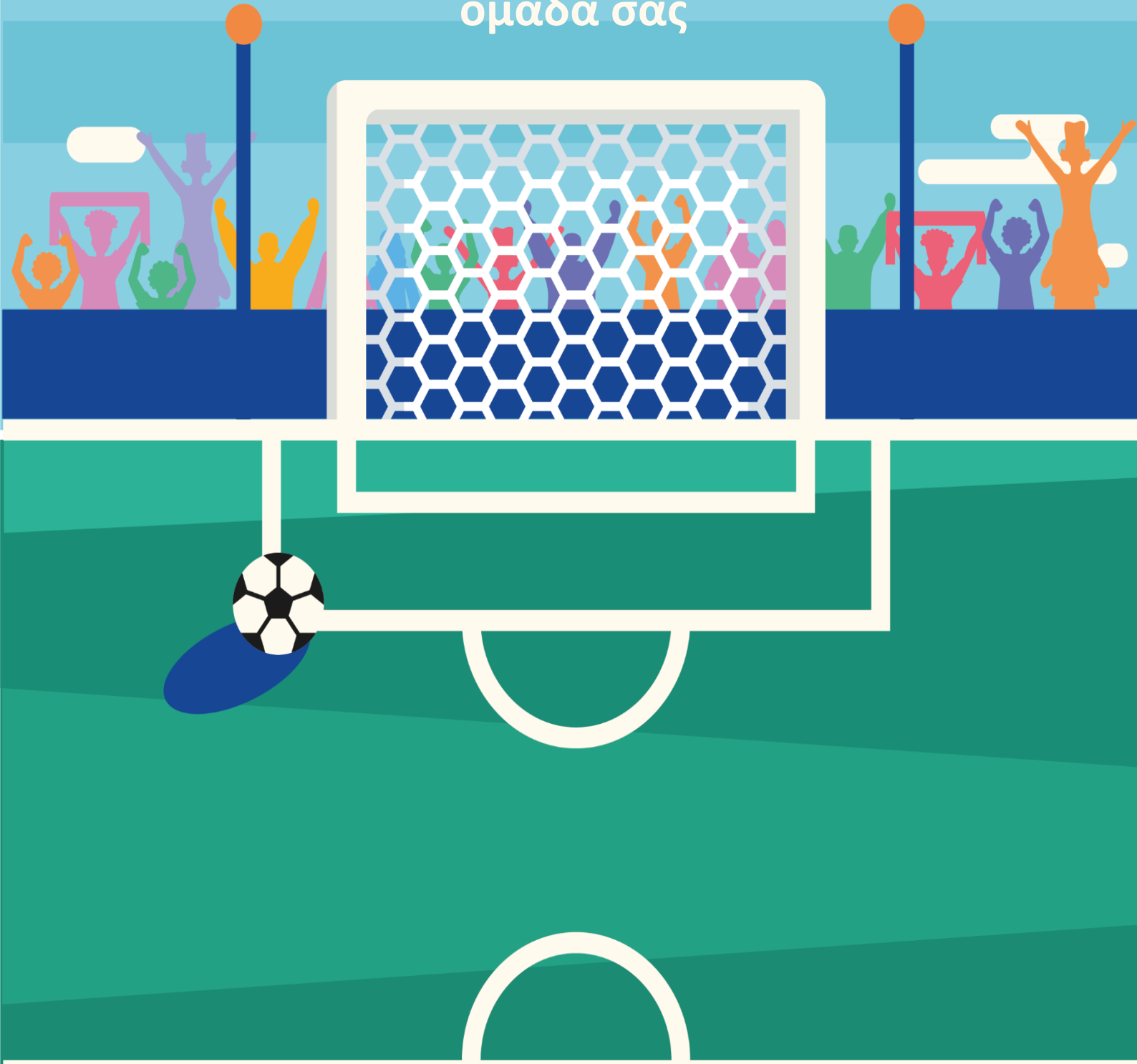


# Συζήτηση των επιπτώσεων του ρατσισμού και των διακρίσεων με την ομάδα σας



Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δε συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Αριθμός έργου: 622561-EPP-1-2020-1-CY-SPO-SCP



## Εισαγωγή

Ο παρών οδηγός παρουσιάζει μια λίστα από δραστηριότητες που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε, για να ενημερώσετε και να εκπαιδεύσετε τους παίκτες σας για θέματα διακρίσεων και τον ρατσισμό. Μια διαδικασία που θα σας επιτρέψει να προλάβετε ή να αντιμετωπίσετε/διαχειριστείτε ρατσιστικές συμπεριφορές.

Είναι σημαντικό να λάβετε υπόψη ότι οι κατευθυντήριες αρχές που παρατίθενται, παρέχουν μια γενική επισκόπηση και έναν γενικό τρόπο συζήτησης των ζητημάτων ρατσισμού. Για να τις αξιοποιήσετε αποτελεσματικά, πρέπει να προσαρμόσετε και να δομήσετε την προσέγγισή σας κατά τρόπο που να ταιριάζει στην κουλτούρα και τις πραγματικότητες της ομάδας σας.

## Δραστηριότητες για την ευαισθητοποίηση των παικτών σας σε θέματα ρατσισμού και διακρίσεων

### Ιπποδρομίες

Διαδικασία:

- Ομάδες περίπου 4 παικτών με 1 μπάλα και 1 "άλογο" (έναν κώνο ή οτιδήποτε άλλο για χτύπημα) ανά ομάδα
- Οι ομάδες στέκονται η μία δίπλα στην άλλη και παρατάσσονται στις βάσεις τους από όπου ρίχνουν
- Το "άλογο" ξεκινά περίπου 5 μέτρα μακριά από τη "γραμμή εκκίνησης". Μια γραμμή από 8 δείκτες υποδεικνύει τα "βήματα" που μπορεί να κάνει το άλογο.

Στόχος:

- Οι πρώτοι παίκτες των ομάδων ρίχνουν την μπάλα. Αν πετύχουν το άλογό τους, αυτό μπορεί να προχωρήσει ένα βήμα παραπέρα προς τη γραμμή τερματισμού. Έτσι, ο παίκτης παίρνει τον κώνο, τον βάζει ένα "βήμα" πιο μπροστά, παίρνει τη μπάλα και τη φέρνει πίσω στο επόμενο άτομο της ομάδας. Αν δεν πετύχει το άλογο, απλά παίρνει πίσω την μπάλα.
- Το άλογο που φτάνει πρώτο στη γραμμή τερματισμού κερδίζει.

Παίξτε έναν 2ο γύρο μετά τον προβληματισμό και χωρίς διακρίσεις.

Παραλλαγές:

- 1 ομάδα παίρνει έναν μικρότερο κώνο ή μια μικρότερη μπάλα- όλοι όσοι έχουν γεννηθεί για παράδειγμα τον Ιανουάριο, τον Φεβρουάριο και τον Μάρτιο πρέπει να παίξουν σε αυτή την ομάδα.
- Κατά τη διάρκεια όλου του παιχνιδιού ο προπονητής κάνει διακρίσεις εις βάρος μιας άλλης ομάδας λέγοντας ότι τα χτυπήματα δεν θα μετρήσουν για αμφίβολουσ λόγους





### Συζήτηση:

- Πώς ήταν το παιχνίδι;
- Ήταν δίκαιο; Γιατί όχι;
- Πώς αισθανθήκατε όταν γινόσασταν δέκτες παράλογων διακρίσεων ή αδικιών; (Ρατσισμός)
- Ποιος έχει δει τέτοια πράγματα στην πραγματική ζωή;

### Μεταφορά μπάλας

#### Διαδικασία:

- Φτιάξτε ομάδες των 3-4 ατόμων
- 2 κώνοι σε απόσταση 5 μέτρων για κάθε ομάδα
- 1 μπάλα ανά ομάδα

#### Στόχος:

- Μεταφορά της μπάλας από τον κώνο Α στον κώνο Β και πίσω (1 πόντος)
  - Η ομάδα που θα βρει τους περισσότερους τρόπους μεταφοράς κερδίζει
  - Η μπάλα δεν μπορεί να αγγίξει το έδαφος
  - Ένας τρόπος μεταφοράς της μπάλας μπορεί να εφαρμοστεί μόνο μία φορά ανά ομάδα
- Εάν είναι σχετικό: Με το σήμα του προπονητή δεν μπορούν πλέον να αντιγράψουν ο ένας τον άλλον

#### Παραλλαγές:

- Δεν επιτρέπονται χέρια, πόδια, κ.λπ.
- Η μπάλα πρέπει πάντα να αγγίζεται από τουλάχιστον 2 (3,4) παίκτες.
- Η μπάλα πρέπει πάντα να αγγίζει το έδαφος

#### Συζήτηση:

- Ήταν διασκεδαστικό να δοκιμάζετε νέα πράγματα;
- Σκεφτήκατε ότι υπήρχαν τόσες πολλές δυνατότητες μεταφοράς μιας μπάλας;
- Στην καθημερινή σας ζωή, υπάρχουν επίσης πράγματα που οι άνθρωποι κάνουν διαφορετικά; (π.χ. να περπατούν, να μιλούν, να πιστεύουν)
- Γιατί πιστεύετε ότι αυτό μπορεί να είναι καλό; (Ενδιαφέρον, διαφορετικοί άνθρωποι χρειάζονται διαφορετικές λύσεις κ.λπ.)





- Ανοχή είναι να επιτρέπεις, να αποδέχεσαι και ακόμη και να εκτιμάς τους διαφορετικούς ανθρώπους και τους διαφορετικούς τρόπους δράσης

## Άσκηση με κουκκίδες: Σπάζοντας την προκατάληψη, χτίζοντας την κοινότητα

### Διαδικασία

- Βάλτε αυτοκόλλητα στο μέτωπο των παικτών. Χρησιμοποιήστε 4 διαφορετικά χρώματα έτσι ώστε να δημιουργηθούν 4 ομάδες - μια μεγάλη, μια μεσαίου μεγέθους και δύο άτομα είναι μόνα τους (αν θέλετε μπορείτε να χρησιμοποιήσετε διαφορετικά χρώματα από μπλουζάκια προπόνησης)
- Ζητήστε από τους παίκτες να σχηματίσουν ομάδες

### Συζήτηση

- Ξεκινήστε μια συζήτηση και ζητήστε από τους παίκτες να μοιραστούν τα συναισθήματά τους σχετικά με την άσκηση. Χρησιμοποιήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις:
  - ο Τι συνέβη;
  - ο Ρωτήστε τους τι αισθάνθηκαν για τον τρόπο με τον οποίο ομαδοποιήθηκαν;
  - ο Ρωτήστε τα άτομα που είναι μόνα τους πώς αισθάνθηκαν γι' αυτό;
  - ο Ρωτήστε τα μέλη των μεγάλων ομάδων αν προσπάθησαν να προσκαλέσουν τα άτομα που ήταν μόνα τους στην ομάδα τους;
  - ο Πείτε τους ότι τους είπατε να σχηματίσουν ομάδες. Όχι να σχηματίσουν ομάδα με βάση το χρώμα.
  - ο Συζητήστε με την ομάδα πώς μπορούν να αποφύγουν να έχουν άτομα που περιθωριοποιούνται και τι πρέπει να κάνουν για να συμπεριληφθούν στην ομάδα.

Μπορείτε να δείτε ένα βίντεο της δραστηριότητας εδώ:

<https://www.youtube.com/watch?v=ioa6UvmMZPw&t=129s>

### Στόχος

- να κατανοήσουν και να διερευνήσουν τον τρόπο με τον οποίο εκφράζεται η ασυνείδητη προκατάληψη
- να διερευνήσουν τις διακρίσεις και την περιθωριοποίηση και τις επιπτώσεις που έχουν στα άτομα
- να εξετάσουν πώς θα ήταν τα άτομα να "ομαδοποιηθούν" με βάση πράγματα (π.χ. το χρώμα του δέρματος τους) στα οποία δεν έχουν κανέναν έλεγχο και αποτελούν απλώς μια πτυχή της προσωπικότητάς τους





- να συζητούν τη σημασία της συμπερίληψης όλων στην ομάδα και πώς να το κάνουν αυτό
- να ενισχύσουν το κλίμα και τους δεσμούς της ομάδας



