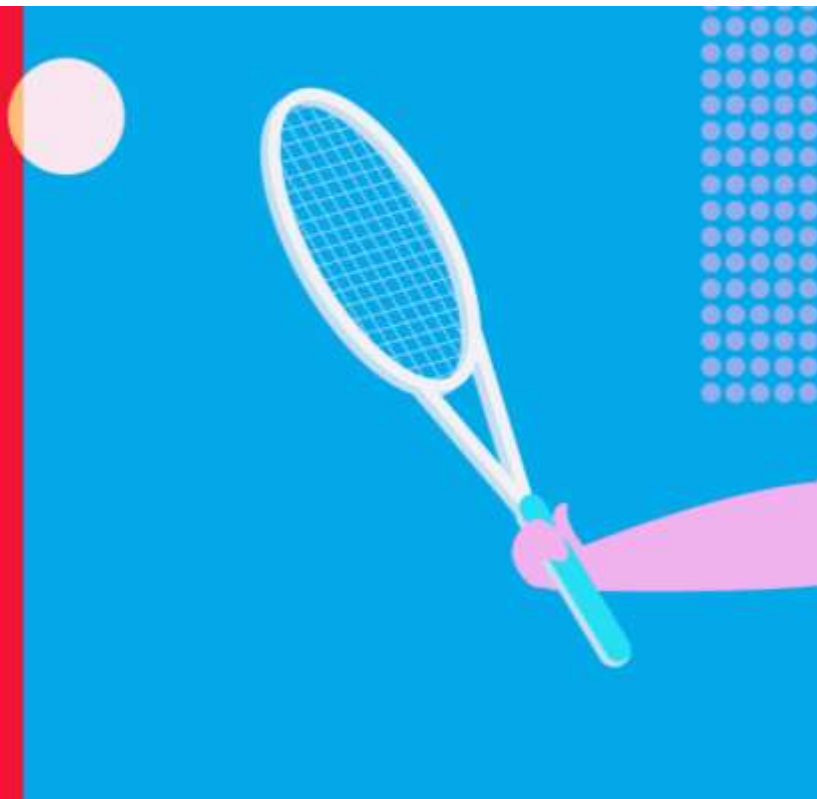


# Εργαλειοθήκη μικτής μάθησης για προπονητές





Co-funded by  
the European Union



Η παρούσα εργασία δημοσιεύεται υπό την ευθύνη της κοινοπραξίας του έργου INCLUDE. Οι απόψεις που εκφράζονται και τα επιχειρήματα που χρησιμοποιούνται σε αυτήν δεν αντανακλούν απαραίτητα τις επίσημες απόψεις της Ευρωπαϊκής Επιτροπής.

Παρακαλούμε αναφέρετε αυτή τη δημοσίευση ως:

Έργο INCLUDE (2022). Εργαλειοθήκη μικτής μάθησης για προπονητές. Διαθέσιμο στη διεύθυνση <https://include-project.com/about/>



Blended Learning Toolkit for Coaches © 2022 by INCLUDE project is licensed under CC BY-NC-SA 4.0. Για να δείτε ένα αντίγραφο αυτής της άδειας, επισκεφθείτε το <http://creativecommons.org/licenses/by-ncsa/4.0/>.

Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν. Αριθμός έργου: 101050474

## Συνεργάτες

[CARDET](#), Κύπρος (Συντονιστής)

[Ινστιτούτο Ανάπτυξης "Ν. Χαραλάμπους"](#), Κύπρος

[Ευρωπαϊκό Δίκτυο Αθλητικής Εκπαίδευσης](#), Αυστρία

[CESIE](#), Ιταλία

[The Rural Hub](#), Ιρλανδία

[KMOP - Κέντρο Κοινωνικής Δράσης & Καινοτομίας](#), Ελλάδα



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Co-funded by  
the European Union



## Πίνακας περιεχομένων

Εισαγωγή.....	3
ΜΟΝΑΔΑ 1: Εισαγωγή στις αθλητικές διακρίσεις .....	4
ΜΟΝΑΔΑ 2: Ο ρόλος των προπονητών .....	13
ΜΟΝΑΔΑ 3: Διακρίσεις στον αθλητικό σας σύλλογο .....	22
ΜΟΝΑΔΑ 4: Δημιουργία μιας εκπαιδευτικής συνεδρίας εργαστηρίου .....	44
Αναφορές.....	61



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

## Εισαγωγή

Το έργο INCLUDE προτείνει ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα που περιλαμβάνει έρευνα, άμεση δράση και ανάπτυξη μαθησιακών πόρων για την εκπαίδευση και υποστήριξη των προπονητών, των στελεχών και του προσωπικού των αθλητικών ακαδημιών που εργάζονται με νεαρούς αθλητές (12-18 ετών), ώστε να μπορούν να συμβάλουν ενεργά στην αντιμετώπιση των διακρίσεων στον νεανικό αθλητισμό. Το INCLUDE επικεντρώνεται στην προώθηση της ένταξης και της πολυμορφίας μέσω της ανάληψης συγκεκριμένων δράσεων για την αντιμετώπιση των υφιστάμενων εμποδίων που συνδέονται με τις διακρίσεις στον τομέα του αθλητισμού για νέους.

Η εργαλειοθήκη μικτής μάθησης για προπονητές αποτελείται από τέσσερις ενότητες, καθεμία από τις οποίες περιλαμβάνει δύο έως τρεις ενότητες. Η τελική αξιολόγηση, καθώς και οι βήμα προς βήμα δραστηριότητες, θα παρουσιαστούν στην Εργαλειοθήκη για Προπονητές. Το περιεχόμενο δεν θα εξηγήει πώς η προκατάληψη επηρεάζει την κοινωνία γενικά, αλλά αντίθετα θα εστιάζει στο πώς επηρεάζει τη δουλειά τους ως προπονητές. Αυτό θα βοηθήσει τους συμμετέχοντες να τους παράσχει πλαίσιο και θα τους επιτρέψει να δουν την αξία της κατάρτισης. Το πρόγραμμα κατάρτισης έχει αναπτυχθεί ως διαδικτυακό μάθημα και παρουσιάζει διεξοδικά βασικές έννοιες και αντιλήψεις σχετικά με τις διακρίσεις στον αθλητισμό νέων.

Η δομή της εργαλειοθήκης είναι η ακόλουθη:

Ενότητα 1:  
Εισαγωγή στις  
αθλητικές  
διακρίσεις

Ενότητα 2: Ο ρόλος  
των προπονητών

Ενότητα 3:  
Διακρίσεις στον  
αθλητικό σας  
σύλλογο

Ενότητα 4:  
Δημιουργία μιας  
εκπαιδευτικής  
συνεδρίας



## ΜΟΝΑΔΑ 1: Εισαγωγή στις αθλητικές διακρίσεις

Η παρακάτω αξιολόγηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους εκπαιδευτές ή τους χρήστες της εργαλειοθήκης ως εισαγωγική δραστηριότητα για την αξιολόγηση του επιπέδου για κάθε ενότητα και για να βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους να σκεφτούν σχετικά με την ενότητα.

### Αξιολόγηση

1. Τι είναι η διάκριση;
  - a. **Διάκριση με βάση αθέμιτα ή παράνομα κριτήρια**
  - b. Υπογραμμίζοντας τις διαφορές μεταξύ των ανθρώπων
  - c. Δημιουργία ανισόρροπων κοινοτήτων
2. Υπάρχουν διακρίσεις στον αθλητισμό;
  - a. Όχι, ο αθλητισμός είναι ένας τρόπος να ενσωματώνονται οι άνθρωποι και να δημιουργείται μια κοινότητα.
  - b. **Ναι**
  - c. Εξαρτάται- η διάκριση είναι μια υποκειμενική αντίληψη.
3. Ποια από τις ακόλουθες δηλώσεις σχετικά με τις διακρίσεις στον αθλητισμό είναι ψευδής;
  - a. Τις περισσότερες φορές τα άτομα που υφίστανται διακρίσεις εγκαταλείπουν ή/και απλά "κρύβονται".
  - b. **Στον αθλητισμό, οι μόνες διακρίσεις που γίνονται αφορούν τα εξωτερικά χαρακτηριστικά (δηλαδή τα ορατά/φυσικά).**
  - c. Ο εξαναγκασμός μιας ομάδας να χρησιμοποιεί την ίδια στολή θα μπορούσε να αποτελεί μορφή διάκρισης.
4. Ηλικία, εμφάνιση, τάξη: μπορούν να θεωρηθούν παράγοντες διάκρισης στον αθλητισμό;
  - a. Μόνο "ηλικία"
  - b. Κανονικά, ναι, αλλά όχι στον αθλητισμό
  - c. **Ναι, και για τους τρεις, κάποια μορφή διακρίσεων στον αθλητισμό**
5. Χρειάζεται να αλλάξουμε τα κοινωνικά πρότυπα ή τις συμπεριφορές για να κάνουμε τον αθλητισμό πιο περιεκτικό;
  - a. Συμπεριφορές: υπάρχει ανάγκη να είμαστε πιο φιλόξενοι και δεκτικοί
  - b. Κανένα από τα δύο, υπάρχει η ανάγκη να εκπαιδευτούν περισσότεροι στο σχολείο
  - c. **Και τα δύο - οι αλλαγές στις στάσεις πρέπει να ακολουθηθούν από αλλαγές στους κοινωνικούς κανόνες και τις συνήθειες**



## Δραστηριότητες βήμα προς βήμα

### Δραστηριότητα 1.

<b>Τίτλος δραστηριότητας</b>	Ένα βήμα προς την κατανόηση
<b>Διάρκεια της δραστηριότητας σε λεπτά</b>	1 ώρα
<b>Μαθησιακά αποτελέσματα</b>	<p>Μέσω αυτής της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες θα μάθουν πώς να:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Αγκαλιάστε και σεβαστείτε τη διαφορετικότητα</li><li>• Να είστε πιο περιεκτικοί</li><li>• Να μπαίνουν στη θέση των άλλων και να αναπτύσσουν ενσυναίσθηση για τις καταστάσεις των άλλων</li><li>• Να μην αποκλείουμε τους ανθρώπους γι' αυτό που είναι, για τις ιστορίες τους, το υπόβαθρό τους κ.λπ.</li></ul>
<b>Στόχος της δραστηριότητας</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Να ευαισθητοποιηθούν οι άνθρωποι σχετικά με τις ανισότητες των ευκαιριών μεταξύ τους</li><li>• Να αναπτύξετε ενσυναίσθηση με τους άλλους</li><li>• Να ενθαρρύνει τη φαντασία και την κριτική σκέψη</li><li>• Βελτίωση της αίσθησης της συμμετοχικότητας</li></ul>
<b>Απαιτούμενα υλικά για τη δραστηριότητα</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Φύλλα ρόλων</li><li>• Αρκετός χώρος (εσωτερικός ή εξωτερικός)</li><li>• Ένα μπουλ</li></ul>



**Οδηγίες  
βήμα προς  
βήμα**

**Βήμα 1.**

Προετοιμάστε το φύλλο ρόλων επιλέγοντας διαφορετικούς "ρόλους" ανάλογα με τα θέματα που θέλετε να εξετάσετε (π.χ. φύλο, LGBTQI+, πολιτισμικοί, κοινωνικοί κ.λπ. ή πολλαπλά) και βάλτε τους σε ένα μπολ.

**Βήμα 2.**

Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να πάρουν από το μπολ ένα φύλλο ρόλων και δώστε τους λίγα λεπτά για να το διαβάσουν και να σκεφτούν την ιστορία του "ρόλου" που πήραν. Οι συμμετέχοντες μπορούν να βοηθηθούν δίνοντάς τους μερικές ερωτήσεις που θα τονώσουν τη φαντασία τους σχετικά με την ιστορία του ρόλου τους (π.χ. πώς ήταν τα παιδικά σας χρόνια; Σε ποια γειτονιά/κοινωνικές συνθήκες ζούσατε; Τι κάνετε κατά τη διάρκεια της καθημερινής σας ζωής; Ποιος είναι ο τρόπος ζωής σας; Τι κάνετε στον ελεύθερο χρόνο σας; Πού πηγαίνετε διακοπές; κ.λπ.).

**Βήμα 3.**

Ζητήστε τώρα από τους συμμετέχοντες να σταθούν δίπλα-δίπλα στην ίδια γραμμή και εξηγήστε τους ότι θα διαβάσετε μια λίστα με διάφορες καταστάσεις και, ανάλογα με το ρόλο του καθενός, αν η απάντηση είναι ναι, πρέπει να κάνει ένα βήμα μπροστά, αν είναι όχι, πρέπει να παραμείνει στην ίδια θέση.

**Βήμα 4.**

Ξεκινήστε να διαβάζετε μία προς μία τις καταστάσεις, κάνοντας παύσεις μεταξύ τους και δίνοντας χρόνο στους συμμετέχοντες να



κοιτάξουν γύρω τους και να δουν αν οι άλλοι συμμετέχοντες κινούνται.

### **Βήμα 5.**

Αφού διαβάσετε όλες τις καταστάσεις, δώστε μερικά λεπτά στους συμμετέχοντες για να δουν πού έφτασε ο καθένας από αυτούς και να σκεφτούν τις διαφορετικές θέσεις στις οποίες έφτασε ο καθένας.

### **Βήμα 6.**

Αφήστε τους συμμετέχοντες να καθίσουν σε κύκλο και ξεκινήστε μια συζήτηση σχετικά με τα προβλήματα που προέκυψαν και τι έμαθαν. Είναι σημαντικό να καθοδηγήσετε τη συζήτηση θέτοντάς τους κάποιες ερωτήσεις, όπως π.χ:

- Πώς αισθάνεστε για το αν θα προχωρήσετε μπροστά ή θα μείνετε ακίνητοι;
- Αν κάνατε πολλά βήματα προς τα εμπρός, πώς αισθάνεστε;
- Έχετε νιώσει ποτέ ότι έχετε λιγότερες ευκαιρίες από τους άλλους;
- Έχετε αισθανθεί ότι παραβιάστηκαν κάποια από τα ανθρώπινα δικαιώματά σας κατά τη μετακίνηση προς τα εμπρός;
- Αισθανθήκατε ανισότητες βλέποντας κάποιους να κινούνται και άλλους όχι; Αν ναι, πώς θα λύνατε αυτές τις ανισότητες;

Προσθέστε ή τροποποιήστε τις ερωτήσεις ανάλογα με τους ρόλους, τα θέματα, τα ζητήματα διαφορετικότητας που θίγονται, το στόχο της δραστηριότητάς σας, κ.λπ.....





Τέλος, ρωτήστε τους συμμετέχοντες αν κατάλαβαν κάποιους από τους άλλους ρόλους και μόνο στο τέλος πείτε σε όλους να πουν ποιος ήταν ο ρόλος τους.

**Παραδείγματα ρόλων (που πρέπει να προσαρμοστούν ανάλογα με τα θέματα που θα εξεταστούν):**

1. Είστε ένας νεαρός άνδρας/γυναίκα σε αναπηρικό καροτσάκι
2. Είστε νέα ανύπαντρη γυναίκα/άντρας με παιδί
3. Είσαι ένας καλλιτέχνης εθισμένος στα ναρκωτικά
4. Είστε 18 ετών γκέι άνδρας/λεσβία γυναίκα
5. Είστε τρανσέξουαλ άτομο
6. Είσαι μουσουλμάνο που φοράει μπούρκα
7. Είστε γιος/κόρη πλούσιου πολιτικού
8. Είστε γιος/κόρη αγρότη και ζείτε σε αγροτική περιοχή.
9. Είστε γιος/κόρη τραπεζίτη
10. Είσαι ένας κωφός νέος άνδρας/γυναίκα

**Παραδείγματα καταστάσεων (που πρέπει να προσαρμοστούν ανάλογα με τους ρόλους):**

1. Δεν είχατε ποτέ στη ζωή σας οικονομικές δυσκολίες.
2. Οι γονείς σου σε φέρνουν στο σχολείο κάθε μέρα με το αυτοκίνητο
3. Πηγαίνετε για ψώνια κάθε φορά που θέλετε/χρειάζεστε
4. Έχετε ξεκάθαρο στο μυαλό σας τι θα κάνετε στο μέλλον/ποια δουλειά θα κάνετε
5. Ποτέ δεν φοβηθήκατε να περπατήσετε μόνοι σας τη νύχτα
6. Δεν έχετε υποστεί ποτέ διακρίσεις για το ποιος είστε ή για την καταγωγή σας

**Περαιτέρω  
πόροι**



7. Μπορείτε εύκολα να συμμετάσχετε σε οποιαδήποτε αθλητική δραστηριότητα
8. Μπορείτε να προσκαλέσετε τους φίλους σας στο σπίτι σας
9. Μπορείτε να ταξιδέψετε όποτε θέλετε
10. Ποτέ δεν αισθανθήκατε αποκλεισμένοι από μια ομάδα ή/και ότι σας αντιμετωπίζουν διαφορετικά".

Προσαρμοσμένο από: "κάνε ένα βήμα μπροστά"

<https://www.coe.int/it/web/compass/take-a-step-forward>



## Δραστηριότητα 2.

<b>Τίτλος δραστηριότητας</b>	Ας παίξουμε μαζί!
<b>Διάρκεια της δραστηριότητας σε λεπτά</b>	90 λεπτά
<b>Μαθησιακά αποτελέσματα</b>	<p>Μέσω αυτής της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες θα:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ανάπτυξη ομαδικής συνεργασίας και ομαδικού πνεύματος</li><li>• Αύξηση των γνώσεων τους σχετικά με τους διάφορους τύπους αποκλεισμού</li><li>• Να γνωρίζουν πώς η ένταξη αποτελεί βασικό ζήτημα στον αθλητισμό</li></ul>
<b>Στόχος της δραστηριότητας</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ευαισθητοποίηση σχετικά με τον αποκλεισμό στον αθλητισμό</li><li>• Για να βελτιωθεί η αίσθηση της συμμετοχικότητας</li><li>• Ευαισθητοποίηση για τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν ορισμένα άτομα</li><li>• Να οικοδομήσουμε τη συνεργασία και τη συμπερίληψη μέσα στην ομάδα (οικοδόμηση ομάδας)</li></ul>
<b>Απαιτούμενα υλικά για τη δραστηριότητα</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Μεγάλος ανοιχτός χώρος</li><li>• Κάρτες ρόλων</li><li>• Ένα μπόλ</li><li>• Εξοπλισμός για τις κάρτες ρόλων (προαιρετικός στην περίπτωση των καρτών ρόλων για σωματικές αναπηρίες)</li></ul>



Οδηγίες  
βήμα προς  
βήμα

**Βήμα 1.**

Ετοιμάστε φύλλα ρόλων, βάλτε τα σε ένα μπολ, χωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρές ομάδες και ζητήστε τους να επινοήσουν ένα νέο άθλημα/παιχνίδι που περιλαμβάνει σωματική δραστηριότητα.

**Βήμα 2.**

Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να πάρουν μια κάρτα ρόλων από το μπολ και δώστε τους λίγα λεπτά για να διαβάσουν τους ρόλους τους και να πουν ο ένας τους ρόλους του άλλου μέσα σε κάθε ομάδα.

**Βήμα 3.**

Δώστε σε κάθε ομάδα 20-30 λεπτά για να επινοήσει ένα άθλημα/παιχνίδι με τους δικούς του κανόνες που μπορεί να παιχτεί από κάθε συμμετέχοντα στην ομάδα ανάλογα με το ρόλο του καθενός.

**Βήμα 4.**

Μόλις όλες οι ομάδες επινοήσουν το άθλημα/παιχνίδι, αφήστε τις να παίξουν όλα τα επινοημένα αθλήματα/παιχνίδια μαζί.

**Βήμα 5.**

Αφήστε τους συμμετέχοντες να καθίσουν σε κύκλο και ξεκινήστε μια συζήτηση/απολογισμό για να προβληματιστούν οι συμμετέχοντες σχετικά με τη δραστηριότητα:

- Ήταν δύσκολο να επινοήσετε ένα άθλημα/παιχνίδι με κανόνες που να επιτρέπουν σε όλους στην ομάδα σας να συμμετέχουν;



- Ήταν πρόκληση να παίζεις το άθλημα που επινόησες;
- Πιστεύετε ότι το άθλημα που επινοήσατε είναι εντελώς περιεκτικό ή ότι κάποιος μπορεί να αποκλειστεί;
- Είναι πιο σαφές πώς παραβιάζονται τα δικαιώματα ορισμένων ανθρώπων τώρα που μπήκατε στη θέση των άλλων.

**Παραδείγματα ρόλων (που πρέπει να προσαρμοστούν ανάλογα με τα θέματα που θα εξεταστούν):**

1. Είσαι μουσουλμάνα που φοράει μπούρκα
2. Είστε κωφός
3. Χρησιμοποιείτε αναπηρικό αμαξίδιο
4. Έχεις μόνο ένα χέρι
5. Είστε τρανσέξουαλ άτομο
6. Μιλάτε άλλη γλώσσα
7. Έχετε οικονομικά προβλήματα στην οικογένειά σας
8. Είσαι τυφλός

**Περαιτέρω πόροι**

Προσαρμοσμένο από: "Αθλητισμός για όλους"

<https://www.coe.int/en/web/compass/sports-for-all>



Co-funded by  
the European Union



## ΜΟΝΑΔΑ 2: Ο ρόλος των προπονητών

Η παρακάτω αξιολόγηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους εκπαιδευτές ή τους χρήστες της εργαλειοθήκης ως εισαγωγική δραστηριότητα για την αξιολόγηση του επιπέδου για κάθε ενότητα και για να βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους να σκεφτούν σχετικά με την ενότητα.

### Αξιολόγηση

**Q1.** Ποιοι είναι οι μαθησιακοί στόχοι αυτής της ενότητας σχετικά με το ρόλο των προπονητών;

a. Να εξοπλίσει τους προπονητές με τις δεξιότητες για να διαπρέψουν στον αθλητισμό των νέων.

b. Προώθηση της ισότητας και της ποικιλομορφίας στους αθλητικούς συλλόγους.

c. Να διδάξει στους προπονητές διάφορα αθλητικά σενάρια.

**d. Να κατανοήσουν τον αντίκτυπο των διακρίσεων στους αθλητές.**

**Q2.** Γιατί είναι σημαντικό για τους προπονητές να προβληματιστούν σχετικά με την τρέχουσα κατάσταση όσον αφορά τις διακρίσεις στον σύλλογό τους;

a. Εντοπισμός πιθανών τομέων βελτίωσης της διαχείρισης του συλλόγου.

**β. Να κατανοήσουν τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι αθλητές και την κουλτούρα του συλλόγου.**

γ. Να αξιολογήσει την αποτελεσματικότητα του προπονητικού προσωπικού.

δ. Να βελτιώσει την οικονομική κατάσταση του συλλόγου.

**Q3.** Τι σημαίνει "ασφαλής αθλητισμός";

a. Παροχή ασφαλούς περιβάλλοντος για την άσκηση των αθλητών.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



β. Διασφάλιση ότι ο αθλητισμός είναι προσβάσιμος σε όλους.

γ. **Δημιουργία μιας αθλητικής κουλτούρας χωρίς διακρίσεις και βία.**

δ. Προσφορά υποστήριξης και κατάρτισης σε αθλητές από περιθωριοποιημένα περιβάλλοντα.

**Q4.** Πώς μπορούν οι προπονητές να μετριάσουν τις επιπτώσεις των φυλετικών στερεοτύπων και των προκαταλήψεων στην απόδοση των αθλητών;

α. Εφαρμογή αυστηρών πειθαρχικών μέτρων κατά των αθλητών που κάνουν διακρίσεις.

β. Παροχή ευκαιριών για πολιτιστικές ανταλλαγές μεταξύ των αθλητών.

γ. Προσφορά εκπαιδευτικών συνεδριών για το ρατσισμό και την πολιτισμική ευαισθησία.

δ. **Δημιουργία ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς και υποστήριξης για τους αθλητές.**

**Q5.** Ποιο από τα παραπάνω αποτελεί μέρος ενός από τους ρόλους και τις ευθύνες των προπονητών στην καταπολέμηση των διακρίσεων στον αθλητισμό;

α. Διοργάνωση εράνων για τη στήριξη αθλητών από διαφορετικά υπόβαθρα.

β. Ενθάρρυνση των αθλητών να συμμετέχουν σε διάφορες αθλητικές δραστηριότητες.

γ. Παροχή εκπαιδευτικών συνεδριών για τις προκαταλήψεις και τις διακρίσεις.

**δ. Να δίνουν το παράδειγμα και να επιδεικνύουν συμπεριφορά χωρίς αποκλεισμούς.**

**Q6.** Ποιο πραγματικό σενάριο απεικονίζει τον αντίκτυπο του ρατσισμού και των διακρίσεων στον αθλητισμό νέων;



Co-funded by  
the European Union



- a. Ο Lee Chin αντιμετωπίζει ρατσιστικές προσβολές κατά τη διάρκεια ενός φιλανθρωπικού αγώνα hurling.
- b. Η γυναικεία ομάδα ποδοσφαίρου της Δημοκρατίας της Ιρλανδίας απεργεί για καλύτερη μεταχείριση.
- γ. Προπονητές που οργανώνουν προγράμματα πολιτιστικών ανταλλαγών για αθλητές.
- δ. Διεξαγωγή ανώνυμων ερευνών για τη συλλογή απόψεων σχετικά με τις διακρίσεις.

#### Δραστηριότητα 1

<b>Τίτλος δραστηριότητας</b>	Διατομεακότητα: Πέρα από τα Bibs
<b>Διάρκεια της δραστηριότητας σε λεπτά</b>	20 λεπτά
<b>Μαθησιακά αποτελέσματα</b>	Βιώνοντας σενάρια πραγματικής ζωής σχετικά με τις διακρίσεις σε μια κατάσταση κατάρτισης
<b>Στόχος της δραστηριότητας</b>	Η δραστηριότητα αυτή έχει ως στόχο να βοηθήσει τους προπονητές να ευαισθητοποιηθούν σχετικά με τις διακρίσεις στον αθλητισμό και να προωθήσουν την κατανόηση της διατομικότητας μεταξύ των νεαρών αθλητών.



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]





<p><b>Απαιτούμενα υλικά για τη δραστηριότητα</b></p>	<p>Σετ σαλιάρες διαφορετικού χρώματος (π.χ. κόκκινες, μπλε, πράσινες, κίτρινες) Κατάλογος ερωτήσεων που προκαλούν προβληματισμό</p>
<p><b>Οδηγίες βήμα προς βήμα</b></p>	<p><b>Βήμα 1: Εισαγωγή και επεξήγηση</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Συγκεντρώστε όλους τους συμμετέχοντες σε έναν κατάλληλο χώρο.</li><li>-Ξεκινήστε εξηγώντας τον σκοπό της δραστηριότητας: να εξερευνήσετε την ιδέα της διατομικότητας και να προωθήσετε την ενσυναίσθηση, την κατανόηση και τη συμμετοχικότητα στον αθλητισμό.</li><li>-Ορίστε στους συμμετέχοντες τη διατομεακότητα (δείτε τον παρακάτω σύνδεσμο για έναν ορισμό).</li><li>-Περιγράψτε τη δραστηριότητα: Οι συμμετέχοντες θα κληθούν να απαντήσουν σε μια σειρά ερωτήσεων και θα φορέσουν μια σαλιάρα συγκεκριμένου χρώματος αν η ερώτηση τους αφορά. Οι σαλιάρες θα αντιπροσωπεύουν διαφορετικές πτυχές της ταυτότητάς τους.</li></ul> <p><b>Βήμα 2: Προετοιμασία των Bibs</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Τοποθετήστε τα σετ σαλιάρες διαφορετικού χρώματος σε ορατό και εύκολα προσβάσιμο σημείο.</li><li>-Αναθέστε σε κάθε χρώμα να αντιπροσωπεύει μια συγκεκριμένη πτυχή της ταυτότητας (π.χ. κόκκινο για το φύλο, μπλε για την εθνικότητα, πράσινο για τα χόμπι και κίτρινο για το οικογενειακό περιβάλλον).</li><li>-Βεβαιωθείτε ότι υπάρχουν αρκετές σαλιάρες για κάθε χρώμα για όλους τους συμμετέχοντες.</li></ul> <p><b>Βήμα 3: Διευκόλυνση της δραστηριότητας</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Ξεκινήστε κάνοντας μια σειρά από ερωτήσεις που προκαλούν σκέψεις σχετικά με διάφορες πτυχές της ταυτότητας και των διακρίσεων. Αφήστε στους συμμετέχοντες λίγο χρόνο να σκεφτούν για κάθε ερώτηση πριν απαντήσουν.</li><li>-Για κάθε ερώτηση, ανακοινώστε το χρώμα της σαλιάρας που αντιστοιχεί στη συγκεκριμένη πτυχή της ταυτότητας που εξετάζεται στην ερώτηση.</li></ul>



*Παράδειγμα ερωτήσεων:*

1. Έχετε νιώσει ποτέ αποκλεισμό ή διακρίσεις στον αθλητισμό λόγω του φύλου σας; (Αν ναι, φορέστε μια **κόκκινη** σαλιάρα).
2. Έχετε βιώσει ποτέ φυλετικές ή εθνοτικές διακρίσεις στον αθλητισμό; (Φορέστε **μπλε** σαλιάρα αν ναι.)
3. Έχετε αντιμετωπίσει ποτέ προκλήσεις ή στερεότυπα με βάση τα χόμπι ή τα ενδιαφέροντά σας στον αθλητισμό; (Αν ναι, φορέστε μια **πράσινη** σαλιάρα).
4. Έπρεπε ποτέ να ξεπεράσετε εμπόδια που σχετίζονται με το οικογενειακό σας υπόβαθρο ή την κοινωνικοοικονομική σας κατάσταση στον αθλητισμό; (Αν ναι, φορέστε μια **κίτρινη** σαλιάρα).

**Βήμα 4: Αναστοχασμός και ενημέρωση**

- Μετά την επανεξέταση των ερωτήσεων, συγκεντρώστε τους συμμετέχοντες για μια συνεδρία απολογισμού.
- Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις εμπειρίες και τα συναισθήματά τους καθ' όλη τη διάρκεια της δραστηριότητας.
- Διευκόλυνση μιας συζήτησης σχετικά με το πώς η διαθεματικότητα παίζει ρόλο στη διαμόρφωση των εμπειριών των ατόμων στον αθλητισμό και πώς αυτές οι εμπειρίες μπορεί να είναι διαφορετικές και μοναδικές για τον καθένα.
- Η ανάδειξη της σημασίας της ενσυναίσθησης, του σεβασμού και της συμμετοχικότητας για τη δημιουργία ενός υποστηρικτικού και φιλόξενου αθλητικού περιβάλλοντος για όλους τους αθλητές.
- Συνοψίστε τα κύρια συμπεράσματα από τη δραστηριότητα και ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να εφαρμόσουν αυτά τα μαθήματα στους αθλητικούς συλλόγους και τις κοινότητές τους.

**Βήμα 5: Τελικές παρατηρήσεις**

- Ευχαριστήστε τους συμμετέχοντες για τη συμμετοχή τους και την προθυμία τους να διερευνήσουν το θέμα της διαθεματικότητας.
- Υπενθυμίστε τους το ρόλο τους ως πρεσβευτές της συμμετοχικότητας στον αθλητισμό και ενθαρρυνέτε τους να διαδώσουν το μήνυμα στους συνομηλίκους και τους προπονητές τους.
- Ολοκληρώστε τη δραστηριότητα με μια θετική νότα, τονίζοντας ότι η κατανόηση των μοναδικών εμπειριών των άλλων μπορεί να δημιουργήσει μια ισχυρότερη και πιο ενωμένη αθλητική κοινότητα.



<b>Περαιτέρω πόροι</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Διατομεακότητα 101: τι είναι και γιατί είναι σημαντική;</a></li> <li>• <a href="#">Τι είναι η διαθεματικότητα στον αθλητισμό;</a></li> </ul>
----------------------------	---

## Δραστηριότητα 2

<b>Τίτλος δραστηριότη τας</b>	Soccer Bibs - Κατανόηση των διακρίσεων
<b>Διάρκεια της δραστηριότη τας σε λεπτά</b>	40 λεπτά
<b>Μαθησιακά αποτελέσμα τα</b>	-Εμπειρία πραγματικών σεναρίων διακρίσεων σε κατάσταση κατάρτισης
<b>Στόχος της δραστηριότη τας</b>	Η δραστηριότητα αυτή αποσκοπεί στην υποστήριξη των προπονητών ώστε να βοηθήσουν τους νεαρούς ποδοσφαιριστές να κατανοήσουν τις διακρίσεις και τις επιπτώσεις της προνομιακής μεταχείρισης που βασίζεται σε επιφανειακά χαρακτηριστικά, όπως το χρώμα της φανέλας τους.
<b>Απαιτούμενα υλικά για τη δραστηριότη τα</b>	-Σετ σαλιάρες διαφορετικού χρώματος (π.χ. κόκκινες, μπλε, πράσινες, κίτρινες) -Γήπεδο ποδοσφαίρου ή κατάλληλος χώρος παιχνιδιού



Οδηγίες  
βήμα προς  
βήμα

### Βήμα 1: Εισαγωγή και επεξήγηση

- Συγκεντρώστε όλους τους νεαρούς ποδοσφαιριστές σε έναν κύκλο ή σε μια καθορισμένη περιοχή.
- Ξεκινήστε εξηγώντας τον σκοπό της δραστηριότητας: να εξερευνήσετε τις διακρίσεις σε ένα ποδοσφαιρικό πλαίσιο και να προωθήσετε την ενσυναίσθηση και τη συμμετοχικότητα μεταξύ των παικτών.
- Παρουσιάστε την έννοια των διακρίσεων και πώς αυτές μπορούν να επηρεάσουν τις εμπειρίες των παικτών εντός και εκτός γηπέδου.
- Εξηγήστε τη δραστηριότητα: Οι παίκτες θα χωριστούν σε ομάδες με βάση το χρώμα της μπλούζας τους. Σε κάθε ομάδα θα δοθεί διαφορετική μεταχείριση κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας.

### Βήμα 2: Προετοιμασία των Bibs

- Τοποθετήστε τα σετ με τις σαλιάρες διαφορετικού χρώματος σε ορατό και εύκολα προσβάσιμο σημείο.
- Αναθέστε σε κάθε χρώμα να αντιπροσωπεύει μια συγκεκριμένη ομάδα ή ομάδα (π.χ. κόκκινο, μπλε, πράσινο, κίτρινο).
- Φροντίστε να υπάρχουν αρκετές σαλιάρες κάθε χρώματος για να σχηματίσετε πολλές ομάδες ή γκρουπ.

### Βήμα 3: Δημιουργία ομάδων και παιχνίδι

- Χωρίστε τους παίκτες σε ομάδες ή γκρουπ με βάση το χρώμα της μπλούζας τους.
- Δώστε εντολή στους προπονητές να παρέχουν προνομιακή μεταχείριση σε μια ομάδα (π.χ. την κόκκινη ομάδα) κατά τη διάρκεια του πρώτου ημιχρόνου του ποδοσφαιρικού αγώνα. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει την παροχή επιπλέον πλεονεκτημάτων ή τον μεγαλύτερο έπαινο.
- Στο ημίχρονο, συζητήστε με τους παίκτες πώς η προνομιακή μεταχείριση επηρέασε το παιχνίδι και πώς τους έκανε να αισθανθούν.

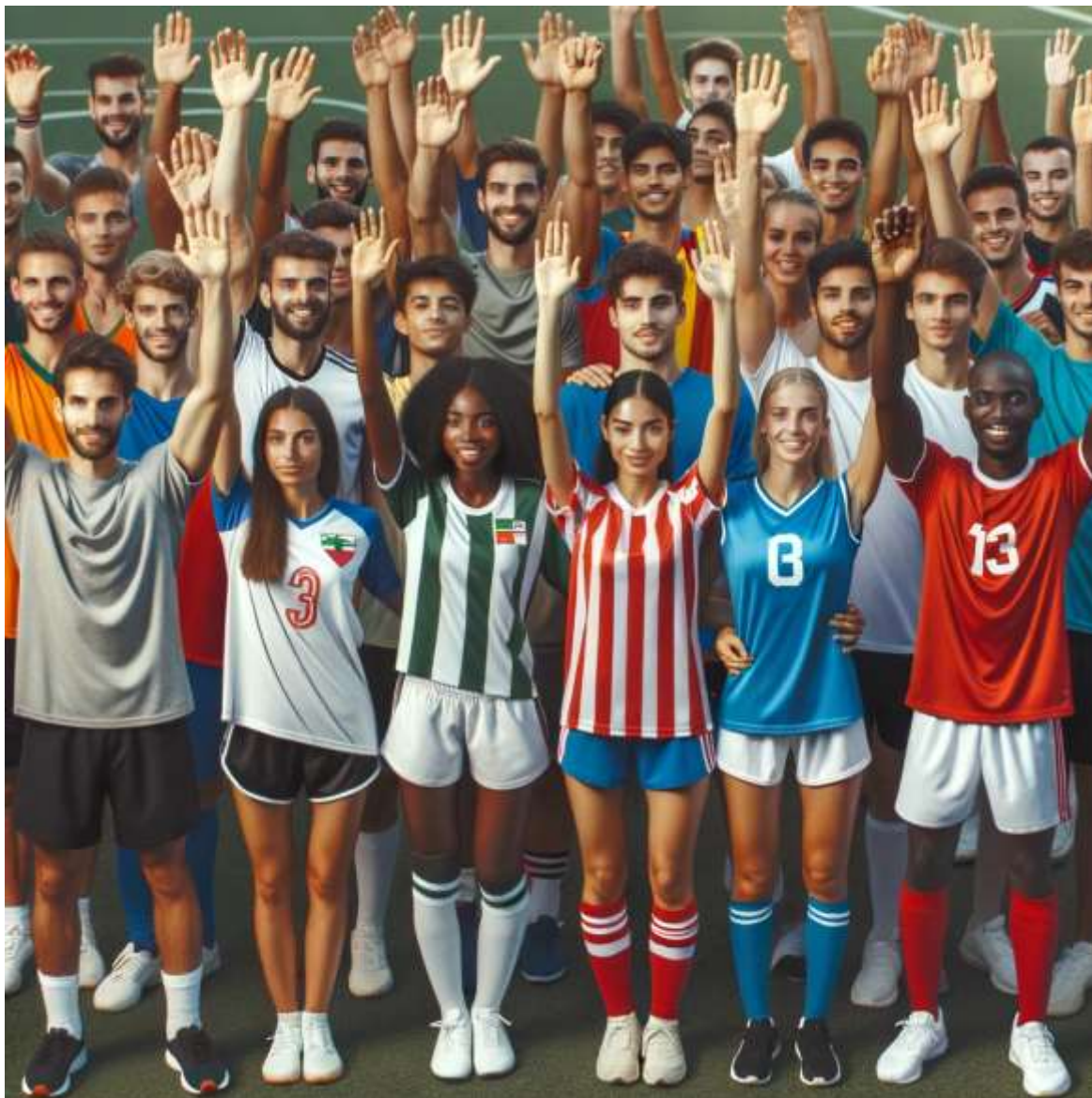
### Βήμα 4: Αλλαγή προοπτικών



	<ul style="list-style-type: none"><li>● Για το δεύτερο ημίχρονο του αγώνα, βάλτε τους προπονητές να αλλάξουν την προνομακή μεταχείριση σε μια άλλη ομάδα (π.χ. τη μπλε ομάδα).</li><li>● Μετά το τέλος του αγώνα, συγκεντρώστε ξανά τους παίκτες για να συζητήσουν τις εμπειρίες και τα συναισθήματά τους κατά τη διάρκεια του δεύτερου ημιχρόνου του παιχνιδιού.</li></ul> <p><b>Βήμα 5: Αναστοχασμός και ενημέρωση</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Διευκολύνετε μια συζήτηση σχετικά με τον αντίκτυπο της προνομακής μεταχείρισης στην απόδοση των παικτών, τα συναισθήματα και τη δυναμική της ομάδας.</li><li>● Συνδέστε τις εμπειρίες της δραστηριότητας ποδοσφαίρου με καταστάσεις της πραγματικής ζωής όπου μπορεί να εμφανιστούν διακρίσεις και προνομακή μεταχείριση.</li><li>● Τονίστε τη σημασία της ίσης και σεβαστής μεταχείρισης όλων των παικτών, ανεξάρτητα από το χρώμα της φανέλας τους ή οποιοδήποτε άλλο επιφανειακό χαρακτηριστικό.</li><li>● Συζητήστε στρατηγικές για την προώθηση της συμμετοχικότητας και της ενότητας εντός της ομάδας και της ευρύτερης ποδοσφαιρικής κοινότητας.</li></ul> <p><b>Βήμα 6: Τελικές παρατηρήσεις</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Ευχαριστήστε τους παίκτες για τη συμμετοχή τους και την προθυμία τους να μάθουν για τις διακρίσεις και τη συμμετοχικότητα στο ποδόσφαιρο.</li><li>● Ενθαρρύνετε τα παιδιά να μεταφέρουν τα διδάγματα από τη δραστηριότητα στα μελλοντικά τους παιχνίδια και στις αλληλεπιδράσεις τους με τους άλλους.</li><li>● Ολοκληρώστε τη δραστηριότητα θετικά, ενισχύοντας την αξία της ομαδικότητας, του σεβασμού και του ευ αγωνίζεσθαι στο ποδόσφαιρο και όχι μόνο.</li></ul>
<p><b>Περαιτέρω πόροι</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>● <a href="#">Διακρίσεις: Διακρίσεις: Τι είναι και πώς να τις αντιμετωπίσεις</a></li><li>● <a href="#">Πώς να παίξετε ποδόσφαιρο/ποδόσφαιρο   Κανόνες του Αθλητισμού</a></li><li>● <a href="#">Kick it Out</a></li></ul>



Co-funded by  
the European Union



Πηγή: DALLE 3



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

### ΜΟΝΑΔΑ 3: Διακρίσεις στον αθλητικό σας σύλλογο

Η παρακάτω αξιολόγηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους εκπαιδευτές ή τους χρήστες της εργαλειοθήκης ως εισαγωγική δραστηριότητα για την αξιολόγηση του επιπέδου για κάθε ενότητα και για να βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους να σκεφτούν σχετικά με την ενότητα.

#### Αξιολόγηση

**Ερώτηση 1. Γράψτε ένα παράδειγμα που να περιγράφει καθεμία από τις ακόλουθες μορφές διακρίσεων στον αθλητισμό.**

Ηλικία	
Αναπηρία	
Εθνική καταγωγή	
Φυλή/Χρώμα	
Θρησκεία	
Σεξουαλική παρενόχληση	
Ίση αμοιβή/αποζημίωση	

Σεξουαλικός προσανατολισμός και ταυτότητα φύλου	
---	--

**Ερώτηση 2. Επιλέξτε σωστό ή λάθος για τις ακόλουθες δηλώσεις, λαμβάνοντας υπόψη τις επιθυμητές πρακτικές για την ελαχιστοποίηση των διακρίσεων και την προώθηση ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς στον αθλητισμό.**

Να δείχνετε πάντα τον ίδιο σεβασμό σε όλους.

- (TRUE / FALSE)

Ποτέ μην ανέχεστε υποτιμητικές ή μειωτικές εκφράσεις μεταξύ των αθλητών.

- (TRUE / FALSE)

Ακούστε και δείξτε ενσυναίσθηση σε όλους τους αθλητές.

- (TRUE / FALSE)

Μια αθλητική ομοσπονδία απαιτεί από όλους τους αθλητές να φορούν έναν συγκεκριμένο τύπο αθλητικού ρουχισμού/στολής και αυτός ο ρουχισμός δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί από ορισμένους αθλητές επειδή απαγορεύεται από τη θρησκεία τους.

- (TRUE / FALSE)

Να σέβεστε τυχόν βοηθητικές συσκευές, όπως μπαστούνια ή αναπηρικές καρέκλες, και να ρωτάτε πάντα πριν μετακινήσετε τις βοηθητικές συσκευές.

- (TRUE / FALSE)

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γ' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



Να θυμάστε ότι ορισμένες αναπηρίες μπορεί να μην είναι εύκολα αντιληπτές και να κρύβονται, όπως η δυσλεξία και η Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής/Υπερκινητικότητας.

- (TRUE / FALSE)

Λάβετε υπόψη σας τις τροποποιήσεις του παιχνιδιού ή τον επιπλέον χρόνο που μπορεί να χρειάζονται οι αθλητές.

- (TRUE / FALSE)

Τα παιχνίδια, και τα αθλήματα γενικότερα, πρέπει να παίζονται για διασκέδαση.

- (TRUE / FALSE)

Σε ορισμένους αθλητικούς συλλόγους (π.χ. στο γκολφ ή στο τένις) πρέπει κανείς να υποβάλει αίτηση για να γίνει μέλος και να έχει ορισμένες συστάσεις (για την ιδιότητα και τη θέση του) προκειμένου να γίνει μέλος.

- (TRUE / FALSE)

Οι γυναίκες αθλήτριες πρέπει να αμείβονται λιγότερο από τους άνδρες συναθλητές τους και να λαμβάνουν λιγότερη (ή διαφορετική) κάλυψη από τα μέσα ενημέρωσης.

- (TRUE / FALSE)

Οι αθλητές με μαύρη επιδερμίδα πρέπει να υφίστανται λεκτική βία από το κοινό.

- (TRUE / FALSE)

Οι αθλητικές ομοσπονδίες (ή το κράτος) πρέπει να παρέχουν λιγότερη υποστήριξη (π.χ. οικονομική στήριξη για ταξίδια σε διεθνείς διοργανώσεις) σε αθλητές με αναπηρία σε σύγκριση με άλλους αθλητές του ίδιου αθλήματος.

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

- (TRUE / FALSE)

Οι αθλητές που συνεχίζουν να αγωνίζονται μετά την "κατάλληλη" ηλικία, πρέπει να δέχονται αρνητική προσοχή και σχόλια από τα μέσα ενημέρωσης.

- (TRUE / FALSE)

Οι αθλήτριες που ανταποκρίνονται στα πολιτισμικά ιδεώδη της ομορφιάς και της θηλυκότητας πρέπει να λαμβάνουν περισσότερη (και θετικότερη) κάλυψη από τα μέσα ενημέρωσης από ό,τι άλλες αθλήτριες.

- (TRUE / FALSE)

Ένα παιδί πρέπει να αποφεύγεται από τους συνομηλίκους του και να αποκλείεται από ομαδικές αθλητικές δραστηριότητες λόγω των φτωχών κινητικών του δεξιοτήτων.

- (TRUE / FALSE)

**Ερώτηση 3. Δώστε τέσσερα παραδείγματα προπονητικών πρακτικών για τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς για εσάς ως προπονητή και τους νεαρούς αθλητές σας.**

Παράδειγμα 1	Παράδειγμα 2

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

Παράδειγμα 3	Παράδειγμα 4
--------------	--------------

Ερώτηση 4. Συζητήστε την ακόλουθη δήλωση παρέχοντας μια εξήγηση των μετρήσεων αναφοράς που θα μπορούσατε να αναπτύξετε ως προπονητής.

*"Ως προπονητής, έχετε την ευθύνη να προλαμβάνετε και να αντιμετωπίζετε τις διακρίσεις στον αθλητικό σας σύλλογο".*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



**Ερώτηση 5. Διαβάστε το ακόλουθο σενάριο και γράψτε τις συμβουλές σας προς τον γονέα της Stacey, αφού βίωσε το ακόλουθο περιστατικό διάκρισης.**

**Σενάριο: Στείσι**

*"Η δεκαπεντάχρονη Stacey δοκιμάστηκε στην τοπική ομάδα ποδοσφαίρου κάτω των 16 ετών. Γρήγορη και ικανή παίκτρια, εντυπωσίασε τον προπονητή της ομάδας ότι είχε όλα τα προσόντα για να μπει στην ομάδα. Τα αγόρια της ομάδας φάνηκαν λιγότερο εντυπωσιασμένα και την αγνόησαν κατά τη διάρκεια της προπόνησης. Καθώς έφευγε με το αυτοκίνητο με τον πατέρα της, παρατήρησε ότι τα αγόρια είχαν στριμώξει τον προπονητή και έμοιαζαν να μιλούν ενθουσιασμένα. Ο προπονητής της είπε μια μέρα αργότερα ότι, δυστυχώς, δεν είχε πετύχει το στόχο της και δεν θα μπορούσε να ενταχθεί στην ομάδα. Αυτό συνέβη παρά το γεγονός ότι στην προηγούμενη ομάδα της ήταν η πρώτη σκόρερ".*

**Συμβουλές προς τον γονέα της Stacey:**

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΧΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΧΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

Ερώτηση 6. Εξηγήστε τις ευθύνες ενός προπονητή στο ακόλουθο σενάριο πραγματικής ζωής.



*"Ο θρύλος των Ολυμπιακών Αγώνων της Αυστραλίας Ντον Φρέιζερ κατηγορήθηκε για ρατσισμό, αφού είπε στον Αυστραλό αστέρα του τένις Νικ Κύργιο να "επιστρέψει εκεί απ' όπου κατάγονται οι γονείς του". Ο πατέρας του Κύργιου είναι Έλληνας και η μητέρα του Μαλαισιανή. Τα σχόλια έγιναν μετά την κατακραυγή που εξαπλώθηκε για την υποτιθέμενη απόρριψη ενός παιχνιδιού από τον Κύργιο κατά τη διάρκεια του Wimbledon του 2015. Ο Φρέιζερ ζήτησε αργότερα συγγνώμη για τα σχόλιά του".*

---

---

---

---

---

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

## Βήμα προς βήμα δραστηριότητες

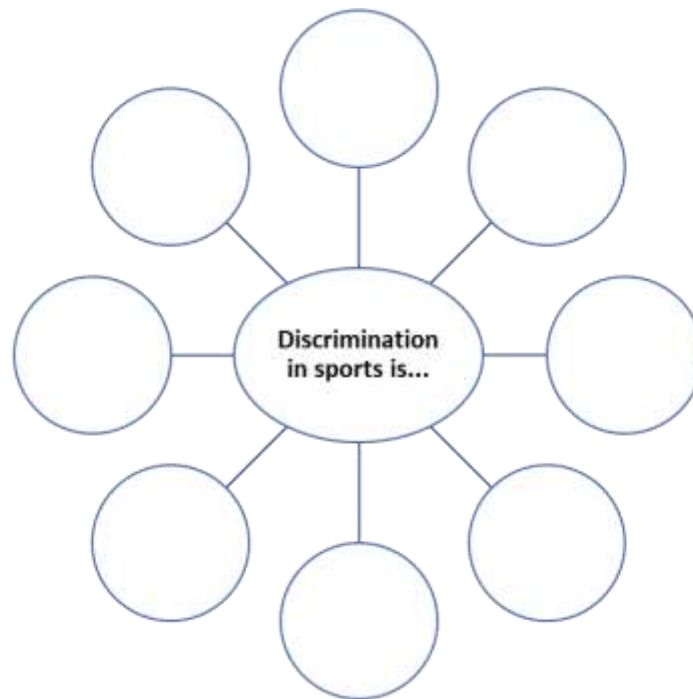
<b>Τίτλος δραστηριότητας</b>	Δραστηριότητα καταιγισμού ιδεών "Διακρίσεις στον αθλητισμό"
<b>Διάρκεια της δραστηριότητας σε λεπτά</b>	45 λεπτά
<b>Μαθησιακά αποτελέσματα</b>	Οι προπονητές θα κατανοούν και θα συμπάσχουν με τις εμπειρίες των νεαρών αθλητών τους, ενώ θα υπερασπίζονται τους αθλητές τους ακαδημαϊκά, συναισθηματικά και νοητικά σχετικά με το τι είναι διάκριση. Να αναστοχαστούν τις προηγούμενες εμπειρίες και τις γνώσεις που απέκτησαν οι νεαροί αθλητές για θέματα διακρίσεων.
<b>Στόχος της δραστηριότητας</b>	Ευαισθητοποίηση των νεαρών αθλητών σχετικά με τον ορισμό των διακρίσεων και τα είδη τους στον αθλητισμό μέσω της προβληματοποίησης προηγούμενων εμπειριών ή πραγματικών περιστατικών. Επίσης, να συζητήσει θέματα διακρίσεων με νεαρούς αθλητές από μια ενημερωμένη οπτική γωνία.
<b>Απαιτούμενα υλικά για τη δραστηριότητα</b>	Πίνακας, χαρτιά post-it, στυλό, βιντεοπροβολέας, γράφημα.

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

**Οδηγίες  
βήμα προς  
βήμα**

**Βήμα 1:** Ο προπονητής παρουσιάζει στην ομάδα το βίντεο "Οι διακρίσεις είναι ο σιωπηλός εχθρός του αθλητισμού - ήρθε η ώρα να μιλήσουμε" και τους ζητά να γράψουν σε χαρτί τις σκέψεις ή/και τα συναισθήματα που τους έρχονται στο μυαλό κατά την παρακολούθηση του βίντεο. Στη συνέχεια, τα μέλη της ομάδας συζητούν σε κύκλο τι σημείωσαν στη λίστα τους.

**Βήμα 2:** Στον πίνακα, τα μέλη της ομάδας συμπληρώνουν το ακόλουθο γράφημα με ιδέες για τις διακρίσεις στον αθλητισμό με βάση το βίντεο που παρακολούθησαν νωρίτερα. Τα μέλη της ομάδας προσπαθούν να ορίσουν τις διακρίσεις στον αθλητισμό χρησιμοποιώντας το ακόλουθο γράφημα:



**Βήμα 3:** Ακολουθεί συζήτηση με τον προπονητή για τον προβληματισμό των μελών της ομάδας σχετικά με τις αντιλήψεις τους για τις διακρίσεις στον αθλητισμό. Ο προπονητής δίνει έναν γενικό ορισμό των διακρίσεων στην ομάδα λέγοντας: "**Διακρίσεις**

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<p><b>είναι η άδικη ή προκατειλημμένη μεταχείριση ανθρώπων και ομάδων με βάση προστατευόμενα χαρακτηριστικά".</b> Ο προπονητής εξηγεί περαιτέρω ότι όταν οι άνθρωποι υφίστανται κακομεταχείριση και διακρίσεις λόγω του ποιοι είναι ή σε τι πιστεύουν, αυτό μπορεί να έχει επιβλαβείς και επιζήμιες επιπτώσεις στην ψυχική τους υγεία, στην αυτοεκτίμησή τους, ως προς την απόδοσή τους στο σχολείο, στην εργασία ή σε άλλες πτυχές της ζωής τους.</p> <p><b>Βήμα 4:</b> Ο προπονητής ζητά από τα μέλη της ομάδας να συζητήσουν σε ομάδες και να εντοπίσουν τα προστατευόμενα χαρακτηριστικά που συνήθως αποτελούν αντικείμενο διακρίσεων στον αθλητισμό. Στα μέλη της ομάδας δίνονται 5 λεπτά για να ανταλλάξουν σκέψεις και να σημειώσουν τις ιδέες τους. Αφού αναφέρουν τις απαντήσεις τους, ο προπονητής παραπέμπει στον νόμο περί ισότητας (2010), ο οποίος προστατεύει νομικά τους ανθρώπους από τις διακρίσεις με βάση εννέα προστατευόμενα χαρακτηριστικά. Είναι παράνομο να γίνονται διακρίσεις σε βάρος οποιουδήποτε με βάση:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ηλικία</li><li>• Αναπηρία</li><li>• Αγώνας</li><li>• Θρησκεία ή πεποιθήσεις</li><li>• Να είστε παντρεμένοι ή σε σύμφωνο συμβίωσης</li><li>• Έγκυος ή σε άδεια μητρότητας</li><li>• Βιολογικό φύλο</li><li>• Σεξουαλικός προσανατολισμός</li><li>• Επαναπροσδιορισμός φύλου</li></ul> <p><b>Βήμα 5:</b> Ζητείται από κάθε μέλος της ομάδας να καταγράψει σε ένα χαρτί post-it ένα παράδειγμα περιστατικού διάκρισης σε οποιοδήποτε από τα προαναφερθέντα προστατευόμενα χαρακτηριστικά. Το παράδειγμα μπορεί να συνδέεται με μια προσωπική προηγούμενη εμπειρία, ένα πραγματικό περιστατικό ή ένα σενάριο. Οι ιδέες τους παρουσιάζονται και συζητούνται στην ομάδα, δημιουργώντας έναν πίνακα με όλα τα χαρτιά post-it.</p>
--	--

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



<b>Περαιτέρω πόροι</b>	Βίντεο της ISCA "Οι διακρίσεις είναι ο σιωπηλός εχθρός του αθλητισμού - ήρθε η ώρα να μιλήσουμε" <a href="https://www.youtube.com/watch?v=LaGQ8Q9u_fY&amp;t=52s">https://www.youtube.com/watch?v=LaGQ8Q9u_fY&amp;t=52s</a>
------------------------	---

<b>Τίτλος δραστηριότητας</b>	Διαμόρφωση ενός ασφαλούς και χωρίς αποκλεισμούς περιβάλλοντος στον αθλητισμό
<b>Διάρκεια της δραστηριότητας σε λεπτά</b>	45 λεπτά
<b>Μαθησιακά αποτελέσματα</b>	Σκεφτείτε πώς οι πρακτικές coaching μπορούν να δημιουργήσουν ασφαλείς, υποστηρικτικές περιβάλλοντα για τους αθλητές μας ή να στείλουμε ακούσια επιβλαβείς μηνύματα γύρω από τη φυλή, τον ανδρισμό και την επιθετικότητα.
<b>Στόχος της δραστηριότητας</b>	Αυτή η δραστηριότητα έχει ως στόχο να βοηθήσει τους νεαρούς αθλητές και προπονητές να κατανοήσουν τον αντίκτυπο του ρατσισμού στις ομάδες τους, στην προπόνηση και στον αθλητισμό γενικότερα. Για την επίτευξη αυτού του στόχου, εξετάζεται η ευρύτερη εικόνα του ρατσισμού παγκοσμίως, συμπεριλαμβανομένων παραδειγμάτων ειδικά για τον αθλητισμό, επαναφέροντας τη συζήτηση στους νεαρούς αθλητές και στις πρακτικές προπονητών, εστιάζοντας σε πρακτικούς τρόπους ενσωμάτωσης αυτών των διδαγμάτων στο έργο των προπονητών. Απώτερος στόχος είναι η πρόληψη της βίας και η δημιουργία ασφαλέστερων κοινοτήτων.
<b>Απαιτούμενα υλικά για τη δραστηριότητα</b>	Κάρτες με παραδείγματα περιστατικών ρατσισμού στον αθλητισμό.

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

<p><b>Οδηγίες βήμα προς βήμα</b></p>	<p><b>Βήμα 1:</b> Προτού εμβαθύνουμε στους ορισμούς και συζητήσουμε τις ενέργειες που μπορούν να κάνουν οι προπονητές, αξίζει να αφιερώσουμε λίγο χρόνο για να σκεφτούμε την ιστορία του αθλητισμού, το σημερινό προπονητικό κλίμα και τον λόγο για τον οποίο ασχολούμαστε με τον ρατσισμό.</p> <p><b>Ερώτηση προθέρμανσης:</b> Ποια είναι παραδείγματα ή στιγμές από την πρόσφατη ιστορία (ας πούμε, τα τελευταία 60 χρόνια για τα σημερινά παραδείγματα) που αναδεικνύουν κάτι σχετικά με τη φυλή ή τον ρατσισμό στον αθλητισμό;</p> <p><b>Βήμα 2:</b> Συζητήστε σε ομάδες τα ακόλουθα επιλεγμένα ιστορικά παραδείγματα ρατσισμού στον αθλητισμό.</p> <p><b>Μπάσκετ</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Το NBA ενεπλάκη πρόσφατα σε μια διαμάχη γύρω από τον ρατσισμό στον αθλητισμό, όταν ο πρώην ιδιοκτήτης των Κλίπερς Ντόναλντ Στέρλινγκ πιάστηκε σε μαγνητοταινία να κάνει ρατσιστικά σχόλια για τους Αφροαμερικανούς στην ερωμένη του, Β. Στιβιάνο. Η ηχογράφηση που κυκλοφόρησε από το TMZ παρουσίαζε τον Στέρλινγκ να επιπλήττει τη Στιβιάνο επειδή έφερνε Αφροαμερικανούς στους αγώνες και έβγαζε φωτογραφίες μαζί τους. Ο Στέρλινγκ στη συνέχεια κατέθεσε αγωγή εναντίον της πρώην φίλης του Στιβιάνο και του TMZ, κάνοντας λόγο για σοβαρή παραβίαση της ιδιωτικής ζωής και σημαντική ζημία, όπως αναφέρει το Associated Press.</li><li>• Επιπλέον, κατά τη διάρκεια των Ολυμπιακών Αγώνων του Πεκίνου, μια διαφήμιση με την ισπανική ομάδα μπάσκετ απεικόνιζε τα μέλη της ομάδας με την ολυμπιακή τους ενδυμασία να κάνουν προσβλητικές χειρονομίες με σχισμένα μάτια. Η διαφήμιση αυτή, που παρουσίαζε τόσο την ανδρική όσο και τη γυναικεία ομάδα, καταλάμβανε μια ολόκληρη σελίδα στην Marca, την καθημερινή αθλητική εφημερίδα της Ισπανίας.</li></ul> <p><b>Ποδόσφαιρο</b></p>
--	---

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Τον Μάρτιο του 2015, οι οπαδοί της ποδοσφαιρικής ομάδας της Τσέλσι αντιμετώπισαν κατηγορίες για ρατσισμό, όταν ήρθε στην επιφάνεια ένα βίντεο που τους έδειχνε να τραγουδούν ρατσιστικά συνθήματα και να αρνούνται να αφήσουν έναν μαύρο άνδρα να μπει σε ένα τρένο πριν από τον αγώνα του Champions League με την Παρί Σεν Ζερμέν.</li><li>• Τον Ιανουάριο του 2013, ο Κέβιν Πρινς Μπόατενγκ, ένας παίκτης από τη Γκάνα που εκπροσωπούσε τη Μίλαν, αποχώρησε από τον αγωνιστικό χώρο μαζί με τους συμπαίκτες του λόγω υποτιθέμενων ρατσιστικών συνθημάτων και χειρονομιών "μαϊμού" από τους οπαδούς της αντίπαλης ομάδας.</li><li>• Ο Nicolas Anelka, Γάλλος ποδοσφαιριστής που αγωνίζεται στη West Bromwich Albion, έκανε μια χειρονομία που ονομάζεται quenelle, ενώ πανηγύριζε ένα γκολ το 2013, την οποία ορισμένοι θεώρησαν αντισημιτική. Ο Ανέλκα διευκρίνισε αργότερα ότι ήθελε να είναι αντιεξουσιαστική και όχι αντισημιτική. Σε ένα άλλο περιστατικό,</li><li>• Το αστέρι του ποδοσφαίρου Australian Rules Football Adam Goodes, ο οποίος είναι γηγενής Αυστραλός, απέχει από τους αγώνες λόγω των συνεχών αποδοκιμασιών κάθε φορά που είχε την μπάλα στην κατοχή του, προκαλώντας ανησυχίες ότι μπορεί να αποσυρθεί. Ωστόσο, επέστρεψε στις προπονήσεις στις 4 Αυγούστου, διασκεδάζοντας τους φόβους ορισμένων οπαδών για την αποχώρησή του.</li></ul> <p><b>Ράγκμπι/Ποδόσφαιρο</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ο πρώην αρχηγός της Εθνικής Ράγκμπι Λιγκ του Νότιου Σίδνεϊ, Bryan Fletcher, αντιμετώπισε κατηγορίες για ρατσιστικό παραλήρημα εναντίον του γηγενή Αυστραλού παίκτη της Parramatta, Dean Widders, κατά τη διάρκεια ενός αγώνα το 2005.</li><li>• Την ίδια χρονιά, ο Αυστραλός παίκτης της Ένωσης Ράγκμπι Τζάστιν Χάρισον κατηγορήθηκε ότι εξύβρισε λεκτικά έναν παίκτη της αντίπαλης ομάδας με ρατσιστικά σχόλια.</li></ul> <p><b>Χόκεϊ</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Τον Σεπτέμβριο του 2011, ένας οπαδός πέταξε μια μπανάνα στον Γουέιν Σίμοντς, έναν μαύρο ακραίο επιθετικό των Φιλαδέλφεια Φλάιερς, κατά τη διάρκεια μιας προσπάθειας</li></ul>
--	--

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<p>πέναλτι εναντίον των Ντιτρόιτ Ρεντ Γουίγγκς στο Λονδίνο του Οντάριο. Ο Simmonds εξέφρασε αργότερα ότι τέτοια περιστατικά ήταν δυστυχώς αναμενόμενα όταν ο ίδιος, ως μαύρος, έπαιζε σε ένα άθλημα στο οποίο κυριαρχούσαν κυρίως λευκοί παίκτες.</p> <p><b>Τένις</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ο Αυστραλός θρύλος των Ολυμπιακών Αγώνων Dawn Fraser αντιμετώπισε κατηγορίες για ρατσισμό αφού είπε στον Αυστραλό αστέρα του τένις Nick Kyrgios να "επιστρέψει εκεί από όπου κατάγονται οι γονείς του". Ο πατέρας του Κύργιου είναι Έλληνας και η μητέρα του Μαλαισιανή. Τα σχόλια της Fraser ήρθαν ως απάντηση στην κατακραυγή για το υποτιθέμενο δεξαμενισμό του Kyrgios σε ένα παιχνίδι κατά τη διάρκεια του Wimbledon του 2015. Ο Φρέιζερ ζήτησε αργότερα συγγνώμη.</li></ul> <p><b>Κρίκετ</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Τον Δεκέμβριο του 2013, το Διοικητικό Συμβούλιο του Κρίκετ Αυστραλίας αντιμετώπισε κατηγορίες για ρατσισμό όταν ο οργανισμός ανέβασε στο Twitter μια εικόνα τεσσάρων Σιχ ανδρών ντυμένων με στολές Teletubby με τη λεζάντα: "Θα σηκωθεί ο πραγματικός Monty Panesar παρακαλώ", παρόλο που κανένας από τους εικονιζόμενους άνδρες δεν ήταν ο Βρετανός παίκτης του κρίκετ Monty Panesar. Το tweet διαγράφηκε αργότερα και ζητήθηκε συγγνώμη.</li><li>• Επιπλέον, σύμφωνα με το ESPN, κατά τη διάρκεια ενός αγώνα της Wetherby League στο Γιορκσάιρ το 2003 μεταξύ της Great Preston και της St. Chad's, τέσσερις Ασιάτες παίκτες φέρονται να υπέστησαν διάφορα ρατσιστικά σχόλια, μεταξύ των οποίων και την αναφορά τους ως "μέλη της Αλ Κάιντα".</li></ul> <p><b>Βήμα 3:</b> Με βάση τα παραδείγματα που δόθηκαν, απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις απολογισμού:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Τι καταδεικνύουν αυτά τα παραδείγματα σχετικά με το τι είναι ο ρατσισμός;</li><li>2. Τι καταδεικνύουν αυτά τα παραδείγματα σχετικά με το γιατί πρέπει να συζητάμε για το ρατσισμό;</li></ol> <p>Κατά τη διάρκεια της συζήτησης, πρέπει να επισημανθούν τα ακόλουθα σημεία απολογισμού.</p>
--	---

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

- Η διαπλοκή της φυλής και του αθλητισμού είναι μια μακροχρόνια σχέση, εμφανής όχι μόνο στους αθλητές που χρησιμοποιούν τον αθλητισμό ως πλατφόρμα για να αντιμετωπίσουν τον ρατσισμό, αλλά και στη διάχυτη παρουσία του ρατσισμού σε ολόκληρο το πεδίο του αθλητισμού, που περιλαμβάνει τον σχολιασμό, την ιδιοκτησία επαγγελματικών ομάδων και τη διαιώνιση των στερεοτύπων.
- Αν δεν συμμετέχουμε σε συζητήσεις για τη φυλή και το ρατσισμό ως μέντορες και προπονητές, σημαίνει ότι παραβλέπουμε μια κρίσιμη διάσταση των εμπειριών των αθλητών μας και τη σύνδεσή τους με τα σύγχρονα γεγονότα.
- Ο ρατσισμός έχει εκτεταμένες επιπτώσεις στους αθλητές μας, επηρεάζοντας την ψυχική τους υγεία, την ακαδημαϊκή τους πρόοδο, τις ευκαιρίες και την ασφάλειά τους. Ως μέντορες και ενήλικες που καθοδηγούν νεαρά άτομα, φέρουμε την ευθύνη να κατανοήσουμε τις επιπτώσεις του ρατσισμού και να αναλάβουμε δράση για να βοηθήσουμε τους αθλητές μας. Αυτό συνεπάγεται την επανεκτίμηση του ρόλου των προπονητών, ιδίως εκείνων που είναι λευκοί.

**Βήμα 4:** Επεκτείνοντας τη συζήτηση σχετικά με τη φυλετική δικαιοσύνη, ας εμβαθύνουμε στις δράσεις που μπορούν να αναλάβουν οι προπονητές με τις ομάδες τους. Καθώς εμβαθύνουμε σε συγκεκριμένες στρατηγικές, πρέπει να θυμόμαστε ότι ο στόχος είναι να δημιουργήσουμε πιο περιποιοτικές, με επίγνωση του τραύματος συνθήκες για τους αθλητές μας, επιτρέποντάς τους να ανθίσουν, να εκφραστούν ανοιχτά και να προωθήσουν μια κουλτούρα αμοιβαίας ανάπτυξης και κοινής ευθύνης. Πολλοί αθλητές και ενήλικες μπορεί να μην αντιλαμβάνονται πλήρως τη σημασία του ρατσισμού και είναι καθήκον όλων μας να διαδραματίσουμε έναν ρόλο στην αλλαγή αυτής της αντίληψης.

#### **Πρακτικές Coaching για την αντιμετώπιση του ρατσισμού - Brainstorm**

1. Πώς μπορούν οι προπονητές να προωθήσουν υγιή, ενημερωμένα για το τραύμα περιβάλλοντα για τους αθλητές που αντιμετωπίζουν, διακόπτουν και εκπαιδεύουν σχετικά με τον ρατσισμό;

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<p>2. Ποιοι είναι οι τρόποι με τους οποίους οι προπονητές μπορούν να προωθήσουν επιβλαβή περιβάλλοντα για τους αθλητές που διαιωνίζουν τον ρατσισμό;</p> <p>Οι απαντήσεις σε αυτά τα ερωτήματα πρέπει να συνοψίζονται σε έναν πίνακα όπως το παράδειγμα που παρατίθεται παρακάτω:</p>								
	<table border="1"><thead><tr><th>Υγιείς πρακτικές προπόνησης για την αντιμετώπιση του ρατσισμού</th><th>Επιβλαβείς πρακτικές προπόνησης που ενισχύουν τον ρατσισμό</th></tr></thead><tbody><tr><td><p>1. <b>Αναλάβετε την ευθύνη για τις επιβλαβείς, ρατσιστικές εκφράσεις και συμπεριφορές στην ομάδα σας.</b> Είτε πρόκειται για έναν προπονητή, αθλητή ή άλλον που λέει κάτι λάθος, η δήλωση ότι αυτή η συμπεριφορά είναι απαράδεκτη στέλνει ένα βασικό μήνυμα στην ομάδα σας</p></td><td><p>1. <b>Παραβλέπουν ή υποβαθμίζουν τη ρατσιστική γλώσσα ή συμπεριφορά.</b> Είτε από αθλητές, διαιτητές ή γονείς, η αγνόηση του ρατσισμού στέλνει το μήνυμα ότι ο ρατσισμός -και ο αντίκτυπός του στην ομάδα σας- είναι αποδεκτός.</p></td></tr><tr><td><p>2. <b>Προσφορά φροντίδας, υποστήριξης και αναγνώρισης στους αθλητές σας σε θέματα που σχετίζονται με το ρατσισμό.</b> Η ενημέρωση για τις τοπικές/εθνικές ειδήσεις και ο τακτικός έλεγχος των αθλητών μας που βιώνουν τραύματα μπορεί να βοηθήσει πολύ.</p></td><td><p>2. <b>Φωνάζουν με συνέπεια, φωνάζουν ή υποτιμούν τους αθλητές.</b> Αυτό μπορεί να επανατραυματίσει και δεν υποστηρίζει μια θετική αυτοεικόνα. Σημείωση: αυτό δεν σημαίνει ότι δεν υψώνετε ποτέ τη φωνή σας ή ότι δεν θέτετε τους παίκτες προ των ευθυνών τους.</p></td></tr><tr><td><p>3. <b>Να ακούτε τους αθλητές σας για θέματα ρατσισμού.</b> Οι νέοι είναι ηγέτες σε κοινωνικά ζητήματα. Το να είστε ανοιχτοί στο να μαθαίνετε με τους αθλητές σας για το ρατσισμό μπορεί να υποστηρίξει την ανάπτυξή μας ως έμπιστοι</p></td><td><p>3. <b>Να είστε αμυντικοί και μη δεκτικοί απέναντι στον ρατσισμό.</b> Αν ένας παίκτης ή προπονητής λέει ότι κάτι είναι ρατσιστικό, πιστέψτε τον και αναλάβετε δράση. Η αμυντικότητα δημιουργεί δυσπιστία.</p></td></tr></tbody></table>	Υγιείς πρακτικές προπόνησης για την αντιμετώπιση του ρατσισμού	Επιβλαβείς πρακτικές προπόνησης που ενισχύουν τον ρατσισμό	<p>1. <b>Αναλάβετε την ευθύνη για τις επιβλαβείς, ρατσιστικές εκφράσεις και συμπεριφορές στην ομάδα σας.</b> Είτε πρόκειται για έναν προπονητή, αθλητή ή άλλον που λέει κάτι λάθος, η δήλωση ότι αυτή η συμπεριφορά είναι απαράδεκτη στέλνει ένα βασικό μήνυμα στην ομάδα σας</p>	<p>1. <b>Παραβλέπουν ή υποβαθμίζουν τη ρατσιστική γλώσσα ή συμπεριφορά.</b> Είτε από αθλητές, διαιτητές ή γονείς, η αγνόηση του ρατσισμού στέλνει το μήνυμα ότι ο ρατσισμός -και ο αντίκτυπός του στην ομάδα σας- είναι αποδεκτός.</p>	<p>2. <b>Προσφορά φροντίδας, υποστήριξης και αναγνώρισης στους αθλητές σας σε θέματα που σχετίζονται με το ρατσισμό.</b> Η ενημέρωση για τις τοπικές/εθνικές ειδήσεις και ο τακτικός έλεγχος των αθλητών μας που βιώνουν τραύματα μπορεί να βοηθήσει πολύ.</p>	<p>2. <b>Φωνάζουν με συνέπεια, φωνάζουν ή υποτιμούν τους αθλητές.</b> Αυτό μπορεί να επανατραυματίσει και δεν υποστηρίζει μια θετική αυτοεικόνα. Σημείωση: αυτό δεν σημαίνει ότι δεν υψώνετε ποτέ τη φωνή σας ή ότι δεν θέτετε τους παίκτες προ των ευθυνών τους.</p>	<p>3. <b>Να ακούτε τους αθλητές σας για θέματα ρατσισμού.</b> Οι νέοι είναι ηγέτες σε κοινωνικά ζητήματα. Το να είστε ανοιχτοί στο να μαθαίνετε με τους αθλητές σας για το ρατσισμό μπορεί να υποστηρίξει την ανάπτυξή μας ως έμπιστοι</p>	<p>3. <b>Να είστε αμυντικοί και μη δεκτικοί απέναντι στον ρατσισμό.</b> Αν ένας παίκτης ή προπονητής λέει ότι κάτι είναι ρατσιστικό, πιστέψτε τον και αναλάβετε δράση. Η αμυντικότητα δημιουργεί δυσπιστία.</p>
Υγιείς πρακτικές προπόνησης για την αντιμετώπιση του ρατσισμού	Επιβλαβείς πρακτικές προπόνησης που ενισχύουν τον ρατσισμό								
<p>1. <b>Αναλάβετε την ευθύνη για τις επιβλαβείς, ρατσιστικές εκφράσεις και συμπεριφορές στην ομάδα σας.</b> Είτε πρόκειται για έναν προπονητή, αθλητή ή άλλον που λέει κάτι λάθος, η δήλωση ότι αυτή η συμπεριφορά είναι απαράδεκτη στέλνει ένα βασικό μήνυμα στην ομάδα σας</p>	<p>1. <b>Παραβλέπουν ή υποβαθμίζουν τη ρατσιστική γλώσσα ή συμπεριφορά.</b> Είτε από αθλητές, διαιτητές ή γονείς, η αγνόηση του ρατσισμού στέλνει το μήνυμα ότι ο ρατσισμός -και ο αντίκτυπός του στην ομάδα σας- είναι αποδεκτός.</p>								
<p>2. <b>Προσφορά φροντίδας, υποστήριξης και αναγνώρισης στους αθλητές σας σε θέματα που σχετίζονται με το ρατσισμό.</b> Η ενημέρωση για τις τοπικές/εθνικές ειδήσεις και ο τακτικός έλεγχος των αθλητών μας που βιώνουν τραύματα μπορεί να βοηθήσει πολύ.</p>	<p>2. <b>Φωνάζουν με συνέπεια, φωνάζουν ή υποτιμούν τους αθλητές.</b> Αυτό μπορεί να επανατραυματίσει και δεν υποστηρίζει μια θετική αυτοεικόνα. Σημείωση: αυτό δεν σημαίνει ότι δεν υψώνετε ποτέ τη φωνή σας ή ότι δεν θέτετε τους παίκτες προ των ευθυνών τους.</p>								
<p>3. <b>Να ακούτε τους αθλητές σας για θέματα ρατσισμού.</b> Οι νέοι είναι ηγέτες σε κοινωνικά ζητήματα. Το να είστε ανοιχτοί στο να μαθαίνετε με τους αθλητές σας για το ρατσισμό μπορεί να υποστηρίξει την ανάπτυξή μας ως έμπιστοι</p>	<p>3. <b>Να είστε αμυντικοί και μη δεκτικοί απέναντι στον ρατσισμό.</b> Αν ένας παίκτης ή προπονητής λέει ότι κάτι είναι ρατσιστικό, πιστέψτε τον και αναλάβετε δράση. Η αμυντικότητα δημιουργεί δυσπιστία.</p>								

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	ενήλικες.	
	<b>4. Αποφυγή της ντροπής, προτεραιότητα στη μάθηση και τη λογοδοσία.</b> Όλοι μας εσωτερικεύουμε ρατσιστικές ιδέες από τα συστήματα και την κουλτούρα μας. Μπορούμε να αναλάβουμε ουσιαστική δράση ως άτομα, χωρίς να κατηγορούμε τα άτομα.	<b>4. Λήψη δηλώσεων ή αποφάσεων που βασίζονται σε φυλετικές παραδοχές για την επιθετικότητα ή την ευφυΐα.</b> Η ανάθεση θέσεων ή τιμωριών μέσω ασυνείδητης προκατάληψης επιτείνει τα ρατσιστικά μηνύματα και επηρεάζει τους αθλητές.
	<b>5. Υποστήριξη της υπεράσπισης των αθλητών σας.</b> Μιλήστε στους αθλητές σας για τα κοινωνικά κινήματα και παρέχετε ευκαιρίες να μιλήσουν. Θέλουν να πουν κάτι/να στείλουν ένα μήνυμα;	<b>5. Κατηγορώντας τα θύματα του ρατσισμού για ρατσιστική κακοποίηση.</b> Παρόμοια με την απόδοση ευθυνών για τον βιασμό στο τι φορούν οι γυναίκες, η ρατσιστική βία ή κακοποίηση στο τι φορούν οι έγχρωμοι άνθρωποι, επιρρίπτει την ευθύνη στα θύματα και όχι σε όσους έχουν τη δύναμη να δημιουργήσουν πραγματική αλλαγή.
	<b>6. Υποστήριξη σε τοπικό επίπεδο θετικών δράσεων και πολιτικών για την αντιμετώπιση του ρατσισμού,</b> όπως αυτές που πιέζουν για δίκαιη χρηματοδότηση των σχολείων και Υποστήριξη αντιρατσιστικών πολιτικών και χρηματοδότησης στα σχολεία και στις ενώσεις προπονητών.	<b>6. Υποθέτοντας έλλειμμα μεταξύ των αθλητών &amp; και αναφερόμενοι στον αθλητισμό ως "έξω".</b> Ακόμα και αν ο αθλητισμός είναι μια οδός για ανέλιξη, η ολιστική υποστήριξη της πνευματικής και συναισθηματικής ανάπτυξης των αθλητών είναι απαραίτητη για την αντιμετώπιση των συστημικών εμποδίων του ρατσισμού και την αποτροπή μιας δυναμικής "λευκού σωτηριασμού".

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΧΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΧΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

<b>Περαιτέρω πόροι</b>	<p>Ιστοσελίδες:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. NPR, "Ο θρυλικός πυγμάχος Τζακ Τζόνσον παίρνει χάρη, 105 χρόνια μετά την αβάσιμη καταδίκη του" <a href="https://www.npr.org/sections/thetwo-way/2018/05/24/614114966/legendary-boxer-jack-johnson-gets-pardon-105-years-after-baseless-conviction">https://www.npr.org/sections/thetwo-way/2018/05/24/614114966/legendary-boxer-jack-johnson-gets-pardon-105-years-after-baseless-conviction</a></li><li>2. VOX, "Η ιστορία πίσω από αυτή την εμβληματική διαμαρτυρία για τους Ολυμπιακούς Αγώνες" <a href="https://www.youtube.com/watch?v=1ACXn-BDog8">https://www.youtube.com/watch?v=1ACXn-BDog8</a></li><li>3. The Quint world, "Serena Williams' Glory And Wounds of Racism" <a href="https://www.thequint.com/sports/tennis/serena-williams-activist-voice-against-racism">https://www.thequint.com/sports/tennis/serena-williams-activist-voice-against-racism</a></li><li>4. The Washington Post, "A timeline of Colin Kaepernick's protests against police brutality, four years after they began" <a href="https://www.washingtonpost.com/sports/2020/06/01/colin-kaepernick-kneeling-history/">https://www.washingtonpost.com/sports/2020/06/01/colin-kaepernick-kneeling-history/</a></li><li>5. NBC news, "How LeBron James has become a leading voice for social justice in a racially divided nation" <a href="https://www.nbcnews.com/news/nbcblk/how-lebron-james-has-become-leading-voice-social-justice-rationally-n1231391">https://www.nbcnews.com/news/nbcblk/how-lebron-james-has-become-leading-voice-social-justice-rationally-n1231391</a></li><li>6. GGTN America, " Παραδείγματα ρατσισμού στον αθλητισμό" <a href="https://america.cgtn.com/2015/08/11/examples-of-racism-in-sports">https://america.cgtn.com/2015/08/11/examples-of-racism-in-sports</a></li><li>7. Προπονητικές πρακτικές για την αντιμετώπιση του ρατσισμού στον αθλητισμό, <a href="https://www.coachescorner.org/wp-">https://www.coachescorner.org/wp-</a></li></ol>

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



	<a href="content/uploads/2022/03/3.-Advanced-Clinic-Coaching-Practices-to-Address-Racism-in-Sports.pdf">content/uploads/2022/03/3.-Advanced-Clinic-Coaching-Practices-to-Address-Racism-in-Sports.pdf</a>
--	---

<b>Τίτλος δραστηριότητας</b>	Κανόνες και κατευθυντήριες γραμμές για την προώθηση ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς στον αθλητισμό
<b>Διάρκεια της δραστηριότητας σε λεπτά</b>	25 λεπτά
<b>Μαθησιακά αποτελέσματα</b>	Οι προπονητές και οι διοικητικοί υπάλληλοι πρωτοστατούν στη δημιουργία αυτού του περιβάλλοντος για την υποστήριξη αθλητών όλων των ικανοτήτων, φυλών, καταβολών και ταυτοτήτων. Μέσω αυτής της δραστηριότητας, οι προπονητές κατανοούν πώς να βοηθήσουν τους νεαρούς αθλητές τους να μάθουν και να αναπτυχθούν μέσα από ανοιχτές, κατάλληλες για την ηλικία συζητήσεις για θέματα δικαιοσύνης και καταπίεσης, όπως ο ρατσισμός, η ομοφοβία και ο ικανισμός. Επίσης, να έχουν επίγνωση των φυσικών ανισοροπιών ισχύος μεταξύ προπονητών και αθλητών και να μην τις χειραγωγούν ή τις εκμεταλλεύονται. Επιπλέον, οι προπονητές θα διδάσκουν στους αθλητές να είναι ευαίσθητοι στο στρες ή το τραύμα και να μην αφήνουν επιβλαβείς συμπεριφορές να παραμένουν, ενώ θα είναι σε εγρήγορση για τυχόν κανόνες της ομάδας που μπορεί να θέσουν (όπως για την προσωπική περιποίηση, τη συμπεριφορά ή το πρόγραμμα) και οι οποίοι μπορεί να αντανakλούν πολιτισμικές προκαταλήψεις.
<b>Στόχος της δραστηριότητας</b>	Προσδιορισμός και καθορισμός αποτελεσματικών κανόνων και κατευθυντήριων γραμμών για την προώθηση της υπευθυνότητας και της αυτονομίας των αθλητών, ανοιχτή και με σεβασμό επικοινωνία, επικοινωνία με απλή και ξεκάθαρη γλώσσα και διασφάλιση ότι οι πολιτικές, τα προγράμματα, οι κανόνες και άλλες σημαντικές πληροφορίες είναι εύκολα προσβάσιμες και απορροφήσιμες, πρότυπο σεβασμού, ισότητας και ακεραιότητας.

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανakλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

<b>Απαιτούμενα υλικά για τη δραστηριότητα</b>	Στυλό, κενό βιβλίο/ εγχειρίδιο.		
<b>Οδηγίες βήμα προς βήμα</b>	<p><b>Βήμα 1:</b> Σε δύο ομάδες, συζητήστε τα ακόλουθα επιχειρήματα και καταγράψτε τις ιδέες σας προσπαθώντας να εντοπίσετε γιατί τα επιχειρήματα αυτά είναι σωστά.</p> <table border="1" data-bbox="400 689 1386 976"><tr><td data-bbox="400 689 895 976">Οι διακρίσεις κάνουν τον αθλητισμό να μοιάζει με αναρρίχηση σε βουνό. Μπορείς να δεις την κορυφή αλλά παραιτείσαι γιατί είναι πολύ δύσκολο.</td><td data-bbox="895 689 1386 976">Οι διακρίσεις είναι ο σιωπηλός εχθρός των αθλητικών συλλόγων παγκοσμίως.</td></tr></table> <p><b>Βήμα 2:</b> Δημιουργήστε έναν κατάλογο σημαντικών λόγων που δικαιολογούν τα προαναφερθέντα επιχειρήματα.</p> <p><i>Παράδειγμα λίστας:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Καταστρέφει την αυτοπεποίθηση, τα κίνητρα και την ευχαρίστηση, με αποτέλεσμα τα θύματα να εγκαταλείπουν το άθλημά τους.</i></li><li>• <i>Αποθαρρύνει άλλους συμμετέχοντες που γίνονται μάρτυρες διακρίσεων και παρενοχλήσεων</i></li><li>• <i>Κοστίζει στους αθλητικούς συλλόγους από την άποψη των χαμένων μελών, βοηθώντας έναν άλλο εχθρό του αθλητισμού βάσης να αναπτυχθεί: την έλλειψη χρημάτων.</i></li></ul> <p><b>Βήμα 3:</b> Σε μικρές ομάδες, δημιουργήστε ένα σύνολο βασικών κανόνων και κατευθυντήριων γραμμών που θα βοηθούσαν έναν προπονητή να δημιουργήσει ένα φιλόξενο περιβάλλον όπου τόσο οι</p>	Οι διακρίσεις κάνουν τον αθλητισμό να μοιάζει με αναρρίχηση σε βουνό. Μπορείς να δεις την κορυφή αλλά παραιτείσαι γιατί είναι πολύ δύσκολο.	Οι διακρίσεις είναι ο σιωπηλός εχθρός των αθλητικών συλλόγων παγκοσμίως.
Οι διακρίσεις κάνουν τον αθλητισμό να μοιάζει με αναρρίχηση σε βουνό. Μπορείς να δεις την κορυφή αλλά παραιτείσαι γιατί είναι πολύ δύσκολο.	Οι διακρίσεις είναι ο σιωπηλός εχθρός των αθλητικών συλλόγων παγκοσμίως.		

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΧΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΧΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<p>προπονητές όσο και οι νεαροί αθλητές ενθαρρύνονται να αναλαμβάνουν ρίσκα και να λαμβάνουν υπόψη τις εμπειρίες των άλλων. Σημειώστε αυτούς τους κανόνες και τις κατευθυντήριες γραμμές σε ένα προσωπικό εγχειρίδιο. Παραδείγματα τέτοιων κατευθυντήριων γραμμών θα μπορούσαν να είναι τα ακόλουθα:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Χωρίς ντροπές ή κατηγορίες. Δεν είμαστε εδώ για να δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον όπου "ή το ξέρεις ή δεν το ξέρεις". Είμαστε εδώ για να μάθουμε πώς να γίνουμε οι καλύτεροι προπονητές που μπορούμε να γίνουμε.</li><li>2. Ανάλυση προσωπικής ευθύνης για τη μάθηση και το σεβασμό. Επειδή δεν κατηγορούμε ο ένας τον άλλον, είναι σημαντικό να αναλαμβάνουμε την ευθύνη για τον αντίκτυπό μας στους άλλους και όταν έχουμε κάνει λάθος.</li><li>3. Μιλήστε από προσωπική εμπειρία και αποφύγετε τη γενίκευση. Χρησιμοποιήστε δηλώσεις "εγώ" για να αποφύγετε να υποθέσετε τι σκέφτονται και αισθάνονται οι άλλοι.</li><li>4. Αναγνώριση του πόσο προσωπικό είναι αυτό το θέμα. Θα σεβαστούμε και θα ακούσουμε ανοιχτά τους άλλους, δεν θα αμυνθούμε και θα μιλήσουμε όσο το δυνατόν πιο ανοιχτά για τις δικές μας εμπειρίες.</li><li>5. Τέλος, θα ξεκινήσουμε από την αναγνώριση της ύπαρξης του ρατσισμού και των διακρίσεων. Μπορεί να προερχόμαστε από διαφορετικές εμπειρίες και από διαφορετικό χρόνο που έχουμε αφιερώσει για να συζητήσουμε αυτό το θέμα, αλλά αυτό είναι ένας χώρος όπου θα εργαστούμε εποικοδομητικά για το πώς εμείς, ως προπονητές, μπορούμε να αντιμετωπίσουμε τον ρατσισμό.</li><li>6. Διατηρήστε τον έλεγχο (π.χ. μην χάνετε την ψυχραιμία σας, μην παρενοχλείτε ή εκφοβίζετε τους άλλους).</li><li>7. Ισορροπία μεταξύ ανταγωνισμού και συμμετοχής, ιδίως στον αθλητισμό των νέων.</li><li>8. Ακολουθήστε δίκαιες και συνεπείς διαδικασίες επιλογής ομάδων.</li><li>9. Εξετάστε ευέλικτες πρακτικές προπόνησης (π.χ. για να συμπεριλάβετε άτομα με αναπηρία).</li><li>10. Βεβαιωθείτε ότι χρησιμοποιείτε τις κατάλληλες τεχνικές προπόνησης (π.χ. μην χρησιμοποιείτε τιμωρία ή υπερβολική εκπαίδευση για να βελτιώσετε την απόδοση).</li><li>11. Διατηρήστε τα κατάλληλα όρια (π.χ., αποφεύγοντας τις στενές σχέσεις με αθλητές και ποτέ με παιδιά).</li></ol>
--	--

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<p>12. Αποφύγετε να μείνετε μόνοι με ένα παιδί ή ένα νεαρό άτομο (π.χ. στις αίθουσες αλλαγών).</p> <p>13. Διατηρήστε την κατάλληλη σωματική επαφή (π.χ. κατά την επίδειξη μιας δεξιότητας).</p> <p>14. Αποφύγετε τη μεταφορά παικτών, ιδίως παιδιών και όχι χωρίς τη συγκατάθεση των γονέων.</p> <p>15. Βεβαιωθείτε ότι οποιαδήποτε ηλεκτρονική επικοινωνία με τους παίκτες αφορά θέματα της ομάδας.</p> <p>16. Μην παρέχετε στους παίκτες αλκοόλ ή ναρκωτικά.</p> <p>17. Ζητάτε άδεια όταν τραβάτε φωτογραφίες παικτών, ιδίως παιδιών.</p> <p>18. Αναλάβετε δράση για τυχόν ακατάλληλες συμπεριφορές (π.χ. παρενόχληση ή υποψίες για βλάβη σε βάρος ενός παιδιού).</p>
<b>Περαιτέρω πόροι</b>	<p>US CENTER FOR SAFESPORT, "TIPS TO HELP SPORT LEADERS BUILD INCLUSIVE ENVIRONMENTS" <a href="https://uscenterforsafesport.org/build-inclusive-environments/">https://uscenterforsafesport.org/build-inclusive-environments/</a></p>

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΧΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΧΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

## ΜΟΝΑΔΑ 4: Δημιουργία μιας εκπαιδευτικής συνεδρίας εργαστηρίου

Η παρακάτω αξιολόγηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους εκπαιδευτές ή τους χρήστες της εργαλειοθήκης ως εισαγωγική δραστηριότητα για την αξιολόγηση του επιπέδου για κάθε ενότητα και για να βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους να σκεφτούν σχετικά με την ενότητα.

### Αξιολόγηση

1. Σε έναν αθλητικό σύλλογο χωρίς αποκλεισμούς, τι σημαίνει "**ίσες ευκαιρίες**";

---

  - a. Παροχή των ίδιων πόρων και εγκαταστάσεων σε όλους τους συμμετέχοντες.
  - b. Περιορισμός της συμμετοχής σε άτομα με παρόμοιες ικανότητες.
  - c. Προσφορά εξειδικευμένων προγραμμάτων μόνο για άτομα με αναπηρία.
  - d. Προσαρμογή των αθλητικών δραστηριοτήτων ώστε να ανταποκρίνονται στις ατομικές ανάγκες και ικανότητες.**
2. Ποιες πιθανές προκλήσεις μπορεί να προκύψουν κατά τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς σε έναν αθλητικό σύλλογο;

---

  - a. Περιορισμένοι πόροι και οικονομικοί περιορισμοί.**
  - b. Ανεπαρκείς εγκαταστάσεις προπόνησης και κατάρτισης.
  - c. Έλλειψη ενδιαφέροντος από τους συμμετέχοντες.
  - d. Αποκλεισμός ατόμων χωρίς αναπηρία
3. Ποιος είναι ο σκοπός της διεξαγωγής μιας αξιολόγησης εργαστηρίου;

---

  - a. Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του εργαστηρίου**
  - b. Για τον καθορισμό του αριθμού των συμμετεχόντων
  - c. Για να δημιουργήσετε υλικό εργαστηρίου
  - d. Για να επιλέξετε μια ημερομηνία εργαστηρίου

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

4. Πώς μπορείτε να διασφαλίσετε ότι το περιεχόμενο του εργαστηρίου είναι σχετικό και εφαρμόσιμο στα συγκεκριμένα αθλητικά πλαίσια των συμμετεχόντων;

---

a. **Διεξαγωγή έρευνας πριν από το εργαστήριο για τη συλλογή πληροφοριών σχετικά με το αθλητικό πλαίσιο των συμμετεχόντων**

b. Αγνόηση των ειδικών αθλητικών πλαισίων των συμμετεχόντων και εστίαση σε γενικές αρχές

c. Παροχή του ίδιου περιεχομένου σε όλους τους συμμετέχοντες, ανεξάρτητα από τα αθλητικά τους πλαίσια

d. Παροχή γενικών παραδειγμάτων που μπορεί να ισχύουν ή να μην ισχύουν στα πλαίσια των συμμετεχόντων

5. Γιατί είναι σημαντικό να καθοριστούν σαφείς στόχοι για ένα εργαστήριο;

---

a. Οι στόχοι βοηθούν στην επιλογή του χώρου διεξαγωγής του εργαστηρίου.

b. **Οι στόχοι καθοδηγούν την ανάπτυξη του υλικού των εργαστηρίων.**

c. Οι στόχοι διασφαλίζουν ότι το εργαστήριο θα παραμείνει εντός χρονοδιαγράμματος.

6. Για ποιον μπορούν οι προπονητές να οργανώσουν μια ημερίδα για να προωθήσουν τη σημασία των αθλητικών συλλόγων χωρίς αποκλεισμούς;

---

a. Προπονητές από άλλους συλλόγους ή οργανισμούς

b. Διαχειριστές αθλημάτων νεολαίας

c. Γονείς αθλητών

d. Προπονητές εντός του συλλόγου/οργανισμού τους

e. **Όλα τα παραπάνω**

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

### Δραστηριότητα 1

<b>Τίτλος δραστηριότητας</b>	Τυχαίες προκλήσεις ζευγαρώματος
<b>Διάρκεια της δραστηριότητας σε λεπτά</b>	40 λεπτά
<b>Μαθησιακά αποτελέσματα</b>	<p>Η δραστηριότητα αυτή αποσκοπεί</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. βελτίωση της ενσωμάτωσης και της δημιουργίας σχέσεων μεταξύ των συμμετεχόντων</li><li>2. να ενισχύσει τις δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων και επικοινωνίας</li><li>3. να προάγουν το σεβασμό και την ενσυναίσθηση για τις διαφορετικές προοπτικές</li></ol>
<b>Στόχος της δραστηριότητας</b>	Η δραστηριότητα αυτή έχει ως στόχο να ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να αλληλεπιδρούν με διαφορετικά άτομα, προωθώντας την ένταξη και την ενσωμάτωση.
<b>Απαιτούμενα υλικά για τη δραστηριότητα</b>	Εξαρτάται από τις επιλεγμένες προκλήσεις

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

**Οδηγίες  
βήμα προς  
βήμα**

**Βήμα 1:** Τυχαία αντιστοίχιση

- I. Συγκεντρώστε όλους τους συμμετέχοντες και εξηγήστε το σκοπό της δραστηριότητας.
- II. Αναθέστε στους συμμετέχοντες να βρουν έναν συνεργάτη με τον οποίο δεν έχουν αλληλεπιδράσει στο παρελθόν ή είναι λιγότερο εξοικειωμένοι.
- III. Τονίστε ότι ο στόχος είναι να βγουν από τις ζώνες άνεσής τους και να συνεργαστούν με κάποιον διαφορετικό για να προωθήσουν την ένταξη και την ποικιλομορφία.

**Βήμα 2:** Παρουσιάστε την πρόκληση

- I. Αφού οι συμμετέχοντες σχηματιστούν σε ζευγάρια, παρουσιάστε μια συγκεκριμένη πρόκληση ή εργασία που πρέπει να ολοκληρώσουν μέσα σε ένα καθορισμένο χρονικό πλαίσιο.
- II. Η πρόκληση μπορεί να προσαρμοστεί στους στόχους της προπονητικής σας συνεδρίας. Για παράδειγμα, θα μπορούσε να περιλαμβάνει την επίλυση ενός προβλήματος, την κατασκευή κάποιου αντικειμένου από κοινού ή την ολοκλήρωση μιας φυσικής εργασίας που απαιτεί συνεργασία, όπως η πλοήγηση σε μια διαδρομή εμποδίων δεμένη μαζί με ένα σχοινί ή η ολοκλήρωση μιας χρονομετρημένης σκυταλοδρομίας, ενώ περνούν αντικείμενα μεταξύ τους.

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



	<p>Μην ξεχνάτε να προσαρμόζετε τις προκλήσεις στους ειδικούς σκοπούς και στόχους της προπονητικής σας συνεδρίας και στις δυνατότητες των συμμετεχόντων σας.</p> <p><b>Βήμα 3:</b> Περιστρέψτε τα ζεύγη</p> <ol style="list-style-type: none"><li>I. Μετά από κάθε δοκιμασία, δώστε οδηγίες στους συμμετέχοντες να βρουν νέο συνεργάτη για την επόμενη δοκιμασία.</li><li>II. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να αλληλεπιδράσουν με όσο το δυνατόν περισσότερα άτομα κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας.</li></ol> <p><b>Βήμα 4:</b> Επαναλάβετε τη διαδικασία</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Επαναλάβετε τα βήματα 2 και 3, εισάγοντας μια νέα πρόκληση ή εργασία για κάθε ζεύγος.</li><li>• Βεβαιωθείτε ότι οι προκλήσεις είναι ποικίλες, επιτρέποντας στους συμμετέχοντες να αναδείξουν διαφορετικές δεξιότητες και ικανότητες.</li></ul> <p><b>Βήμα 5:</b> Απολογισμός και συζήτηση</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Συγκεντρώστε όλους τους συμμετέχοντες για μια συνεδρία απολογισμού μετά την ολοκλήρωση των προκλήσεων.</li><li>• Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις εμπειρίες και τους προβληματισμούς τους σχετικά με τη δραστηριότητα.</li></ul>
--	--

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<p>a. Πώς αισθανθήκατε να αλληλεπιδράτε με διαφορετικά άτομα και να συνεργάζεστε με κάποιον που δεν γνωρίζετε;</p> <p>b. Ποιες προκλήσεις αντιμετωπίσατε κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας; Πώς τις ξεπεράσατε;</p> <p>c. Πώς μπορείτε να εφαρμόσετε τα διδάγματα που αποκομίσατε από αυτή τη δραστηριότητα στις μελλοντικές σας αλληλεπιδράσεις και συνεργασίες εντός της ομάδας;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Διερευνήστε τις προκλήσεις που αντιμετωπίστηκαν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας και πώς οι συμμετέχοντες τις ξεπέρασαν μέσω της συνεργασίας και της αποτελεσματικής επικοινωνίας. Επισημάνετε τη σημασία της ενσωμάτωσης, της ένταξης και των πλεονεκτημάτων των διαφορετικών προοπτικών μέσα σε μια ομάδα.</li></ul> <p><b>Βήμα 6:</b> Βασικά συμπεράσματα</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Συνοψίστε τα βασικά συμπεράσματα από τη δραστηριότητα, τονίζοντας τη σημασία του να βγαίνει κανείς από τη ζώνη άνεσής του και να συναναστρέφεται με άτομα με διαφορετικό υπόβαθρο και προοπτικές.</li><li>• Συζητήστε πώς αυτές οι εμπειρίες μπορούν να εφαρμοστούν για την προώθηση της ενσωμάτωσης, της ποικιλομορφίας και της ένταξης στις τρέχουσες δραστηριότητες και αλληλεπιδράσεις της ομάδας.</li></ul>
--	---

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

<b>Περαιτέρω πόροι</b>	<p>Australian Sports Commission (n.d.) <i>Playing for Life: Διασκεδαστικά και δραστήρια παιχνίδια για την ανάπτυξη των δεξιοτήτων των παιδιών, της αυτοπεποίθησης και του δια βίου ενδιαφέροντος για τον αθλητισμό.</i> <a href="https://www.sportaus.gov.au/p4l">https://www.sportaus.gov.au/p4l</a>.</p> <p>Jackson, L. (n.d.) 50 Ιδέες, παιχνίδια και δραστηριότητες για την Ημέρα του Πεδίου. <i>SignUpGenius.</i> <a href="https://www.signupgenius.com/school/field-day-ideas-games-activities.cfm">https://www.signupgenius.com/school/field-day-ideas-games-activities.cfm</a></p>
------------------------	--

## Δραστηριότητα 2

<b>Τίτλος δραστηριότητας</b>	Παιχνίδι Football3
<b>Διάρκεια της δραστηριότητας σε λεπτά</b>	45 λεπτά
<b>Μαθησιακά αποτελέσματα</b>	<p>Στο τέλος αυτής της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Εφαρμογή μιας νέας μεθοδολογίας προσαρμοσμένης σε ομαδικές αθλητικές δραστηριότητες</li><li>2. Αξιολόγηση της σύνθεσης των ομάδων από άποψη ποικιλομορφίας</li></ol>

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<ol style="list-style-type: none"><li>3. Συνθέστε δημιουργικούς κανόνες για το παιχνίδι</li><li>4. Εφαρμογή επικοινωνητικού διαλόγου</li></ol>
<b>Στόχος της δραστηριότητας</b>	Η δραστηριότητα έχει ως στόχο να κάνει ανθρώπους με διαφορετικό υπόβαθρο να παίξουν μαζί και να προβληματιστούν σχετικά με την αξία του αθλητισμού ως εργαλείου ένταξης.
<b>Απαιτούμενα υλικά για τη δραστηριότητα</b>	Ποδόσφαιρο Σαλιάρες Αφίσες και στυλό για την καταγραφή των κανόνων που αποφασίστηκαν από την ομάδα Κώνιοι
<b>Οδηγίες βήμα προς βήμα</b>	<p>Η μεθοδολογία Football3 πήρε το όνομά της από την προσέγγιση "τριών βημάτων".</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Μια συζήτηση πριν από το παιχνίδι - Σε αυτό το στάδιο, ο συντονιστής μεταγράφει τους κανόνες που έχουν επιλεγεί.</li><li>2. Ένα παιχνίδι ποδοσφαίρου - Σε αυτό το στάδιο, ο συντονιστής παρατηρεί, μπορεί να κρατά σημειώσεις και παρεμβαίνει μόνο σε περιπτώσεις δυσκολίας,</li><li>3. Συζήτηση μετά τον αγώνα - Σε αυτό το στάδιο, ο συντονιστής προσθέτει τα αποτελέσματα που αποφασίζουν οι δύο ομάδες.</li></ol> <p>Και στις τρεις φάσεις, υπάρχει η φιγούρα του συντονιστή που καθοδηγεί τη συζήτηση και γνωρίζει τους κανόνες του παιχνιδιού,</p>

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

τους κατέχει, αλλά παραμένει στο παρασκήνιο προωθώντας την ενεργό συμμετοχή των συμμετεχόντων.

### Οι ιδιαιτερότητες του Football3

1. Οι ομάδες προτιμάται να είναι μικτές (όσον αφορά το φύλο, τις ικανότητες, την ηλικία κ.λπ.) και να επιλέγουν συλλογικά τους κανόνες του παιχνιδιού πριν από τον αγώνα.
2. Η διάρκεια των αγώνων μπορεί να αποφασιστεί από τους παίκτες (συνήθως η διάρκεια είναι 15 έως 20 λεπτά παιχνιδιού). Το υπόλοιπο αφιερώνεται στην αρχική και τελική συζήτηση.
3. Στο τέλος του παιχνιδιού, οι παίκτες αναλογίζονται τη συμπεριφορά τους και τη συμπεριφορά των αντιπάλων τους, απονέμοντας πόντους τόσο για τα γκολ που πετυχαίνουν όσο και για το fair play που επιδεικνύουν.
4. Η τελική βαθμολογία προκύπτει από το άθροισμα των: βαθμών που σημειώθηκαν κατά τη διάρκεια του αγώνα και των βαθμών που απονέμονται για το ευ αγωνίζεσθαι μέσω της βαθμολογίας μεταξύ των ομάδων.
5. Το Football3 δεν έχει διαιτητές επειδή οι παίκτες πρέπει να μάθουν να επιλύουν τις συγκρούσεις μέσω διαλόγου και συμβιβασμού. Ο διαμεσολαβητής παρεμβαίνει μόνο όταν προκύπτουν δυσκολίες για να μεσολαβήσει και να βοηθήσει στην επίλυση των συγκρούσεων και των διακοπών του

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<p>παιχνιδιού ή να τονώσει την αρχική και τελική συζήτηση μέσω ερωτήσεων.</p> <p><b>Απολογισμός/αξιολόγηση</b></p> <p>Στο τέλος, οι άνθρωποι ερωτώνται αν το παιχνίδι τους έδωσε νέες ιδέες ή αντιλήψεις. Με αυτόν τον τρόπο μπορεί να αξιολογηθεί η εφαρμογή της δραστηριότητας.</p> <p><u>Τύπος ερωτήσεων που μπορεί να προτείνει ο συντονιστής:</u></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Τι σας άρεσε περισσότερο σε αυτή τη μεθοδολογία;</li><li>2. Πώς αισθανθήκατε κατά τη διάρκεια των δύο φάσεων, της πρώτης της γνωριμίας με την ομάδα και της απόφασης των κανόνων και στη συνέχεια κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού;</li><li>3. Πιστεύετε ότι αυτή η μέθοδος έχει κάποια πλεονεκτήματα;</li><li>4. Πιστεύετε ότι η μέθοδος αυτή έχει αδυναμίες;</li><li>6. Πώς λύσατε την κατάσταση;</li><li>7. Πώς ήταν η ομαδική εργασία εντός της ομάδας σας;</li><li>8. Αισθάνθηκαν όλοι ότι συμμετείχαν κατά τη διάρκεια του αγώνα;</li></ol>
--	--

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

<b>Περαιτέρω πόροι</b>	<p>Χρηματοδοτούμενο από την ΕΕ έργο <i>ACTIVE - EU Youth through sustainable, inclusive and democratic SPORT</i> (2022) ACTIVE Sport Session Kit <a href="https://active.geacoop.org/sport-and-session-event/">https://active.geacoop.org/sport-and-session-event/</a></p> <p>Fox, L., Hebel, M., Meijers, B. &amp; Springborg, G. (n.d.) <i>football3 handbook: How to use football for social change.</i> <a href="https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/09d9b288-9697-44aa-95fa-43ebf540b9fd/f3r%20Original%20football3%20handbook%20Docs%20Compiled.pdf">https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/09d9b288-9697-44aa-95fa-43ebf540b9fd/f3r%20Original%20football3%20handbook%20Docs%20Compiled.pdf</a></p>
------------------------	---

### Δραστηριότητα 3

<b>Τίτλος δραστηριότητας</b>	Inclusive Plogging για την ενότητα
<b>Διάρκεια της δραστηριότητας σε λεπτά</b>	80 λεπτά
<b>Μαθησιακά αποτελέσματα</b>	<p>Στο τέλος αυτής της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες θα:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Να είναι σε θέση να προωθήσουν την ένταξη και την ποικιλομορφία στην αθλητική ακαδημία τους,</li></ol>

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<ol style="list-style-type: none"><li>2. Έχουν αναπτύξει ευαισθητοποίηση και κατανόηση των στάσεων και συμπεριφορών που εισάγουν διακρίσεις,</li><li>3. Να είναι σε θέση να ενθαρρύνει την ομαδική εργασία, τη συνεργασία και τον αμοιβαίο σεβασμό,</li><li>4. Να έχουν αίσθηση της κοινότητας και της κοινωνικής ευθύνης,</li><li>5. Έχουν αναπτύξει τη φυσική τους κατάσταση και την περιβαλλοντική τους συνείδηση.</li></ol>
<b>Στόχος της δραστηριότητας</b>	<p>Στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να φέρει κοντά τα μέλη της αθλητικής ακαδημίας για να συμμετάσχουν σε μια δραστηριότητα που προωθεί την ένταξη, την ενότητα και την καταπολέμηση των διακρίσεων. Μέσω αυτής της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες θα μάθουν για τη σημασία της συμμετοχικότητας, του σεβασμού της διαφορετικότητας και των επιπτώσεων των συμπεριφορών που προκαλούν διακρίσεις. Επιπλέον, θα συμβάλουν ενεργά στην καθαριότητα του περιβάλλοντός τους και θα προωθήσουν την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση.</p>
<b>Απαιτούμενα υλικά για τη δραστηριότητα</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Γάντια</li><li>2. Σακούλες απορριμμάτων</li><li>3. Ανακλαστικά γιλέκα (προαιρετικά αλλά συνιστώνται για λόγους ασφαλείας)</li><li>4. Απολυμαντικά χεριών/υγρά μαντηλάκια (προαιρετικά αλλά συνιστώμενα)</li><li>5. Κουτί πρώτων βοηθειών (για προληπτικούς λόγους)</li></ol>

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



**Οδηγίες  
βήμα προς  
βήμα**

**Βήμα 1: Εισαγωγή (5 λεπτά)**

- a. Ξεκινήστε καλωσορίζοντας όλους τους συμμετέχοντες και εξηγώντας τον σκοπό της δραστηριότητας.
- b. Τονίστε τη σημασία της συμμετοχικότητας, της καταπολέμησης των διακρίσεων και του θετικού αντίκτυπου της κοινοτικής δέσμευσης.
- c. Μοιραστείτε τα μαθησιακά αποτελέσματα και εξηγήστε τις κατευθυντήριες γραμμές για τη δραστηριότητα.

**Βήμα 2: Ενημέρωση για το Plogging (10 λεπτά)**

- a. Δώστε μια σύντομη εξήγηση για το plogging, το οποίο συνδυάζει το τρέξιμο ή το περπάτημα με τη συλλογή απορριμμάτων.
- b. Επισημάνετε τα περιβαλλοντικά οφέλη και τις πτυχές της φυσικής κατάστασης του plogging.
- c. Συζητήστε τη σημασία της διατήρησης ενός ασφαλούς και καθαρού περιβάλλοντος για όλους.

**Βήμα 3: Οργάνωση ομάδων (5 λεπτά)**

- a. Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρότερες ομάδες των 4-6 μελών, εξασφαλίζοντας ένα μείγμα διαφορετικών ηλικιών, φύλων και ικανοτήτων σε κάθε ομάδα.
- b. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να συστηθούν και να γνωριστούν μεταξύ τους στις ομάδες τους.

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

#### **Βήμα 4: Αναθέστε διαδρομές και ρόλους (10 λεπτά)**

- a. Καθορίστε διαφορετικές διαδρομές για κάθε ομάδα, λαμβάνοντας υπόψη την ασφάλεια και τους χώρους που απαιτούν καθαρισμό.
- b. Αναθέστε ρόλους σε κάθε ομάδα, όπως π.χ. τους υπεύθυνους για τη συλλογή απορριμμάτων, τους υπεύθυνους για την τήρηση αρχείων και τους παρατηρητές ασφαλείας.

#### **Βήμα 5: Δραστηριότητα Plogging (45 λεπτά)**

- a. Παρέχετε γάντια, σακούλες απορριμμάτων και οποιοδήποτε άλλο απαραίτητο υλικό σε κάθε ομάδα.
- b. Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες να τρέξουν ή να περπατήσουν κατά μήκος των καθορισμένων διαδρομών τους, συλλέγοντας τα απορρίμματα καθώς προχωρούν.
- c. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να συμμετάσχουν σε συζητήσεις, να οικοδομήσουν σχέσεις και να μοιραστούν εμπειρίες κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας.
- d. Υπενθυμίστε τους να έχουν υπόψη τους πιθανούς κινδύνους και άλλα ζητήματα ασφαλείας.

#### **Βήμα 6: Απολογισμός και αναστοχασμός (10 λεπτά)**

- a. Συγκεντρώστε όλους τους συμμετέχοντες στο τέλος της δραστηριότητας plogging.

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

	<p>b. Συζητήστε τις εμπειρίες τους, τις προκλήσεις που αντιμετώπισαν και τις παρατηρήσεις τους κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας.</p> <p>c. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να προβληματιστούν σχετικά με τη σημασία της προώθησης της ένταξης και της καταπολέμησης των διακρίσεων στην καθημερινή τους ζωή.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Πώς η συμμετοχή σε αυτή τη δραστηριότητα plogging χωρίς αποκλεισμούς επηρέασε την κατανόηση της ένταξης και των διακρίσεων;</li><li>➤ Παρατηρήσατε συγκεκριμένες περιπτώσεις ή παραδείγματα κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας που ανέδειξαν τη σημασία της προώθησης της ένταξης και της καταπολέμησης των διακρίσεων;</li><li>➤ Πώς πιστεύετε ότι οι αρχές της συμμετοχικότητας και της καταπολέμησης των διακρίσεων μπορούν να εφαρμοστούν πέρα από αυτή τη δραστηριότητα, στην καθημερινή σας ζωή και στις αλληλεπιδράσεις σας;</li><li>➤ Ποιες είναι κάποιες συγκεκριμένες ενέργειες ή συμπεριφορές που μπορείτε να υιοθετήσετε για να προωθήσετε την ένταξη και να καταπολεμήσετε τις διακρίσεις στην αθλητική ακαδημία και την κοινότητά σας;</li><li>➤ Πώς πιστεύετε ότι η προώθηση της ένταξης και η καταπολέμηση των διακρίσεων συμβάλλουν σε μια ισχυρότερη και πιο υποστηρικτική αθλητική ακαδημία;</li></ul>
--	---

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

- Ποιος είναι ο ρόλος που πιστεύετε ότι ο αθλητισμός και οι σωματικές δραστηριότητες μπορούν να διαδραματίσουν στην προώθηση της ένταξης και στην άρση των φραγμών;
- Πώς μπορούμε να συνεργαστούμε συλλογικά για να δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον με περισσότερη ένταξη και αποδοχή εντός της αθλητικής μας ακαδημίας και πέραν αυτής;
- Ποια είναι μερικά βασικά συμπεράσματα από αυτή τη δραστηριότητα που μπορείτε να εφαρμόσετε σε άλλες πτυχές της ζωής σας για την προώθηση της ένταξης και την καταπολέμηση των διακρίσεων;

#### **Βήμα 7: Συμπέρασμα και συνέχεια (5 λεπτά)**

- a. Εκφράστε ευγνωμοσύνη σε όλους τους συμμετέχοντες για τη συμμετοχή και τη δέσμευσή τους.
- b. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να συνεχίσουν να προωθούν τη συμμετοχικότητα και τη στάση κατά των διακρίσεων και μετά τη δραστηριότητα.
- c. Μοιραστείτε πληροφορίες σχετικά με περαιτέρω πόρους, εκστρατείες ή οργανώσεις που υποστηρίζουν τη συμμετοχικότητα και την περιβαλλοντική βιωσιμότητα στην περιοχή σας.

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]



<p><b>Περαιτέρω πόροι</b></p>	<p>Στόχοι βιώσιμης ανάπτυξης των Ηνωμένων Εθνών (n.d.) <a href="https://sdgs.un.org/goals">https://sdgs.un.org/goals</a></p> <p>Williamson, G. (29 Απριλίου 2022) Πώς το Plogging συνδυάζει τον εθελοντισμό, την άσκηση και τις νέες επαγγελματικές δεξιότητες. <i>Youth Employment UK</i> <a href="https://www.youthemployment.org.uk/how-plogging-combines-volunteering-exercise-and-young-professional-skills/">https://www.youthemployment.org.uk/how-plogging-combines-volunteering-exercise-and-young-professional-skills/</a></p> <p>Iberdrola (n.d.). "Plogging", το τρέξιμο που συνδυάζει την οικολογία με τον αθλητισμό. <a href="https://www.iberdrola.com/social-commitment/what-is-plogging">https://www.iberdrola.com/social-commitment/what-is-plogging</a></p>
-----------------------------------	--

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]

## Αναφορές

- Επιτροπή Αθλητισμού της Αυστραλίας. (2019). Πρόσβαση και ισότητα στον αθλητισμό και την ενεργό αναψυχή: Πλαίσιο δράσης. Ανακτήθηκε από [https://www.clearinghouseforsport.gov.au/research/smi/framework\\_for\\_action\\_2019](https://www.clearinghouseforsport.gov.au/research/smi/framework_for_action_2019).
- Lirgg, C. D. (2018). Τα κοινωνικά οφέλη της ένταξης στον αθλητισμό για τα άτομα με νοητική αναπηρία: An Integrative Review. Research Quarterly for Exercise and Sport, 89(4), 416-434.
- Παίξτε με τους κανόνες. (n.d.). Ένταξη στον αθλητισμό. Ανακτήθηκε από <https://www.playbytherules.net.au/got-an-issue/item/100-inclusion-in-sport>.
- Το Ινστιτούτο Aspen. (2020). Project Play: State of Play 2020. Ανακτήθηκε από <https://www.aspenprojectplay.org/state-of-play-2020>
- Υπουργείο Δικαιοσύνης των ΗΠΑ. (n.d.). Νόμος για τους Αμερικανούς με αναπηρίες. Ανακτήθηκε από <https://www.ada.gov/>.
- Κυβέρνηση του Ηνωμένου Βασιλείου. (2010). Νόμος περί ισότητας του 2010. Ανακτήθηκε από <http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2010/15/contents>
- UNESCO. (2017). Διεθνής Χάρτης Φυσικής Αγωγής, Φυσικής Δραστηριότητας και Αθλητισμού. Ανακτήθηκε από <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000253733>.
- Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας. (2021). Φυσική δραστηριότητα και ενήλικες. Ανακτήθηκε από <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Κάβουρα, Α (2016). ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ ΔΙΑΚΡΙΣΕΩΝ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ ΒΑΣΗΣ: ΈΝΑ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΓΙΑ ΔΑΣΚΑΛΟΥΣ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ. Ανακτήθηκε από [https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/4d2f699d-69b9-459d-8767-9a68f734e338/Handbook\\_EN.pdf](https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/4d2f699d-69b9-459d-8767-9a68f734e338/Handbook_EN.pdf)
- Gasparini, W και Talleu, C (2010). Αθλητισμός και διακρίσεις στην Ευρώπη. Ανακτήθηκε από <https://rm.coe.int/sport-and-discrimination-in-europe-the-perspectives-of-young-european-/1680734be3>

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. [Αριθμός έργου: 101050474]