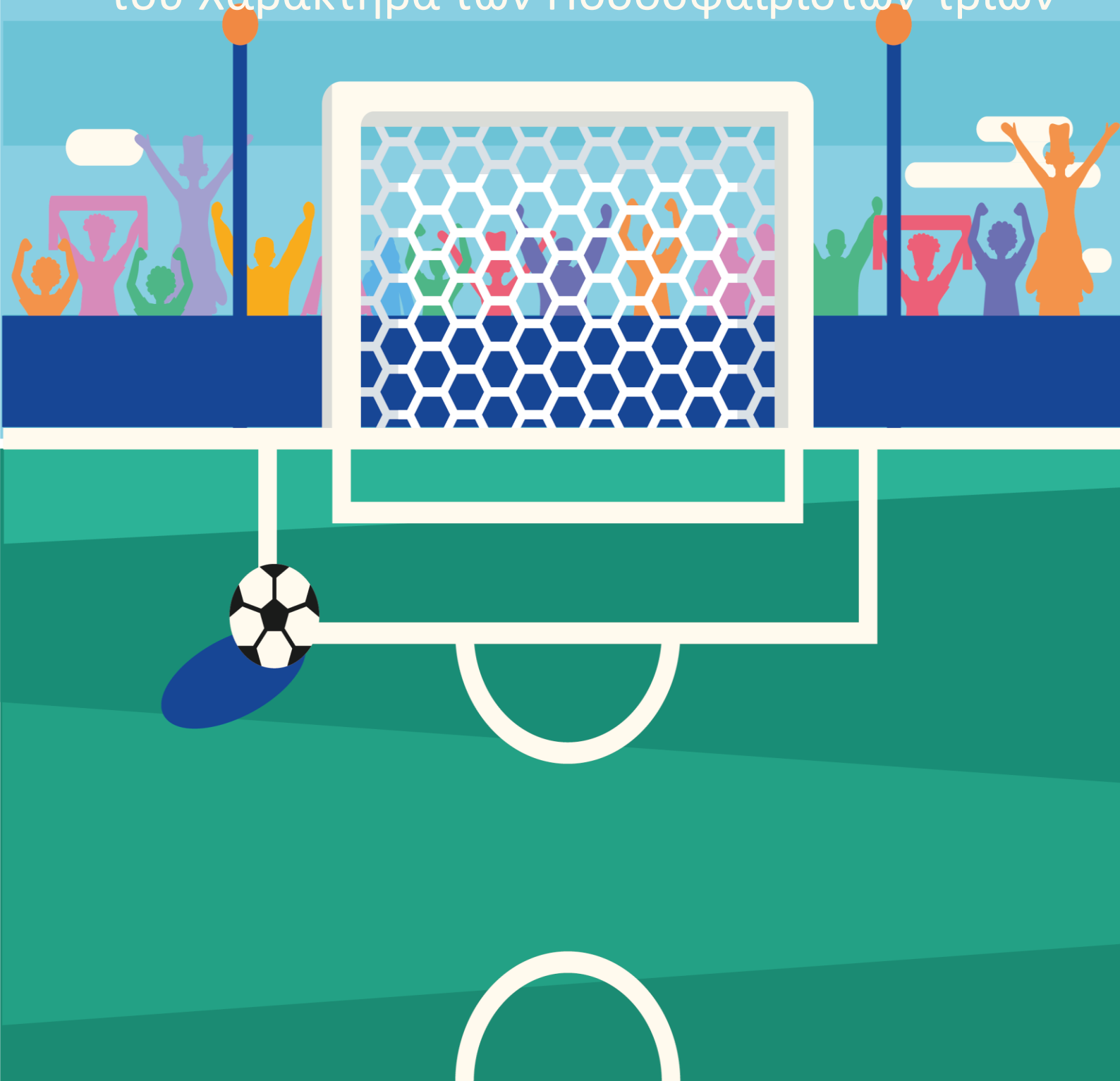


Ενότητα 5

Ενίσχυση της Ανθεκτικότητας και Ανάπτυξη του Χαρακτήρα των Ποδοσφαιριστών-τριών





Σχέδιο Μαθήματος

Τίτλος Διδακτικής Ενότητας	Ενίσχυση της Ανθεκτικότητας και Ανάπτυξη του Χαρακτήρα των Ποδοσφαιριστών-τριών
Ομάδα-Στόχου	Προπονητές-τριες που δουλεύουν σε μη επαγγελματικές ομάδες ποδοσφαίρου; Εθελοντές-τριες, μέλη του τεχνικού επιτελείου, ποδοσφαιριστές-τριες
Μαθησιακά Αποτελέσματα της Διδακτικής Ενότητας	<p>Μετά την ολοκλήρωση του συγκεκριμένου προγράμματος, οι μαθητευόμενοι-ες θα είναι μπορούν να:</p> <ul style="list-style-type: none">Χρησιμοποιούν μεθόδους που υποστηρίζουν και ενδυναμώνουν τους/τις ποδοσφαιριστές-τριες, σε προσωπικό επίπεδο, ώστε να ξεπερνούν τα εμπόδια που αντιμετωπίζουν και να αναπτύσσουν την ανθεκτικότητά τους απέναντι σε δύσκολες καταστάσειςΕφαρμόζουν πρακτικές μέσω των οποίων μπορούν να υποστηρίξουν τους/τις ποδοσφαιριστές-τριες να αναπτύξουν τον χαρακτήρα και την ανθεκτικότητά τουςΝα επιλέγουν καταστάσεις που αγκαλιάζουν μία κουλτούρα θετικής αλλαγής, ηθικής και προληπτικών συμπεριφορών τόσο στην ομάδα τους όσο και στην κοινωνία
Διάρκεια Διδακτικής Ενότητας	2 ώρες
Θέματα	Ανθεκτικότητα; Η παρέμβαση του/της παρατηρητή-τριας; Ενδυνάμωση; Ενσυναίσθηση
Προετοιμασία	<ul style="list-style-type: none">○ Ανατρέξτε στη Διδακτική Ενότητα 5 του Προγράμματος Σπουδών○ Συγκεντρώστε το υλικό που απαιτείται για το σεμινάριο○ Κανονίστε καφέ και catering για τους/τις συμμετέχοντες/ουσες



Το σχέδιο μαθήματος για μία δια ζώσης εκπαίδευση

Αρ .	Θέματα and Υποκατηγορίες	Μαθησιακές Δραστηριότητες	Διάρκεια (λεπτά)	Εκπαιδευτικοί Μέθοδοι (π.χ. παρουσίαση, ομαδική δραστηριότητα κλπ)	Υλικά/ Εξοπλισμός
1	Εισαγωγή	<p><u>Παρουσίαση</u></p> <ul style="list-style-type: none">Χρησιμοποιήστε μία παρουσίαση PowerPoint για να περιγράψετε σύντομα τον σκοπό του σεμιναρίου, τους στόχους του και τα θέματα που θα καλύψετεΔώστε στους/στις συμμετέχοντες-ουσες τη δυνατότητα να μοιραστούν τις προσδοκίες τους από το σεμινάριο και τις αρχικές ιδέες και απόψεις που έχουν για τα θέματα που θα συζητήσετε	10 λεπτά	Παρουσίαση - Συζήτηση	<ul style="list-style-type: none">Παρουσίαση PowerPointLaptop/PCΠροτζέκτορας
2	Ανθεκτικότητα & Ενδυνάμωση	<p><u>Παρουσίαση</u></p> <ul style="list-style-type: none">Χρησιμοποιήστε ένα PowerPoint για να παρουσιάσετε τους ορισμούς της ανθεκτικότητας και της ενδυνάμωσης στους/στις συμμετέχοντες-ουσεςΖητήστε από τους/τις συμμετέχοντες-ουσες να μοιραστούν ορισμένα παραδείγματα ανθεκτικότητας και ενδυνάμωσης που έχουν παρατηρήσει στο ποδόσφαιρο (Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τα	20 λεπτά	Παρουσίαση - Συζήτηση	<ul style="list-style-type: none">Παρουσίαση PowerPointLaptop/PCΠροτζέκτοραςΠίνακαςΜαρκαδόροι



		<p>παραδείγματα που απεικονίζονται στη Διδακτική Ενότητα 5 για να ξεκινήσετε τη συζήτηση)</p> <ul style="list-style-type: none">• Συζητήστε με τους/τις συμμετέχοντες-ουσες τα παραδείγματα που μοιράστηκαν και ρωτήστε τους να μοιραστούν τις σκέψεις για τις συνέπειες και τη σημασία τους <p><u>Συζήτηση</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Ρωτήστε τους/τις συμμετέχοντες-ουσες να μοιραστούν τις σκέψεις τους για το πώς μπορούν να αναπτύξουν την ανθεκτικότητα των ποδοσφαιριστών-τριών εναντίον του ρατσισμού• Καταγράψτε τις προτάσεις τους και τις σκέψεις τους σε έναν πίνακα• Ολοκληρώστε το μάθημα με μία σύντομη παρουσίαση μέσω της οποίας παρουσιάζετε τις πληροφορίες που απεικονίζονται στο Κεφάλαιο 1 της Ενότητας 5.			
3	<p><u>Η παρέμβαση του/της παρατηρητή-τριας</u></p> <p>a) Έννοιες</p> <p>b) Παράγοντες που ενθαρρύνουν/σταματούν τα άτομα από το να παρέμβουν (συμπεριλαμβανομένης της διάχυσης της ευθύνης, της θεωρίας της σχεδιασμένης</p>	<p><u>Ομαδική εργασία</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Ενημερώστε τους/τις συμμετέχοντες-ουσες για τον ορισμό και τη σημασία του/της «Ενεργού/ους παρατηρητή-τριας», δηλαδή «να γνωρίζεις πότε η συμπεριφορά κάποιου είναι ακατάλληλη ή απειλητική και να μην μένεις αμέτοχος-η. Οι ενεργοί-ες παρευρισκόμενοι-ες είναι υποστηρικτές-τριες για την πρόληψη περαιτέρω βλάβης σε άλλους-ες αναλαμβάνοντας δράση.	20 λεπτά	Παρουσίαση	<ul style="list-style-type: none">- Laptop- Μικρόφωνο- Παρουσίαση PowerPoint- Πίνακας- Βιντεοπροβολέας- Μαρκαδόροι- Α3 φυλλάδια





	συμπεριφοράς, των κοινωνικών νορμών)	<p>Χωρίστε τους/τις συμμετέχοντες-ουσες σε 2 ομάδες. Κάθε ομάδα πρόκειται να συζητήσει και να καταγράψει σε ένα φύλλο χαρτί τις σκέψεις τις και τις απόψεις της για τα ακόλουθα ερωτήματα:</p> <ul style="list-style-type: none">○ Δράσεις που οι μάρτυρες ρατσιστικών συμβάντων μπορούν να λάβουν ως ενεργοί/ες παρατηρές-τριες○ Οι παράγοντες που θα ενδυναμώσουν ή αποθαρρύνουν ένα άνθρωπο από το να είναι ενεργός παρατηρητής σε ένα περιστατικό ρατσισμού● Ένας/Μία εκπρόσωπος από κάθε ομάδα θα παρουσιάσει στα συμμετέχοντα άτομα τις απόψεις και τις προτάσεις που σημειώθηκαν από την ομάδα τους. Μόλις ολοκληρωθούν οι παρουσιάσεις, θα πρέπει να προσφέρετε την ευκαιρία στους/στις συμμετέχοντες-ουσες να μοιραστούν τις απόψεις τους για όσα συζητήθηκαν και να προσθέσουν στις παρουσιάσεις των συναδέλφων τους. Σύντομα να αναφέρετε ορισμένα σημεία που απεικονίζονται στο Κεφάλαιο 1 της Διδακτικής Ενότητας 5 και τα οποία δεν καλύφθηκαν από τη συζήτηση. Ρωτήστε τους/τις συμμετέχοντες-ουσες να μελετήσουν τη Διδακτική Ενότητα.			
4	Διάλειμμα		<i>10 λεπτά</i>		



5	<p>Ο ρόλος του αθλητισμού στην ανθεκτικότητα και την Ανάπτυξη της Ενδυνάμωσης</p> <p>a) Οι προσφερόμενες ευκαιρίες</p> <p>b) Πιθανές προκλήσεις</p>	<p>Ομαδική δραστηριότητα</p> <ul style="list-style-type: none">• Χωρίστε τους/τις συμμετέχοντες-ουσες σε ομάδες των 5 και δώστε τους post-it σε δύο χρώματα και στυλό. Ζητήστε από τις ομάδες να συζητήσουν και να γράψουν τις απόψεις τους για τα ακόλουθα:<ul style="list-style-type: none">○ Τι ευκαιρίες προσφέρει ο αθλητισμός για την ανάπτυξη της ανθεκτικότητας και την ενδυνάμωση των ατόμων; Γιατί ο αθλητισμός αποτελεί ένα ιδανικό πεδίο για να αναπτυχθεί η ανθεκτικότητα και η ενδυνάμωση;○ Τι προκλήσεις ίσως προκύπτουν στον αθλητισμό που ίσως θέτουν εν αμφιβόλω την επιτυχή καλλιέργεια της ανθεκτικότητας και της ενδυνάμωσης;• Ζητήστε από τους/τις συμμετέχοντες-ουσες να χρησιμοποιήσουν διαφορετικά χρώματα των post-it για κάθε ερώτηση. Κάθε post-it θα περιλαμβάνει μία ιδέα/έννοια. Στο τέλος της συνεδρίας, ζητήστε από τις ομάδες να μοιραστούν τις ιδέες τους κολλώντας τις αναρτήσεις τους στον πίνακα.• Μόλις ολοκληρωθεί η διαδικασία προσθέστε στις προαναφερθείσες ιδέες τυχόν σχετικές έννοιες που δεν έχουν αναφερθεί και παρουσιάζονται στο Πρόγραμμα Σπουδών ή/και στη σχετική βιβλιογραφία.	25λεπτά	Ομαδική Δραστηριότητα και Παρουσίαση	<ul style="list-style-type: none">- Post-it (2 διαφορετικά χρώματα – για τις προκλήσεις, 1 για τις ευκαιρίες)- Στυλαό- Ταινία (optional)- Πίνακας- Laptop- Παρουσίαση PowerPoint- Πίνακας για προτζέκτορα- Βιντεοπροβολέας
6	<p>Ενσυναίσθηση</p> <p>a) Ορολογία</p>	<ul style="list-style-type: none">• Προβείτε σε μια σύντομη παρουσίαση των ορισμών της ενσυναίσθησης και των βασικών ιδεών που θα βοηθήσουν τους/τις συμμετέχοντες-ουσες να καταλάβουν την έννοια	25 λεπτά	Παρουσίαση Ομαδική εργασία	<ul style="list-style-type: none">• Πίνακας• Μαρκadόροι



	b) Βασικές προσεγγίσεις	<ul style="list-style-type: none">Χωρίστε τους/τις συμμετέχοντες-ουσες σε 3 ομάδες – σε καθεμία ομάδα αναθέστε ένα συγκεκριμένο θέμα για την προώθηση και τη διδασκαλία της ενσυναίσθησης στην ομάδα τους. Κάθε ομάδα θα πρέπει να συζητήσει και να σημειώσει σε ένα χαρτί Α3 τι κατανοεί με τον όρο και να εντοπίσει δύο παραδείγματα (ένα θετικό και ένα αρνητικό) αυτής της έννοιας (τα παραδείγματα μπορεί να είναι από την εμπειρία τους ως προπονητές-τριες ή κάτι που έχουν δει)Ένας/Μία εκπρόσωπος από κάθε ομάδα θα παρουσιάσει σε όλα τα άτομα τον ορισμό και τα παραδείγματα που σημειώθηκαν από την ομάδα τους. Μόλις ολοκληρωθούν οι παρουσιάσεις, θα πρέπει να προσφέρετε την ευκαιρία στους/στις συμμετέχοντες-ουσες να μοιραστούν τις απόψεις τους για όσα συζητήθηκαν και να προσθέσουν στις παρουσιάσεις των συναδέλφων τους.			<ul style="list-style-type: none">Α3 φυλλάδιαΣτυλό
7	Αναστοχασμός	<p>Αναστοχασμός</p> <ul style="list-style-type: none">Ζητήστε από τους/τις συμμετέχοντες-ουσες να μοιραστούν με την ομάδα τις σκέψεις και τις απόψεις τους για όσα συζητήθηκαν κατά τη διάρκεια του εργαστηρίουΖητήστε από τα συμμετέχοντα άτομα να σκεφτούν όλα τα πράγματα που συζητήθηκαν κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου και εάν πιστεύουν ότι «ο ρατσισμός ή ο αποκλεισμός είναι συμβατοί με οποιονδήποτε τρόπο με τις αξίες του αθλητισμού ή τη θέση και την επίδραση του ποδοσφαίρου στην κοινωνία».	5 λεπτά	Συζήτηση-Αναστοχασμός	



8	Ανατροφοδότηση	Δώστε τις φόρμες αξιολόγησης του εργαστηρίου και ζητήστε από τα συμμετέχοντα άτομα να τις συμπληρώσουν	5 λεπτά		
Διάρκεια της Διδακτικής Ενότητας			2 ώρες		
Εκπαιδευτικό υλικό για δια ζώσης μάθηση		<ul style="list-style-type: none">- Laptop- Παρουσίαση PowerPoint- Πανί για προτζέκτορα- Βιντεοπροβολέας- Πίνακας	<ul style="list-style-type: none">- Φυλλάδια- Στυλό- Post-its (διαφορετικά χρώματα)- Ταινία-		
Επιπρόσθετες πηγές		<ul style="list-style-type: none">○ Preventing Violent Extremism through Sport: Technical Guide. https://www.unodc.org/documents/dohadeclaration/Sports/PVE/PVE_TechnicalGuide_EN.pdf○ Bystander Anti-Racism Project. Retrieved from https://www.westernsydney.edu.au/challengingracism/challenging_racism_project/our_research/bystander_anti-racism			



