εξαρτάται από τον αριθμό των διαφορετικών παικτών κάθε ομάδας που έχουν "αγγίξει" την μπάλα πριν τη σημείωση του τέρματος. Ως εκ τούτου, εφόσον 4 διαφορετικοί παίκτες έχουν αγγίξει την μπάλα πριν το σουτ, τότε το τέρμα δίνει 4 βαθμούς στην ομάδα αντί για έναν. Και όχι μόνο: οι βαθμοί διπλασιάζονται εφόσον την μπάλα την άγγιξαν όλα τα μέλη της ομάδας. Ο προπονητής μπορεί να χρησιμοποιήσει έναν πίνακα για την καταγραφή των βαθμών, εφόσον κρίνεται απαραίτητο. Η δραστηριότητα απεικονίζεται παρακάτω.

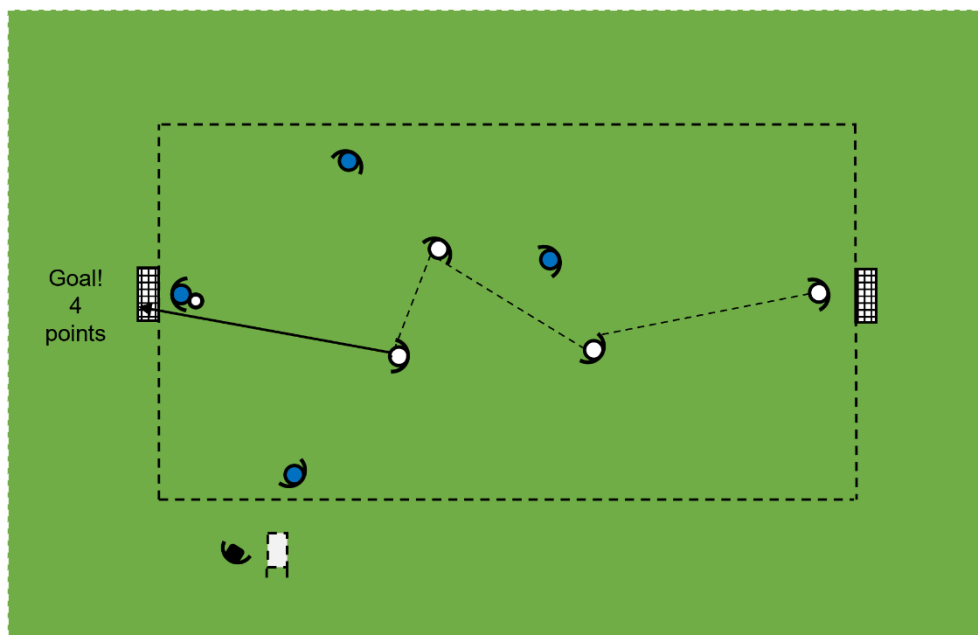


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Γκολ!
 4 βαθμοί



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΒΗΜΑ 3 – Συζήτηση

ΩΡΑ: 10 λεπτά

Στο τέλος της δραστηριότητας, θα γίνει συζήτηση υπό την καθοδήγηση του προπονητή. Για να ενθαρρύνει τη συζήτηση, ο προπονητής θα κάνει μια σειρά από ερωτήσεις στους παίκτες όπως:

- Πώς πήγε; Ευχαριστήκατε τις δραστηριότητες;
- Στο Παιχνίδι 1, πώς νιώσατε όταν παίζατε ανεξάρτητα; Και πώς νιώσατε όταν παίζατε συνεργατικά; Εντοπίσατε διαφορές;
- Στο Παιχνίδι 2, τι ήταν διαφορετικό απ' ό,τι συνήθως ενώ παίζατε; Γιατί νομίζετε ότι παίζατε έτσι;
- Προσπαθήστε να βρείτε μια λέξη για να περιγράψετε τις δραστηριότητες (πρέπει να είναι κάτι όπως "συνεργασία", "ομαδικότητα" και ούτω καθεξής).

57

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Για την επόμενη εβδομάδα, βρείτε τουλάχιστον μια ευκαιρία για να βοηθήσετε κάποιον: είτε τη μαμά σας με τα ψώνια είτε έναν συμμαθητή σας με τα μαθήματά τους. Δοκιμάστε τη δύναμη της συνεργασίας!

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ: ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ακολουθεί μια πρόταση από προπονητές οι οποίοι έχουν ήδη εφαρμόσει τις δραστηριότητες στις ομάδες τους.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- Θα μπορούσε να είναι χρήσιμο να συζητάτε σύντομα με τους παίκτες κατά τη διάρκεια των ασκήσεων και να τους παρακινείτε με ερωτήσεις ενώ παίζουν τα παιχνίδια. Μπορείτε να κρατήσετε τα τελευταία 10 λεπτά για συζήτηση μετά τις ασκήσεις.

3.3.4.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών

Ασκήσεις για τη συνοχή της ομάδας	60 λεπτά
-----------------------------------	----------

Η δραστηριότητα είναι ίδια με αυτή που περιγράφεται παραπάνω. Παρόλ' αυτά, η διαδρομή θα είναι πιο δύσκολη σύμφωνα με τις πιο ανεπτυγμένες ποδοσφαιρικές δεξιότητες των μεγαλύτερων σε ηλικία συμμετεχόντων. Περαιτέρω, κάθε από τα τρία μέρη της προπόνησης θα έχει διάρκεια 20 λεπτά. Η τελική συζήτηση πρέπει να είναι πιο ενδεδειγμένη, με βάση τις ανώτερες διαλεκτικές ικανότητες των εφήβων. Προτεινόμενες ερωτήσεις:

- Πώς πήγε;
- Στο Παιχνίδι 1, πώς νιώσατε όταν παίζατε ανεξάρτητα; Και όταν παίζατε συνεργατικά; Εντοπίσατε διαφορές; Γιατί συμβαίνει αυτό κατά τη γνώμη σας;
- Και το Παιχνίδι 2; Πώς οργανωθήκατε; Είστε ικανοποιημένοι από τον τρόπο με τον οποίο εκτελέσατε τη δραστηριότητα; Ποιο είναι το βασικό μήνυμα εδώ;
- Γιατί νομίζετε ότι κάναμε τις δραστηριότητες αυτές; Τι κοινό έχουν; Τι είναι αυτό που πρέπει να θυμάστε; Προσπαθήστε να βρείτε μια λέξη που να περιγράφει την προπόνηση αυτή (πρέπει να είναι κάτι όπως "συνεργασία", "ομαδικότητα" και ούτω καθεξής).



Project supported
 by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- Πιστεύετε ότι αυτή η αξία της συνοχής είναι σημαντική και στην καθημερινή ζωή; Γιατί συμβαίνει αυτό;

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟ ΥΛΙΚΟ	
10-14 ετών	15-18 ετών
Μπάλες ποδοσφαίρου	Μπάλες ποδοσφαίρου
Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες	Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες
Κώνοι για το σλάλομ	Κώνοι για το σλάλομ
Εμπόδιο	Εμπόδιο
Τέρματα	Τέρματα
Σφυρίχτρα	Σφυρίχτρα
Δείκτης	Δείκτης

3.3.6 Δραστηριότητα 5 – "Αυτοί είμαστε..."

Γενική περιγραφή της δραστηριότητας

Ενθαρρύνετε τους παίκτες να περιγράψουν τους εαυτούς τους επιλέγοντας εικόνες και λέγοντας γιατί απολαμβάνουν το ποδόσφαιρο και το να είναι στην ομάδα. Ο σκοπός είναι να υπογραμμιστεί η σημασία της ομάδας για τα μέλη και να επισημανθούν οι κοινές αξίες.



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

3.3.5.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών

Ασκήσεις για την ταυτότητα της ομάδας	60 λεπτά
---------------------------------------	----------

ΒΗΜΑ 1 – Ποιος είσαι;

ΩΡΑ: 30 λεπτά

Ο προπονητής θα φτιάξει μια πίστα με τρεις διαφορετικές ασκήσεις, αναλόγως της ηλικίας των παικτών (5 λεπτά ανά άσκηση). Στο τέλος της άσκησης, οι παίκτες θα μπορούν να επιλέξουν μια εικόνα από αυτές που είναι μέσα σε ένα κουτί που βρίσκεται μπροστά από την πίστα. Η ερώτηση στην οποία θα πρέπει να απαντήσουν είναι "Ποιος είσαι; Φανταστείτε ότι συστήνεστε σε κάποιον που δεν σας έχει δει ποτέ. Επιλέξτε τρεις εικόνες που πιστεύετε ότι περιγράφον καλύτερα το ποιος είστε."

Οι εικόνες θα χωρίζονται σε τέσσερις κατηγορίες (ατομικό ποδόσφαιρο - ομαδικό ποδόσφαιρο - άλλο ατομικό - άλλο ομαδικό) (βλ. Παράρτημα 5.1 – ηλικία 10-14). Όταν τελειώσει η πίστα, κάθε παίκτης θα έχει ένα λεπτό για να δείξει τις εικόνες του (εφόσον θέλει) και να εξηγήσει γιατί τις επέλεξε ως τις πλέον σημαντικές. Θα χρησιμοποιηθούν κάποια λεπτά για να υπογραμμιστεί το ότι οι περισσότεροι παίκτες κατά πάσα πιθανότητα επέλεξαν τις ποδοσφαιρικές εικόνες, επιδεικνύοντας έτσι πόσο σημαντικός είναι ο αθλητισμός για αυτούς. Παρακάτω μπορείτε να δείτε μια γραφική απεικόνιση της πιθανής πίστας.

60



Project supported
by



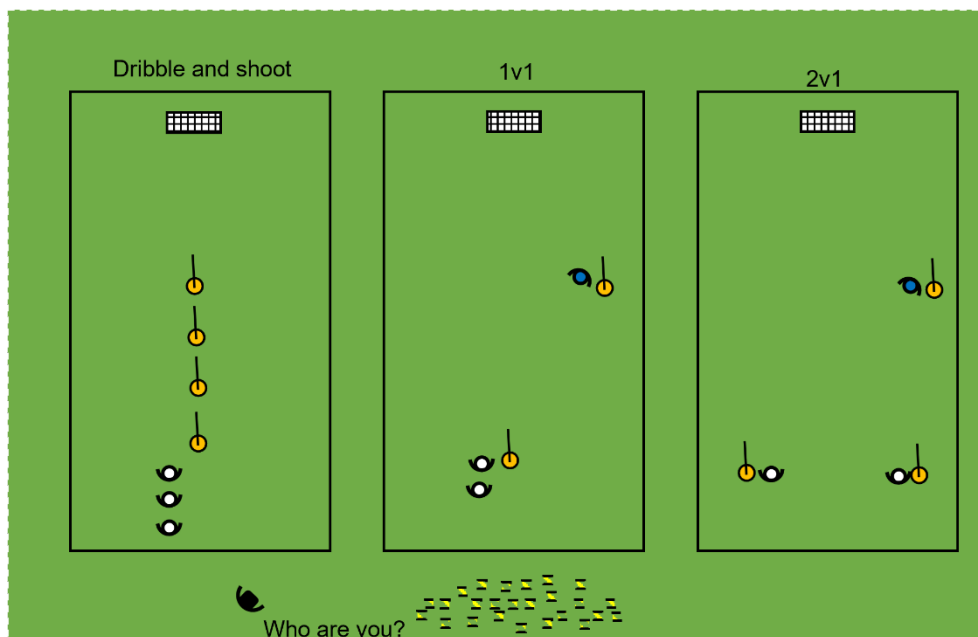
FORMODENA

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Ντρίμπλα και σουτ	1v1	2v1
Ποιος είσαι;		



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΒΗΜΑ 2 – Ποιοι είμαστε;

ΩΡΑ: 20 λεπτά

Στο δεύτερο παιχνίδι, οι παίκτες θα πρέπει να σκεφτούν την ομάδα τους και το τι σημαίνει για αυτούς να είναι μέρος της ομάδας. Θα δημιουργηθούν δύο ομάδες και δύο μικρά γήπεδα, κατάλληλα για την κάθε ηλικία, ώστε να μειωθεί ο χρόνος αναμονής. Και η ομάδα Α και η ομάδα Β θα χωριστούν στα δύο γήπεδα, παίζοντας το ίδιο παιχνίδι. Ο παίκτης Α ξεκινάει από τη μία πλευρά του αγωνιστικού χώρου και ο παίκτης Β από την αντίθετη πλευρά. Ανταγωνίζονται παίζοντας ένα παιχνίδι 1 εναντίον 1. Ο νικητής (ήτοι ο πρώτος που θα σημειώσει τέρμα κατά του αντιπάλου) θα έχει την ευκαιρία να επιλέξει από ένα κουτί με ετικέτες (βλ. Παράρτημα 5.2) την ετικέτα που, κατά τη γνώμη του, απαντάει καλύτερα στην ερώτηση: "Τι σημαίνει για σένα να είσαι μέλος αυτής της ομάδας;" (βλ. παρακάτω)

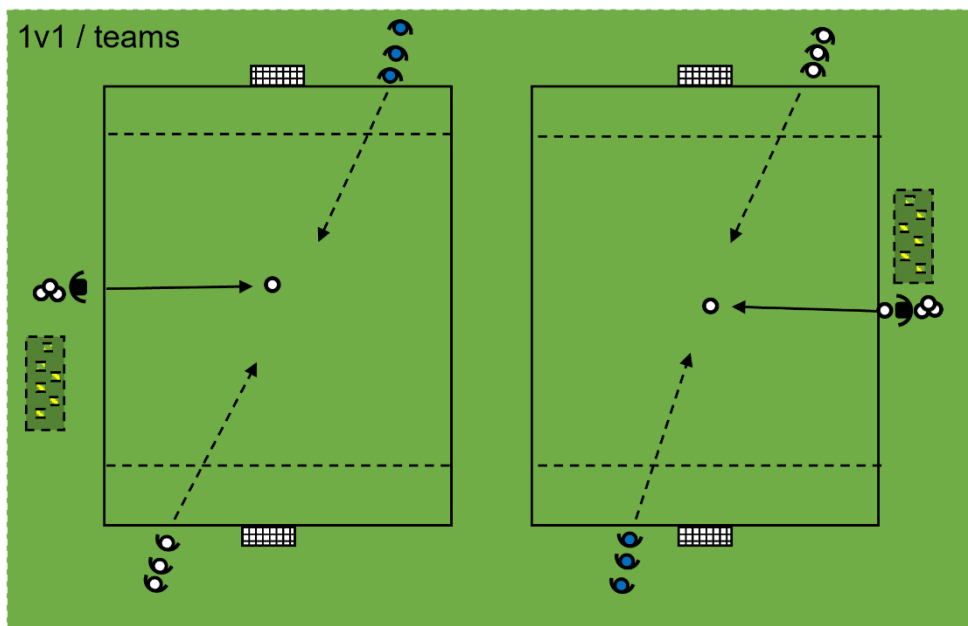


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



1v1 / ομάδες	
Ποιος είσαι;	

ΒΗΜΑ 3 – Συζήτηση

ΩΡΑ: 20 λεπτά

Στο τέλος, όλες οι ετικέτες τοποθετούνται μαζί. Ο προπονητής τις διαβάσει όλες φωναχτά και, με τη βοήθεια του πίνακα και εφόσον κρίνεται χρήσιμο, επισημαίνονται οι ετικέτες που εμφανίζονται συχνότερα. Ο προπονητής κάνει μια συζήτηση δεκαπέντε λεπτών όπου υπογραμμίζεται πόσο σημαντική είναι η ομάδα για κάθε παίκτη και το να είναι μέλος της,



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ξεκινώντας από τις ετικέτες που λένε "Υπερηφάνεια", "Φιλία" και ούτω καθεξής. Μπορεί να χρησιμοποιήσει κάποιες παρακινητικές ερωτήσεις όπως:

- Ποιος θέλει να εξηγήσει τις ετικέτες που επέλεξε και γιατί;
- Τι σημαίνει για εσένα να είσαι μέλος αυτής της ομάδας; Είναι σημαντικό για σένα;

Θέλετε να ενθαρρύνετε και να συνοψίσετε τη συζήτηση με μερικές σκέψεις όπως:

- Μια ομάδα μοιάζει πολύ με την οικογένεια: νοιαζόμαστε ο ένας για τον άλλον και ενώνουμε τις προσπάθειές μας προς έναν κοινό στόχο. Για αυτό και όλοι μας (και εγώ!) το θεωρούμε τόσο σημαντικό να είμαστε μέλος αυτής της ομάδας και αντλούμε αυτά τα συναισθήματα υπερηφάνειας και φιλίας από αυτή. Τα μέλη της οικογένειας και της ομάδας παραμένουν ενωμένα και βοηθάνε το ένα το άλλο, ακόμα και όταν τα πράγματα είναι δύσκολα.

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Για την επόμενη εβδομάδα, προσπαθήστε να προσφέρετε στην ομάδα σας. Μπορείτε να το κάνετε με διαφορετικούς τρόπους: βοηθώντας τον προπονητή σας να μαζέψει το προπονητικό υλικό, βοηθώντας έναν συμπαίκτη να μάθει μια νέα δεξιότητα, βοηθώντας εθελοντικά στην οργάνωση αγώνων μικρότερων παιδιών, κ.λπ. Από εσάς εξαρτάται!

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ: ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ακολουθεί μια πρόταση από προπονητές οι οποίοι έχουν ήδη εφαρμόσει τις δραστηριότητες στις ομάδες τους.

- Οι εικόνες είναι απαραίτητες για το καλό αποτέλεσμα αυτής της δραστηριότητας. Πριν την υλοποίηση της δραστηριότητας, κρατήστε λίγο χρόνο για την εκτύπωση και το



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

κόψιμο των εικόνων που διατίθενται ως πρότυπο ή για τη δημιουργία των δικών σας εικόνων.

3.3.5.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών

Ασκήσεις για την ταυτότητα της ομάδας	45 λεπτά
---------------------------------------	----------

Η δραστηριότητα είναι παρόμοια με αυτή που περιγράφεται παραπάνω. Φυσικά, στη δραστηριότητα 1 (βλ. Παράρτημα 5.1 – ηλικία 15-18), η πίστα πρέπει να προσαρμοστεί στις ποδοσφαιρικές δεξιότητες των μεγαλύτερων σε ηλικία παικτών. Επιπρόσθετα, στη δραστηριότητα 2, αντί να επιλέγουν ετικέτες, οι αθλητές θα πρέπει να γράψουν σε χαρτάκια ποστ-ιτ τι σημαίνει για αυτούς να είναι μέλος της ομάδας. Κατά τη διάρκεια της φάσης συζήτησης, τα χαρτάκια διαβάζονται και τοποθετούνται στον πίνακα, ομαδοποιημένα με βάση το κεντρικό θέμα. Ορισμένες παρακινητικές ερωτήσεις για τη συζήτηση είναι οι εξής:

- Ποιος θέλει να μοιραστεί μαζί μας αυτό που έγραψε και γιατί;
- Τι σημαίνει για εσένα να είσαι μέλος αυτής της ομάδας;
- Θεωρείς ότι το να είσαι μέλος αυτής της ομάδας είναι σημαντικό μέρος αυτού που είσαι; Είσαι υπερήφανος για αυτό;
- Μετράει η γνώμη των συμπαίκτών σου για σένα; Τους εμπιστεύεσαι; Τους θαυμάζεις; Πιστεύεις ότι μοιράζετε τις ίδιες αξίες;

Θέλετε να ενθαρρύνετε και να συνοψίσετε τη συζήτηση με μερικές σκέψεις όπως:



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- Μια ομάδα μοιάζει πολύ με την οικογένεια: νοιαζόμαστε ο ένας για τον άλλον και ενώνουμε τις προσπάθειές μας προς έναν κοινό στόχο. Για αυτό και όλοι μας (και εγώ!) το θεωρούμε τόσο σημαντικό να είμαστε μέλος αυτής της ομάδας και αντλούμε αυτά τα συναισθήματα υπερηφάνειας και φιλίας από αυτή. Τα μέλη της οικογένειας και της ομάδας παραμένουν ενωμένα και βοηθάνε το ένα το άλλο, ακόμα και όταν τα πράγματα είναι δύσκολα.

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟ ΥΛΙΚΟ	
10-14 ετών	15-18 ετών
Μπάλες ποδοσφαίρου	Μπάλες ποδοσφαίρου
Κατάλληλο υλικό για την πίστα	Κατάλληλο υλικό για την πίστα
Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες	Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες
Τέρματα	Τέρματα
Σφυρίχτρα	Σφυρίχτρα
Παράρτημα 5.1	Παράρτημα 5.1
Παράρτημα 5.2	Παράρτημα 5.2
4 κουτιά για τις εικόνες/ετικέτες	3 κουτιά για τις εικόνες
Χαρτόνι/πίνακας	Χαρτάκια ποστ-ιτ
Δείκτης	3 ή 4 στυλό/μαρκαδόροι για τους παίκτες
	Χαρτόνι/πίνακας
	Δείκτης



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

3.3.6 Δραστηριότητα 6 – "...Έτσι το κάνουμε!"

Γενική περιγραφή της δραστηριότητας

Η δραστηριότητα αυτή είναι βασική ώστε να ξεκινήσει ο καθορισμός των κανόνων κατά του εκφοβισμού της ομάδας. Το πρώτο παιχνίδι θα επιτρέψει στους παίκτες να κατανοήσουν ότι οι εκφοβίζοντες ενεργούν χωρίς να τιμωρούνται λόγω της γενικότερης νόρμας αδιαφορίας/φόβου. Ωστόσο, εφόσον πολλοί άνθρωποι αντιδράσουν σε αυτή τη νόρμα και δημιουργήσουν νέες νόρμες, οι εκφοβίζοντες θα καταστούν ανίσχυροι. Ένα δεύτερο βήμα θα είναι οι νέοι να ορίσουν τις δικές τους νόρμες κατά του εκφοβισμού.

3.3.6.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών

67

Θέσπιση κοινωνικών νορμών κατά του εκφοβισμού	60 λεπτά
---	----------

ΒΗΜΑ 1 – Η ομάδα φτιάχνει τους κανόνες, η ομάδα μπορεί να τους αλλάξει

ΩΡΑ: 30 λεπτά

Το παιχνίδι ξεκινάει όπως το γνωστό παιχνίδι του "ταύρου", με το οποίο απεικονίζεται το φαινόμενο του εκφοβισμού ως ομαδική δραστηριότητα. Ένας παίκτης θα είναι το θύμα, δύο παίκτες -στις αντίθετες πλευρές του αγωνιστικού χώρου- θα είναι οι εκφοβίζοντες και οι υπόλοιποι θα είναι παρατηρητές. Το παιχνίδι ξεκινάει και το θύμα είναι μόνο του, προσπαθώντας όντας αβοήθητος να πάρει την μπάλα. Μετά από πέντε λεπτά, ο προπονητής



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

σφυρίζει ζητώντας από έναν παρατηρητή να γίνει "σύμμαχος" και να βοηθήσει το θύμα. Μετά από πέντε λεπτά, ο προπονητής ξανασφυρίζει και τρεις ακόμα παρατηρητές γίνονται σύμμαχοι. Τέλος, ο προπονητής σφυρίζει μία ακόμα φορά και οι σύμμαχοι είναι πλέον πλειονότητα. Στο σημείο αυτό οι εκφοβίζοντες δεν μπορούν πλέον να αποκλείσουν το θύμα (βλ. τη γραφική αναπαράσταση παρακάτω).

Μια δεκάλεπτη συζήτηση θα τονίσει την πτυχή αυτή, με τη χρήση παρακινητικών ερωτήσεων:

- Τι συνέβη κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού;
- Μπόρεσαν οι εκφοβίζοντες να εκφοβίσουν το θύμα όταν οι σύμμαχοι ήταν πολλοί σε αριθμό;
- Τι θα μπορούσατε να πείτε ή να κάνετε για να γίνετε σύμμαχος του ατόμου που εκτίθεται σε εκφοβισμό; [Παραδείγματα για τον προπονητή σε περίπτωση που δεν υπάρχει κανένα σχόλιο: "Εάν αισθάνεστε άνετα – μπορείτε να πείτε φωναχτά ότι αυτό δεν είναι εντάξει", "Μπορείτε να ρωτήσετε το θύμα αν θέλει να έρθει μαζί σας και να αποχωρήσετε μαζί από την κατάσταση", "Εάν δεν αισθάνεστε άνετα να επέμβετε, μπορείτε επίσης να αναζητήσετε βοήθεια από τον προπονητή σας ή από έναν άλλο ενήλικα"].
- "Οι παρατηρητές άλλαξαν το στάτους τους και από υποστηρικτές του εκφοβίζοντος έγιναν σύμμαχοι του θύματος. Αυτό σημαίνει ότι μια ομάδα μπορεί να αλλάξει τους κανόνες της ώστε όλοι να αισθάνονται ότι ανήκουν και, όταν συμβαίνει αυτό, οι



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/τους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.

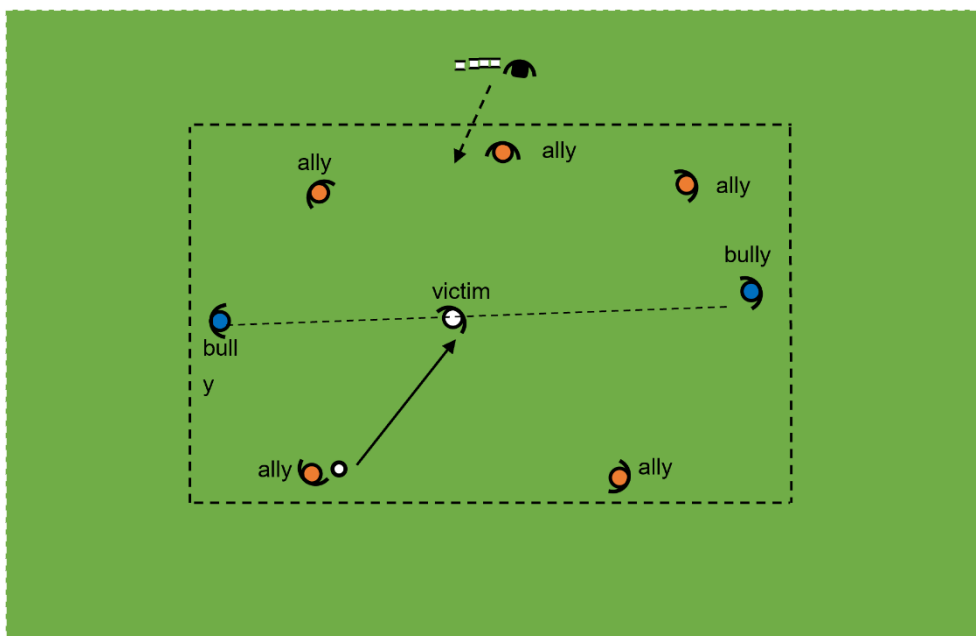


PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

εκφοβίζοντες δεν έχουν άλλη επιλογή από το να σταματήσουν τον εκφοβισμό. Να προσπαθήσουμε να θεσπίσουμε τους δικούς μας νέους κανόνες;".

Εδώ είναι σημαντικό να τονίσουμε πώς η δύναμη του εκφοβίζοντος βασίζεται στη σιωπηρή έγκριση των παρατηρητών. Μόλις οι παρατηρητές στηρίζουν το θύμα ή τα θύματα, ο εκφοβίζων σταματάει να έχει οποιαδήποτε δύναμη.



σύμμαχος	εκφοβίζων	θύμα



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΒΗΜΑ 2 – Έχουμε νέους κανόνες!

ΩΡΑ: 30 λεπτά

Θα φτιαχτεί ένα παιχνίδι στόχος του οποίου θα είναι κυριολεκτικά η αντιμετώπιση του εκφοβισμού με τον σχεδιασμό κανόνων συμπερίληψης για την κοινή επιδίωξη του στόχου, το οποίο δημιουργεί καλή ατμόσφαιρα για την ομάδα. Ο προπονητής χωρίζει τους παίκτες σε δύο ομάδες για να παίξουν έναν αγώνα ποδοσφαίρου διάρκειας 15 λεπτών. Ωστόσο, αντί για το σύνηθες τέρμα, το τέρμα θα αποτελείται από 5 κώνους οι οποίοι μεταφορικά αναπαριστούν το φαινόμενο του εκφοβισμού (βλ. παρακάτω). Κάθε φορά που μια ομάδα σημειώνει τέρμα, θα έχουν τη δυνατότητα να γράφουν έναν κανόνα κατά του εκφοβισμού που θεωρούν σχετικό για την ομάδα, σε ένα χαρτάκι ποστ-ιτ. Ο τελικός στόχος είναι να υπάρχουν τουλάχιστον πέντε κανόνες προς συζήτηση και από κοινού προσαρμογή τα επόμενα 15 λεπτά, σύμφωνα με τις παρακάτω αρχές:

1. Οι κανόνες πρέπει να είναι σύντομοι και ευνόητοι.
2. Οι κανόνες πρέπει πάντοτε να αποτελούν αντικείμενο διαπραγμάτευσης και να έχουν συμφωνηθεί από όλους τους συμπαίκτες.
3. Οι κανόνες θα πρέπει να εκφράζονται θετικά, π.χ. αντί για "Μην προσβάλλετε τους συμπαίκτες σας", μπορείτε να πείτε "Να μιλάτε πάντα ευγενικά στους συμπαίκτες σας".



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Αυτοί οι εσωτερικοί κανόνες θα είναι γραμμένοι σε ένα έγγραφο (**βλ. Παράρτημα 6.1**), συμπεριλαμβανομένων μερικών παραδειγμάτων και προδιαγραφών, και πώς θα αντιμετωπίζετε τις συνέπειες παραβίασης των κανόνων. Ένα παράδειγμα:

ΚΑΝΟΝΑΣ	ΠΩΣ ΤΟ ΚΑΝΟΥΜΕ ΑΥΤΟ;	ΕΑΝ ΠΑΡΑΒΙΑΣΟΥΜΕ ΤΟΝ ΚΑΝΟΝΑ
Να μιλάτε πάντα ευγενικά στους συμπαίκτες σας	- Να έχετε ήρεμο ύφος όταν συζητάτε με έναν συμπαίκτη σας - Να αποφεύγετε τις βρισιές - Να ακούτε πριν μιλήσετε	Οι συμπαίκτες θα πρέπει να κάνουν ήπια σχόλια όταν παραβιάζεται ο κανόνας και να προσπαθούν να είναι πιο ευγενικοί. Τα συγγνώμη είναι ευπρόσδεκτα.

Αφού εκπονήσετε τους κανόνες, θα παρουσιάσετε τη στοίβα τις με κάρτες (τόσες όσοι οι τελικοί κανόνες) (**βλ. Παράρτημα 6.2**) στους αθλητές: κάθε εβδομάδα κάποιοι από αυτούς θα αναλαμβάνουν την ευθύνη να φροντίζουν ώστε να τηρείται ένας από τους κανόνες και να επεμβαίνουν όποτε παραβιάζεται. Ο προπονητής μπορεί να επιλέγει διαφορετικούς παίκτες κάθε εβδομάδα οι οποίοι θα έχουν τη δυνατότητα να επιλέξουν ποιον κανόνα θέλουν να στηρίζουν.

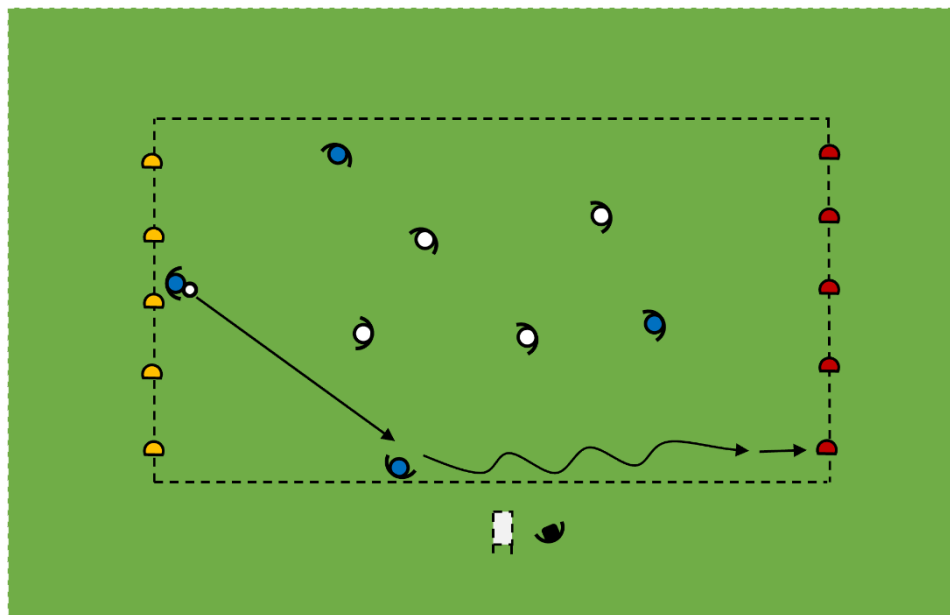


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Για την επόμενη εβδομάδα, εστιάστε στον κανόνα ο οποίος αισθάνεστε ότι μπορεί να τηρηθεί πιο δύσκολα και προσπαθήστε να το παρατηρείτε όποτε τον παραβιάζετε ή πρόκειται να τον παραβιάσετε. Το να τον παραβιάζετε ολοένα και πιο αραιά είναι μια καλή άσκηση!

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ: ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ακολουθεί μια πρόταση από προπονητές οι οποίοι έχουν ήδη εφαρμόσει τις δραστηριότητες στις ομάδες τους.

- Είναι σημαντικό να συζητάτε εκ νέου τους κανόνες μετά την προπόνηση ή κατά την έναρξη της προπόνησης. Θα ήταν χρήσιμο να συνοψίσετε και να δημοσιεύσετε σε επίσημη μορφή τους τελικούς κανόνες της ομάδας.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

3.3.6.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών

Θέσπιση κοινωνικών νορμών κατά του εκφοβισμού	60 λεπτά
---	----------

Η δραστηριότητα είναι ίδια με αυτή για την ομάδα των νεότερων σε ηλικία παικτών, με μια συζήτηση με περισσότερα ερεθίσματα. Μετά το βήμα 1, κάποιες χρήσιμες παρακινήτικές ερωτήσεις μπορεί να είναι οι εξής:

- Μπορείτε να πείτε πώς αυτό το παιχνίδι με τον τάυρο ήταν μια μεταφορά για τον εκφοβισμό;
- Παρατηρήσατε κάτι στη συμπεριφορά των εκφοβιζόντων ή του θύματος ενώ οι σύμμαχοι άρχισαν να εμπλέκονται; Γιατί πιστεύετε ότι ισχύει αυτό;
- Πιστεύετε ότι θα συνέβαινε η ίδια διαδικασία στην καθημερινή ζωή;
- "Οι κανόνες των παιχνιδιών άλλαξαν από "το θύμα απέναντι σε όλους" σε "μια ομάδα συμμάχων απέναντι στους εκφοβίζοντες" και αυτό καθόρισε την αλλαγή στη συμπεριφορά των εκφοβιζόντων. Τι πιστεύετε ότι σημαίνει αυτή η μεταφορά;"
- "Πράγματι. Οι παρατηρητές άλλαξαν το στάτους τους και από υποστηρικτές του εκφοβίζοντος έγιναν σύμμαχοι του θύματος. Αυτό σημαίνει ότι μια ομάδα μπορεί να αλλάξει τους κανόνες της ώστε όλοι να αισθάνονται ότι ανήκουν και, όταν συμβαίνει



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

αυτό, οι εκφοβίζοντες δεν έχουν άλλη επιλογή από το να σταματήσουν τον εκφοβισμό.

Να προσπαθήσουμε να θεσπίσουμε τους δικούς μας νέους κανόνες;"

Εδώ είναι σημαντικό να τονίσουμε πώς η δύναμη του εκφοβίζοντος βασίζεται στη σιωπηρή έγκριση των παρατηρητών. Μόλις οι παρατηρητές στηρίζουν το θύμα ή τα θύματα, ο εκφοβίζων σταματάει να έχει οποιαδήποτε δύναμη.

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟ ΥΛΙΚΟ	
10-14 ετών	15-18 ετών
Μπάλες ποδοσφαίρου	Μπάλες ποδοσφαίρου
Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες	Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες
10 κώνοι	10 κώνοι
Σφυρίχτρα	Σφυρίχτρα
Παράρτημα 6.1	Παράρτημα 6.1
Παράρτημα 6.2	Παράρτημα 6.2
Δείκτης	Δείκτης
Χαρτάκια ποστ-ιτ	Χαρτάκια ποστ-ιτ
Στυλό	Στυλό

3.3.7 Δραστηριότητα 7 - "Ακολουθήστε τον αρχηγό"

Γενική περιγραφή της δραστηριότητας



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Σκοπός αυτής της δραστηριότητας είναι η ενίσχυση των κανόνων κατά του εκφοβισμού της ομάδας, χρησιμοποιώντας τους αρχηγούς ως παραδείγματα προς μίμηση/πρότυπα. Οι αρχηγοί έχουν κοινωνική επιρροή στους συμπαίκτες τους και είναι πιθανό να τους ακολουθήσουν οι άλλοι παίκτες: άρα εάν τους δοθεί ο ρόλος να βρίσκουν τον τρόπο για την καταπολέμηση του εκφοβισμού, αυτό μπορεί να έχει ισχυρό αντίκτυπο στους συμπαίκτες τους.

3.3.7.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών

Θέσπιση κοινωνικών νορμών κατά του εκφοβισμού	45 λεπτά
---	----------



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΒΗΜΑ 1 – Αρχηγέ, δεξ!

ΩΡΑ: 30 λεπτά

Ο προπονητής θα σχεδιάσει μια προπόνηση με τρεις διαφορετικές μικρές ομάδες και θα ορίσει έναν παίκτη ως επικεφαλής κάθε ομάδας. Πριν την έναρξη της προπόνησης, ο προπονητής θα κάνει δύο πράγματα:

- Θα ζητήσει από τους "επικεφαλής" να διασφαλίσουν αφενός ότι οι δραστηριότητες εκτελούνται με σοβαρότητα και αφετέρου ότι τηρούνται οι συμφωνημένοι κανόνες συμπεριφοράς.
- Θα ορίσει κρυφά έναν "εκφοβίζοντα" ανά ομάδα που θα συμπεριφέρεται (ανοιχτά ή πιο διακριτικά) με τρόπους που είναι αντίθετοι στις νόρμες της ομάδας (π.χ. απαντώντας άσχημα στους συμπαίκτες, αποκλείοντας κάποιον από την άσκηση, κάνοντας πειράγματα, κ.λπ.) απέναντι σε ένα θύμα (ΠΟΥ ΕΠΙΣΗΣ ΘΑ ΓΝΩΡΙΖΕΙ ΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ).

Ο αρχηγός θα προσπαθήσει να βρει στρατηγικές προκειμένου να εφαρμοστούν οι κανόνες συμπεριφοράς, χωρίς να γίνεται επιθετικός. Ο προπονητής πρέπει να στηρίζει τον αρχηγό χωρίς υπεκφυγές προκειμένου οι συμπαίκτες να παρατηρήσουν τη δέσμευση του αρχηγού στους κανόνες.



Project supported
by

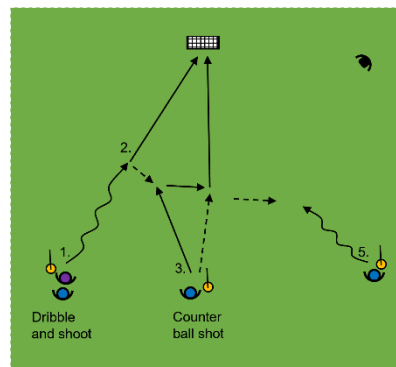
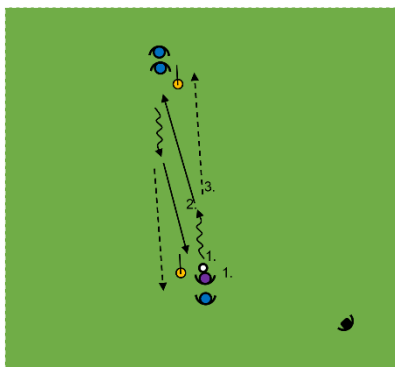
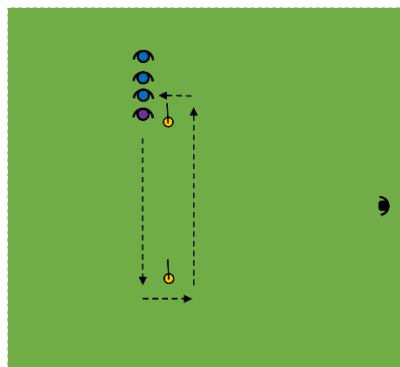


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



		Ντρίμπλα και σουτ
		Απόκρουση σουτ



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΒΗΜΑ 2 – Συζήτηση

- **ΩΡΑ: 15 λεπτά**

Το παιχνίδι του προπονητή αποκαλύπτεται και ξεκινάει συζήτηση με ορισμένες παρακινητικές ερωτήσεις:

Προς τον "επικεφαλής":

- Ποιο ήταν το πιο δύσκολο κομμάτι για σένα;
- Πώς ένιωσες υπερασπιζόμενος τους συμπαίκτες σου;

Προς όλους:

- Πώς αισθανθήκατε με την παρέμβαση του αρχηγού της ομάδας;
- Πόσο σημαντικό είναι ο αρχηγός της ομάδας να είναι παράδειγμα για σας;
- Επενέβη κάποιος άλλος από την ομάδα σας πέραν του επικεφαλής; Εάν ναι, γιατί το κάνατε; Εάν όχι, γιατί σταματήσατε;

Ο προπονητής θα πρέπει να ολοκληρώσει τη συζήτηση επισημαίνοντας ότι η αλληλοπροστασία είναι ευθύνη όλων – όχι μόνο του αρχηγού, ακόμα και αν είναι σημαντικό οι αρχηγοί να δίνουν το καλό παράδειγμα. Το πιο σημαντικό είναι ότι η βασική ευθύνη ανήκει στον προπονητή ως εκ τούτου πρέπει πάντα να ζητάνε βοήθεια εφόσον τη χρειάζονται.

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Για την επόμενη εβδομάδα, προσπαθήστε να ενεργείτε ως αρχηγός. Κάθε φορά που βλέπετε έναν συμπαίκτη να παραβιάζει έναν κανόνα, θυμίστε του ευγενικά ότι οι πιο σημαντικές αξίες στην ομάδα είναι η ευγένεια και ο σεβασμός.



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ: ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ακολουθεί μια πρόταση από προπονητές οι οποίοι έχουν ήδη εφαρμόσει τις δραστηριότητες στις ομάδες τους.

- Ο ρόλος των αρχηγών είναι σημαντικός σε μια ομάδα, γι' αυτό και λειτουργεί πολύ καλά η άσκηση αυτή. Μολαταύτα, είναι σημαντικό ο προπονητής να καθοδηγεί και να στηρίζει τον αρχηγό: ένας καλός τρόπος για να γίνει αυτό είναι να γίνει μια γρήγορη συζήτηση με τον αρχηγό/τους αρχηγούς της ομάδας πριν την έναρξη της άσκησης.

3.3.7.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών

Θέσπιση κοινωνικών νορμών κατά του εκφοβισμού	45 λεπτά
---	----------

ΒΗΜΑ 1 – Αρχηγέ, δεσ!

ΩΡΑ: 30 λεπτά

80

Ο αρχηγός της ομάδας θα σχεδιάσει μια προπονητική πίστα με τρεις διαφορετικές δεκάλεπτες δραστηριότητες και θα τεθεί επικεφαλής για τη διάρκεια της ημέρας. Στην περίπτωση αυτή, δεν απαιτείται απαραίτητα η βοήθεια του προπονητή στη φάση του σχεδιασμού (ωστόσο, ο προπονητής μπορεί να ζητήσει συγκεκριμένες και στοχευμένες δραστηριότητες, π.χ. βελτίωση της ομαδικής συνεργασίας), μπορεί όμως να αναθεωρήσει τις δραστηριότητες μετά.

Πριν την έναρξη της προπόνησης, ο προπονητής θα ορίσει κρυφά έναν "εκφοβίζοντα" ανά ομάδα που θα συμπεριφέρεται (ανοιχτά ή πιο διακριτικά) με τρόπους που είναι αντίθετοι στις νόρμες της ομάδας (π.χ. απαντώντας άσχημα στους συμπαίκτες, αποκλείοντας κάποιον από την



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

άσκηση, κάνοντας πειράγματα, κ.λπ.) απέναντι σε ένα θύμα (ΠΟΥ ΕΠΙΣΗΣ ΘΑ ΓΝΩΡΙΖΕΙ ΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ).

Ο αρχηγός θα πρέπει να εντοπίσει αυτές τις αρνητικές συμπεριφορές και να βρει στρατηγικές για την εφαρμογή των κανόνων συμπεριφοράς που έχουν συμφωνηθεί από την ομάδα. Εφόσον ο αρχηγός της ομάδας δεν φαίνεται να συνειδητοποιεί ότι κάτι δεν πάει καλά ή δεν επέμβει στα πρώτα 5 λεπτά, ο προπονητής μπορεί να τον ενθαρρύνει να ζητήσει από τους συμπαίκτες του να σεβαστούν τους κανόνες συμπεριφοράς. Ο προπονητής πρέπει να στηρίζει την απόφαση του αρχηγού χωρίς υπεκφυγές προκειμένου οι συμπαίκτες να παρατηρήσουν τη δέσμευση του αρχηγού στους κανόνες.

ΒΗΜΑ 2 – Συζήτηση

- **ΩΡΑ: 15 λεπτά**

Το παιχνίδι του προπονητή αποκαλύπτεται και ξεκινάει συζήτηση με ορισμένες παρακινητικές ερωτήσεις:

Προς τον "επικεφαλής":

- Ποιο ήταν το πιο δύσκολο κομμάτι για σένα;
- Πώς ένιωσες υπερασπιζόμενος τους συμπαίκτες σου;
- Κατανοείς τη σημασία του ρόλου και της ευθύνης σου προκειμένου να διασφαλίζεται ότι όλοι είναι ασφαλείς και ότι παίζουν ακολουθώντας τους κανόνες;



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/τους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Προς όλους:

- Πώς αισθανθήκατε με την παρέμβαση του αρχηγού της ομάδας;
- Πόσο σημαντικό είναι ο αρχηγός της ομάδας να κάνει τους πάντες στην ομάδα να αισθάνονται ασφαλείς;
- Πόσο σημαντικό είναι ο αρχηγός της ομάδας να είναι παράδειγμα για σας;
- Το εκτιμάτε όταν ο αρχηγός σας θυμίζει να παίζετε ακολουθώντας τους κανόνες; Τον θαυμάζετε;
- Επενέβη κάποιος άλλος από την ομάδα σας πέραν του επικεφαλής; Εάν ναι, γιατί το κάνατε; Εάν όχι, γιατί σταματήσατε;
- Τι μπορούμε να κάνουμε για να είμαστε έτοιμοι και να υπερασπιζόμαστε ο ένας τον άλλον από τον εκφοβισμό;

82

Μπορείτε να ολοκληρώσετε τη συζήτηση ως εξής:

- Περιμένετε από τους αρχηγούς και τους προπονητές σας να κάνουν σωστές επιλογές. Θα κάνω πάντοτε ό,τι καλύτερο μπορώ για να σας στηρίξω στις ποδοσφαιρικές σας επιλογές και για να είστε καλοί συμπαίκτες. Παρόλ' αυτά, είναι σημαντικό να θυμάστε όλοι να είστε ο ένας ο "σύμβουλος" του άλλου όταν αισθάνεστε ότι ένας συμπαίκτης ενεργεί επιθετικά προς κάποιον άλλον. Σε μια ομάδα, βοηθάμε ο ένας τον άλλον να κάνει τα πράγματα σωστά.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟ ΥΛΙΚΟ	
10-14 ετών	15-18 ετών
Μπάλες ποδοσφαίρου	Μπάλες ποδοσφαίρου
Υλικό για την πίστα	Υλικό για την πίστα

3.3.8 Δραστηριότητα 8 - "Μπορούμε να αλλάξουμε την κοινωνία"

Γενική περιγραφή της δραστηριότητας

Αυτή η τελική δραστηριότητα έχει πολλαπλούς σκοπούς: κατά πρώτον, στοχεύει στην τελική τήρηση των νορμών κατά του εκφοβισμού που έχουν αναπτυχθεί από την ομάδα. Κατά δεύτερον, έχει ως στόχο να επικυρώσει την προσπάθεια της Ομάδας με τον σχεδιασμό μιας πολιτικής κατά του εκφοβισμού η οποία επίσημα περιλαμβάνει τους εσωτερικούς κανόνες της ομάδας. Κατά τρίτον, ενθαρρύνει τους νέους να ενεργούν ως πρότυπα και να παρουσιάσουν την εκστρατεία τους κατά του εκφοβισμού σε συνομηλίκους τους κατά τη διάρκεια μιας επίσημης εκδήλωσης. Αυτό θα αυξήσει επίσης την τήρηση των ίδιων των κανόνων λόγω του μηχανισμού της "γνωστικής ασυμφωνίας" καθώς εξαιτίας αυτού -όταν έχεις δημόσια στηρίξει έναν σκοπό- είναι πολύ δυσκολότερο να συμπεριφερθείς με ασυνέπεια μετά.

83

3.3.8.1 Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών

Συμμετοχή των νέων σε εκστρατείες κατά του εκφοβισμού	60 λεπτά + 1 ημέρα τουρνουά
---	-----------------------------



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΒΗΜΑ 1 – Η πολιτική μας κατά του εκφοβισμού

ΩΡΑ: 45 λεπτά

Η δραστηριότητα αυτή λαμβάνει χώρα στον αγωνιστικό χώρο, αλλά αφορά στη διοργάνωση μιας μεγάλης εκδήλωσης στην οποία οι παίκτες θα είναι ο πρωταγωνιστής. Ξεκινώντας από το έγγραφο που δημιουργήθηκε στη Δραστηριότητα 6

οι νέοι χωρίζονται σε πέντε ομάδες, καθεμία από τις οποίες θα φροντίσει να ορίσει και εξηγήσει καλύτερα έναν κανόνα. Μπορείτε επίσης να δημιουργήσετε ένα σύμβολο ή μια εικονογράφηση για κάθε κανόνα ξεχωριστά. Στο τέλος, κάθε ομάδα θα δημιουργήσει ένα σλόγκαν το οποίο θα χρησιμοποιηθεί κατά τη διάρκεια του "Τουρνουά κατά του εκφοβισμού" το οποίο θα διοργανωθεί από την Ομάδα, προσκαλώντας σχολεία της περιοχής και άλλες ομάδες. Οι ομάδες δουλεύουν ξεχωριστά για 30 λεπτά, ενώ, για τα τελευταία 15 λεπτά, παρουσιάζουν στους άλλους τον κανόνα τους, ενώ θα γίνει διαπραγμάτευση και επιλογή του τελικού σλόγκαν για το τουρνουά. Στις Ομάδες θα δοθεί ένα πρότυπο που μπορούν να χρησιμοποιήσουν ως αναφορά οι Αθλητές ([βλ. Παράρτημα 8.1](#)).

84

ΒΗΜΑ 2 – Μια επίσημη δέσμευση

ΩΡΑ: 15 λεπτά

Ο προπονητής εξηγεί σε όλη την Ομάδα ότι έχει εμπνευστεί από τη δουλειά τους προκειμένου να γίνουν ένα φιλικότερο περιβάλλον και ότι εκπονήθηκε/ενσωματώθηκε ένας κανονισμός συμπεριφορών που ασχολείται με τον εκφοβισμό και την παρενόχληση. Η πολιτική αυτή, η



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

οποία μπορεί να συνταχθεί με βάση το προτεινόμενο πρότυπο (**Παράρτημα 8.1**), θα περιλαμβάνει τους κανόνες των παικτών ως μανιφέστο και θα παρουσιαστεί στη διάρκεια μιας μεγάλης δημόσιας εκδήλωσης με τη συμμετοχή άλλων ποδοσφαιρικών ομάδων και σχολείων, στην οποία πρωταγωνιστές θα είναι τα νέα παιδιά. Ο προπονητής μπορεί να ξεκινήσει τη συζήτηση αναφερόμενος στο άρθρο 12 της Σύμβασης για τα Δικαιώματα του Παιδιού (σεβασμός για τις απόψεις των παιδιών), "Κάθε παιδί έχει το δικαίωμα ελεύθερης έκφρασης της γνώμης του σχετικά με οποιοδήποτε θέμα που το αφορά". Οι παίκτες θα ενεργούν, κατά συνέπεια, ως πρότυπα/παραδείγματα προς μίμηση ζητώντας τη στήριξη της κοινότητας, π.χ. προτείνοντας σε σχολεία να υιοθετήσουν τους κανόνες τους και να θεσπίσουν μια συνεργασία κατά του εκφοβισμού. Η επίσημη δέσμευση θα έχει τη στήριξη όλων των μελών της ομάδας τα οποία θα υπογράψουν το τελικό κείμενο και τη δέσμευση για σεβασμό και διάδοση των συνταχθέντων προτύπων. Πρώτος θα υπογράψει ο αρχηγός και τελευταίος ο προπονητής. Αυτό δηλώνει επίσης την ευθύνη των ενηλίκων. Τα παιδιά και οι νέοι κάτω των 18 ετών έχουν το δικαίωμα να εκφράζονται και να ακούγονται, καθώς και το δικαίωμα ικανοποίησης των δικαιωμάτων τους.

ΒΗΜΑ 3 – Το τουρνουά

ΩΡΑ: Μία ολόκληρη ημέρα/ένα ολόκληρο απόγευμα

Θα ζητηθεί από τους παίκτες να συνδράμουν στην οργάνωση της δημόσιας εκδήλωσης κατά του εκφοβισμού, όπου θα πρόκειται για ένα τουρνουά μετά την παρουσίαση της πολιτικής,



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/τους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

στην οποία οι νέοι θα παρουσιάσουν τους κανόνες και το σλόγκαν τους. Μετά το τουρνουά, θα δοθούν βραβεία στις ομάδες που τήρησαν περισσότερο τις νόρμες συμπερίληψης και στους εκπροσώπους των ποδοσφαιρικών ομάδων (π.χ. τους αρχηγούς), ενώ στα σχολεία μπορεί να δοθεί ένα αντίγραφο της πολιτικής από τον αρχηγό της ομάδας ως ένα σύμβολο της δέσμευσής τους στην υλοποίηση των κανόνων.

Ακολουθεί ένα παράδειγμα ενός τρόπου με τον οποίο μπορεί να διοργανωθεί το τουρνουά.

Να θυμάστε ότι κάθε Ομάδα μπορεί να αποφασίσει πώς θα οργανώσει το δικό της τουρνουά - ο στόχος είναι η διάδοση των κανόνων κατά του εκφοβισμού είτε σε άλλες ομάδες είτε σε σχολεία. Υπό την έννοια αυτή, αρκεί ένα από τουρνουά με τη συμμετοχή τεσσάρων ομάδων πριν ή μετά το οποίο γίνεται η παρουσίαση, καθώς και η πρόσκληση 1-2 τάξεων από ένα σχολείο. Άλλες μορφές τουρνουά είναι επίσης ευπρόσδεκτες.

86

Με μια Ομάδα και μια δυο τάξεις, μπορούν να προκύψουν 8 μικτές ποδοσφαιρικές ομάδες. Το ποδοσφαιρικό τουρνουά θα παιχθεί τα ταυτόχρονα σε 4 αγωνιστικούς χώρους και κάθε ομάδα θα έχει έναν αριθμό από το 1 έως το 8 (π.χ. με φανέλες διαφορετικών χρωμάτων). Τους 4 αγωνιστικούς χώρους θα τους ετοιμάσει ο προπονητής, χωρίζοντας ένα γήπεδο στα 4 με τη χρήση κώνων, ενώ δύο μικρές πόρτες θα τοποθετηθούν στο τέλος κάθε αγωνιστικού χώρου. Οι 7 αγώνες θα διεξαχθούν ταυτόχρονα σε 4 αγωνιστικούς χώρους, με διάρκεια 15 λεπτών ο καθένας, με 5 λεπτά ανάπαυση μεταξύ τους. Θα χρειαστεί να γίνει εναλλαγή προκειμένου να επιτραπεί στα παιδιά να αγωνιστούν με περισσότερες από μία ομάδες.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Στα 5 λεπτά ανάπαυσης μετά από κάθε αγώνα, οι παίκτες κάθε ομάδας θα επιλέξουν τον παίκτη που επέδειξε την καλύτερη συμπεριφορά όσον αφορά τη συμπερίληψη. Βραβεύονται οι παίκτες με τις περισσότερες ψήφους στο τέλος του τουρνουά. Εφόσον κρίνεται χρήσιμο, οι βαθμολογίες θα καταγράφονται σε χαρτόνι/πίνακα.

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Διαδώστε το μήνυμα! Μιλήστε στους φίλους και τους συμμαθητές σας για την πολιτική κατά του εκφοβισμού που σχεδιάσατε εσείς και η Ομάδα σας και προσκαλέστε τους να παρακολουθήσουν το τουρνουά.

3.3.8.2 Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών

Συμμετοχή των νέων σε εκστρατείες κατά του εκφοβισμού

**60 λεπτά + 1 ημέρα
τουρνουά**

87

ΒΗΜΑ 1 – Η πολιτική μας κατά του εκφοβισμού

ΩΡΑ: 50 λεπτά

Η δραστηριότητα είναι ίδια με την παραπάνω, με μερικές διαφορές: κατά τη διάρκεια της ώρας για τον καθορισμό της πολιτικής, στα παιδιά πρέπει να παρουσιαστεί η πολιτική της Ομάδας από την αρχή και να τους δοθεί η δυνατότητα να προτείνουν τροποποιήσεις/αλλαγές σε αυτή (20 λεπτά). Εδώ ο προπονητής εξηγεί από την αρχή ότι όλη η Ομάδα έχει εμπνευστεί από τη δουλειά κατά του εκφοβισμού και ότι συνέταξαν/ενσωμάτωσαν έναν κώδικα συμπεριφοράς



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

για τα θέματα εκφοβισμού και παρενόχλησης (βλ. Παράρτημα 8.1 για το πρότυπο πολιτικής κατά του εκφοβισμού) και θα ζητήσει την "ειδική" γνώμη τους για το έγγραφο. Αυτό γίνεται γιατί είναι αρκετά ώριμα ώστε να εμπλακούν ενεργά στις πολιτικές της Ομάδας, ενώ αυτού του είδους η δέσμευση θα είναι μεγάλη ανταμοιβή για αυτά. Στη συνέχεια, τα παιδιά θα έχουν τη δυνατότητα να οριστικοποιήσουν τους κανόνες συμπεριφοράς αφού χωριστούν σε μικρότερες ομάδες (20 λεπτά) και δημιουργήσουν μαζί ένα σλόγκαν για τη δημόσια εκδήλωση (10 λεπτά).

ΒΗΜΑ 2 – Μια επίσημη δέσμευση

ΩΡΑ: 10 λεπτά

Η επίσημη δέσμευση θα έχει τη στήριξη όλων των μελών της ομάδας τα οποία θα υπογράψουν το τελικό κείμενο και τη δέσμευση για σεβασμό και διάδοση των συνταχθέντων προτύπων. Πρώτος θα υπογράψει ο αρχηγός και τελευταίος ο προπονητής.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΒΗΜΑ 3 – Το τουρνουά

ΩΡΑ: Μία ολόκληρη ημέρα/ένα ολόκληρο απόγευμα

Η δημόσια εκδήλωση και το τουρνουά θα σχεδιαστούν όπως προτείνεται παραπάνω, με μερικές μικροδιαφορές. Κατά πρώτον, θα δοθούν περισσότερες οργανωτικές ευθύνες στους παίκτες και μπορεί ενδεχομένως να τους ζητηθεί να σκεφτούν ιδέες για την προώθηση του μηνύματος της συμπερίληψης και της μη βίας στο τουρνουά (π.χ. σχεδιάζοντας έναν συγκεκριμένο αγώνα πριν το τουρνουά ή κάνοντας μία από τις δραστηριότητες του PINBALL την οποία θεώρησαν ως πιο χρήσιμη). Κατά δεύτερον, ενώ οι παίκτες θα έχουν τη δυνατότητα να παίξουν έναν αγώνα απέναντι σε ομάδα με παιδιά της ηλικίας τους, θα ενεργήσουν και ως διαιτητές σε αγώνες μεταξύ παιδιών νεότερων ηλικιών – ούτως ώστε να συμπεριφερθούν ακόμα πιο ενεργά ως πρότυπα/παραδείγματα προς μίμηση για τα νεότερα παιδιά. Οι διαιτητές θα έχουν μια μπλε κάρτα PINBALL (βλ. Παράρτημα 8.2) η οποία θα δίνει 1 έξτρα πόντο στα παιδιά εκείνα που ενεργούν σύμφωνα με τις αρχές συμπερίληψης του τουρνουά. Η τελική βαθμολογία του τουρνουά θα προκύπτει από το σκορ του αγώνα συν το σύνολο των καρτών PINBALL και οι αρχηγοί των ομάδων θα βραβεύσουν τους παίκτες που κέρδισαν τον μεγαλύτερο σεβασμό.

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟ ΥΛΙΚΟ	
10-14 ετών	15-18 ετών
ΓΙΑ ΤΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ	



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Το έγγραφο της Δραστηριότητας 5	Το έγγραφο της Δραστηριότητας 5
Στυλό και δείκτες	Στυλό και δείκτες
Παράρτημα 8.1	Παράρτημα 8.1
ΓΙΑ ΤΟ ΤΟΥΡΝΟΥΑ	
Μπάλες ποδοσφαίρου	Μπάλες ποδοσφαίρου
Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες	Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες
Τέρματα	Τέρματα
Σφυρίχτρες	Σφυρίχτρες
Παράρτημα 8.2	Παράρτημα 8.2
Υλικό για τη δημιουργία των αγωνιστικών χώρων	Υλικό για τη δημιουργία των αγωνιστικών χώρων
Βραβεία/έπαθλα	Βραβεία/έπαθλα
Φαγητό/νερό για τους συμμετέχοντες	Φαγητό/νερό για τους συμμετέχοντες
Μικρόφωνα/προβολέας διαφανειών για την παρουσίαση	Μικρόφωνα/προβολέας διαφανειών για την παρουσίαση



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



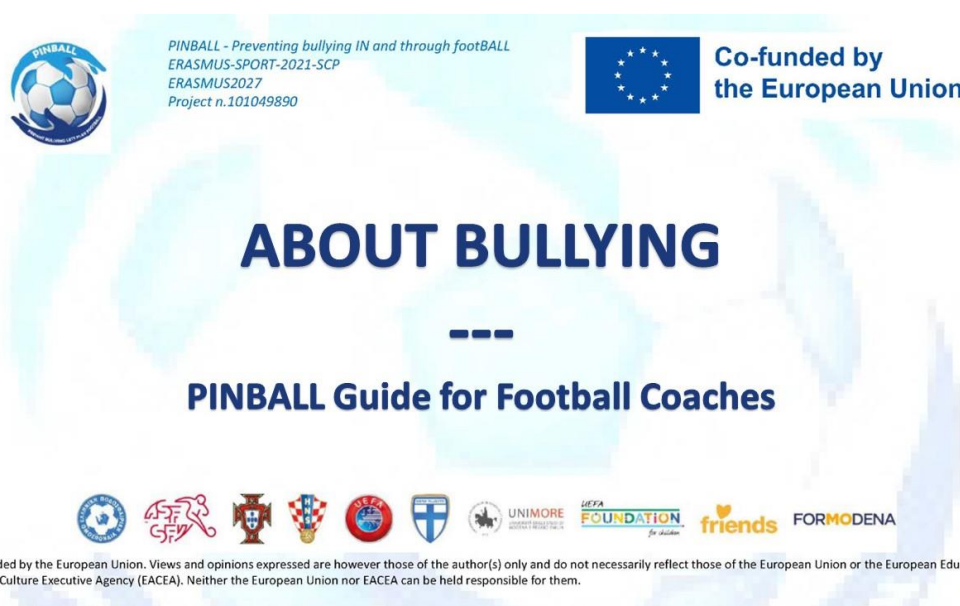
PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Παράρτημα

Προκαταρκτικό υλικό δραστηριοτήτων

Προκαταρκτικό παράρτημα.1



ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ Οδηγός PINBALL για Προπονητές Ποδοσφαίρου



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

BULLYING: A definition

"Persistent threatening and aggressive physical behaviour or verbal abuse directed toward other people, especially those who are younger, smaller, weaker, or in some other situation of relative disadvantage"
(APA Dictionary of Psychology)

→ Mostly happens during late childhood and adolescence and tend to occur in schools or places of youth gathering, including sport environments (Olweus, 1986).



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Ορισμός του ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

"Επίμονα απειλητική και επιθετική σωματική συμπεριφορά ή λεκτική κατάχρηση που κατευθύνεται προς άλλους ανθρώπους, ιδιαιτέρως σε νεότερους, μικρότερους ή πιο αδύναμους ανθρώπους ή που βρίσκονται σε κάποια άλλη κατάσταση σχετικού μειονεκτήματος"

(Λεξικό Ψυχολογίας της Αμερικανικής Ψυχολογικής Εταιρείας)

- Συμβαίνει κυρίως στο τέλος της παιδικής ηλικίας και της εφηβείας και συνήθως λαμβάνει χώρα σε σχολεία ή χώρους που συγκεντρώνονται νέοι, συμπεριλαμβανομένων αθλητικών περιβαλλόντων (Olweus, 1986)



Project supported
by



FORMODENA

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

BULLYING: Actors involved



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ: Οι εμπλεκόμενοι

Ο εκφοβίζων/οι εκφοβίζοντες	Το θύμα/τα θύματα	Οι παρατηρητές
		- Παθητικοί παρατηρητές
		- Υποστηρικτές των εκφοβιζόντων
		- Σύμμαχοι/υπερασπιστές του θύματος



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

BULLYING: Identikit

- 1 An aggressive behaviour, including both physical and psychological violence
- 2 The bully's intentionality in harming the victim
- 3 The repetitiveness of the prevaricating behaviour over days, months or even years, with a high frequency
- 4 The (physical, psychological, or social) power asymmetry between the bully and the victim
- 5 the presence of bystanders, who can assume the role of supporters of the bully or mere spectators



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ: Συνθετική απεικόνιση των χαρακτηριστικών

1. Επιθετική συμπεριφορά, συμπεριλαμβανομένης τόσο σωματικής όσο και ψυχολογικής βίας
 2. Η πρόθεση του εκφοβίζοντος να βλάψει το θύμα
3. Η επανάληψη της υπεκφεύγουσας συμπεριφοράς σε διάστημα ημερών, μηνών ή και ετών, με υψηλή συχνότητα
4. Η (σωματική, ψυχολογική ή κοινωνική) ασυμμετρία ισχύος μεταξύ του εκφοβίζοντος και του θύματος
5. Η παρουσία παρατηρητών οι οποίοι μπορούν να πάρουν τον ρόλο υποστηρικτή του θύματος ή να παραμείνουν απλά θεατές



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Project n.101049890



Co-funded by
 the European Union

BULLYING: General categorization



Verbal



Social



Physical



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ: Γενική κατηγοριοποίηση

Λεκτική

Κοινωνική

Σωματική



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

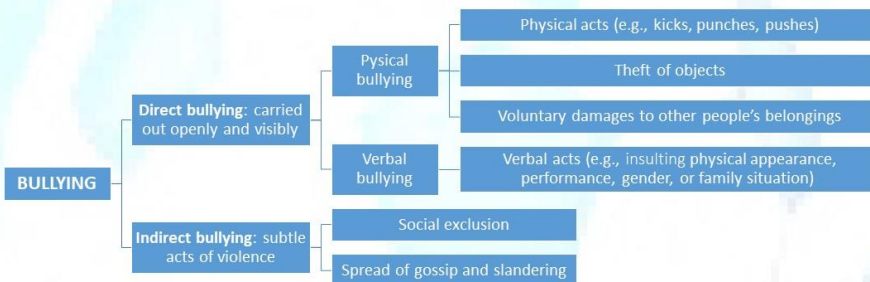


PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

BULLYING: How many types?



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ: Πόσες μορφές υπάρχουν;

ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ	Άμεσος εκφοβισμός: διενεργείται με τρόπο εμφανή και ορατό	Σωματικός εκφοβισμός	Σωματικές πράξεις (π.χ. κλωτσιές, μπουτιές, σπρωξίματα)
			Κλοπή αντικειμένων
		Ηθελημένες βλάβες στα προσωπικά αντικείμενα άλλων	
	Έμμεσος εκφοβισμός: Προσεγγμένες πράξεις βίας	Λεκτικός εκφοβισμός	Λεκτικές πράξεις (π.χ. προσβολή της εξωτερικής εμφάνισης, της απόδοσης, του φύλου ή της οικογενειακής κατάστασης)
			Κοινωνικός αποκλεισμός
Διάδοση κουτσομπολιών και συκοφαντιών			



Project supported
by

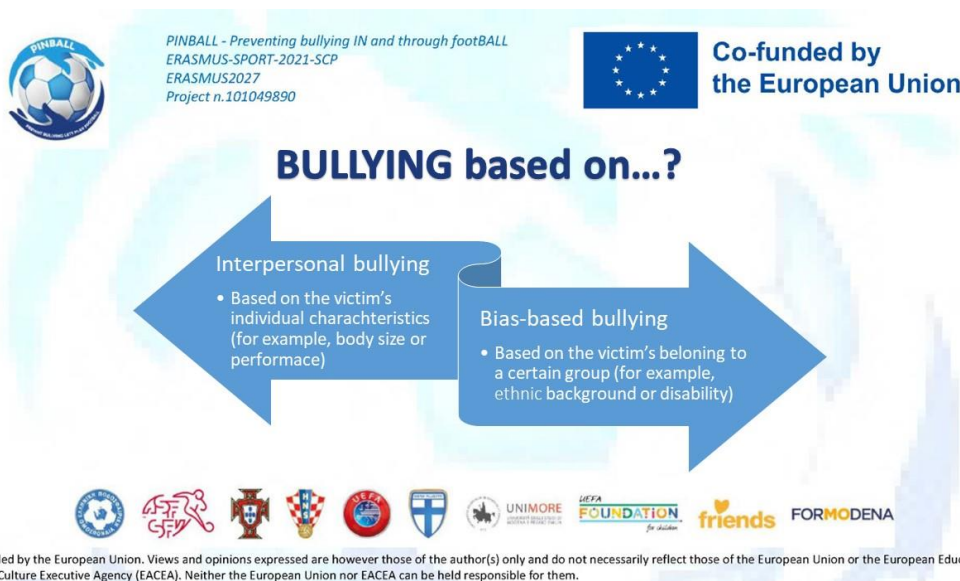


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ που βασίζεται σε...;

Διαπροσωπικός εκφοβισμός	Εκφοβισμός με βάση προκαταλήψεις
Βασίζεται στα ατομικά χαρακτηριστικά του θύματος (για παράδειγμα, σωματικό μέγεθος ή απόδοση)	Με βάση το ότι το θύμα ανήκει σε μια συγκεκριμένη ομάδα (π.χ. εθνοτικό υπόβαθρο ή αναπηρία)



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

Consequences of BULLYING



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Συνέπειες του ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Συνέπειες για τους εκφοβίζοντες Αντικοινωνικές συμπεριφορές, κατάχρηση ουσιών, ψυχιατρικές διαταραχές Αποτυχία στην εργασία Άσχημες σχέσεις Σωματικές ασθένειες	Συνέπειες για τα θύματα Μετατραυματικό άγχος (εφιάλτες, δυσφορία και σωματικές διαταραχές) Κοινωνικός αποκλεισμός Ανησυχία και κατάθλιψη (αυτοκτονική συμπεριφορά στις πιο ακραίες περιπτώσεις) Επιδείνωση της σχολικής απόδοσης	Συνέπειες για τους παρατηρητές Σωματικά και ψυχολογικά συμπτώματα Χαμηλότερη ικανοποίηση από τη ζωή
--	---	--



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

Why does one not intervene?

- Nobody else reacts, so it can't be that serious?
- Is it really my responsibility to react?
- Am I making a fool of myself?
- Will I get targeted myself?
- The one that is targeted might actually deserve it?
- What do I say? Can I do this?



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Γιατί δεν επεμβαίνει κάποιος;

- Δεν αντιδράει κανένας άλλος, άρα δεν είναι και τόσο σοβαρό;
 - Είναι πραγματικά δική μου ευθύνη να αντιδράσω;
 - Μήπως γελοιοποιούμαι;
 - Μήπως στοχοποιηθώ κι εγώ;
- Μήπως αυτός που είναι στόχος, όντως του αξίζει αυτό που παθαίνει;
 - Τι λέω; Μπορώ να το κάνω αυτό;



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

What makes people intervene?

- Practice empathy
- Act as a role model!
- Discuss and practice taking a stand.
- Social security makes it natural to react.
- Information about what makes you intervene and what makes you not intervene.



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Τι κάνει τους ανθρώπους να επεμβαίνουν;

- Εξασκήστε την εμπάθεια
- Ενεργήστε ως πρότυπο/παράδειγμα προς μίμηση!
- Συζητήστε και εξασκήστε τη συνήθεια να παίρνετε θέση
 - Η κοινωνική ασφάλεια ευνοεί την αντίδραση
- Πληροφορίες για το τι σε κάνει να επεμβαίνεις και το τι σε κάνει να μην επεμβαίνεις

100



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

PINBALL Research: coaches against bullying

QUESTIONS TO COACHES	PERCENTAGES
Activities to promote a positive social climate and team spirit	"Every week" (61,48%)
Activities to detect and tackle bullying within the team	"Never" (36,13%) or "1 to 4 times a year" (25,11%).
Club protocols against bullying	"No protocol" (37,80%) or "I don't know" (34,96%).



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Έρευνα PINBALL: οι προπονητές κατά του εκφοβισμού

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ	ΠΟΣΟΣΤΑ
Δραστηριότητες για την προώθηση θετικού κοινωνικού κλίματος και ομαδικού πνεύματος	"Κάθε εβδομάδα" (61,48%)
Δραστηριότητες για την ανίχνευση και την αντιμετώπιση του εκφοβισμού μέσα στην ομάδα	"Ποτέ" (36,13%) ή "1-4 φορές τον χρόνο" (25,11%)
Πρωτόκολλα της ομάδας κατά του εκφοβισμού	"Δεν υπάρχει πρωτόκολλο" (37,80%) ή "Δεν γνωρίζω" (34,96%)



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

The convention on the Rights of the Child



Article 2
Non-discrimination



Article 3
Best interests



Article 6
The right to survive
and develop



Article 12
The right to have
your views taken
seriously



Article 19
Protection from abuse
and neglect



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Η σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού

Άρθρο 2	Άρθρο 3	Άρθρο 6	Άρθρο 12	Άρθρο 19
Διακρίσεις	Βέλτιστα συμφέροντα	Δικαίωμα στην επιβίωση και την ανάπτυξη	Το δικαίωμα να λαμβάνονται σοβαρά υπόψη οι απόψεις σου	Προστασία από την κατάχρηση και την παραμέληση



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Project n.101049890



Co-funded by
 the European Union

Which kind of actions?



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Τι είδους ενέργειες;

Επέμβαση

Πρόληψη

Προώθηση



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

PINBALL Good Practices: how do we fight bullying?

1. Offering **information on bullying**, not only to youngsters but also to their educating community;
2. Working on **team identity and team cohesion**, especially concerning its social aspects (building strong friendships and an image of self as a part of the team);
3. Creating **anti-bullying social norms** to be followed in and outside the football field;
4. Reflecting on the feelings that victims of bullying experience, thus developing stronger feelings of **empathy** towards them;
5. Actively involving youngsters in **anti-bullying campaigns**, so that they will experience agency in producing social change and becoming role models.



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Βέλτιστες πρακτικές του PINBALL: πώς καταπολεμάμε τον εκφοβισμό;

1. Δίδοντας **πληροφορίες για τον εκφοβισμό**, όχι μόνο στους νέους αλλά και στην εκπαιδευτική τους κοινότητα
2. Δουλεύοντας στην **ομαδική ταυτότητα και τη συνοχή της ομάδας**, ιδιαιτέρως όσον αφορά τις κοινωνικές της πτυχές (οικοδόμηση ισχυρών δεσμών φιλίας και της εικόνας του εαυτού ως μέρους της ομάδας)
3. Δημιουργώντας **κοινωνικές νόρμες κατά του εκφοβισμού** που πρέπει να τηρούνται εντός και εκτός του αγωνιστικού χώρου
4. Αναλογιζόμενοι τα συναισθήματα που βιώνουν τα θύματα του εκφοβισμού, αναπτύσσοντας έτσι ισχυρότερα συναισθήματα **εμπάθειας** προς αυτά
5. Εμπλέκοντας ενεργά τους νέους σε εκστρατείες κατά του εκφοβισμού ούτως ώστε να αυτενεργούν στην επίτευξη της κοινωνικής αλλαγής και να γίνονται πρότυπα/παραδείγματα προς μίμηση



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



PINBALL - Preventing bullying IN and through footBALL
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Project n.101049890



Co-funded by
the European Union

Thank you!

*"If an elephant has its foot on the tail of a mouse, and you say that
you are neutral, the mouse will not appreciate your neutrality."*

— Desmond Tutu



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Ευχαριστούμε!

"Εάν ένας ελέφαντας πατάει την ουρά ενός ποντικιού και λες πως είσαι ουδέτερος, το ποντίκι δεν θα εκτιμήσει
την ουδετερότητά σου"

- Ντέσμοντ Τούτου



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Προκαταρκτικό παράρτημα.2α

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΚΑΙ ΑΝΙΧΝΕΥΣΗΣ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ: Η ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

Ένα από τα σημαντικότερα πράγματα που μπορείτε να κάνετε ως ηγέτης, για την κοινωνική ασφάλεια και για την αποτροπή των παραβιάσεων και του εκφοβισμού, είναι να δείτε πώς αισθάνεται και λειτουργεί μαζί η ομάδα.

Άσκηση διάρκειας είκοσι λεπτών

Ξοδέψτε λίγο χρόνο για να απαντήσετε στις παρακάτω ερωτήσεις με τις οποίες θα μπορέσετε να απεικονίσετε το υφιστάμενο κοινωνικό κλίμα στην ομάδα σας. Φροντίστε να είστε όσο πιο ειλικρινείς γίνεται. Συστήνεται να χρησιμοποιείτε αυτά τα ερεθίσματα σε επαναλαμβανόμενα διαστήματα προκειμένου να συζητάτε με τους συναδέλφους σας το κοινωνικό κλίμα στην ομάδα. Εάν το κάνετε αυτό αρκετά συχνά, θα είστε σε θέση να ανιχνεύσετε και να αποτρέψετε πιο εύκολα τα επεισόδια εκφοβισμού.

Αναρωτηθείτε τα πέντε ακόλουθα πράγματα:

1 - Πόσο καλά συνεργάζονται οι παίκτες; Τι μπορούμε να κάνουμε για την αύξηση της συνοχής;



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

2 - Υπάρχει κάποιος που βρίσκεται λίγο εκτός της κοινωνικής συνοχής; Πώς μπορούμε να το
αλλάξουμε αυτό;

3 - Συμμετείχαν όλοι στην προπόνηση; Πώς μπορούμε να συμμετέχουν όλοι περισσότερο;



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

4 - Αισθάνεται ασφαλής η ομάδα; Τι μπορώ να κάνω για να τους κάνω να αισθάνονται πιο ασφαλείς;

5 - Είμαι καλό πρότυπο/παράδειγμα προς μίμηση; Είμαι άνθρωπος που συμπεριλαμβάνει τους άλλους; Πώς μπορώ να γίνω ακόμα καλύτερο πρότυπο/παράδειγμα προς μίμηση;

108

Προκαταρκτικό παράρτημα.2β

Ο ΧΑΡΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ - ΕΝΑ ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΕΝΤΟΠΙΣΜΟΥ



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Για την ανίχνευση ενός κοινωνικά ανασφαλούς περιβάλλοντος, είναι σημαντικό να καταστούν "ορατά" τα κρυφά σημεία στα οποία ενεργούν τα παιδιά. Οι χώροι αυτοί είναι ενδεχόμενοι κίνδυνοι όπου μπορεί να αναπτυχθεί προσβλητική ορολογία και όπου οι νέοι δεν θέλουν να γνωρίζουν οι ενήλικοι επικεφαλής. Γνωρίζοντας ποιοι είναι αυτοί οι χώροι/ζώνες, μπορείτε να αυξήσετε την παρουσία ή τις ρουτίνες προκειμένου να αποτρέψετε την κοινωνική ανασφάλεια ή τις παραβιάσεις πριν καν συμβούν. Ο σκοπός της εκπόνησης ενός χάρτη κοινωνικής ασφάλειας σε μια ομοσπονδία είναι να προκύψει μια κοινή κατανόηση και μια συνολική εικόνα ενός χώρου ή ενός σημείου. Ο "χάρτης κοινωνικής ασφάλισης" βοηθάει επίσης τους ενήλικες επικεφαλής να αποσαφηνίζουν ρόλους και αρμοδιότητες μεταξύ τους στην ομάδα. Η άσκηση χρειάζεται περίπου 30-45 λεπτά για να ολοκληρωθεί.

109

ΒΗΜΑ 1

Εντοπίστε τα σημεία με βάση την παρουσία ενηλίκων, χαρτογραφώντας τους χώρους όπου οι νέοι και οι ενήλικες επικεφαλής κινούνται και αλληλεπιδρούν μεταξύ τους.

Υλικό: Φύλλα A4 ή A3 και στυλό. Εάν διαθέτετε ήδη ένα επικαιροποιημένο και ευκρινές σχέδιο των εγκαταστάσεών σας, μπορείτε φυσικά να χρησιμοποιήσετε αυτό για να ξεκινήσετε.

Λαδιακασία: Ξεκινήστε σχεδιάζοντας τα εξωτερικά πλαίσια της εγκατάστασης. Τοποθετήστε τον αγωνιστικό χώρο, τα αποδυτήρια, την καφετέρια και άλλα κτήρια στα οποία μπεινοβγαίνουν οι νέοι. Όταν είναι έτοιμη η βάση, τοποθετήστε τους χώρους και τις επιφάνειες



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

όπου γνωρίζετε ότι είναι σημεία συγκέντρωσης/δραστηριοτήτων για τα παιδιά και τους νέους της ομάδας σας. Αυτοί είναι οι χώροι/ζώνες στις οποίες βρίσκονται συχνότερα οι ενήλικες, όπου η παρουσία σας είναι ορατή και όπου αλληλεπιδράτε με τα παιδιά.

Ερωτήσεις:

- Πού είναι η παρουσία ενηλίκων;
- Πού σας βλέπουν τα παιδιά (ενήλικοι ηγέτες);
- Πού αλληλεπιδράτε με τα παιδιά;
- Πού μπορούν να καταφεύγουν τα παιδιά, ένα σημείο δεν βρίσκονται συνήθως ούτε άλλα παιδιά ούτε άλλοι ενήλικες;

Υπάρχουν φυσικά σημεία, εσοχές και χαραμάδες στον χάρτη όπου αποσύρονται τα παιδιά και οι νέοι, ίσως για να βρίσκονται μόνοι τους χωρίς τη φυσική και κοινωνική παρουσία ενηλίκων. Σημειώστε και αυτά τα σημεία στον χάρτη.

Ομαδική συζήτηση: Αφού σκεφτείτε μόνοι σας, συγκεντρώστε τις σκέψεις σας σε μια ομάδα εργασίας. Ορισμένες ερωτήσεις για την ομαδική συζήτηση είναι οι εξής:

- Έχετε εντοπίσει τα ίδια σημεία;
- Εντοπίζετε διάφορες προκλήσεις;

BHMA 2



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Εντοπίστε σημεία που χαρακτηρίζονται από ασαφή (hot spots, σημεία επικινδυνότητας) και σαφή (cold spots, ασφαλή σημεία) πλαίσια, κανόνες και δραστηριότητες. ***Ta hot spots ή σημεία επικινδυνότητα*** είναι χώροι στους οποίους θέλουν να βρίσκονται τα παιδιά και οι νέοι γιατί είναι διασκεδαστικά, προσφέρουν ερεθίσματα και τους συναρπάζουν, αλλά στα σημεία αυτά μπορεί τα πλαίσια και οι κανόνες να μην είναι πάντοτε απολύτως ξεκάθαρα. ***Ta cold spots ή ασφαλή σημεία*** είναι χώροι όπου το πλαίσιο για δραστηριότητες και παιχνίδι είναι τόσο προφανές που τα παιδιά και οι νέοι γνωρίζουν τι αναμένεται από αυτούς και τι τους επιτρέπεται να κάνουν εκεί.

Διαδικασία: Σκεφτείτε τρία σημεία τα οποία θεωρείτε σημεία επικινδυνότητας. Σκεφτείτε τρία σημεία τα οποία θεωρείτε ασφαλή σημεία.

Ομαδική συζήτηση: Συζητήστε με τους ομολόγους σας τα σημεία που έχουν εντοπίσει αυτοί.

Σημειώστε τις τοποθεσίες στον χάρτη.

- Τι δημιούργησε αυτά τα σημεία επικινδυνότητας;
- Τι προσπάθειες έχετε κάνει για να δημιουργήσετε αυτά τα ασφαλή σημεία;

Προκαταρκτικό παράρτημα.3

ΣΥΖΗΤΩΝΤΑΣ ΣΕΝΑΡΙΑ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Άσκηση διάρκειας είκοσι λεπτών



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Τα παρακάτω σενάρια απεικονίζουν καταστάσεις εκφοβισμού που μπορεί να συμβούν στη διάρκεια μιας προπόνησης ή ενός αγώνα. Σχηματίστε μια δυο ομάδες και επιλέξτε ένα σενάριο και στη συνέχεια συζητήστε χρησιμοποιώντας τις προτεινόμενες παρακινητικές ερωτήσεις. Θα εξάγουμε μαζί μια λίστα πιθανών ενεργειών για παρέμβαση σε περίπτωση εκφοβισμού.

- Σενάριο 1

Είστε ο προπονητής μιας ομάδας παιδιών ηλικίας 12-13 ετών. Τα περισσότερα μέλη της ομάδας έχουν εκπαιδευτεί και αγωνίζονται μαζί για πολλά χρόνια. Η ατμόσφαιρα είναι κυρίως καλή, τελευταία όμως έχετε παρατηρήσει μια ορολογία στην ομάδα με βάση την οποία ο ένας απευθύνεται στον άλλο χρησιμοποιώντας λέξεις όπως γκέι, αδερφούλα, ηλίθιος κ.λπ. Όταν το αναφέρετε αυτό στην ομάδα, σας απαντάνε ότι το κάνουνε για πλάκα και ότι κανείς δεν το λαμβάνει σοβαρά υπόψη.

- Σενάριο 2

Έχετε μόλις ολοκληρώσει την προπόνηση και μιλάτε στην 14χρονη παίκτριά σας Μαρία ενώ περιμένει να έρθουν να την πάρουν οι γονείς της. Η ομάδα έχει πραγματικά αναπτυχθεί τελευταία και ενθαρρύνετε τη Μαρία να συμμετέχει στο πρώτο της τουρνουά. Στην αρχή η Μαρία απαντάει με υπεκφυγές, αλλά μετά από λίγο σας λέει ότι έχει ακούσει πολλά προσβλητικά σχόλια για την τεχνική και το βάρος της για ένα βίντεο που είχε δημοσιεύσει με την ίδια να παίζει. Δεν θέλει να συμμετέχει στον πρώτο αγώνα επειδή αισθάνεται ανησυχία και αμηχανία μετά τα όσα βίωσε από την έκθεσή της στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Λέει επίσης



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ότι έχει σταματήσει να δημοσιεύει εικόνες και βίντεο του εαυτού της εξαιτίας αυτού που συνέβη.

- Σενάριο 3

Είστε ο προπονητής μια ομάδα νεαρών παικτών που αγωνίζονταν και θα αγωνίζονται μαζί. Στην ομάδα, υπάρχει σαφής ιεραρχία μεταξύ των νέων, την οποία έχετε προσέξει ακόμα κι εσείς ως προπονητής. Παρόλ' αυτά, δεν έχετε προσέξει περιπτώσεις εκφοβισμού στην ομάδα. Από την άλλη, κατά τη διάρκεια της προπόνησης και των διοργανώσεων, έχετε ακούσει τους μέσους να χρησιμοποιούν σκληρή φρασεολογία. Πριν λίγο καιρό, ήρθε ένας νέος παίκτης στην ομάδα που δεν τον γνώριζε κανείς πριν, ο Αλί. Στην αρχή οι άλλοι τον αποδέχτηκαν, ωστόσο καθώς η ομάδα άρχισε να συμμετέχει σε διοργανώσεις, άρχισαν και τα σχόλια από τους άλλους. Τα σχόλια και ο εξοστρακισμός πλέον όλο και χειροτερεύουν.

Ερωτήσεις (για όλα τα σενάρια)

1 - Γιατί πιστεύετε ότι συμβαίνουν αυτές οι καταστάσεις;



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

2 - Εφόσον προκύψει μια κατάσταση, πώς μπορείτε να ενεργήσετε αποτελεσματικά για να την αντιμετωπίσετε;

3 - Πώς μπορούμε να εργαστούμε αποτρεπτικά απέναντι στο πρόβλημα;

114

Προκαταρκτικό παράρτημα.4

"ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ": ΕΝΑΣ ΟΔΗΓΟΣ 10 ΒΗΜΑΤΩΝ ΓΙΑ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Ακολουθούν δέκα μικρές προτάσεις που μπορούν να βοηθήσουν τους προπονητές και τους επικεφαλής εν γένει στην προώθηση ενός ασφαλούς περιβάλλοντος και στην πρόληψη επεισοδίων εκφοβισμού κατά την εφαρμογή των δραστηριοτήτων και ασκήσεων του PINBALL. Μην διστάσετε να τις εφαρμόσετε στην καθημερινή σας προπόνηση!

1 - Μην πιέζετε ποτέ κανέναν να συμμετέχει σε μια άσκηση. Κάποιοι άνθρωποι χρειάζονται περισσότερο χρόνο και να συμμετέχουν με τον δικό τους τρόπο. Προετοιμαστείτε για το πώς μπορείτε να χειριστείτε μια κατάσταση στην οποία κάποιος δεν θέλει να συμμετέχει. Ίσως το άτομο αυτό μπορεί να καθίσει δίπλα σας και να παρατηρεί ή ακόμα και να συμμετέχει και να σχολιάσει την άσκηση. Είναι επίσης σημαντικό να σκεφτείτε γιατί το άτομο αυτό δεν θέλει να συμμετέχει, ποιος μπορεί να είναι ο λόγος;

2 - Δώστε σε όλους την ευκαιρία να ακούσουν. Είναι σημαντικό να συγκεντρώνετε την ομάδα, κατά προτίμηση σε κυκλικό σχηματισμό, και στη συνέχεια να δίνετε οδηγίες ούτως ώστε να επικρατούν καλές συνθήκες για τη συμμετοχή όλων στην άσκηση.

3 - Προετοιμαστείτε! Σχεδιάστε πώς θα εκτελέσετε την άσκηση και μάθετε να την κάνετε και οι ίδιοι εφόσον δεν την έχετε ξανακάνει.

4 - Να είστε σαφής όταν δίνετε οδηγίες και εξηγείτε. Αποφύγετε εκφράσεις όπως "Τώρα γνωρίζουν όλοι τι πρέπει να κάνουν". Ένας πιο θετικός τρόπος είναι να λέτε "Έχετε κάποια ερώτηση";



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

5 - Τροφοδοτήστε τη συζήτηση. Δώστε κίνητρο και εξηγήστε στην ομάδα γιατί κάνετε μια άσκηση και στη συνέχεια συζητήστε πώς τα κατάφεραν οι συμμετέχοντες.

6 - Φροντίστε τους πάντες. Είναι δική σας ευθύνη ως επικεφαλής να μοιράζετε τους συμμετέχοντες σε ομάδες ούτως ώστε να μην κινδυνεύει κανένας να αισθάνεται ότι ξεχωρίζει ή ότι έχει απομονωθεί.

7 - Φροντίστε να νιώθουν όλοι ότι τους ακούνε. Εφαρμόστε μια δημοκρατική προσέγγιση και φροντίστε να έχετε εικόνα του πώς κατανέμετε τον χώρο στην ομάδα. Είναι σημαντικό να σκέφτονται ότι εσείς ως επικεφαλής είτε ενισχύετε είτε αμφισβητείτε τους ρόλους εντός της ομάδας. Αφήστε τους όλους να μιλήσουν.

8 - Προτείνετε να κάνετε μια σύντομη συζήτηση με την ομάδα μετά από κάθε άσκηση. Τι πήγε καλά και τι θα μπορούσε να έχει γίνει καλύτερα; Γιατί έγινε όπως έγινε;

9 - Κάντε θετικά σχόλια! Κλείστε λέγοντας τις απόψεις σας και ενισχύστε τα θετικά.

10 - Δείξτε προσοχή. Να έχετε στον νου σας ότι μπορείτε να προσαρμόζετε τις ασκήσεις με βάση τα σχόλια των αθλητών σας: εάν κάποια ζητήματα μοιάζουν να προκαλούν ανησυχία, μπορείτε πάντοτε να τους ζητήσετε να κάνουν ένα γενικό σχόλιο ή να χρησιμοποιούν ανώνυμα ποστ-ιτ.



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Take action – step by step

A student has been subjected to degrading treatment at your school. What do you do now? Here is a summary of the steps Friends recommend to take in order to put a stop to the degrading treatment. A more detailed description of the process and its steps can be found in part 2 of the web course "Always take action".

1. Intervening

All adults working at the school should always intervene when they witness, or suspect that a student has been subjected to, degrading treatment. It is important that you clearly show that you have seen or know about what happened and that it will not be tolerated. Exactly what you should do must be assessed on a case-by-case basis. It is important that the incident is documented, for example using an incident report.

2. Reporting

After intervening you need to report what happened to the people who need the information, in accordance with local regulations. The principal should be informed. Members of the staff who should continue to work with the issue, and their responsibilities in this process should be clearly defined. Preferably, the legal guardians should be contacted on the same day the degrading treatment took place, or as soon as the school finds out about it.

3. Investigating

When a student has been subjected to degrading treatment or bullying, the school needs to find out how it could happen. The investigation should include all the students involved, not only the victim. The notes taken during conversations and the conclusions from the investigation should be included in the documentation.

4. Analysing the causes

In order to create effective countermeasures, it is important to understand the underlying causes as much as possible. For that reason, we recommend that you conduct a root cause analysis based on four different perspectives: individual, group, organisation and society.

5. Designing countermeasures

These measures are your tools for stopping the degrading treatment in the short term, and preventing similar treatment from occurring again. Based on what you know about the degrading treatment that took place, you need to assess the measures required to remedy the problem.

6. Follow-up

Continuous follow-up is an essential part of your efforts. That is how you find out whether you have stopped the degrading treatment, monitor how the students involved are feeling and assess whether you need to adjust the measures that have been implemented – or if you need to implement new ones.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Πάρτε μέτρα – βήμα βήμα

Ένας μαθητής υφίσταται ταπεινωτική μεταχείριση στο σχολείο σας. Τι κάνετε; Ακολουθεί μια σύνοψη των βημάτων που συστήνει η Friends προκειμένου να σταματήσει η ταπεινωτική μεταχείριση. Μπορείτε να βρείτε μια αναλυτικότερη περιγραφή της διαδικασίας και τα βήματά της στο δεύτερο μέρος του διαδικτυακού μαθήματος "Παίρνετε πάντοτε μέτρα".

1. Επέμβαση

Όλοι οι ενήλικες που εργάζονται στο σχολείο θα πρέπει πάντοτε να επεμβαίνουν όταν γίνονται μάρτυρες ταπεινωτικής μεταχείρισης – ή όταν υποψιάζονται ότι ένας μαθητής υφίσταται ταπεινωτική μεταχείριση. Είναι σημαντικό να δείξετε ξεκάθαρα τι είδατε ή γνωρίζετε ότι συνέβη και ότι αυτό δεν θα γίνει ανεκτό. Το τι ακριβώς πρέπει να κάνετε, πρέπει να αξιολογείται κατά περίπτωση. Είναι σημαντικό το περιστατικό να τεκμηριώνεται, για παράδειγμα χρησιμοποιώντας μια αναφορά συμβάντος.

2. Υποβολή αναφοράς

Αφού επέμβετε, πρέπει να αναφέρετε τι συνέβη σε όσους χρειάζονται την πληροφορία, σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς. Πρέπει να ενημερωθεί ο διευθυντής/η διευθύντρια. Πρέπει επίσης να ενημερωθούν τα μέλη του προσωπικού που θα πρέπει να συνεχίσουν να εργάζονται στο ζήτημα, ενώ θα πρέπει να προσδιοριστούν με σαφήνεια οι αρμοδιότητές τους στη διαδικασία αυτή. Κατά προτίμηση, πρέπει να γίνει επικοινωνία με τους νόμιμους κηδεμόνες την ίδια ημέρα που έλαβε χώρα η ταπεινωτική μεταχείριση, ή αμέσως μόλις λάβει γνώση το σχολείο.

3. Διερεύνηση

Όταν ένας μαθητής έχει υποστεί ταπεινωτική μεταχείριση ή εκφοβισμό, το σχολείο πρέπει να προσπαθήσει να βρει πώς έγινε. Η έρευνα θα πρέπει να γίνει σε όλους τους εμπλεκόμενους μαθητές, όχι μόνο το θύμα. Στην τεκμηρίωση πρέπει να συμπεριληφθούν οι σημειώσεις που κρατούνται κατά τη διάρκεια της συζήτησεων και τα συμπεράσματα της έρευνας.

4. Ανάλυση των αιτιών

Προκειμένου να δημιουργηθούν αποτελεσματικά αντίμετρα, είναι σημαντικό να κατανοηθούν όσο το δυνατόν περισσότερο τα βαθύτερα αίτια. Για τον λόγο αυτό, συστήνουμε να πραγματοποιήσετε μια ανάλυση για τη βασική αιτία με βάση τις τέσσερις διαφορετικές προοπτικές: μεμονωμένη, ομαδική, οργανωτική και κοινωνική.

5. Σχεδιασμός αντίμετρων

Τα μέτρα αυτά είναι τα εργαλεία σας για να σταματήσετε την ταπεινωτική συμπεριφορά βραχυπρόθεσμα και να αποτρέψετε παρόμοιες μεταχειρίσεις στο μέλλον. Με βάση τα όσα ξέρετε για την ταπεινωτική συμπεριφορά που έλαβε χώρα, θα πρέπει να αξιολογήσετε τα μέτρα που απαιτούνται για τη διόρθωση του προβλήματος.

6. Παρακολούθηση

Η συνεχής παρακολούθηση είναι απαραίτητο μέρος των προσπαθειών σας. Έτσι θα δείτε κατά πόσο έχετε σταματήσει την ταπεινωτική συμπεριφορά, θα παρακολουθείτε πώς αισθάνονται οι εμπλεκόμενοι μαθητές και θα αξιολογήσετε κατά πόσο χρειάζεται να τροποποιήσετε τα μέτρα που έχουν εφαρμοστεί – ή κατά πόσο χρειάζεται να εφαρμόσετε νέα μέτρα.



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Προκαταρκτικό παράρτημα.5

Υλικό για τη δραστηριότητα 1 "Πες μου κι άλλα"

Παράρτημα 1.1 (ηλικία 10-14)



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Λεκτικός εκφοβισμός	Εκφοβίζουν	Θύμα	Παρατηρητές
Άσχημες λέξεις, προσβολές, γελοιοποίηση κάποιου για το ντύσιμό του, τη σωματική εμφάνιση ή τις οικογενειακές καταστάσεις – για παράδειγμα	Κάποιοι ισχυροί που είναι επιθετικοί προς πιο αδύναμους συνομηλίκους του, προσπαθώντας να επιδείξει δύναμη ή να πάρει κάτι από αυτούς	Κάποιος ο οποίος υφίσταται επανειλημμένα κακομεταχείριση από τον εκφοβίζοντα και αισθάνεται αδύναμος και φοβισμένος	Άνθρωποι οι οποίοι είναι μάρτυρες του εκφοβισμού. Μπορεί είτε να στηρίζουν τον εκφοβίζοντα, να είναι σιωπηλοί παρατηρητές ή σύμμαχοι του θύματος ("υπερασπιστές")
Σωματικός εκφοβισμός	Κοινωνική απομόνωση	Διαπροσωπικός εκφοβισμός	Εκφοβισμός με βάση προκαταλήψεις
Κλωτσιές, μπουνιές, σπρωξιμάτα, αλλά και καταστροφή των προσωπικών αντικειμένων άλλων επίτηδες	Το να μιλάς άσχημα για κάποιον πίσω από την πλάτη του ή το να τον απομονώνεις	Ο εκφοβισμός βασίζεται στα προσωπικά χαρακτηριστικά κάποιου (όπως το να είναι υπέρβαρος ή ντροπαλός)	Ο εκφοβισμός γίνεται γιατί το θύμα ανήκει σε μια συγκεκριμένη ομάδα (για παράδειγμα επειδή είναι αλλοδαπός)



Project supported
by

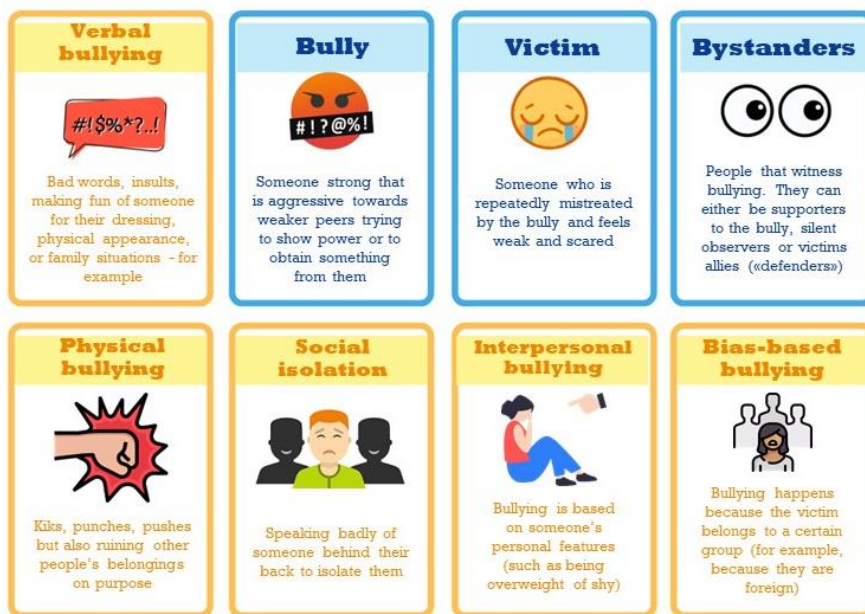


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Project supported
 by

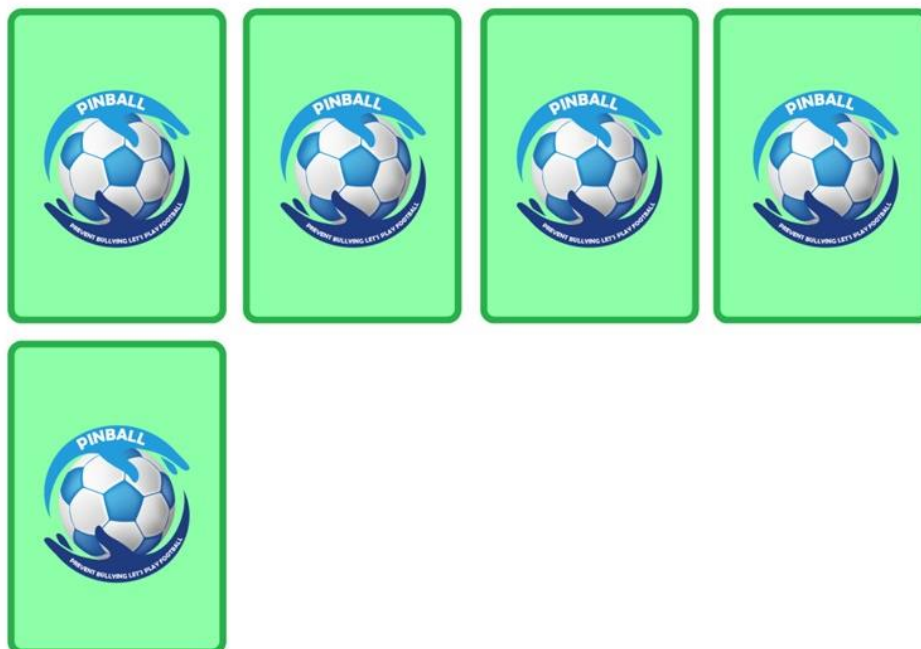


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Project supported
 by

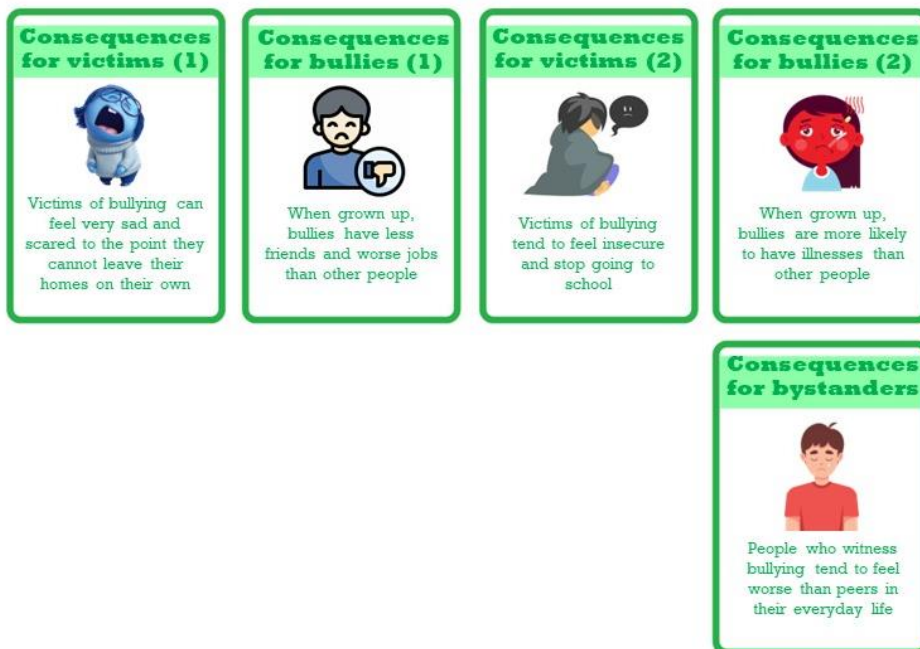


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Συνέπειες για τα θύματα (1)	Συνέπειες για τους εκφοβίζοντες (1)	Συνέπειες για τα θύματα (2)	Συνέπειες για τους εκφοβίζοντες (2)
Τα θύματα του εκφοβισμού μπορεί να αισθάνονται πολύ λυπημένα και φοβισμένα στον βαθμό που δεν μπορούν να βγουν μόνα τους από το σπίτι	Όταν μεγαλώσουν, οι εκφοβίζοντες έχουν λιγότερους φίλους και χειρότερες δουλειές από τους άλλους	Τα θύματα εκφοβισμού τείνουν να αισθάνονται ανασφάλεια και σταματούν να πηγαίνουν στο σχολείο	Όταν μεγαλώσουν, οι εκφοβίζοντες είναι πιο πιθανό να ασθενούν σε σύγκριση με άλλους
			Συνέπειες για τους παρατηρητές
			Όσοι γίνονται μάρτυρες εκφοβισμού τείνουν να αισθάνονται χειρότερα από τους συνομηλίκους τους στην καθημερινότητα



Project supported by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/τους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Παράρτημα 1.1 (ηλικία 15-18)

Verbal bullying Humiliating by insulting, for example, their dressing, physical appearance, gender or family situation	Bully Individual, often more physically fit than the victim, who acts on aggressive behaviours to assert their powers, taking advantage from that situation	Victim Individual characterized by physical or mental weaknesses, who cannot defend themselves and is subject to the aggressiveness of the bully	Bystanders Individuals who witness the bullying phenomenon. They can either be supporters to the bully, silent observers or victim's allies («defenders»)
Physical bullying Direct physical acts (e.g., kicks, punches, pushes), but also theft of objects and/or voluntary damages to other people's belongings	Social isolation Isolation, spread of gossip and slandering	Interpersonal bullying The aggressive behavior is perpetrated due to the individual characteristics on the part of the victims (e.g., being overweight/shy)	Bias-based bullying The aggressive behavior is perpetrated due to the victim's belongings to social groups (e.g., ethnicity, sexual orientation, disability or religion)



Project supported by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Λεκτικός εκφοβισμός	Εκφοβίζουν	Θύμα	Παρατηρητές
Ταπείνωση μέσω προσβολών για παράδειγμα για το ντύσιμο, τη σωματική εμφάνιση, το φύλο ή την οικογενειακή κατάσταση	Ένα άτομο, συνήθως πιο σωματικά δυνατό από το θύμα, που συμπεριφέρεται επιθετικά για να επιβεβαιώσει τη δύναμή του, εκμεταλλευόμενο την κατάσταση	Ένα άτομο που χαρακτηρίζεται από σωματικές ή διανοητικές αδυναμίες, που δεν μπορεί να υπερασπιστεί τον εαυτό του και υφίσταται την επιθετικότητα του εκφοβίζοντος	Άτομα που γίνονται μάρτυρες του φαινομένου του εκφοβισμού. Μπορεί είτε να υποστηρίζουν τον εκφοβίζοντα, είτε να είναι σιωπηλοί παρατηρητές ή να είναι σύμμαχοι του θύματος ("υποστηρικτές")
Σωματικός εκφοβισμός	Κοινωνική απομόνωση	Διαπροσωπικός εκφοβισμός	Εκφοβισμός με βάση προκαταλήψεις
Απευθείας σωματικές πράξεις (π.χ. κλωτσιές, μπουνιές, σπρωξιμάτα), αλλά και κλοπή αντικειμένων και/ή ηθελημένες καταστροφές στα προσωπικά αντικείμενα άλλων	Απομόνωση, διάδοση κουτσομπολιών και συκοφάντηση	Η επιθετική συμπεριφορά τελείται λόγω των μεμονωμένων χαρακτηριστικών των θυμάτων (π.χ. το να είναι υπέρβαροι/ντροπαλοί)	Η επιθετική συμπεριφορά τελείται επειδή το θύμα ανήκει σε κοινωνικές ομάδες (π.χ. εθνοτική μειονότητα, σεξουαλικός προσανατολισμός, αναπηρία ή θρήσκευμα)



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Project supported
 by

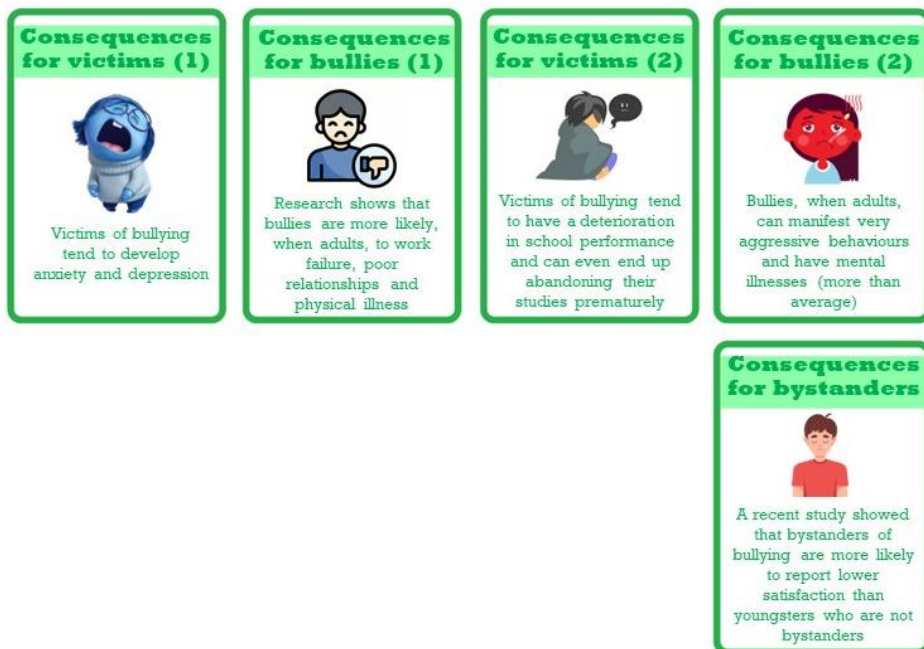


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Συνέπειες για τα θύματα (1)	Συνέπειες για τους εκφοβίζοντες (1)	Συνέπειες για τα θύματα (2)	Συνέπειες για τους εκφοβίζοντες (2)
Τα θύματα του εκφοβισμού τείνουν να αναπτύσσουν άγχος και κατάθλιψη	Η έρευνα δείχνει ότι είναι πιο πιθανό για τους εκφοβίζοντες, όταν ενηλικιωθούν, να αποτυγχάνουν στις δουλειές τους και να έχουν άσχημες σχέσεις και σωματικές ασθένειες	Τα θύματα εκφοβισμού τείνουν να παρουσιάζουν επιδείνωση στη σχολική τους απόδοση και μπορεί και να εγκαταλείψουν πρόωρα τις σπουδές τους	Οι εκφοβίζοντες, όταν ενηλικιωθούν, μπορεί να εκδηλώσουν πολύ επιθετικές συμπεριφορές και έχουν ψυχικές ασθένειες (παραπάνω από τον μέσο όρο)
			Συνέπειες για τους παρατηρητές
			Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα, οι παρατηρητές του φαινομένου του εκφοβισμού είναι πιθανότερο να αναφέρουν χαμηλότερη ικανοποίηση από τους



Project supported by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

νέους που δεν είναι
παρατηρητές



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Υλικό για τη δραστηριότητα 2 "Πώς αισθάνεται κάποιος;"

Παράρτημα 2.1

NEVER PASS ME THE BALL

COMMENT UNPLEASANTLY ON MY PLAYS

IF I MAKE A MISTAKE, MAKE ME FEEL WORSE

GIVE ME LOTS OF COMPLIMENTS ON HOW MUCH EFFORT I PUT INTO MY PLAY

ALWAYS PASS ME THE BALL AS SOON AS POSSIBLE

CONSOLE ME IF I MAKE A MISTAKE

130

ΜΗΝ ΜΟΥ ΠΑΣΑΡΕΙΣ ΠΟΤΕ ΤΗΝ ΜΠΑΛΑ
ΚΑΝΕ ΑΣΧΗΜΑ ΣΧΟΛΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΜΟΥ
ΕΑΝ ΚΑΝΩ ΕΝΑ ΛΑΘΟΣ, ΚΑΝΕ ΜΕ ΝΑ ΝΙΩΣΩ ΠΙΟ ΑΣΧΗΜΑ
ΚΑΝΕ ΜΟΥ ΠΟΛΛΕΣ ΦΙΛΟΦΡΟΝΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΠΟΥ ΚΑΝΩ ΣΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΜΟΥ
ΔΙΝΕ ΜΟΥ ΠΑΝΤΟΤΕ ΤΗΝ ΜΠΑΛΑ ΟΣΟ ΤΟ ΔΥΝΑΤΟΝ ΠΙΟ ΓΡΗΓΟΡΑ
ΠΑΡΗΓΟΡΗΣΕ ΜΕ ΕΑΝ ΚΑΝΩ ΕΝΑ ΛΑΘΟΣ



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Υλικό για τη δραστηριότητα 5 "Αυτοί είμαστε..."

Παράρτημα 5.1



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Annex 5.1 10-14

Annex 5.1 10-14



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Annex 5.110-14



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Project supported
 by

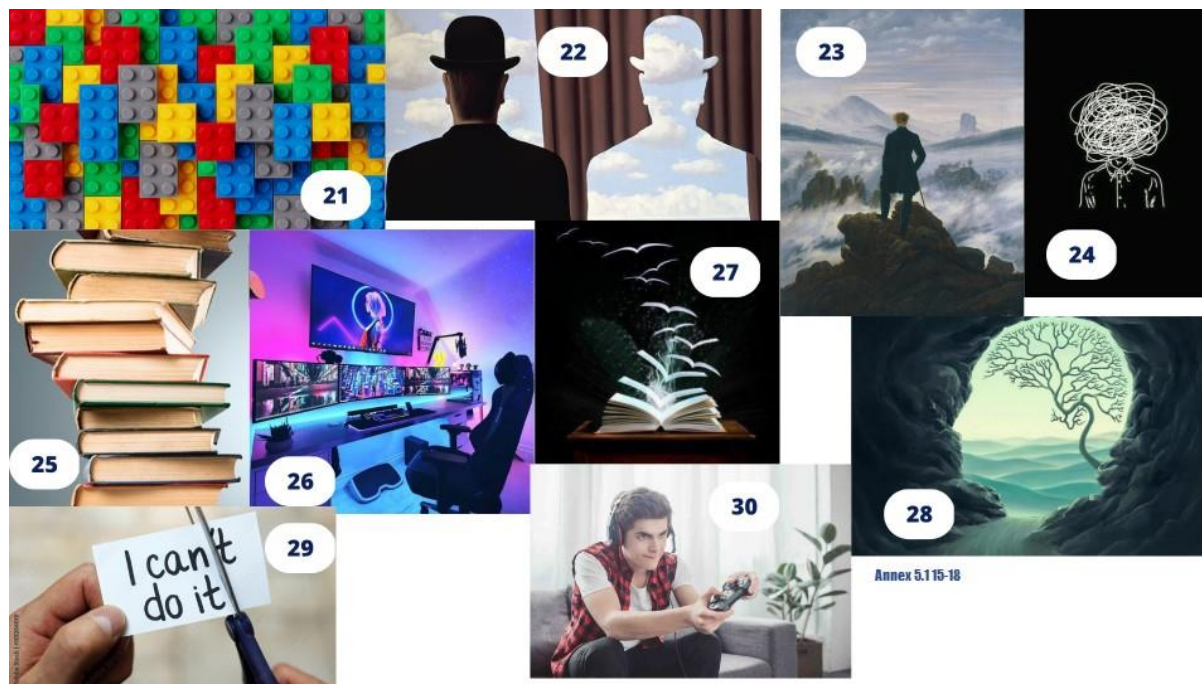


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Παράρτημα 5.2



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΕΝΟΤΗΤΑ
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ
ΦΙΛΙΑ
ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ
ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ
ΥΠΕΡΗΦΑΝΕΙΑ
ΑΞΙΕΣ
ΚΕΡΔΙΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ
ΕΚΜΑΘΗΣΗ
ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ
ΠΑΘΟΣ
ΜΕΛΛΟΝ



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Υλικό για τη δραστηριότητα 6 "...Έτσι το κάνουμε!" Υλικό για το 6

Παράρτημα 6.1

OUR RULES

- RULES SHOULD BE BRIEF AND EASY TO UNDERSTAND
- RULES SHOULD ALWAYS BE NEGOTIATED AND AGREED UPON BY ALL TEAMMATES
- RULES SHOULD BE EXPRESSED POSITIVELY, E.G. INSTEAD OF 'DON'T INSULT YOUR TEAMMATES', USE 'ALWAYS USE KIND WORDS WITH YOUR TEAMMATES'.

	RULE	HOW DO WE DO THIS?	IF WE BREAK THE RULE
1			
2			
3			
4			
5			

142

ΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΜΑΣ

- ΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΣΥΝΤΟΜΟΙ ΚΑΙ ΕΥΝΟΗΤΟΙ
- ΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΠΡΕΠΕΙ ΠΑΝΤΟΤΕ ΝΑ ΑΠΟΤΕΛΟΥΝ ΠΡΟΪΟΝ ΔΙΑΠΡΑΓΜΑΤΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΤΗ ΣΥΜΦΩΝΗ ΓΝΩΜΗ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΣΥΜΠΑΙΚΤΩΝ
- ΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΚΦΡΑΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΘΕΤΙΚΟ ΤΡΟΠΟ, Π.Χ. ΑΝΤΙ ΓΙΑ "ΜΗΝ ΠΡΟΣΒΑΛΛΕΤΕ ΤΟΥΣ ΣΥΜΠΑΙΚΤΕΣ ΣΑΣ", ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΕ ΤΟ "ΝΑ ΜΙΛΑΤΕ ΠΑΝΤΟΤΕ ΕΥΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΥΣ ΣΥΜΠΑΙΚΤΕΣ ΣΑΣ".

	ΚΑΝΟΝΑΣ	ΠΩΣ ΤΟ ΚΑΝΟΥΜΕ ΑΥΤΟ;	ΕΑΝ ΠΑΡΑΒΙΑΣΟΥΜΕ ΤΟΝ ΚΑΝΟΝΑ
1			
2			
3			



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

4			
5			



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



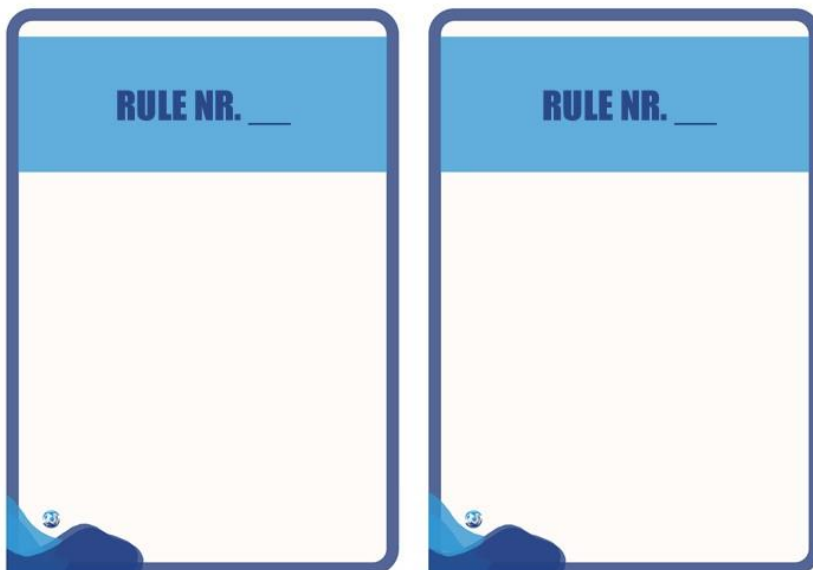
PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Παράρτημα 6.2



Annex 6.2



Annex 6.2



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΚΑΝΟΝΑΣ ΑΡ. _____

[ΝΑ ΕΚΤΥΠΩΘΟΥΝ ΟΣΕΣ ΦΟΡΕΣ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ]

Υλικό για τη δραστηριότητα 8 "Μπορούμε να αλλάξουμε την κοινωνία"

Παράρτημα 8.1

ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Τι είναι ο εκφοβισμός;

[Εδώ μπορείτε να συμπεριλάβετε ένα απόσπασμα της Έρευνας του PINBALL:
https://pinballproject.eu/uploads/2022/12/PINBALL_Research.pdf].

Δήλωση Πρόθεσης

Δεσμευόμαστε να παρέχουμε ένα φιλόξενο, φιλικό και ασφαλές περιβάλλον για όλα τα μέλη
μας

ούτως ώστε να μπορούν να συμμετέχουν στο ποδόσφαιρο σε χαλαρή και προστατευμένη
ατμόσφαιρα. Ο εκφοβισμός κάθε είδους δεν γίνεται αποδεκτός στην [όνομα Ομάδας]. Εφόσον
υπάρξει επεισόδιο εκφοβισμού, όλα τα μέλη της ομάδας και οι γονείς/κηδεμόνες θα πρέπει να
μπορούν να μιλήσουν στην ομάδα τους για αυτό και να γνωρίζουν ότι τα περιστατικά θα
αντιμετωπιστούν άμεσα και αποτελεσματικά από την ομάδα. Επιπρόσθετα, η [όνομα Ομάδας]



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον
συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του
Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA
φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

δεσμεύεται να κάνει ό,τι πρέπει ώστε να διδάσκει τους παίκτες να φέρονται ο ένας στον άλλον με σεβασμό.

Διαδικασία παραπομπής σε περίπτωση εκφοβισμού

ΒΗΜΑ 1. Κάθε παίκτης, προπονητής, γονέας και/ή μέλος του προσωπικού που αντιλαμβάνεται μορφή εκφοβισμού εντός του ποδοσφαιρικού πλαισίου, θα πρέπει να το αναφέρει στον Υπεύθυνο Πρόνοιας της Ομάδας ή σε ένα μέλος της επιτροπής της ομάδας.

ΒΗΜΑ 2. Οι γονείς/κηδεμόνες θα ενημερώνονται και θα τους ζητείται να προσέλθουν για να συζητήσουν το πρόβλημα.

ΒΗΜΑ 3. [Συμπληρώστε την κατάλληλη δράση]

ΒΗΜΑ 4. Η συμπεριφορά εκφοβισμού πρέπει να ερευνηθεί και ο εκφοβισμός να σταματήσει γρήγορα.

ΒΗΜΑ 5. Εφόσον η διαδικασία διαμεσολάβησης και ο εκφοβισμός συνεχιστεί, η Ομάδα θα εκκινήσει πειθαρχική διαδικασία σύμφωνα με τα προβλεπόμενα στο καταστατικό της.

Προτεινόμενες Ενέργειες της Ομάδας

Ακολουθούν πιθανές ενέργειες στις οποίες μπορεί να προβεί η Ομάδα:

1. Συμφιλίωση, βάζοντας τα μέρη στο ίδιο τραπέζι να συζητήσουν.



Project supported
by





PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
Ποδοσφαίρου
ERASMUS-SPORT-2021-SCP
ERASMUS2027
Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

2. Εφόσον αυτό αποτύχει ή δεν είναι αρμόζον, πρέπει να γίνουν συναντήσεις με τον γονέα/φροντίδα και το παιδί που ισχυρίζεται τον ισχυρισμό ώστε να διαπιστωθούν οι λεπτομέρειες του ισχυρισμού. Θα πρέπει να κρατηθούν πρακτικά.
3. Πρέπει να γίνουν συναντήσεις με τον γονέα/κηδεμόνα τόσο του θύματος όσο και του εκφοβίζοντος προκειμένου να συζητηθεί ο ισχυρισμός. Θα πρέπει να κρατηθούν πρακτικά.
4. Κυρώσεις για τον εκφοβίζοντα, π.χ. προσωρινή ή μόνιμη αποβολή εφόσον συνεχιστεί ο εκφοβισμός. Θα πρέπει να εξεταστεί κατά πόσον είναι αρμόζουσα μια συνάντηση συμφιλίωσης μεταξύ των μερών.
5. Όλοι οι προπονητές οι οποίοι έρχονται σε επαφή και με τα δύο μέρη θα πρέπει να ενημερωθούν για τα ζητήματα και το αποτέλεσμα της διαδικασίας.
6. Οι πιο σοβαρές περιπτώσεις μπορούν να παραπεμφθούν στην Αστυνομία και/ή στο Κέντρο Κοινωνικής Πρόνοιας.

Πρόληψη

[Συμπληρώστε τις πολιτικές και διαδικασίες πρόληψης της Ομάδας εδώ – συμπεριλαμβανομένου του προγράμματος PINBALL].



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



PINBALL – Πρόληψη του εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο και μέσω του
 Ποδοσφαίρου
 ERASMUS-SPORT-2021-SCP
 ERASMUS2027
 Πρόγραμμα αρ. 101049890

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Παράρτημα 8.2



Annex 8.4



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.