

---

*«Εμπνέοντας την Ακεραιότητα & Προωθώντας  
Θετικές Αθλητικές Συμπεριφορές»*

**ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ/ ΕΡΓΑΛΕΙΟΘΗΚΗ**

**ΠΑΡΑΔΟΤΕΟ 4, ΑΞΟΝΑΣ 1 – ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ**

*Εκστρατεία Ευαισθητοποίησης: Εστιάζοντας στους  
Μαθητές/τριες Πρωτοβάθμιας και  
Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης με στόχο την  
προώθηση της Ακεραιότητας μέσω Καινοτόμων  
Αθλητικών Δράσεων*

---

## ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Το Εγχειρίδιο που κρατάτε στα χέρια δημιουργήθηκε από το Γραφείο των Ηνωμένων Εθνών για τα Ναρκωτικά και το Έγκλημα (UNODC) με τη χρηματοδότηση της Γενικής Διεύθυνσης Υποστήριξης Διαρθρωτικών Μεταρρυθμίσεων (DG-REFORM) της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Το UNODC θα ήθελε να ευχαριστήσει τους εκπροσώπους της DG-REFORM κ.κ.: Sebastien Renaud, Ciresica Feyer, Laurens Sijbrant και Αναστασία Ρούφου για την εξαιρετική συνεργασία.

Το UNODC θα ήθελε επίσης να ευχαριστήσει τα στελέχη της Εθνικής Αρχής Διαφάνειας για τη συνεχή προσπάθειά τους και την πολύτιμη υποστήριξή τους στην υλοποίηση του έργου στο σύνολό του και την ανάπτυξη του συγκεκριμένου Εγχειριδίου. Ειδικότερα, το UNODC ευχαριστεί τους κ.κ.: Άγγελο Μπίνη, Ιωάννη Φουσανάκη, Αναστασία Σωτηροπούλου, Αργύριο Τσομώκο, Μαρία Κωνσταντινίδου, Ασπασία Φατσιάδου και Νικόλαο Μπούρτζινο.

Το UNODC θα ήθελε επίσης να ευχαριστήσει τα στελέχη της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού του Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού για τη σημαντική βοήθειά τους στην αναθεώρηση και τη διαμόρφωση του εν λόγω Εγχειριδίου και ειδικότερα τους κ.κ.: Γιώργο Μαυρωτά, Κωνσταντίνο Φλέγκα, Παναγιώτα Ξυλάκη, Αμαλία Καπερώνη και Αγαθή Κασούμη.

Το UNODC θα ήθελε επίσης να ευχαριστήσει τα στελέχη του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων, για τη συμβολή και τις προσπάθειές τους στην κατάρτιση και διαμόρφωση του Εγχειριδίου και ειδικότερα τους κ.κ.: Ευγενία Γκορτσιλά και Δημήτριο Κερερέ.

Τέλος, το UNODC αξιοποίησε την εμπειρία των στελεχών και των συμβούλων του, οι οποίοι συνέταξαν, αναθεώρησαν και παρέιχαν τις πολύτιμες γνώσεις τους για τη διαμόρφωση αυτού του Εγχειριδίου, συμπεριλαμβανομένων, ενδεικτικά, των: Constantine Palicarsky, Γεωργία Δημητροπούλου, Πελαγία Πατσουλέ, Hanna Fazilova και Χρήστο Βλάσση. Ιδιαίτερες ευχαριστίες απευθύνονται στους Holly Collison, Stan Windsor, Anna Farello και Bob Oluokoya για τον σημαντικό τους ρόλο στη διασκευή και την επιμέλεια του εν λόγω Εγχειριδίου.

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

<b>Βασικά δεδομένα</b> .....	<b>5</b>
<b>Εισαγωγή και Γενικές Πληροφορίες</b> .....	<b>6</b>
1. Στόχος της εκστρατείας.....	6
2. Στόχοι.....	7
(1) Θέμα εστιασμένο στη μάθηση - Ευγενής άμιλλα.....	9
Αναμενόμενα αποτελέσματα.....	9
(2) Θέμα εστιασμένο στη μάθηση - Σεβασμός.....	9
Αναμενόμενα αποτελέσματα.....	10
(3) Θέμα εστιασμένο στη μάθηση - Ανεκτικότητα.....	10
Αναμενόμενα αποτελέσματα.....	10
(4) Θέμα εστιασμένο στη μάθηση – Κοινωνικές Δεξιότητες & Θετικές Δράσεις.....	11
Αναμενόμενα αποτελέσματα.....	11
<b>Η Εκστρατεία «Εμπνέοντας Ακεραιότητα και Προωθώντας Θετικές Αθλητικές Συμπεριφορές»</b> .....	<b>11</b>
<b>Η έννοια έμπνευσης για ακεραιότητα στα σχολεία μέσω του αθλητισμού.Σφάλμα! Δεν έχει οριστεί σελίδα</b>	
<b>Σκιαγράφηση των συστατικών στοιχείων της Εκστρατείας για την Ακεραιότητα του Αθλητισμού (Sports Integrity)</b> .....	<b>13</b>
Διάρκεια εκστρατείας.....	13
Βασικά συστατικά στοιχεία της εκστρατείας.....	14
<b>A. Εισαγωγή Βασικών Αθλητικών Αξιών και Βελτίωση της Κατανόησης της Έννοιας της Ακεραιότητας</b> .....	<b>15</b>
<b>Παράδειγμα Δραστηριοτήτων Εκστρατείας</b> .....	<b>15</b>
Δραστηριότητες για παιδιά ηλικίας 10-12 ετών.....	19
Δραστηριότητες για Εφήβους 13-15 ετών.....	21
<b>B. Γιορτάζοντας τον αθλητισμό: Αθλητικά Τουρνουά και Άλλες Αθλητικές Δραστηριότητες</b> .....	<b>22</b>
<b>Πρωώθηση των αξιών του αθλητισμού – Συμμετοχή, Έμπνευση Σύνδεση</b> .....	<b>31</b>
Συμμετοχή Γονέων.....	31
Συμμετοχή της Κοινότητας.....	32
Συμμετοχή Αθλητών Υψηλού Επιπέδου.....	32
<b>Εμπνέοντας Ακεραιότητα και Δημιουργώντας Κληρονομιά</b> .....	<b>37</b>
Δημιουργώντας Πρέσβεις Σεβασμού.....	37
Δραστηριότητες που Καθοδηγούνται από Αθλητές, Κορυφαίους Προπονητές, ιδιοκτήτες Ομάδων ή Πολιτικά Πρόσωπα.....	38
Εικονική Πρόκληση.....	38

<i>Συστάσεις για Δραστηριότητες Δημιουργίας Προηγούμενου (Κληρονομιάς):</i> .....	39
<b>Ευκαιρίες Προβληματισμού για τις Αξίες της Εκστρατείας και της Αθλητικής Ακεραιότητας</b> .....	41
<i>Δημιουργία Βίντεο και/ή Άρθρου σε Σχολική Εφημερίδα</i> .....	41
<b>Επικοινωνία/ Δημόσιες Σχέσεις</b> .....	42
<i>Θέση τοποθεσίας web</i> .....	42
<i>Ιστοσελίδα</i> .....	42
<i>Βιβλιοθήκη πόρων</i> .....	43
<i>Δημιουργία συνδέσεων με πρόσθετα μέσα διάθεσης σε τοπικό ή/και εθνικό επίπεδο</i> .....	43
<b>ΣΧΕΔΙΑ ΠΑΡΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ</b> .....	44
<i>Ερωτηματολόγιο Ανώτερων Διοικητικών Στελεχών (SLT)</i> .....	45
<i>Ερωτηματολόγιο Γονέων</i> .....	47
<i>Ερωτηματολόγιο μαθητών/τριών</i> .....	49

## Βασικά δεδομένα

<b>Τίτλος της Εκστρατείας</b>	«Εμπνέοντας την Ακεραιότητα & Προωθώντας Θετικές Αθλητικές Συμπεριφορές»
<b>Πεδίο Εφαρμογής</b>	Το συγκεκριμένο Εγχειρίδιο αφορά σε μια συνολική εκστρατεία ευαισθητοποίησης που θα πραγματοποιηθεί στις σχολικές μονάδες όλης της χώρας για την προώθηση της ακεραιότητας μέσω της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού , με στόχο να προβάλλει τις συγκεκριμένες αξίες στους νέους/ες και κυρίως στους μαθητές/τριες της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης.
<b>Διάρκεια της Εκστρατείας</b>	Τουλάχιστον μια (1) σχολική ημέρα  <u>Σημείωση:</u> Οι προτεινόμενες δραστηριότητες θα μπορούσαν να έχουν μεγαλύτερη χρονική διάρκεια και να ενταχθούν σε ένα ευρύτερο πλαίσιο το οποίο θα περιλαμβάνει σχετικές εκστρατείες ευαισθητοποίησης, με τη συμμετοχή των σχολείων και/ή της ευρύτερης τοπικής κοινωνίας, όπου αυτό είναι εφικτό.
<b>Εταίροι Υλοποίησης (ενδεικτικά)</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων (Υ.ΠΑΙ.Θ.)</li><li>2. Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής (Ι.Ε.Π.)</li><li>3. Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.), Υπουργείο Πολιτισμού και Αθλητισμού</li><li>4. Εθνική Αρχή Διαφάνειας</li><li>5. Εθνική Ολυμπιακή Επιτροπή</li><li>6. Ενώσεις Μαθητών/Γονέων</li><li>7. Εθνικά/Τοπικά Αθλητικά Σωματεία και Ενώσεις</li><li>8. Περιφερειακές/Τοπικές Αρχές</li></ol>

--	--

## Εισαγωγή και Γενικές Πληροφορίες

### 1. Στόχος της εκστρατείας

Στόχος της εθνικής αυτής εκστρατείας είναι η ευαισθητοποίηση των μαθητών/τριών με την προώθηση θετικών αξιών όπως αυτές διαμορφώνονται με τη συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες και η ενίσχυση της ακεραιότητας μέσω της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού στο πλαίσιο του ελληνικού εκπαιδευτικού συστήματος και συγκεκριμένα σε σχολεία της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης.

Η εκστρατεία ευαισθητοποίησης απευθύνεται στους νέους/ες, κυρίως στους μαθητές/τριες ηλικίας μεταξύ 6 και 15 ετών και έχει επίκεντρο το σχολικό περιβάλλον. Θα υλοποιηθεί από τους εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής με τη συμμετοχή, κατά περίπτωση, γονέων/κηδεμόνων, φορέων της κοινωνίας των πολιτών και αθλητών/τριών. Η εκστρατεία αξιοποιώντας την εργαλειοθήκη των δραστηριοτήτων θα βασιστεί στους τέσσερις (4) πυλώνες της αθλητικής ακεραιότητας: **(1) την ευγενή άμιλλα, (2) τον σεβασμό, (3) την αποδοχή της διαφορετικότητας, την ανεκτικότητα και (4) τις κοινωνικές δεξιότητες.** Στο πλαίσιο της εκστρατείας θα αναλυθεί η έννοια της ακεραιότητας και οι αξίες που συνδέονται με αυτήν. Η δράση εντάσσεται στην προσπάθεια της ελληνικής κυβέρνησης και των εταίρων της για την προώθηση των θετικών αξιών μέσω της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού.

#### Βασικές λεπτομέρειες:

1. Η εκστρατεία θα πραγματοποιηθεί σε σχολεία και θα υλοποιηθεί από τους εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής.
2. Οι γονείς/ κηδεμόνες μπορούν να έχουν ενεργό συμμετοχή στις δραστηριότητες αυτές εκτός του σχολικού πλαισίου.
3. Θα πρέπει να εξεταστεί το ενδεχόμενο πρόσκλησης και συμμετοχής φορέων και μελών της τοπικής ή ευρύτερης κοινωνίας. Μπορούν για παράδειγμα, να περιλαμβάνονται στους φορείς αυτούς οι δημοτικές και περιφερειακές αρχές και υπηρεσίες ή φορείς καθώς και τα τοπικά αθλητικά σωματεία. Η προσέγγιση αυτή μπορεί να κινητοποιήσει τις τοπικές κοινωνίες τονώνοντας τον ενθουσιασμό, το ενδιαφέρον τους και τελικά ενισχύοντας τη συμμετοχή των μαθητών/τριών σε δράσεις που σχετίζονται με τον σχολικό αθλητισμό και τη φυσική αγωγή. Οι φορείς και οι παράγοντες της κοινότητας μπορούν επίσης να συμβάλουν στην ενίσχυση των μαθησιακών στόχων και να επιτύχουν συνέργειες στο πλαίσιο μελλοντικών δράσεων ευαισθητοποίησης.

4. Οι Ολυμπιονίκες αθλητές/τριες αλλά και κορυφαίοι αθλητές/τριες μπορούν να λειτουργήσουν ως πρότυπα και πρεσβευτές μέσα στις σχολικές μονάδες. Οι αθλητές/τριες μπορούν επίσης να αποτελέσουν θετικά πρακτικά παραδείγματα - πρότυπα και να εκφράσουν τις αθλητικές αξίες του σεβασμού και της ευγενούς άμιλλας στον αθλητισμό.
5. Οι δραστηριότητες που προτείνονται για την εκστρατεία απευθύνονται σε τρεις διαφορετικές ηλικιακές ομάδες:
  - Α΄- Γ΄ τάξη Δημοτικού (-Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση, 6 - 9 ετών)
  - Δ΄- Στ΄ τάξη Δημοτικού (-Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση, 10 - 12 ετών)
  - Α΄- Γ΄ τάξη Γυμνασίου (-Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση, 13 - 15 ετών)
6. Οι αθλητικοί σύλλογοι και οι αθλητικές ομάδες που δραστηριοποιούνται στις τοπικές κοινωνίες μπορούν να αξιοποιήσουν με τη σειρά τους το συγκεκριμένο Εγχειρίδιο, ενώ παράλληλα προτείνεται να υπάρξει μέριμνα για σχετική καθοδήγηση με στόχο τη δημιουργική και αποτελεσματική υλοποίηση των δράσεων.
7. Η εκστρατεία ενισχύεται με τη διοργάνωση μιας ημερίδας ειδικών δραστηριοτήτων.

## 2. Στόχοι

Η εκστρατεία έχει πρωταρχικό στόχο την προώθηση της ακεραιότητας. Θέτοντας τη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό στο επίκεντρο, ο στόχος αναπτύσσεται ως ακολούθως:

1. **Προώθηση των αθλητικών αξιών** και ευαισθητοποίηση μέσω της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού ως εργαλείο **προσωπικής και κοινωνικής ανάπτυξης και ευημερίας.**
2. Διαμόρφωση ενός περιβάλλοντος στο οποίο οι μαθητές/τριες και η σχολική κοινότητα θα διασκεδάσουν συμμετέχοντας **σε αθλητικές δράσεις και δράσεις σωματικής άσκησης.**

Επιπλέον, η εκστρατεία θα συμβάλλει στην επίτευξη των παρακάτω στόχων οι οποίοι συνδέονται με τις αθλητικές αξίες και την έννοια της ακεραιότητας μέσω της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού:

1. **Έμφαση στην αξία της ευγενούς άμιλλας, τόσο από μεμονωμένα άτομα όσο και σε ομαδικό πλαίσιο, βάσει των γραπτών αλλά και των άγραφων αθλητικών κανόνων και κωδίκων, οι οποίοι έχουν ακόμα μεγαλύτερη αξία.** Ιδιαίτερη έμφαση θα δοθεί στο ομαδικό και αθλητικό πνεύμα.
2. **Αναγνώριση της αξίας της αποδοχής της διαφορετικότητας στον αθλητισμό, η οποία σημαίνει κάτι περισσότερο από το να αφήσουμε τον αντίπαλο να πάρει τη σειρά του. Αποδοχή της διαφορετικότητας ή ανεκτικότητα** ουσιαστικά σημαίνει την ειρηνική συνύπαρξη. Επομένως,

δίνεται έμφαση στη δημιουργία ενός κλίματος κατανόησης σύμφωνα με το οποίο είμαστε όλοι ίσοι παρά τις διαπροσωπικές διαφορές μας.

3. **Πρώθηση των θετικών κοινωνικών δεξιοτήτων εντός και εκτός σχολικού περιβάλλοντος.** Αναδεικνύοντας τις επιτυχίες που επιτεύχθηκαν στις συγκεκριμένες αθλητικές δραστηριότητες, ενθαρρύνονται παράλληλα οι θετικές στάσεις και αξίες.
4. **Τόνωση του πνεύματος τήρησης των κανόνων και του σεβασμού.** Η νίκη χωρίς να θίγεται ή να προσβάλλεται κανείς, καθώς επίσης και η ήττα χωρίς ενστάσεις και η αποδοχή της με αξιοπρέπεια, αποτελούν μαθήματα ζωής που οι μαθητές/τριες μπορούν να λάβουν μέσω της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού. Πρέπει να υπάρχει **σεβασμός** όχι μόνο προς τους διαιτητές και τους εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, αλλά και προς τους συναθλητές/τριές μας, στους αντιπάλους και σε όλους όσους συμμετέχουν στη δραστηριότητα.
5. **Ανάπτυξη σχέσεων για τη δημιουργία δεξιοτήτων.** Με τον τρόπο αυτό θα ενισχυθεί η αυτοεκτίμηση και η εμπιστοσύνη των μαθητών/τριών ιδίως όταν συμμετέχουν σε δράσεις της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού. Οι εκπαιδευτικοί φυσικής αγωγής, οι γονείς και άλλοι ενήλικες, θα συμβάλλουν με τη συμμετοχή τους ώστε οι μαθητές/τριες να έχουν την απαραίτητη υποστήριξη και να λειτουργήσουν τελικά ως θετικά πρότυπα.



Ακολουθεί σύνοψη των θεματικών που θα αναπτυχθούν, καθώς και των συνοδευτικών δράσεων για καθέναν από τους πυλώνες της αθλητικής ακεραιότητας στους οποίους θα επικεντρωθούν οι δραστηριότητες:

## 1. Ευγενής Άμιλλα

**Εκμάθηση:** Οι θεμελιώδεις αρχές της ακεραιότητας και επομένως, της αθλητικής ακεραιότητας διέπονται από την έννοια της δικαιοσύνης (δίκαιης μεταχείρισης). Η δικαιοσύνη σε αθλητικά πλαίσια εκδηλώνεται με τη μορφή της ευγενούς άμιλλας.

**Στόχος:** Να κατανοήσουν οι μαθητές/τριες την έννοια της ευγενούς άμιλλας μέσω της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού αναλύοντας τις παρακάτω θεματικές:

A. Γιατί η ευγενής άμιλλα είναι σημαντική για την αθλητική ακεραιότητα;

B. Πώς συμμετέχουμε σε αθλητικούς αγώνες με δίκαιο τρόπο;

Γ. Πώς πρέπει να συμπεριφερόμαστε όταν ένας/μία συναθλητής/τρια μας, παραβιάζει τους κανόνες ή συμπεριφέρεται με άδικο τρόπο;

### Αναμενόμενα αποτελέσματα

- 1.1 Ενίσχυση της ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης σχετικά με την έννοια της ευγενούς άμιλλας.
- 1.2 Ανάδειξη της σημασίας της ευγενούς άμιλλας.
- 1.3 Ικανότητα παράθεσης πρακτικών παραδειγμάτων ευγενούς άμιλλας.
- 1.4 Κατανόηση και περιγραφή του τρόπου με τον οποίο η ευγενής άμιλλα συνδέεται με την ακεραιότητα υπό την ευρύτερη έννοια.

## 2. Σεβασμός

**Εκμάθηση:** Ο σεβασμός αποτελεί σημαντική αξία στην ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων των νέων τόσο ως μελών της αθλητικής κοινότητας όσο και ως μελλοντικών πολιτών και μελών της κοινωνίας. Είναι μια από τις βασικές αξίες, οι οποίες είναι συνυφασμένες με το αθλητικό πνεύμα και τα αθλητικά ιδεώδη. Μπορεί να εφαρμόζεται στην πράξη και να συμβάλλει στην ενδυνάμωση των κοινωνικών δεξιοτήτων. Ο σεβασμός είναι αξία που πρέπει να υιοθετούμε στη ζωή και να υποστηρίζεται από συμμετέχοντες, αθλητές/τριες, φιλάθλους, γονείς/ κηδεμόνες, προπονητές/τριες και από τους εκπροσώπους των αρμόδιων φορέων ή των αθλητικών σωματείων.

**Στόχος:** Να αυξηθεί η ευαισθητοποίηση σχετικά με τους λόγους για τους οποίους ο σεβασμός αποτελεί σημαντική αξία στον αθλητισμό και να γίνει καλύτερα κατανοητός ο τρόπος με τον οποίο πρέπει να δείχνουμε σεβασμό στους άλλους.

### Αναμενόμενα αποτελέσματα

- 2.1 Να κατανοήσουν οι μαθητές/τριες τους τρόπους με τους οποίους μπορούμε να εκδηλώσουμε τον σεβασμό μας
- 2.2 Να γίνει κατανοητό τι χρειάζεται για να εκφράσουμε τον σεβασμό.
- 2.3 Να συνδεθεί ο σεβασμός με την ακεραιότητα και να γίνει κατανοητό γιατί αποτελεί αναπόσπαστο μέρος του γενικότερου στόχου της ακεραιότητας.
- 2.4 Να καθοριστεί τι σημαίνει εννοιολογικά η λέξη «σεβασμός» και πως αυτή ερμηνεύεται και αποτυπώνεται μέσα σε διάφορα και διαφορετικά πλαίσια της ζωής ενός ατόμου.

### 3. Αποδοχή της διαφορετικότητας

*Εκμάθηση: Η αποδοχή της διαφορετικότητας, η ανεκτικότητα και η διαχείριση της πίεσης του συναγωνισμού τόσο από τους αντιπάλους όσο και από τους συναθλητές/τριες αποτελούν βασικές δεξιότητες που συμβάλλουν στην εξάλειψη των αρνητικών συμπεριφορών στον αθλητισμό. Η ανεκτικότητα και η αποδοχή του άλλου αποτελεί θεμελιώδη αρχή της αθλητικής ακεραιότητας. Οι πολιτισμικές, θρησκευτικές, εθνοτικές και προσωπικές διαφορές πρέπει να γίνονται σεβαστές και να τιμώνται εντός και εκτός του αθλητικού χώρου.*

*Στόχος: Να δοθούν ευκαιρίες στα παιδιά να μάθουν το ένα από το άλλο, να σέβονται και να αποδέχονται τις όποιες διαφορές και να δρουν με θετικό τρόπο, με στόχο την προστασία και την προώθηση της ανεκτικότητας και της αποδοχής της διαφορετικότητας στον αθλητισμό.*

### Αναμενόμενα αποτελέσματα

- 3.1 Σταδιακή ανάπτυξη και ενσωμάτωση μιας κουλτούρας αποδοχής της διαφορετικότητας με στόχο την ενίσχυση των κοινωνικών δεξιοτήτων και την ενίσχυση θετικών δράσεων.
- 3.2 Εφαρμογή μιας μελέτης περίπτωσης σεναρίου με θέμα την αποδοχή της διαφορετικότητας και την ανεκτικότητα βάσει του οποίου η ομάδα των μαθητών/τριων θα συμμετέχει και θα αλληλοεπιδρά σε παιχνίδια ρόλων με διάφορους συμμαθητές/τριές τους.
- 3.3 Κατανόηση της αποδοχής του άλλου, της διαφορετικότητας και της σημασίας της ανεκτικότητας για την επίτευξη του γενικότερου στόχου της αθλητικής ακεραιότητας.

#### 4. Κοινωνικές Δεξιότητες & Θετικές Δράσεις

Εκμάθηση: Η χαρά του αθλητισμού υπάρχει πάντα όταν συμμετέχουμε αλλά και όταν παρακολουθούμε αγώνες με στόχο τη βελτίωση των κοινωνικών μας δεξιοτήτων και την υλοποίηση θετικών δράσεων.

Στόχοι:

- Αύξηση της ευαισθητοποίησης και κατανόηση του τρόπου λήψης σωστών αποφάσεων στον αθλητισμό.
- Ενθάρρυνση των νέων να αναπτύξουν θετικές αξίες και συμπεριφορές στον χώρο του αθλητισμού.
- Παροχή στους συμμετέχοντες γνώσεων και ευκαιριών επικοινωνίας, ανταλλαγής εμπειριών και συλλογικής διαμόρφωσης τρόπων προώθησης του αθλήματός τους μέσω θετικών δράσεων.

#### Αναμενόμενα αποτελέσματα

- 4.1 Δημιουργία από τους μαθητές/τριες ενός ανοικτού και φιλόξενου περιβάλλοντος μέσα στο οποίο θα ενισχύεται η κατανόηση των αξιών της αθλητικής ακεραιότητας και θα ενισχύονται οι κοινωνικές δεξιότητες και οι θετικές συμπεριφορές.
- 4.2 Μεγαλύτερη ευαισθητοποίηση, καλύτερη εκπαίδευση και κατανόηση του τι συνιστά θετική συμπεριφορά και ποιες είναι οι αξίες του αθλητισμού.
- 4.3 Προώθηση μιας σχολικής κοινότητας που προάγει και δίνει προτεραιότητα σε θετικές δράσεις.
- 4.4 Σταδιακή ανάπτυξη μιας συνολικής σχολικής κουλτούρας, η οποία θα προάγει τις κοινωνικές δεξιότητες και τις θετικές δράσεις, κινητοποιώντας όχι μόνο τη σχολική κοινότητα αλλά και το ευρύτερο οικογενειακό περιβάλλον.

### Η Εκστρατεία «Εμπνέοντας Ακεραιότητα και Προωθώντας Θετικές Αθλητικές Συμπεριφορές»

Οι έννοιες της προώθησης θετικών αθλητικών συμπεριφορών, θετικών δράσεων και σεβασμού της πολιτισμικής διαφορετικότητας μέσω της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού πλαισιώνουν τη συγκεκριμένη πανελλαδική εκστρατεία. Η ακεραιότητα αποτελεί θεμελιώδη «πυλώνα» του αθλητισμού, ενώ παράλληλα ο συναγωνισμός μέσα στο αθλητικό πλαίσιο αλλά και η εκπαίδευση μέσω της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού αποτελούν αποτελεσματικές μεθόδους διδασκαλίας, οι οποίες συμβάλλουν στην εξοικείωση των μαθητών/τριων με την έννοια της ακεραιότητας όχι μόνο στον αθλητικό χώρο, αλλά ως αξία στη ζωή γενικότερα. Η συνύπαρξη των εννοιών της ακεραιότητας και του αθλητισμού μπορεί να αμφισβητηθεί αλλά τελικά η

ενίσχυση της κατανόησής τους μπορεί να επιτευχθεί αποτελεσματικά μέσα στο πλαίσιο της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

## 1. Εμπνέοντας Ακεραιότητα στα σχολεία μέσω της Φυσικής Αγωγής και του

### Αθλητισμού

Η αξιοποίηση αθλητικών δράσεων που πλαισιώνονται από εκπαιδευτικούς σκοπούς αποτελεί μια επαναλαμβανόμενη και δοκιμασμένη μέθοδο δημιουργίας ενός περιβάλλοντος όπου οι νέοι/νέες μπορούν να επικοινωνούν μεταξύ τους και να ανταλλάσσουν απόψεις πάνω σε σύγχρονα θέματα που τους απασχολούν. Οι εκστρατείες ευαισθητοποίησης, που διοργανώνονται στο πλαίσιο σχολικών προγραμμάτων, δημιουργούν ένα εποικοδομητικό και υποστηρικτικό περιβάλλον για τους/τις νέους/νέες, προκειμένου να διερευνήσουν και να ανακαλύψουν τις θετικές αξίες από τη συμμετοχή τους στο αθλητικό γίγνεσθαι.

Μέσω της δέσμευσης και της συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες, τα παιδιά μπορούν να αναπτύξουν περαιτέρω τις θεμελιώδεις δεξιότητες που απαιτούνται για να «χτίσουν» τις φιλικές τους σχέσεις και να κατανοήσουν τα όρια και τα οφέλη τήρησης των κανόνων εντός και εκτός του αθλητικού περιβάλλοντος. Επιπλέον, το πλέγμα των αξιών που διέπει τον αθλητισμό μπορεί να διευκολύνει και να υποστηρίξει την προσωπική ανάπτυξη και την ανάπτυξη των σχέσεων μεταξύ συνομηλίκων, να ενισχύσει τις επικοινωνιακές δεξιότητες, την ειλικρίνεια και την εμπιστοσύνη μέσα σε ένα ομαδικό πλαίσιο. Αξίες όπως η ευγενής άμιλλα, η ανοχή στη διαφορετικότητα, η ανεκτικότητα και ο σεβασμός αποτελούν τα θεμέλια για τη λήψη ορθών αποφάσεων, ακολουθώντας κανόνες, συνεισφέροντας με θετικό τρόπο σε κοινότητες/ομάδες, μαθαίνοντας από τα λάθη και ακούγοντας τους άλλους.

Η εκστρατεία ευαισθητοποίησης έχει στο επίκεντρό της τη σωματική αγωγή και τον αθλητισμό αλλά και το ευρύτερο οικοσύστημά τους (εσωτερικοί και εξωτερικοί παράγοντες), με στόχο τη δημιουργία και αξιοποίηση εκπαιδευτικών ευκαιριών πάνω στην αξία της ακεραιότητας και με μακροπρόθεσμο στόχο την προώθηση θετικών συμπεριφορών εντός και εκτός του χώρου της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού.

Οι εξωτερικοί παράγοντες μπορούν να περιλαμβάνουν:

- Γονείς/ Κηδεμόνες
- Προπονητές/τριες τοπικών αθλητικών συλλόγων
- Αθλητικούς αξιωματούχους και διαιτητές που στηρίζουν τον αθλητισμό στην τοπική κοινωνία
- Αθλητές/τριες

## 2. Στοιχεία της εκστρατείας Αθλητικής Ακεραιότητας (Sports Integrity)

Η εκστρατεία θα υλοποιηθεί από εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής σε σχολεία Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, οι οποίοι/ες θα κατευθύνουν και θα καθοδηγήσουν τους μαθητές/τριες μέσω δραστηριοτήτων που επικεντρώνονται σε τέσσερις (4) πυλώνες της αθλητικής ακεραιότητας (ευγενής άμιλλα, σεβασμός, αποδοχή στη διαφορετικότητα και κοινωνικές δεξιότητες).

Οι δραστηριότητες αυτές είναι επιλεγμένες και διαμορφωμένες με βάση τις ηλικίες των παιδιών και ανάλογα με την πολυπλοκότητα και τις γνώσεις που απαιτούνται για τη συμμετοχή των παρακάτω ηλικιακών ομάδων: Δημοτικό Α΄- Γ΄ τάξη (ηλικίες 6-9 ετών), Δ΄- Στ΄ τάξη (ηλικίες 10-12 ετών) και Γυμνάσιο Α΄- Γ΄ τάξη (ηλικίες 13-15 ετών).

Οι δραστηριότητες έχουν ως στόχο να κινητοποιήσουν τους/τις μαθητές/τριες και να αξιολογήσουν τις ικανότητές τους στη λήψη αποφάσεων μέσα στο αθλητικό περιβάλλον και μέσω αθλητικών αναμετρήσεων. Το επίπεδο δυσκολίας θα αυξάνει σταδιακά ανάλογα με την ηλικία των μαθητών/τριων, ώστε να ληφθούν υπόψη οι πιο ανεπτυγμένες γνώσεις και τυχόν εμπειρίες τους από τη συμμετοχή τους σε αθλητικές δράσεις. Με την αύξηση της δυσκολίας βάσει της ηλικίας, είναι πιο πιθανό τα παιδιά να μάθουν να προσαρμόζονται σε νέα σενάρια και προκλήσεις, με αποτέλεσμα να είναι καλύτερα προετοιμασμένα όταν η ακεραιότητα υπονομεύεται τόσο στο πλαίσιο του αθλητισμού όσο και στο πλαίσιο της ευρύτερης κοινωνίας.

## 3. Διάρκεια εκστρατείας

Η εκστρατεία έχει σχεδιαστεί για να υλοποιηθεί εντός μιας σχολικής ημέρας. Προτείνεται οι δράσεις της να υλοποιηθούν παράλληλα με μια ήδη αναγνωρισμένη ημέρα αθλητικών εκδηλώσεων όπου θα τιμάται η συμμετοχή στον αθλητισμό και θα επισημαίνονται τα οφέλη του, όπως είναι η Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού, η οποία περιλαμβάνει την Ευρωπαϊκή Ημέρα Σχολικού Αθλητισμού (εορτάζεται τον Σεπτέμβριο κάθε έτους) ή μια Εθνική Ημέρα Αθλητισμού, εφόσον αυτή έχει καθιερωθεί. Στην περίπτωση αυτή, η όσο μεγαλύτερη συμμετοχή των σχολικών μονάδων είναι πιθανό να ενθαρρύνει και τους εξωσχολικούς αθλητικούς φορείς να συνεργαστούν και να συμμετάσχουν στην εκδήλωση.

Η παραπάνω σύνδεση θα συμβάλει επίσης στην υλοποίηση μιας σταθερής, ετήσιας διοργάνωσης και η καθιέρωσή της ως θεσμού, εφόσον επαναλαμβάνεται σε σταθερή βάση κάθε χρόνο. Το παραπάνω είναι απλώς ένα παράδειγμα μιας ημέρας που θα μπορούσε να θέσει τις βάσεις για την παραδοσιακή διεξαγωγή των παιχνιδιών αυτών,

με αφορμή τη μεγάλη επιτυχία που είχαν σε άλλες ευρωπαϊκές χώρες για την πρόωση των πλεονεκτημάτων του αθλητισμού στις τοπικές κοινωνίες <sup>1</sup>.

Ιδέα: Τελετή Έναρξης

Μπορείτε να εξετάσετε το ενδεχόμενο να ξεκινήσετε την εκστρατεία διοργανώνοντας μια επίσημη τελετή έναρξης, όπου οι γονείς και οι παράγοντες της τοπικής κοινωνίας θα κληθούν να παραστούν και να συμμετάσχουν. Αυτό θα μπορούσε να αποτελέσει μια δημιουργική, θετική ευκαιρία για τις ομάδες των μαθητών/τριων έτσι ώστε να αναρτήσουν σχετικές αφίσες και επικοινωνιακό υλικό και να μοιραστούν τις εμπειρίες τους από την πρωινή σχολική δράση. Η τελετή θα μπορούσε να λειτουργήσει ως μια θετική προσμονή για τα παιδιά και να συμβάλει στην παρουσίαση των απογευματινών δραστηριοτήτων, του τρόπου λειτουργίας του συστήματος αξιολόγησης, καθώς και των ρόλων και των προσδοκιών για την υπόλοιπη εκστρατεία.

#### 4. Βασικά δομικά στοιχεία της εκστρατείας

Η εκστρατεία δομείται πάνω σε δύο βασικά στοιχεία:

- A. Για τις πρωινές σχολικές ώρες προτείνεται ένα σύνολο αθλητικών δραστηριοτήτων βάσει των ηλικιακών ομάδων που προαναφέρθηκαν, με στόχο την εισαγωγή της έννοιας της ακεραιότητας και την εξοικείωση των μαθητών/τριων. Η διάρκεια κάθε δραστηριότητας θα είναι περίπου 45 λεπτά.

#### A. Για τις απογευματινές ώρες παρέχεται καθοδήγηση για την υλοποίηση αθλητικών τουρνουά που θα εστιάζουν σε ομαδικά παιχνίδια.

Οι δραστηριότητες που προτείνονται για τις πρωινές σχολικές ώρες θα μπορούσαν να υλοποιηθούν σε ξεχωριστή ημέρα, μέσα στις εβδομάδες που προηγούνται της ημέρας της εκστρατείας, για την εισαγωγή της έννοιας της ακεραιότητας και των βασικών αθλητικών αξιών στους/στις μαθητές/τριες ως προετοιμασία της βασικής εκδήλωσης. Με αυτήν την προσέγγιση, ακολουθώντας τις δραστηριότητες, οι μαθητές/τριες θα έχουν περισσότερο χρόνο για την κατανόηση των εννοιών και τη μελέτη τους, ενώ μπορεί να δοθεί επιπλέον χρόνος στα αθλητικά τουρνουά και τις δραστηριότητες.

---

<sup>1</sup>Ευρωπαϊκή Ημέρα Σχολικού Αθλητισμού (<https://www.essd.eu/>)

## Εισαγωγή Βασικών Αθλητικών Αξιών και Κατανόηση της Έννοιας της Ακεραιότητας

Σκοπός των δραστηριοτήτων αυτών είναι η εισαγωγή, μέσω της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού, των αξιών της ακεραιότητας, της ευγενούς άμιλλας, της ανεκτικότητας, της αποδοχής της διαφορετικότητας και του σεβασμού με στόχο την ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων και την ενίσχυση των θετικών δράσεων. Με την εισαγωγή των εννοιών αυτών σε δραστηριότητες Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, τα παιδιά μπορούν να αποκτήσουν δεξιότητες, οι οποίες θα βασίζονται μεν στον αθλητισμό αλλά να μπορούν να υιοθετηθούν στη ζωή τους γενικότερα.

### 1. Παράδειγμα Δραστηριοτήτων Εκστρατείας

Για να καταδειχθεί το επίπεδο αύξησης της δυσκολίας των δραστηριοτήτων ανάλογα με την ηλικία, έχουν αναπτυχθεί παραδείγματα ομαδικών δραστηριοτήτων φυσικής αγωγής.

Στα πρώτα στάδια μάθησης (ηλικίες 6-9-ετών) οι ορισμοί εισάγονται με απλό τρόπο σε ατομικό επίπεδο για να επιτευχθεί η σταδιακή κατανόηση των εννοιών της ευγενούς άμιλλας, της φιλίας και των θετικών αξιών.

Καθώς οι δραστηριότητες εξελίσσονται και αφορούν μεγαλύτερες ηλικιακές ομάδες (ηλικίες 10-12 ετών), ο ρόλος του/ της εκπαιδευτικού φυσικής αγωγής και των εξωτερικών παραγόντων ενισχύεται, με σκοπό την ενίσχυση της σύνδεσης με τις αρχές της ακεραιότητας. Οι αρχές αυτές είναι εκείνες που θα καθορίσουν τον τρόπο με τον οποίο οι συμπεριφορές και οι αξίες στον αθλητισμό μπορούν να επηρεάσουν τους άλλους (συναθλητές/τριες, αντιπάλους, αξιωματούχους).

Απώτερος στόχος όσον αφορά στην ηλικιακή ομάδα (ηλικίες 13-15 ετών) είναι να μπορούν οι μαθητές/τριες να αναγνωρίζουν πότε και πού έχει τηρηθεί η ακεραιότητα και πώς οι θετικές αξίες στον αθλητισμό μπορούν να την εκφράσουν, καθώς και η ενίσχυση των θετικών συμπεριφορών εντός και εκτός αθλητικών πλαισίων.

## 2. Δραστηριότητες για παιδιά ηλικίας 6-9 ετών

**Θέμα με επίκεντρο τη μάθηση:** Προώθηση Κοινωνικών Δεξιοτήτων και Θετικών Δράσεων

**Ηλικιακή ομάδα:** 6- 9 ετών

### **Τίτλος Δραστηριότητας:**

Πετώντας τη μπάλα ψηλά

**Εξοπλισμός:** Μπαλόνια/Μπάλες

Μπάσκετ/Μπάλες Ποδοσφαίρου/Χρονόμετρο

### **Εκτιμώμενος χρόνος:**

45 λεπτά

### **Επιθυμητά Μαθησιακά Αποτελέσματα:**

#### **Οι μαθητές/τριες:**

A. Μπορούν να συνεργαστούν αποτελεσματικά ως μέρος μιας ομάδας για την επίτευξη ενός κοινού στόχου

B. Κατανοούν τις παραμέτρους γύρω από το τι κάνει έναν συναθλητή καλό συναθλητή και τι τον κάνει κακό συναθλητή

Γ. Κατανοούν τη σημασία της ομαδικής – συλλογικής δράσης και τις συνέπειες της μη ομαδικής δράσης.

### **Ιδανικό ακεραιότητας:**

Οι κοινωνικές δεξιότητες και οι θετικές δράσεις συνδέονται άμεσα με την ομαδική εργασία. Οι αξίες της ομαδικής δράσης μπορούν να υιοθετηθούν στο πλαίσιο των ευρύτερων κοινωνικών δεξιοτήτων. Επομένως, η ανάπτυξη της έννοιας της «ομάδας» είναι ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξη τόσο των κοινωνικών δεξιοτήτων όσο και των θετικών συγκεκριμένων δράσεων.

### **Οδηγίες δραστηριότητας:**

1. Συγκεντρώστε την ομάδα και δείξτε στα παιδιά ένα μπαλόνι. Μην τους δίνετε άλλες οδηγίες παρά μόνο ότι πρέπει να **κρατούν το μπαλόνι/μπάλα από αφρώδες υλικό στον αέρα όσο το δυνατόν περισσότερο, ενώ παράλληλα πρέπει να βρίσκονται σε συνεχή κίνηση.**
2. Μόλις η ομάδα αποκτήσει τον έλεγχο της δραστηριότητας, **προσθέστε ένα ή περισσότερα επιπλέον μπαλόνια**, ανάλογα με τις ικανότητές τους.
3. Στη συνέχεια, **ορίστε ένα όριο/περιοχή** εντός του οποίου πρέπει να παραμείνουν οι παίκτες/τριες.
4. Χρησιμοποιήστε **μπάλες βόλει αντί** για μπαλόνια για να το αυξήσετε τον βαθμό δυσκολίας. Επιπλέον, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα χρονόμετρο για να χρονομετρήσετε πόσο χρόνο βρίσκεται η μπάλα στον αέρα και **να τους προκαλέσετε να ξεπεράσουν αυτόν τον χρόνο!**

### **Βασικές οδηγίες για τους Επικεφαλής Δραστηριοτήτων:**

- Βεβαιωθείτε ότι όλα τα μέλη συνεισφέρουν εξίσου στη δραστηριότητα
- Εάν ορισμένα άτομα φαίνεται να μην συμμετέχουν, χωρίστε την ομάδα σε μικρότερες υποομάδες για να αυξήσετε την ατομική ευθύνη και τη συμμετοχή όλων των μελών της ομάδας με στόχο τη διατήρηση του μπαλονιού στον αέρα.
- Βεβαιωθείτε ότι η προσωπική ασφάλεια των παιδιών διατηρείται πάντα, ώστε να αποφευχθούν τυχόν τραυματισμοί

### **Πρακτική προβληματισμού και Εκμάθηση (15 λεπτά):**

1. Τι μας προκάλεσε να κρατήσουμε τα μπαλόνια στον αέρα για περισσότερο χρόνο;
2. Ποιες ενέργειες προκάλεσαν την πτώση των μπαλονιών στο έδαφος;
3. Ποια είναι η σημασία της επικοινωνίας;
4. Όταν η δραστηριότητα έγινε πιο δύσκολη, στηριχθήκαμε περισσότερο ή λιγότερο στη βοήθεια των άλλων;



**Θέμα Εστιασμένο στη Μάθηση:** Οι τέσσερις (4) πυλώνες της Αθλητικής Ακεραιότητας

**Ηλικιακή ομάδα:** 6- 9 ετών

**Τίτλος Δραστηριότητας:**

Το Δέντρο της Αθλητικής Ακεραιότητας

**Εξοπλισμός:**

Χρωματιστά στυλό, Χαρτί, Ανοιχτός χώρος

**Εκτιμώμενος χρόνος:**

45 λεπτά

**Επιθυμητά Μαθησιακά Αποτελέσματα:**

**Οι μαθητές/τριες:**

- A. Κατανοούν τους τέσσερις (4) πυλώνες της αθλητικής ακεραιότητας
- B. Κατανοούν πώς μπορούν να περιγράψουν αυτούς τους τέσσερις(4) πυλώνες

**Ιδανικό Ακεραιότητας:**

Οι μαθητές/τριες πρέπει να είναι σε θέση να εκφράσουν αποτελεσματικά τις συμπεριφορές που απαιτούνται για την προάσπιση της αθλητικής ακεραιότητας, ενώ οφείλουν να κατανοούν πραγματικά τις αξίες πίσω από αυτήν. Παρουσιάζοντας τις βασικές αυτές αθλητικές αξίες και ενθαρρύνοντας τα παιδιά να συζητούν και να εξοικειώνονται σταδιακά με τις έννοιες που βρίσκονται πίσω από τους τέσσερις(4)\_πυλώνες της αθλητικής ακεραιότητας, είναι πιθανότερο να κατανοήσουν τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να εκφράσουν και να εφαρμόσουν τις αρχές αυτές κατά την αθλητική τους δραστηριότητα και πώς να τις βελτιώσουν ή να συνεχίσουν να τις εφαρμόζουν και στη μετέπειτα ζωή τους.

**Οδηγίες δραστηριότητας:**

1. Για τα πρώτα 15 λεπτά, διαιρέστε την τάξη σε μικρές ίσες ομάδες με έναν βοηθό.
2. Δώστε σε κάθε ομάδα ένα αντίγραφο του Δέντρου Αθλητικής Ακεραιότητας (βλ. παρακάτω παράδειγμα).
3. Ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν ή να σχεδιάσουν (με βάση την ηλικία τους και τις δεξιότητές τους) τους δικούς τους ορισμούς και όσα έχουν κατανοήσει για κάθε πυλώνα στο αντίστοιχο κλαδί. Από τα μεγαλύτερα παιδιά ζητήστε να ζωγραφίσουν φύλλα στα αντίστοιχα κλαδιά και να περιγράψουν συμπεριφορές που ευθυγραμμίζονται με τον συγκεκριμένο πυλώνα. Ζητήστε από έναν/μία μαθητή/τρια μεγαλύτερης ηλικίας ή γονέα που βοηθά, να υποστηρίξει τη δραστηριότητα ανάλογα με τις ανάγκες.
4. Για τα επόμενα 15 λεπτά, παίξτε κυνηγητό σε εξωτερικό χώρο. Ζητήστε από τέσσερις εθελοντές να γίνουν «κυνηγοί» για κάθε έναν από τους τέσσερις πυλώνες. Όταν ο κυνηγός αγγίζει κάποιον, πρέπει να πιαστεί με αυτόν από τους βραχιόνες και να συνεργαστούν με στόχο να «πιάσουν» και άλλους, ώστε να τους προσθέσουν στην αλυσίδα του πυλώνα τους.

**Βασικές οδηγίες για τους Επικεφαλής των Δραστηριοτήτων:**

Να παρέχονται πάντοτε οδηγίες που να διασφαλίζουν ότι οι εννοιολογικοί ορισμοί είναι κατανοητοί ώστε να επιτυγχάνεται ο στόχος της μάθησης. Ενισχύστε τη δημιουργικότητα ενθαρρύνοντας τη χρήση χρωμάτων και εικόνων για να εκφράσουν τα παιδιά το μήνυμά τους και να ενεργοποιηθούν ακόμα περισσότερο. Για πιο προχωρημένες ηλικιακά και αναπτυξιακά ομάδες, ζητήστε από τους μαθητές/τριες να σας δώσουν παραδείγματα αθλητικής ακεραιότητας που επιδεικνύουν διάφοροι επαγγελματίες ή οι ίδιοι οι μαθητές/τριες στις ρίζες του δέντρου. Πριν παίξετε το παιχνίδι αυτό, υπενθυμίστε σε όλους/όλες τους ορισμούς και τις συμπεριφορές τους και **προκαλέστε τους να εξασκηθούν κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.**

**Πρακτική Προβληματισμού και Εκμάθηση (15 λεπτά):**

- Ζητήστε από κάθε ομάδα να παρουσιάσει την ακεραιότητα στην τάξη και να προσθέσει ιδέες ή συμπεριφορές που δεν έχουν ήδη συμπεριληφθεί.
- Συζητήστε αν το παιχνίδι έγινε πιο δύσκολο ή πιο εύκολο προχωρώντας με τους βραχιόνες «δεμένους» και πως όλοι εφάρμοσαν πράγματι τη συμπεριφορά που ανέγραψαν στο δέντρο τους, κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.

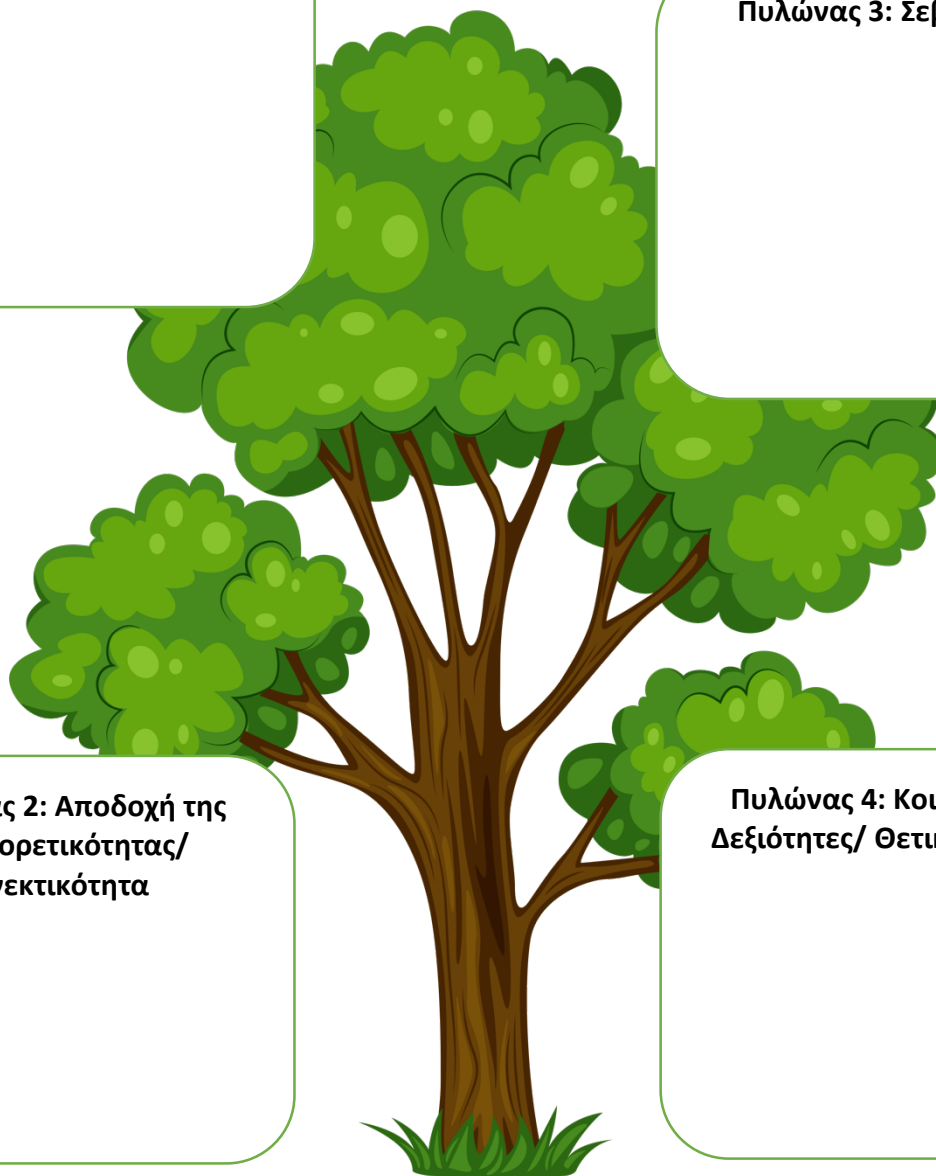
Το Δέντρο της Αθλητικής Ακεραιότητας– Παράδειγμα

**Πυλώνας 1: Ευγενής Άμιλλα  
(Ευ Αγωνίζεσθαι)**

**Πυλώνας 3: Σεβασμός**

**Πυλώνας 2: Αποδοχή της  
Διαφορετικότητας/  
Ανεκτικότητα**

**Πυλώνας 4: Κοινωνικές  
Δεξιότητες/ Θετική Δράση**



### 3. Δραστηριότητες για παιδιά ηλικίας 10-12 ετών

#### Θέμα Εστιασμένο στη Μάθηση: Αποδοχή της διαφορετικότητας/ Ανεκτικότητα

Ηλικιακή ομάδα: 10- 12 ετών

##### Τίτλος Δραστηριότητας:

Αποδοχή της διαφορετικότητας/  
Ανεκτικότητα με Ομαδική Εργασία

##### Εξοπλισμός:

2 γήπεδα βόλεϊ, 2 μπάλες βόλεϊ

##### Εκτιμώμενος χρόνος:

45 λεπτά

##### Επιθυμητά Μαθησιακά Αποτελέσματα:

###### Οι μαθητές/τριες:

- A. Κατανοούν ότι όλοι/ όλες είναι διαφορετικοί/ διαφορετικές
- B. Είναι υπερήφανοι/ υπερήφανες για τις διαφορές τους και δείχνουν ενδιαφέρον για τους άλλους.
- Γ. Κατανοούν ότι αυτές οι διαφορές διαμορφώνουν το ποιοι είμαστε και την ταυτότητά μας

##### Ιδανικό ακεραιότητας:

Η ανεκτικότητα εκφράζεται όταν καταλαβαίνουμε και εκτιμούμε εκείνο που μας κάνει μοναδικούς. Αυτό διαμορφώνεται με τον σεβασμό και την αποδοχή της διαφορετικότητας των πολιτισμών του κόσμου μας και των μορφών έκφρασής μας. Αυξάνοντας τη γνώση, τη διαφάνεια και την επικοινωνία, η καλύτερη κατανόηση των διαφορών αυτών μπορεί να μετριάσει τον φόβο του αποκλεισμού, επιζητώντας από τους μαθητές/τριες να αναπτύξουν την ικανότητα της ελεύθερης κρίσης, της κριτικής σκέψης και της υιοθέτησης της ορθής συλλογικής δεοντολογίας.

##### Οδηγίες δραστηριότητας:

1. Ξεκινήστε τη δραστηριότητα χωρίζοντας την τάξη σε τέσσερις ομάδες με ισάριθμους μαθητές/τριες. Οι ομάδες θα κάνουν ένα ελαφρύ ζέσταμα με τζόκινγκ γύρω από το γήπεδο. **Οι ομάδες πρέπει να ολοκληρώσουν την προθέρμανσή τους μαζί.**
2. Στη συνέχεια, τοποθετήστε τις τέσσερις ομάδες στα δύο γήπεδα βόλεϊ. Οι ομάδες 1 και 2 και οι ομάδες 3 και 4 θα παίξουν μεταξύ τους.
3. Οι ομάδες κερδίζουν πόντους όταν **κάθε άτομο αγγίζει την μπάλα και η μπάλα δεν έρχεται σε επαφή με το έδαφος, πριν περάσει από το φιλέ.** Για να είναι όλοι αφοσιωμένοι στο παιχνίδι, ενώ η ομάδα 1 κάνει πάσες στο μισό γήπεδο βόλεϊ, η ομάδα 2 θα πρέπει να μετρά μεγαλόφωνα τον αριθμό από τις πάσες της ομάδας 1.
4. Αν η μπάλα έρθει σε επαφή με το έδαφος, τότε αυτή δίνεται στην άλλη ομάδα που θα προσπαθήσει να κερδίσει τον πόντο. Οι ομάδες 1 και 2 προσπαθούν να **επιτύχουν μια συνδυασμένη βαθμολογία 6 πόντων** πριν οι ομάδες 3 και 4 επιτύχουν συνδυαστικά 6 πόντους. Με άλλα λόγια, οι ομάδες 1 και 2 συνεργάζονται, όπως και οι ομάδες 3 και 4.

##### Βασικές οδηγίες για τους Επικεφαλής των Δραστηριοτήτων:

Για να είναι όσο το δυνατόν πιο ξεκάθαρη η έννοια της ανεκτικότητας και το πως αυτή εφαρμόζεται στην πράξη, οι μαθητές/τριες ενθαρρύνονται να συνεργαστούν και με άλλες ομάδες, εκτός από τις συνηθισμένες ομάδες που δημιουργούν με τους συμμαθητές/τριές τους. Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να προκαλέσει εκνευρισμό στους μαθητές/τριες εάν δεν συγκεντρώνονται πόντοι, για αυτό ενθαρρύνετέ τους/ τις να επικοινωνούν αποτελεσματικά μεταξύ τους και να συνεργάζονται.

##### Πρακτική Προβληματισμού και Εκμάθηση:

- Τι ανακάλυψαν τα παιδιά για άλλους/άλλες συμμαθητές/τριες της τάξης;
- Πώς χρησιμοποίησαν τις διαφορετικές ικανότητες όλων για να κερδίσουν τελικά ως ομάδα τους απαραίτητους πόντους;

## Θέμα Εστιασμένο στη Μάθηση: Ευγενής Άμιλλα (Ευ Αγωνίζεσθαι)

Ηλικιακή ομάδα: 10- 12 ετών

### Τίτλος Δραστηριότητας:

Γάτα και ποντίκι

### Εξοπλισμός:

Φανέλες

### Εκτιμώμενος χρόνος:

45 λεπτά

### Επιθυμητά Μαθησιακά Αποτελέσματα:

#### Οι μαθητές/τριες:

Α. Κατανοούν τη σημασία της δικαιοσύνης (δίκαιης μεταχείρισης) στον αθλητισμό.

Β. Όταν οι κανόνες δεν είναι δίκαιοι, τότε η άλλη ομάδα αποκτά πλεονέκτημα.

Γ. Παραβιάζοντας τους κανόνες, το πνεύμα του συναγωνισμού χάνεται και ο αθλητισμός δεν είναι πλέον μια διασκεδαστική δραστηριότητα.

### Ιδανικό ακεραιότητας:

Χωρίς δικαιοσύνη, ο αθλητισμός στερείται νοήματος ή σκοπού. Οι κανόνες επιβάλλουν δίκαιη μεταχείριση προς το συμφέρον όλων των παικτών/τριών και αναμένεται να εφαρμόζονται αμερόληπτα, ώστε ένας/μία παίκτης/τρια ή μία ομάδα να μην αποκτούν αθέμιτο πλεονέκτημα έναντι ενός/μιας άλλου/άλλης παίκτη/τριας ή μίας άλλης ομάδας. Με αυτόν τον τρόπο, προωθείται το πνεύμα του υγιούς ανταγωνισμού, ενώ παράλληλα η τήρηση των κανόνων διασφαλίζει ότι ο αθλητισμός είναι διασκεδαστικός για όλους.

### Οδηγίες δραστηριότητας:

1. Δώστε σε κάθε μαθητή/τρια μια φανέλα για να χρησιμοποιηθεί ως ουρά. Αφήστε δύο μαθητές/τριες χωρίς φανέλα. Οι μαθητές/τριες χωρίς ουρά θα είναι γάτες, ενώ εκείνοι με την ουρά θα είναι ποντίκια. Όταν το παιχνίδι ξεκινήσει, οι γάτες πρέπει να αφαιρέσουν τις ουρές από τα ποντίκια. Μόλις αφαιρεθεί η ουρά, οι μαθητές/τριες πρέπει να περάσουν εκτός παιχνιδιού, ενώ νικητής/τρια στο παιχνίδι είναι το τελευταίο ποντίκι που έχει μείνει με την ουρά του άθικτη.
2. Για να διαμορφώσουμε μια κατάσταση άνισης μεταχείρισης και απουσίας δικαιοσύνης, εναλλάσσουμε τους κανόνες έτσι ώστε, ταυτόχρονα, μόνο η γάτα ή τα ποντίκια να μπορούν να περπατούν ή να τρέχουν, έτσι ώστε ένας/μία παίκτης/τρια να έχει πλεονέκτημα έναντι του άλλου.
3. Να εναλλάσσετε τα παιδιά έτσι ώστε καθένα από αυτά να παίζουν με τη σειρά τους έχοντας τον ρόλο τους

### Βασικές οδηγίες για τους Επικεφαλές των Δραστηριοτήτων:

Παρατηρήστε τις απαντήσεις και τα συναισθήματα των μαθητών/τριων όταν οι κανόνες αλλάζουν υπέρ αυτών και εναντίον τους. Το παιχνίδι από μειονεκτική θέση μπορεί να είναι δύσκολο, αλλά ο στόχος είναι να ενθαρρυνθούν οι παίκτες/τριες ώστε να αξιοποιήσουν άλλες αξίες που προωθούν την ευγενή άμιλλα, δηλαδή την εντιμότητα, την ανεκτικότητα, το ομαδικό πνεύμα και τη σωστή συμπεριφορά.

### Πρακτική Προβληματισμού και Εκμάθηση:

- Πώς αισθανθήκατε όταν προέκυψε αθέμιτο πλεονέκτημα;
- Τι συμβαίνει όταν οι κανόνες δεν είναι ίδιοι για όλους;
- Ποια άλλα αθλητικά παραδείγματα μπορείτε να δώσετε, στα οποία μπορεί να έχει προκύψει αθέμιτο πλεονέκτημα και πώς μπορεί αυτό να βλάψει την αθλητική ακεραιότητα;

#### 4. Δραστηριότητες για Εφήβους 13-15 ετών

### Θέμα Εστιασμένο στη Μάθηση: Κοινωνικές Δεξιότητες

Ηλικιακή ομάδα-στόχος: 13- 15 ετών

#### Τίτλος Δραστηριότητας:

Κοινωνική Συνεισφορά

#### Εξοπλισμός:

Οποιοσδήποτε εξοπλισμός είναι διαθέσιμος για αθλήματα με μπάλα ή ρακέτα

Εκτιμώμενος χρόνος: 45 λεπτά

#### Επιθυμητά Μαθησιακά Αποτελέσματα:

##### Οι μαθητές/ τριες:

- A. Υποστηρίζουν τους φίλους τους αλλά και όλους τους συμμαθητές/τριές τους ώστε να πετύχουν όλοι τους στόχους τους.
- B. Επικοινωνούν μέσα στο πλαίσιο της ομάδας.
- Γ. Σέβονται τις ανάγκες των άλλων.
- Δ. Δημιουργούν ένα δίκαιο περιβάλλον με σεβασμό προς τους άλλους.

#### Ιδανικό ακεραιότητας:

Η ευγενής άμιλλα, η αποδοχή της διαφορετικότητας, η ανεκτικότητα και η ακεραιότητα αποτελούν βασικές αρχές μιας ορθής αθλητικής συμπεριφοράς. Συνυπάρχοντας και υποστηρίζοντας τους/τις συνομηλικούς και τους/τις συναθλητές/τριές τους, οι μαθητές/τριες απολαμβάνουν τα θετικά οφέλη του αθλητισμού και πετυχαίνουν ολοιαζί τους στόχους της ομάδας.

#### Οδηγίες δραστηριότητας:

1. Ζητήστε από τους μαθητές/τριες να δημιουργήσουν ομάδες των έξι ατόμων.
2. Αναθέστε σε κάθε ομάδα να ολοκληρώσει μία από τις παρακάτω εργασίες: μάθετε μια νέα αθλητική δεξιότητα, δημιουργήστε και ολοκληρώστε έναν σύντομο αγώνα στίβου μετ' εμποδίων, διοργανώστε μια εκδήλωση πανηγυρισμών όταν μπαίνει ένα γκολ, δημιουργήστε και παίξτε ένα άθλημα επιλογής σας χρησιμοποιώντας τον διαθέσιμο εξοπλισμό του σχολείου.
3. Οι ομάδες θα λάβουν 10 βαθμούς ακεραιότητας (βλέπε σ. 20) για την ολοκλήρωση της εργασίας τους.
4. Εάν οι ομάδες ολοκληρώσουν την εργασία τους νωρίς, μπορούν να βοηθήσουν μια άλλη ομάδα να πραγματοποιήσει τη δική της εργασία, ώστε να κερδίσουν ακόμα περισσότερους βαθμούς ακεραιότητας.

#### Βασικές οδηγίες για τους Επικεφαλής των Δραστηριοτήτων:

Προετοιμαστείτε βάσει συγκεκριμένων σεναρίων και προκλήσεων. Πριν ξεκινήσετε τη δραστηριότητα ενημερώστε τις ομάδες ότι θα κερδίσουν πόντους βοηθώντας τους/τις άλλους/άλλες συμμαθητές/τριες. Εάν όλες οι ομάδες επιτύχουν τον στόχο τους, θα δοθούν σε όλες τις ομάδες επιπλέον βαθμοί. Εάν μια ομάδα δεν ολοκληρώσει τη δράση της, ζητήστε από την υπόλοιπη τάξη να τη βοηθήσει ώστε να την ολοκληρώσει. Εάν χρειαστεί, επισημάνετε και πάλι τις δεξιότητες της επικοινωνίας και της αποδοχής ως σημαντικές πτυχές της ακεραιότητας και της ανάπτυξης των κοινωνικών δεξιοτήτων.

#### Πρακτική Προβληματισμού και Εκμάθηση:

- Γιατί το να βοηθήσουμε τους άλλους να επιτύχουν τους στόχους τους είναι σημαντικό για την επίτευξη των στόχων μας;
- Πώς η ομαδική εργασία, η συνεργασία και η παροχή κοινωνικών υπηρεσιών σχετίζονται με την ευγενή άμιλλα, την αποδοχή της διαφορετικότητας και την ανεκτικότητα;

## B. Γιορτάζοντας τον Αθλητισμό: Αθλητικά Τουρνουά και Άλλες

### Αθλητικές Δραστηριότητες

Μετά την ολοκλήρωση του πρωϊνού σχολικού ωραρίου, προτείνεται η διεξαγωγή απογευματινών εκδηλώσεων, με τη διοργάνωση αθλητικών δραστηριοτήτων και αθλητικών τουρνουά, με σκοπό την ανάπτυξη και ενίσχυση συμπεριφορών που υιοθετούν τις αρχές της αθλητικής ακεραιότητας. Οι εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής, σε συνεργασία με άλλους εκπροσώπους της σχολικής μονάδας, μπορούν να διοργανώσουν και να προγραμματίσουν τις εκδηλώσεις αυτές. Η διοργάνωση αυτών των απογευματινών αθλητικών εκδηλώσεων θα αποτελέσει μια καλή ευκαιρία για τους/τις μαθητές/τριες, τους γονείς και τους φορείς της τοπικής κοινωνίας να συμμετάσχουν συλλογικά και να γίνουν μέρος της ευρύτερης εκστρατείας και της προσπάθειας ευαισθητοποίησης σε θέματα αθλητικής ακεραιότητας.

Οι δραστηριότητες θα πρέπει να είναι συγκεκριμένες για κάθε ηλικία, ώστε να συνάδουν με τα αναπτυξιακά στάδια των μαθητών/τριων. Τα τρία βασικά χαρακτηριστικά είναι: **Νοηματοδότηση**, **Καλλιέργεια** και **Πρόκληση**. Αυτά τα χαρακτηριστικά δείχνουν την πρόοδο που έχουν επιτύχει οι μαθητές/τριες στην κατανόηση των αξιών της ευγενούς άμιλλας, του σεβασμού, της αποδοχής της διαφορετικότητας, της ανεκτικότητας και της ανάπτυξης των απαραίτητων κοινωνικών δεξιοτήτων. Οι αθλητικές δραστηριότητες έχουν ως στόχο τη **νοηματοδότηση και τη βασική κατανόηση** των τεσσάρων (4) πυλώνων με την παράλληλη βελτίωση των βασικών κινητικών και αθλητικών δεξιοτήτων των παιδιών ηλικίας 6-9 ετών.

Για τα παιδιά ηλικίας 10-12 ετών, η **καλλιέργεια** μιας ορθής συμπεριφοράς αθλητικής ακεραιότητας αποτελεί προτεραιότητα και θα επιτευχθεί μέσω αθλητικών δράσεων που αναπτύσσουν τον υγιή ανταγωνισμό μεταξύ συνομηλίκων.

Ως η πλέον ανεπτυγμένη ηλικιακή ομάδα, τα παιδιά ηλικίας 13-15 ετών θα συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες που έχουν ως στόχο να **προκαλέσουν** την ικανότητα διατήρησης και υιοθέτησης των αξιών της αθλητικής ακεραιότητας. Επίσης, αξίζει να σημειωθεί ότι τα παιδιά ηλικίας 6-9 ετών και 10-12 χρησιμοποιούν τον εξοπλισμό των σχολικών μονάδων, στοιχείο που ενισχύει την ικανότητά τους να μοιράζονται τον ίδιο χώρο και τα ίδια εκπαιδευτικά εργαλεία τα οποία ανήκουν στο σχολείο σε συνεργασία με τα υπόλοιπα παιδιά. Το στοιχείο αυτό έχει επισημανθεί στα παρακάτω παραδείγματα.

**Στο πλαίσιο της εκστρατείας, οι απογευματινές αθλητικές δραστηριότητες αποτελούν** μια καλή ευκαιρία για ένταξη και άλλων μελών της τοπικής κοινωνίας στις δράσεις αυτές, με στόχο την ενδυνάμωση και προώθηση των βασικών μηνυμάτων και

διδασμάτων και την κατανόηση των εννοιών. Επίσης, με τον τρόπο αυτό ενισχύεται η συνεργασία και η συμμετοχή των γονέων/κηδεμόνων και η εξοικείωσή τους με τις θεμελιώδεις αρχές της αθλητικής ακεραιότητας. Τα σχολεία μπορούν να ενεργοποιήσουν αθλητικούς παράγοντες της τοπικής κοινωνίας (προπονητές/τριες, στελέχη αθλητικών συλλόγων και αθλητές/τριες), οι οποίοι μπορούν να υποστηρίξουν τις δραστηριότητες, να ενισχύσουν σημαντικά την εμπέδωση των μηνυμάτων, να διοργανώσουν σεμινάρια και/ή να βοηθήσουν στην προώθηση των εκδηλώσεων μέσω του διαδικτύου. Παρακάτω θα βρείτε έναν οδηγό διαμόρφωσης συγκεκριμένων αθλητικών δραστηριοτήτων για κάθε μία από τις τρεις διαφορετικές ηλικιακές ομάδες. Κάθε δραστηριότητα περιλαμβάνει μαθησιακά αποτελέσματα για τα παιδιά της κάθε ηλικιακής ομάδας, συγκεκριμένα παραδείγματα δραστηριοτήτων καθώς και επεξήγηση των ιδανικών της αθλητικής ακεραιότητας και των βασικών μηνυμάτων για κάθε ηλικιακή ομάδα.

**Οι πόντοι (βαθμοί) πρέπει να απονέμονται** καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας ώστε να δίνεται στα παιδιά κίνητρο απόδοσης και να επιτυγχάνεται με ξεκάθαρο τρόπο η αναγνώριση των θετικών συμπεριφορών. **Οι βαθμοί ακεραιότητας** επιβραβεύουν όλους όσους επιδεικνύουν πραγματικά ευγενή άμιλλα, σεβασμό, αποδοχή της διαφορετικότητας και αναπτύσσουν κοινωνικές δεξιότητες. Οι βαθμοί αυτοί μπορεί να απονέμονται, καθ' όλη τη διάρκεια των απογευματινών αθλητικών εκδηλώσεων σε άτομα και/ή σε ομάδες, από εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής, φορείς της τοπικής κοινωνίας, ακόμα και από γονείς εφόσον αυτό είναι επιθυμητό και εφικτό.

Για παράδειγμα, οι βαθμοί μπορούν να απονέμονται για τους παρακάτω λόγους:

- Χειραψία με τον/την αντίπαλο πριν ή και μετά τον αγώνα.
- Βοήθεια σε κάποιον/κάποια να σηκωθεί εάν πέσει κατά τη διάρκεια μιας δραστηριότητας.
- Εξασφάλιση ότι όλοι/όλες θα έχουν τη δική τους σειρά και θα τύχουν δίκαιης μεταχείρισης (δικαιοσύνη).
- Εθελοντική παροχή βοήθειας σε έναν εκπαιδευτικό.
- Ενθάρρυνση συναθλητών/τριών και αντιπάλων κατά τη διάρκεια μιας αθλητικής δραστηριότητας.

Για καλύτερη παρακολούθηση της δραστηριότητας, συνιστάται να τοποθετείται ένας μεγάλος πίνακας ορατός από όλους όσους συμμετέχουν ή παρακολουθούν, στον οποίο θα αναγράφονται οι βαθμοί σε μεμονωμένους μαθητές/τριες και ομάδες καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας. Αυτό θα ενισχύσει την αρχή της επιτυχίας μέσω θετικών συμπεριφορών και θα αποτελέσουν πηγή έμπνευσης για την τήρηση της ακεραιότητας, ενώ παράλληλα θα μετατοπίσει το κέντρο της προσοχής, πέρα από το κριτήριο του «ποιος τελικά κερδίζει» στους αγώνες ή στα παιχνίδια. Ακολουθεί ένα παράδειγμα του τρόπου λειτουργίας του αξιολογικού συστήματος απονομής βαθμών.

	Ευγενής άμιλλα	Ανεκτικότητα	Σεβασμός	Κοινωνικές δεξιότητες
Μαθητής/τρια 1				
Μαθητής/τρια 2				
Μαθητής/τρια 3				
Μαθητής/τρια 4				
Μαθητής/τρια 5				



Πριν την έναρξη των απογευματινών αθλητικών δραστηριοτήτων, συγκεντρώστε την ομάδα με στόχο να ενισχύσετε τα εκπαιδευτικά αποτελέσματα (βλ. παρακάτω) και να εξηγήσετε στα μέλη της ότι οι βαθμοί θα δίνονται σύμφωνα με τον βαθμό υιοθέτησης - τήρησης των αξιών που διέπουν την αθλητική ακεραιότητα και των όσων έχουν μάθει οι μαθητές/τριες. Μπορεί επίσης να απονέμονται βαθμοί για εξαιρετικές επιδόσεις στο πλαίσιο αυτών των δραστηριοτήτων και αγώνων, αλλά η προσοχή πρέπει να αποδίδεται στις βασικές αρχές και στην επιτυχία μέσω της υιοθέτησης και τήρησης της ορθής συμπεριφοράς.

Η αναγνώριση της συμμετοχής και της μάθησης θα πρέπει να εκφράζεται με πιστοποιητικά αθλητικής ακεραιότητας για όλους/όλες όσοι συμμετέχουν, καθώς και με μετάλλια για όσους διατήρησαν τις συμπεριφορές αθλητικής ακεραιότητας καθ' όλη τη διάρκεια της αθλητικής ημέρας. Εάν ένας/μία αθλητής/τρια έχει συμμετάσχει στις δραστηριότητες της ημέρας, μπορεί να παρουσιάσει σε όλους τα πιστοποιητικά ακεραιότητάς του.

Εκπαιδευτικά Αποτελέσματα απογευματινών αθλητικών δραστηριοτήτων για την ενίσχυση της ευαισθητοποίησης πάνω στις Αρχές της Αθλητικής Ακεραιότητας

<b>Ηλικιακή ομάδα 6-9</b>	Τα παιδιά αρχίζουν να κατανοούν πώς μπορούν τα ίδια να εκδηλώνουν θετική συμπεριφορά και να αναγνωρίζουν τις θετικές συμπεριφορές σε άλλους.
	Αρχίζουν να διαμορφώνουν τις δεξιότητες που απαιτούνται για την ανάπτυξη θετικής συμπεριφοράς μέσα σε αθλητικά πλαίσια.
	Τα παιδιά θα πρέπει να μπορούν να εκδηλώνουν θετική συμπεριφορά σε ένα αθλητικό πλαίσιο και να συζητούν για τους λόγους για τους οποίους αυτό είναι σημαντικό.
<b>Ηλικιακή ομάδα 10-12</b>	Τα παιδιά αρχίζουν να εκφράζουν το πώς οι θετικές συμπεριφορές επηρεάζουν τους άλλους στα ομαδικά αθλήματα, τόσο τους/τις συναθλητές/τριες όσο και τους αντιπάλους.
	Αντιλαμβάνονται τις διάφορες δεξιότητες που απαιτούνται για την εκπλήρωση των προϋποθέσεων των τεσσάρων (4) πυλώνων της αθλητικής ακεραιότητας και μπορούν να εξηγήσουν σε ποια σημεία υπάρχουν διαφορές.
	Τα παιδιά μαθαίνουν πώς να ενθαρρύνουν και όχι να αποθαρρύνουν τους άλλους γύρω τους.
<b>Ηλικιακή ομάδα 13-15</b>	Οι έφηβοι/ες γνωρίζουν τη θετική επιρροή που μπορούν να ασκήσουν στους/στις συναθλητές/τριες και στους αντιπάλους τους υιοθετώντας συμπεριφορές αθλητικής ακεραιότητας.
	Μπορούν να δραστηριοποιούνται αποτελεσματικά ως μέλη μιας ομάδας για την επίτευξη ενός κοινού στόχου

Οι έφηβοι/ες είναι σε θέση να προβληματίζονται και να αναπτύσσουν κριτική σκέψη σχετικά με τις δράσεις τους και με γνώμονα τις αξίες της αθλητικής ακεραιότητας μέσα σε ανταγωνιστικά περιβάλλοντα.
---

#### Βασικά μηνύματα Χρήσης του Συστήματος Βαθμολόγησης

Οι δραστηριότητες της εκστρατείας ευαισθητοποίησης αποτελούν μια καλή αφορμή για να προσκληθούν να συμμετάσχουν σε αυτές γονείς/κηδεμόνες και παράγοντες της τοπικής κοινωνίας και τελικά να συνεργαστούν δημιουργικά με τους εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής αλλά και με τους ίδιους τους/τις μαθητές/τριες. Στόχος είναι η ενίσχυση και η προώθηση των μηνυμάτων της εκστρατείας ευαισθητοποίησης και των βασικών αξιών της αθλητικής ακεραιότητας.

Ακολουθεί μια σύνοψη των ιδανικών αθλητικής ακεραιότητας.

**Ηλικιακή ομάδα 6-9 ετών:** Επίκεντρο είναι η χαρά και η διασκέδαση μέσω της αθλητικής άσκησης και της σωματικής δραστηριότητας, η δημιουργία φιλικών σχέσεων και η ενίσχυση συμπεριφορών που αποτελούν θετικά παραδείγματα υιοθέτησης και τήρησης των τεσσάρων (4) πυλώνων της αθλητικής ακεραιότητας.

**Ηλικιακή ομάδα 10-12 ετών:** Εκτός από την ενθάρρυνση για τα οφέλη του αθλητισμού και της σωματικής άσκησης, οι διοργανωτές θα πρέπει να ενισχύουν και να ανταμείβουν με βαθμούς ακεραιότητας όσους/όσες σέβονται και τηρούν το πλέγμα αξιών της αθλητικής ακεραιότητας.

**Ηλικιακή ομάδα 13-15 ετών:** Αξιοποιήστε τα βασικά μηνύματα από τις προηγούμενες ηλικιακές ομάδες και στη συγκεκριμένη ηλικιακή ομάδα. Επιπλέον, μπορείτε να ανταμείψετε όσους/όσες εκφράζουν και τηρούν την αθλητική ακεραιότητα με επιπρόσθετους βαθμούς ακεραιότητας, ώστε να αναδείξετε τη σημασία των τεσσάρων (4) πυλώνων.

## Ημέρα Αθλητισμού: 6- 9 ετών

### Επιδιωκόμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα: Οι μαθητές/τριες:

1. Σταδιακά κατανοούν πώς μπορούν οι ίδιοι/ίδιες να επιδεικνύουν θετική συμπεριφορά και να αναγνωρίζουν θετικές συμπεριφορές στους άλλους .
2. Σταδιακά διαμορφώνουν τις δεξιότητες που απαιτούνται για την ανάπτυξη θετικής συμπεριφοράς μέσα σε συγκεκριμένα αθλητικά πλαίσια.
3. Μπορούν να επιδεικνύουν θετική συμπεριφορά μέσα στο αθλητικό πλαίσιο και να αναλύουν τη σημασία μιας τέτοιας συμπεριφοράς.

### Παράδειγμα δραστηριοτήτων:

Αποτελώντας το εισαγωγικό εννοιολογικό και θεμελιώδες στάδιο της αθλητικής ακεραιότητας, οι δράσεις των ηλικιακών αυτών ομάδων θα πρέπει να έχουν στόχο να εισαγάγουν με απλοϊκό τρόπο τη σωστή συμπεριφορά, η οποία θα τηρείται σε ένα αθλητικό πλαίσιο. Οι δραστηριότητες θα πρέπει να στοχεύουν στην εισαγωγή των σχετικών εννοιών με διασκεδαστικό και ελκυστικό τρόπο, προσέχοντας να μην περιλαμβάνονται σε αυτές υπερβολικά πολύπλοκες, για τη συγκεκριμένη ηλικιακή ομάδα, σωματικές κινήσεις ή δεξιότητες. Η ηλικιακή αυτή ομάδα θα πρέπει να επικεντρωθεί στην ανάπτυξη των βασικών δεξιοτήτων κίνησης.

Με επιρροές από τα διάφορα αθλήματα, οι εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής θα πρέπει να κατηγοριοποιήσουν τις δεξιότητες και τις ασκήσεις σε διασκεδαστικά και ελκυστικά, όχι όμως ανταγωνιστικά, **μίνι παιχνίδια**, όπως για παράδειγμα:

- Η ρίψη πουφ σε στεφάνια – στόχους
- Άλματα μέσα και έξω από στεφάνια (ισορροπία)
- Χορός και μουσική (ρυθμός)
- Μαθήματα ευλυγισίας(συντονισμός)
- Κυνήγι θησαυρού με αθλητικά στοιχεία (επίλυση προβλημάτων και αθλητικές δεξιότητες)
- Σκυταλοδρομία (ταχύτητα)
- Διάφορες μορφές «κυνηγητού»
- Ανάπτυξη ομαδικών δεξιοτήτων(όλοι πρέπει να αγγίξουν/πασάρουν την μπάλα πριν κάνουν σουτ, πόσοι μπορούν να χτυπήσουν την μπάλα του βόλεϊ πριν αυτή πέσει στο έδαφος)

Θα μπορούσατε να δημιουργήσετε μια αφίσα που θα αναρτηθεί στους χώρους του σχολείου και θα αναδεικνύει ό,τι έμαθαν τα παιδιά στην εκστρατεία, με την υποστήριξη και των άλλων ηλικιακών ομάδων.

### Ιδανικό Αθλητικής Ακεραιότητας:

Να εξασφαλιστεί ότι επιτυγχάνεται η κατανόηση των εννοιών: ευγενής άμιλλα, σεβασμός, ανεκτικότητα, αποδοχή της διαφορετικότητας και ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων, καθώς και η σημασία της θετικής ενίσχυσης αυτών των αξιών. Σε όσους κάνουν λάθος ή συμπεριφέρονται με μη αποδεκτό τρόπο θα πρέπει να παρέχεται εποικοδομητική ανατροφοδότηση. Μέσω της θετικής λεκτικής ενίσχυσης και της εποικοδομητικής ανατροφοδότησης, επιτρέπουμε σε όλους/όλες να αντιλαμβάνονται και να εκφράζουν τις δεξιότητές τους με τον δικό τους τρόπο και να μην αποθαρρύνονται από τη συνεχή προσπάθεια αναζήτησης νέων τρόπων. Οι υλικές ανταμοιβές αποθαρρύνονται σε αυτήν την ηλικία, προκειμένου να διατηρηθεί η εστίαση των δραστηριοτήτων στην ανάπτυξη της κίνησης/των δεξιοτήτων, στις κοινωνικές δεξιότητες, στη χαρά και τη διασκέδαση. Οι θετικές συμπεριφορές που εντάσσονται στο πλαίσιο των τεσσάρων πυλώνων είναι, για παράδειγμα:

- Χαμόγελα
- Γέλια
- Συμμετοχή
- Συνεργασία

## Ημέρα Αθλητισμού: 10- 12 ετών

### Επιδιωκόμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα: Οι μαθητές/τριες:

1. Είναι σε θέση να κατανοούν πώς οι θετικές συμπεριφορές μπορούν να επηρεάσουν τους άλλους στα ομαδικά αθλήματα, τόσο τους συμπαίκτες/τριες όσο και τους αντιπάλους τους.
2. Αντιλαμβάνονται την πληθώρα δεξιοτήτων που απαιτούνται για την υιοθέτηση και εφαρμογή των τεσσάρων(4) πυλώνων αθλητικής ακεραιότητας και μπορούν να αναλύσουν ποιες είναι οι διαφορές μεταξύ τους.
3. Στόχος τους είναι να ενθαρρύνουν και όχι να αποθαρρύνουν όσους βρίσκονται γύρω τους.

### Παράδειγμα δραστηριοτήτων:

Για να αναπτυχθεί ένα ευρύτερο οικοσύστημα (εσωτερικοί και εξωτερικοί παράγοντες)αθλητικής ακεραιότητας, είναι σημαντικό τα παιδιά να δέχονται ερεθίσματα από περιβάλλοντα που συμβάλλουν στην καλύτερη κατανόηση των σχετικών εννοιών. Στα περιβάλλοντα αυτά, μπορούμε να αξιοποιήσουμε τα ομαδικά παιχνίδια, να παρουσιάσουμε τους τέσσερις(4) πυλώνες της αθλητικής ακεραιότητας αλλά και την πρακτική εφαρμογή τους. Σύμφωνα με τις βασικές σωματικές ασκήσεις που δίδαξαν στα παιδιά, οι εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής θα διαμορφώσουν στη συνέχεια ένα πρόγραμμα απογευματινών δραστηριοτήτων στο οποίο θα παρουσιάσουν και θα αναλύσουν στους μαθητές/τριες την ανάγκη αξιοποίησης αυτών των δεξιοτήτων στο πλαίσιο αθλητικών δράσεων και αναμετρήσεων μεταξύ των ομάδων των συμμαθητών/τριών.

### Ορισμένα παραδείγματα δραστηριοτήτων:

- Σκυταλοδρομίες
- Δρόμοι μετ' εμποδίων
- Μίνι αγώνες μπάσκετ και ποδοσφαίρου με σκοπό την καλλιέργεια του ατομικού και του ομαδικού συναγωνισμού.

Σκεφτείτε να δημιουργήσετε μια αφίσα για το σχολείο που θα αντιπροσωπεύει ό,τι έμαθαν τα παιδιά στην εκστρατεία, με την υποστήριξη και των άλλων ηλικιακών ομάδων.

### Ιδανικό Αθλητικής Ακεραιότητας:

Για να επιτευχθεί η όσο το δυνατόν καλύτερη κατανόηση των εννοιών της ευγενούς άμιλλας, του σεβασμού, της ανεκτικότητας, της αποδοχής της διαφορετικότητας και της ανάπτυξης των κοινωνικών δεξιοτήτων, είναι σημαντικό να επιβραβεύονται οι συμπεριφορές που συνάδουν με όσα αποτελούν τους τέσσερις(4) πυλώνες της αθλητικής ακεραιότητας. Το σύστημα επιβράβευσης για τις θετικές αυτές συμπεριφορές (π.χ. βαθμοί, μετάλλια, βραβεία, βεβαιώσεις συμμετοχής στις αθλητικές δράσεις) μπορεί να ενισχυθεί μέσω θετικών - επαινετικών σχολίων κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων. Η επιβράβευση θα πρέπει να δίνεται στους μαθητές/τριες που τηρούν και υιοθετούν με συνέπεια τις αξίες των τεσσάρων(4) πυλώνων της αθλητικής ακεραιότητας. Παραδείγματα δράσεων που πρέπει να αναγνωρίζονται είναι:

- Στήριξη και ενθάρρυνση των πιο μικρών σε ηλικία μαθητών/τριων σε όλες τις καθημερινές δραστηριότητες.
- Παροχή βοήθειας και υποστήριξης για την εγκατάσταση του σχολικού εξοπλισμού και καθαρισμός των χώρων μετά τις καθημερινές δραστηριότητες.
- Χειραψία με τους αντιπάλους μετά από τους αθλητικούς αγώνες.
- Συμπεριφορά που σέβεται τους διάφορους αθλητικούς παράγοντες.

## Ημέρα Αθλητισμού: 13- 15 ετών

### Επιδιωκόμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα: Οι μαθητές/τριες:

1. Γνωρίζουν τη θετική επιρροή που μπορούν να ασκήσουν στους/στις συμπαίκτες/τριες – συναθλητές/τριές τους και στους αντιπάλους τους, υιοθετώντας σωστές συμπεριφορές αθλητικής ακεραιότητας.
2. Μπορούν να συνεργαστούν αποτελεσματικά ως μέλη μιας ομάδας για την επίτευξη ενός κοινού στόχου είτε συμμετέχουν είτε όχι.
3. Είναι σε θέση να εξετάζουν με κριτική σκέψη τη δράση τους κάτω από το πρίσμα της αθλητικής ακεραιότητας και μέσα σε ανταγωνιστικά περιβάλλοντα.

### Παράδειγμα δραστηριοτήτων:

Για την καλύτερη ενεργοποίηση της συγκεκριμένης ηλικιακής ομάδας, η οποία έχει πιο ανεπτυγμένες γνώσεις και εμπειρία αθλητικής ακεραιότητας σε σύγκριση με τους μικρότερους ηλικιακά μαθητές/τριες, οι δραστηριότητες θα πρέπει να επικεντρώνονται στην ανάπτυξη της ικανότητάς τους να κατανοούν και να υιοθετούν συμπεριφορές που σέβονται την αξία της αθλητικής ακεραιότητας και μάλιστα μέσα σε συνθήκες ανταγωνισμού.

Χρησιμοποιώντας την εμπειρία τους, οι εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής μπορούν να διοργανώσουν απογευματινές δραστηριότητες, συμπεριλαμβανομένων των παρακάτω:

- Διοργάνωση ενός αγώνα ποδοσφαίρου ή βόλεϊ μεταξύ μαθητών/τριών και εκπαιδευτικών του σχολείου
- Αγώνες ταχύτητας και σκυταλοδρομίας
- Παιχνίδια 5 επί 5:
  - ο Ποδοσφαίρου
  - ο Μπάσκετ
  - ο Βόλεϊ

Θα πρέπει να απονέμονται πόντοι ως επιβράβευση και με στόχο την ενίσχυση του αθλητικού πνεύματος, της ευγενούς άμιλλας, της εντιμότητας και της υποστήριξης των άλλων, αλλά και για την αθλητική αριστεία/κερδισμένα παιχνίδια (βλ. παρακάτω).

Σκεφτείτε να δημιουργήσετε μια αφίσα για το σχολείο που θα αντιπροσωπεύει ό,τι έμαθαν τα παιδιά στην εκστρατεία, με την υποστήριξη των άλλων ηλικιακών ομάδων.

### Ιδανικό Αθλητικής Ακεραιότητας - Σύστημα Βαθμολόγησης:

Για όσους/όσες υιοθετούν θετικές συμπεριφορές που συνάδουν με τους τέσσερις (4) πυλώνες της αθλητικής ακεραιότητας, θα πρέπει να τους απονέμονται επιπρόσθετοι βαθμοί. Εκτός από την αναγνώριση της αθλητικής αριστείας, σκοπός της εκστρατείας είναι να αναδείξει εκείνους/εκείνες που μπορούν να διατηρήσουν τον σεβασμό, την ευγενή άμιλλα, την ανεκτικότητα και να αναπτύξουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες καθ' όλη τη διάρκεια της αθλητικής ημέρας και των σχετικών δράσεων.

Συνεπώς, θα πρέπει να δίνονται επιπρόσθετοι βαθμοί επιβράβευσης θετικής συμπεριφοράς όταν οι μαθητές/τριες:

- Ενθαρρύνουν τους/τις συμπαίκτες/τριές τους, τόσο όταν χάνουν όσο και μετά την ήττα τους.
- Ενθαρρύνουν τους/τις αντιπάλους τους.
- Χρησιμοποιούν τρόπους θετικής και υποστηρικτικής επικοινωνίας σε περίπτωση που δεν συμμετέχουν στις δράσεις.
- Πραγματοποιούν χειραψίες μετά από κάθε αγώνα/παιχνίδι.
- Συμπεριφέρονται με σεβασμό στους διάφορους αθλητικούς παράγοντες.
- Βοηθούν τους εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής στην οργάνωση της εκδήλωσης (π.χ. μεταφορά εξοπλισμού, παροχή νερού).
- Βοηθούν και στηρίζουν τις μικρότερης ηλικίας ομάδες για να χαρούν και να διασκεδάσουν ισότιμα στο πλαίσιο της ημέρας αθλητισμού και των σχετικών δράσεων.

Ιδέα: Έπαινοι, Βραβεία και Βεβαιώσεις Συμμετοχής

Σκεφτείτε να οργανώσετε στο τέλος των τουρνουά μια τελετή απονομής, όπου μπορούν να συμμετάσχουν διακεκριμένοι αθλητές/τριες, μαζί με τους γονείς/κηδεμόνες και άλλους αθλητικούς ή μη παράγοντες.

Όλα τα παιδιά που συμμετέχουν προτείνεται να λαμβάνουν Βεβαίωση - Πιστοποιητικό για τη συμμετοχή τους στην εκδήλωση και ένα μετάλλιο.

Οι μαθητές/τριες με την καλύτερη απόδοση στους αθλητικούς αγώνες/τουρνουά, καθώς και όσοι συγκέντρωσαν τους περισσότερους βαθμούς ακεραιότητας, μπορούν να λάβουν ένα επιπρόσθετο βραβείο. Ωστόσο, τα βραβεία δεν θα πρέπει να αποτελούν προσωπική ανταμοιβή, αλλά θα πρέπει να τους προσφέρουν την ευκαιρία να τα «επιστρέψουν» στους/στις συμμαθητές/τριές τους και στη σχολική τους κοινότητα, αναλαμβάνοντας, για παράδειγμα, πιο υπεύθυνο και ηγετικό ρόλο στην προετοιμασία μιας γιορτής – εκδήλωσης σχολικού αθλητισμού για την επόμενη σχολική χρονιά ή διοργανώνοντας την επίσκεψη ενός/μιας διακεκριμένου/νης αθλητή/τριας στο σχολείο.

Για τα πιο μικρά παιδιά, τα βραβεία μπορούν να είναι για παράδειγμα ζαχαρωτά/κάποια θρεπτικά σνακς και να απονέμονται σε ομάδες μαθητών/τριών που κερδίζουν, με τελικό στόχο να τα μοιραστούν με τους/τις συμμαθητές/τριες τους και να διασκεδάσουν όλοι/όλες μαζί .

Για να προωθηθεί περαιτέρω η ομαδικότητα και για να συμμετάσχουν στις δράσεις μαθητές/τριες που δεν ενδιαφέρονται για τον αθλητισμό, εξετάστε το ενδεχόμενο οι μαθητές/τριες αυτοί/αυτές να πάρουν μέρος στον σχεδιασμό/τη δημιουργία των πιστοποιητικών – βεβαιώσεων συμμετοχής, των T-Shirts και των αφισών της εκδήλωσης.

## Πρώθηση των αξιών του αθλητισμού – Συμμετοχή, Έμπνευση

### Σύνδεση

#### 5. Συμμετοχή Γονέων/ Κηδεμόνων

Οι γονείς/κηδεμόνες διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων και στη διαμόρφωση του χαρακτήρα των παιδιών τους. Ακολουθούν ορισμένοι τρόποι με τους οποίους οι γονείς/κηδεμόνες μπορούν να συμμετέχουν πιο ενεργά στην εκστρατεία, η οποία μπορεί να τους φέρει πιο κοντά στο εκπαιδευτικό περιβάλλον και να κατανοήσουν καλύτερα τί μαθαίνουν τα παιδιά τους για τους πυλώνες της αθλητικής ακεραιότητας.

Υπάρχουν πολλοί τρόποι με τους οποίους οι γονείς/κηδεμόνες μπορούν βρίσκονται κοντά στο παιδί τους και να συμμετέχουν στις αθλητικές του/της εμπειρίες και στις δραστηριότητες Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού. Για παράδειγμα, οι γονείς μπορούν να:

- Συμμετέχουν ως θεατές και να επευφημούν τα παιδιά.
- Ενθαρρύνουν τα παιδιά.
- Συμβάλουν στην οργάνωση των δραστηριοτήτων.
- Μεταφέρουν τον απαραίτητο εξοπλισμό.
- Παρέχουν φιάλες με νερό ή θρεπτικά σνακς για τους/τις μαθητές/τριες.
- Διοργανώνουν κοινωνικές εκδηλώσεις πέρα από τις αθλητικές για τους/τις μαθητές/τριες, ώστε να διευκολυνθεί η ένταξή τους.
- Αναδεικνύουν τους/τις μαθητές/τριες που αποτελούν θετικά παραδείγματα υιοθέτησης των τεσσάρων (4) πυλώνων της αθλητικής ακεραιότητας.

Οι γονείς θα μπορούσαν να πάρουν μέρος στις δράσεις της ημέρας αθλητισμού ως εθελοντές αλλά και ως «Αξιολογητές/Κριτές Ακεραιότητας». Για να διασφαλιστεί η αμεροληψία και η αντικειμενικότητά τους, δεν θα πρέπει να συμμετέχουν στις δραστηριότητες που παίρνουν μέρος τα παιδιά τους. Όταν οι γονείς ενθαρρύνονται να αναζητήσουν και αξιολογήσουν αυτές τις θετικές συμπεριφορές, είναι πιο πιθανό να πράξουν το ίδιο υιοθετώντας τις και στο σπίτι με τα παιδιά τους, βοηθώντας στην αφομοίωσή των αξιών αυτών και στην εφαρμογή τους και σε περιβάλλοντα εκτός εκπαίδευσης.

Επιπλέον, οι γονείς μπορούν να αξιοποιηθούν θετικά καθώς αποτελούν τη γέφυρα μεταξύ της σχολικής και της οικογενειακής ζωής. Με τη συμμετοχή των γονέων, οι δεξιότητες και οι συμπεριφορές που μαθαίνουν οι μαθητές/τριες στη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό είναι πιθανότερο να υιοθετηθούν και στο σπίτι και να εφαρμοστούν σε ένα πλαίσιο που υπερβαίνει το αθλητικό γίνεσθαι, συμβάλλοντας στην ανάπτυξη του παιδιού τους ως μελλοντικού ενεργού πολίτη. Ως εκ τούτου, θα πρέπει να δοθούν ευκαιρίες στα παιδιά να διδάξουν στους γονείς τους τις αξίες της

υποστήριξης και της ενθάρρυνσης που τα ίδια χρειάζονται. Μια σειρά από εργαστήρια που προβάλλουν το έργο των παιδιών μπορούν να αναπτυχθούν όχι μόνο στο πλαίσιο των αθλητικών δραστηριοτήτων αλλά και σε άλλες δραστηριότητες που πραγματοποιούνται μέσα στο σχολείο. Αυτό δίνει στα παιδιά την ευκαιρία να παρουσιάσουν τις δράσεις τους και να διδάξουν στους γονείς τους την ακεραιότητα, την ανεκτικότητα, την αποδοχή της διαφορετικότητας, την ευγενή άμιλλα και τον σεβασμό με σειρά κοινωνικών δεξιοτήτων και θετικών δράσεων.

Εναλλακτικά, οι γονείς μπορούν να βοηθήσουν στην κατασκευή blogs και να ενθαρρύνουν τα παιδιά να παρουσιάσουν μέσω αυτών των ιστοτόπων την εφαρμογή στην πράξη της αθλητικής ακεραιότητας που έχουν βιώσει σε δραστηριότητες εκτός του σχολικού τους προγράμματος.

## 6. Συμμετοχή της Τοπικής Κοινωνίας

Η πρόσκληση εξωτερικών παραγόντων από την αθλητική κοινότητα για να συνδράμουν στην υλοποίηση των δραστηριοτήτων αυτών αποτελεί καινοτομία και στόχο έχει την ενίσχυση της συνεργασίας και τη βελτίωση της μάθησης. Αναφερόμαστε σε άτομα τα οποία αποτελούν σημαντικά μέλη της κοινωνίας λόγω των θέσεων επιρροής τις οποίες κατέχουν και του βαθμού στον οποίο επηρεάζουν άλλους. Τέτοια άτομα, μεταξύ άλλων, μπορούν να είναι επαγγελματίες αθλητές/τριες και άτομα που δραστηριοποιούνται σε εθνικούς ή διεθνείς αθλητικούς φορείς.

Οι πιθανές δραστηριότητες με τη συμμετοχή ατόμων που βρίσκονται εκτός του εκπαιδευτικού περιβάλλοντος μπορούν να περιλαμβάνουν την ενεργοποίηση επαγγελματιών αθλητών/τριων που θα δίνουν την πολύτιμη ανατροφοδότησή τους στους μαθητές/τριες για τις δραστηριότητες και τις αθλητικές τους επιδόσεις. Ομοίως, οι προπονητές/τριες τοπικών αθλητικών συλλόγων θα μπορούσαν να οργανώσουν την προθέρμανση/ ζέσταμα πριν την αθλητική δραστηριότητα και να πραγματοποιήσουν τις ασκήσεις αποθεραπείας μετά από αυτήν.

## 7. Συμμετοχή Αθλητών Υψηλού Επιπέδου

Προτείνεται να προσκληθούν για την εκστρατεία σημαντικά δημόσια πρόσωπα και αθλητές/τριες, δημιουργώντας θετικά πρότυπα, καθώς και πρόσωπα με τα οποία τα παιδιά θα θέλουν να ταυτιστούν, ώστε οι εκδηλώσεις να έχουν ακόμη μεγαλύτερο αντίκτυπο. Επιπλέον, η συμμετοχή των αθλητών/τριων θα ενισχύσει τη συμμετοχή των γονέων και άλλων ενδιαφερόμενων μερών. Τέλος, οι επισκέψεις και οι συμμετοχές αυτές ενδέχεται να προκαλέσουν το ενδιαφέρον των ΜΜΕ δημιουργώντας ακόμη μια ευκαιρία προβολής του θετικού παραδείγματος και αξιοποίησής του σε μελλοντικές δράσεις.



Είναι πιθανό να μην είναι εφικτή η φυσική παρουσία διακεκριμένων αθλητών/τριών, η υποστήριξή τους όμως μπορεί να εκφραστεί μέσω βίντεο ή/και ηχογραφημένου υλικού το οποίο να σταλεί στο σχολείο πριν από την έναρξη της εκστρατείας, ώστε τα μηνύματα να μπορούν να προβάλλονται και να ακούγονται καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας αθλητισμού.

Οι διακεκριμένοι/νες αθλητές/τριες έστω και αν έχουν αποσυρθεί από την ενεργό δράση μπορούν να δώσουν προστιθέμενη αξία στις δράσεις και να ενισχύσουν την προβολή των μηνυμάτων της εκστρατείας. Οι νέοι/νέες συχνά έχουν ανάγκη την υιοθέτηση συγκεκριμένων προτύπων τα οποία επηρεάζουν σημαντικά τη διαμόρφωση των δικών τους συμπεριφορών και, ως εκ τούτου, συνιστάται να αναφέρονται τακτικά τα ονόματα τέτοιων αθλητών/τριών, θετικών παραδειγμάτων κατά την επικοινωνία και προβολή της εκστρατείας.

Άλλα είδη δραστηριοτήτων περιλαμβάνουν:

- Αθλητές/τριες που συντονίζουν ομαδικές συζητήσεις για το «τι χρειάζεται για να φτάσει κανείς στην κορυφή», συνδέοντας τα θέματα αυτά με εκείνα της αθλητικής ακεραιότητας, δηλαδή σκληρή δουλειά, σεβασμός, ειλικρίνεια, ευγενής άμιλλα, αποδοχή κ.λπ.
- Ώρα των Ερωτήσεων: Υποβολή ερωτήσεων σε διακεκριμένο/η αθλητή/τρια για θέματα ευγενούς άμιλλας και ακεραιότητας. Η «Ώρα των Ερωτήσεων» μπορεί επίσης να λειτουργήσει με ηχογραφημένο υλικό από δηλώσεις αθλητών/τριων εάν δεν είναι εφικτό να παραστούν δια ζώσης.
  - ο Πώς εκδηλώνετε την ευγενή άμιλλα στον αθλητικό χώρο;
  - ο Τι σημαίνει ακεραιότητα για εσάς;
  - ο Γιατί είναι σημαντική η ευγενής άμιλλα;
  - ο Πώς σας βοήθησε η ακεραιότητα να φτάσετε εκεί που βρίσκεστε;
  - ο Πώς προωθεί το άθλημά σας την αθλητική ακεραιότητα;
- Παρουσία αθλητών/τριών σε σχολικές αθλητικές διοργανώσεις – κατά την ημέρα αθλητισμού κατά τη διάρκεια της οποίας μπορούν να συμμετέχουν σε φιλικούς αγώνες μαζί με τα παιδιά, να διευκολύνουν τη διάδραση με τους γονείς, να κηρύξουν την έναρξη των εκδηλώσεων ή να είναι οι υπεύθυνοι παράγοντες για τους αγώνες που θα διεξαχθούν τη συγκεκριμένη ημέρα.
- Οι αθλητές/τριες μπορούν να απονείμουν στα παιδιά τα μετάλλιά τους κατά τη διάρκεια της τελετής απονομής.
- Οι αθλητές/τριες μπορούν να διεξάγουν αθλητικές δραστηριότητες για νέους/νέες και να διευκολύνουν τις σχετικές συζητήσεις χρησιμοποιώντας την εργαλειοθήκη για εκπαιδευτικούς και προπονητές/τριες, το υλικό επιμόρφωσης [Line UpliveUp](#) του UNODC ή άλλο αντίστοιχο υλικό.
- Διοργάνωση σεμιναρίων για τους γονείς. Τα θέματα των ενημερωτικών αυτών δράσεων θα μπορούν να περιλαμβάνουν τον τρόπο με τον οποίο οι γονείς είναι

σε θέση να στηρίξουν την υγεία των παιδιών τους, τι πρέπει να κάνουν και τι να αποφεύγουν στην προώθηση του αθλητισμού με στόχο τη διασκέδαση και την προσωπική ανάπτυξη, τον υγιή ανταγωνισμό, την ακεραιότητα, την ευγενή άμιλλα, την ανεκτικότητα, την αποδοχή της διαφορετικότητας, τον σεβασμό και άλλες αξίες που συνδέονται με τον αθλητισμό.

**Θέμα Εστιασμένο στη Μάθηση:** Οι τέσσερις (4) πυλώνες της Αθλητικής Ακεραιότητας

**Ηλικιακή ομάδα-στόχος:** 13- 15 ετών

**Τίτλος Δραστηριότητας:**

Ερωτήσεις και απαντήσεις διακεκριμένων αθλητών/τριών

**Εξοπλισμός:**

Πλατφόρμα επικοινωνίας - βίντεο

**Εκτιμώμενος χρόνος:**

45 λεπτά

**Επιθυμητά Μαθησιακά Αποτελέσματα: Οι μαθητές/τριες:**

- A. Αντιλαμβάνονται τα οφέλη της αθλητικής ακεραιότητας .
- B. Κατανοούν ότι η αθλητική ακεραιότητα μπορεί να αμφισβητηθεί/διαταράσσεται όταν εντείνεται η πίεση του ανταγωνισμού.
- Γ. Κατανοούν τα βήματα που απαιτούνται για την αντιστάθμιση αυτής της πίεσης και τη διατήρηση των αξιών της αθλητικής ακεραιότητας.

**Οδηγίες δραστηριότητας:**

- Είτε αυτοπροσώπως είτε μέσω διαδικτυακής σύνδεσης, θα ήταν χρήσιμο για τους/τις μαθητές/τριες να θέσουν στους/στις διακεκριμένους/νες αθλητές/τριες ερωτήσεις σχετικά με τις θετικές και αρνητικές εμπειρίες που έχουν οι ίδιοι/ίδιες βιώσει πάνω σε θέματα αθλητικής ακεραιότητας καθ' όλη τη διάρκεια της σταδιοδρομίας τους.

**Βασικές οδηγίες για τους Επικεφαλής των Δραστηριοτήτων:**

- Ζητήστε από τους/τις μαθητές/τριες να προετοιμάσουν ερωτήσεις στην τάξη πριν από τη συνάντηση.
- Ελέγξτε τις ερωτήσεις για να μπορείτε να επιλέξετε τους/τις μαθητές/τριες που θα τις θέσουν, ώστε να καλύψουν όλο το φάσμα των θεμάτων σχετικά με την αθλητική ακεραιότητα.
- Ενθαρρύνετε τους μαθητές/τριες να υποβάλουν τις δικές τους ερωτήσεις στους αθλητές/τριες.

**Πρακτική Προβληματισμού και Εκμάθηση:**

1. Πώς μπορεί να διακυβευτεί η ακεραιότητα στον αθλητισμό σε επαγγελματικούς αγώνες/παιχνίδια;
2. Ποια είναι τα οφέλη των αξιών της αθλητικής ακεραιότητας στον επαγγελματικό αθλητισμό;

**Θέμα Εστιασμένο στη Μάθηση:** Οι τέσσερις (4) πυλώνες της Αθλητικής Ακεραιότητας

**Ηλικιακή ομάδα-στόχος:** Όλες οι ηλικίες

**Τίτλος Δραστηριότητας:**

Γονείς, Υπεύθυνοι Αθλητικής Εκδήλωσης

**Εξοπλισμός:**

Σφουρίχτρα

**Εκτιμώμενος χρόνος:**

45 λεπτά

**Επιθυμητά Μαθησιακά Αποτελέσματα:**

**Για τους μαθητές/τριες:**

A. Να γίνουν κατανοητές οι προκλήσεις του να είναι κανείς διαιτητής ή προπονητής/τρια

B. Το παιδί να σέβεται και να απολαμβάνει τη συμμετοχή ενός γονέα σε δραστηριότητες Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

Γ. Να γίνει κατανοητός ο ρόλος τους σεβασμού και της τήρησης των θετικών αξιών μέσω της συμμετοχής γονέων και παιδιών στον αθλητισμό.

**Οδηγίες δραστηριότητας:**

Ζητήστε από έναν γονέα ή μια ομάδα γονέων να διαχειριστεί ή να διαιτητεύσει ένα παιχνίδι κατά τη διάρκεια μιας από τις δραστηριότητες της ημέρας αθλητισμού. Για τα παιδιά του δημοτικού σχολείου αυτό μπορεί να περιλαμβάνει απλά παιχνίδια «κυνηγτού», σύντομες διαδρομές ταχύτητας ή παιχνίδια ρίψης. Προτρέψτε τους γονείς να ενθαρρύνουν και να υποστηρίξουν τα παιδιά με γνώμονα τη δίκαιη και ίση μεταχείριση όλων.

**Βασικές οδηγίες για τους Επικεφαλής των Δραστηριοτήτων:**

1. Να στηρίζετε τους γονείς και να ορίζετε πρακτικούς κανόνες, να μη φωνάζετε ή υψώνετε τη φωνή σας. Επίσης, να τους ενθαρρύνετε να σταματούν το παιχνίδι όταν δεν τηρούνται οι κανόνες.
2. Μην επιτρέπετε στους γονείς να γίνονται (υπερ)ανταγωνιστικοί αλλά να τους ενθαρρύνετε να προβάλλουν τις αξίες της ακεραιότητας.
3. Οι γονείς δεν πρέπει να είναι διαιτητές σε δραστηριότητες στις οποίες συμμετέχουν τα παιδιά τους, για να αποφύγουν τις συγκρούσεις και να διασφαλιστεί η αμεροληψία.

**Πρακτική Προβληματισμού και Εκμάθηση:**

1. Είναι δύσκολο να είσαι εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής ή/και διαιτητής;
2. Ποιες είναι οι εντυπώσεις σας από τη συμμετοχή των γονέων στη αθλητική σας δραστηριότητα;

## Εμπνέοντας Ακεραιότητα και Δημιουργώντας Κληρονομιά

### 8. Δημιουργώντας Πρεσβευτές Σεβασμού

Προτείνεται να οριστούν «Πρεσβευτές Σεβασμού» από κάθε τάξη για την επίβλεψη των εργασιών της ημέρας αθλητισμού. Οι «Πρεσβευτές Σεβασμού» είναι εθελοντές/τριες μαθητές/τριες του σχολείου που πληρούν σειρά κριτηρίων που σχετίζονται με τις αξίες της αθλητικής ακεραιότητας. Οι αρμοδιότητες των συγκεκριμένων μαθητών/τριών μπορούν να οριστούν την ίδια ημέρα που θα πραγματοποιηθούν οι αθλητικές δράσεις, καθώς και στη συνέχεια ώστε να δημιουργηθεί το αίσθημα της κληρονομιάς της συγκεκριμένης εκστρατείας και της συνέχισης της μέσω μελλοντικών δράσεων. Ο κατάλογος αρμοδιοτήτων και ρόλων πρέπει να είναι σαφής για όλους τους μαθητές/τριες και όσοι από αυτούς/αυτές θεωρούν ότι πληρούν τα απαιτούμενα κριτήρια, μπορούν να προσφέρουν εθελοντικά τις υπηρεσίες τους στον συγκεκριμένο ρόλο που θα τους ανατεθεί. Για παράδειγμα, όσοι αυτοπροτείνονται για «Πρεσβευτές Σεβασμού» μπορούν να βοηθήσουν στην επίβλεψη ενός Συμβουλίου Ακεραιότητας, στο πλαίσιο του οποίου οργανώνονται μηνιαίες συνεδριάσεις για τη συζήτηση τρόπων διατήρησης υψηλών προτύπων αθλητικής ακεραιότητας στο σχολείο τους. Ακόμη και οι μαθητές/τριες που δεν αποτελούν πρότυπο αθλητικής ακεραιότητας μπορούν να αυτοπροτείνονται για τον ρόλο αυτό ως ευκαιρία για τους/τις ίδιους/ίδιες να συμμετάσχουν με θετική διάθεση και να αλλάξουν σταδιακά τη στάση τους.

Εκτός από τους «Πρεσβευτές Σεβασμού» που θα οριστούν από κάθε τάξη για την επίβλεψη των εργασιών της ημέρας αθλητισμού, τα σχολεία μπορούν επίσης να ορίσουν μαθητές/τριες ή μία ομάδα μαθητών/τριών που θα γίνουν «Πρεσβευτές Σεβασμού» για το υπόλοιπο σχολικό έτος. Μαζί με τους/τις εκπαιδευτικούς και τη Διοίκηση του σχολείου, ο/η μαθητής/τρια ή η ομάδα μαθητών/τριών μπορούν να είναι υπεύθυνοι για την οργάνωση παρόμοιων δραστηριοτήτων που σχετίζονται με την αθλητική ακεραιότητα καθ' όλη τη διάρκεια του υπόλοιπου σχολικού έτους, προκειμένου να συνεχιστεί η προσπάθεια ευαισθητοποίησης της σχολικής κοινότητας και η ενίσχυση των τεσσάρων πυλώνων της αθλητικής ακεραιότητας. Έτσι, τα σχολεία που επιλέγουν να ορίσουν «Πρεσβευτές Σεβασμού» για το συγκεκριμένο σχολικό έτος και οργανώνουν δραστηριότητες καθ' όλη τη διάρκειά του, μπορούν να αποτελέσουν θετικά παραδείγματα προς μίμηση και από άλλα σχολεία.

## 9. Δραστηριότητες που Καθοδηγούνται από Αθλητές/τριες, Διακεκριμένους/νες Προπονητές/τριες, Αθλητικούς Παράγοντες ή Πολιτικά Πρόσωπα.

Η ενθάρρυνση της καλής αθλητικής συμπεριφοράς και της διαμόρφωσης χαρακτήρων μεταξύ των παιδιών και των νεαρών αθλητών/τριών πρέπει να γίνεται με μελετημένο τρόπο, καθώς η συμμετοχή στον αθλητισμό από μόνη της δεν αρκεί για τη διάπλαση του χαρακτήρα των αθλητών/τριων. Με βάση τα παραπάνω, η θετική προτυποποίηση των ρόλων και η ενεργητική διδασκαλία καλής αθλητικής συμπεριφοράς αποτελούν ανεκτίμητα πλεονεκτήματα. Στην κατεύθυνση αυτή, θα ήταν χρήσιμο να προσκληθούν αθλητές/τριες (έστω και αν έχουν αποσυρθεί από την ενεργό δράση) στα σχολεία με σκοπό τη διεξαγωγή διαδραστικών συναντήσεων και εργαστηρίων ως «Πρεσβευτές Ακεραιότητας» στους θεματικούς τομείς που επισημάνθηκαν προηγουμένως. Ο ρόλος του Πρεσβευτή μπορεί επίσης να δοθεί σε διακεκριμένους/νες προπονητές/τριες, προπονητές/τριες αθλητικών συλλόγων και σε σημαντικές προσωπικότητες του δημοσίου βίου.

## 10. Ψηφιακές Εφαρμογές

Για να δημιουργηθεί το θετικό αποτύπωμα της εκστρατείας που θα μπορούσε να αξιοποιηθεί στο μέλλον ή για να αναπτυχθεί προσμονή στα παιδιά για την εκστρατεία πριν ακόμη αυτή ξεκινήσει, εξετάστε το ενδεχόμενο αξιοποίησης ψηφιακών εφαρμογών που θα συμβάλλουν στη συμμετοχή των γονέων στις δράσεις, των μαθητών/τριων αλλά και εξωτερικών ενδιαφερομένων φορέων. Αυτό μπορεί να γίνεται σε σταθερή βάση ώστε να διατηρηθεί το ενδιαφέρον αμείωτο σχετικά με τις αξίες της αθλητικής ακεραιότητας. Όπου έχουν επιλεγεί «Πρεσβευτές Σεβασμού» για το συγκεκριμένο σχολικό έτος αυτοί/ αυτές μπορούν να έχουν ως αποστολή να βοηθούν τα σχολεία στη δημιουργία ψηφιακών εφαρμογών και εργαλείων για την πρόσκληση και συμμετοχή γονέων, μαθητών/τριών και άλλων ενδιαφερόμενων φορέων.

Σε συγκεκριμένο χρονικό διάστημα (π.χ. ένα Σαββατοκύριακο, μια εβδομάδα ή ένα μήνα) πριν ή μετά την εκστρατεία, διοργανώστε έναν διαγωνισμό στην τάξη με βάση την απόσταση που διανύουν οι μαθητές/τριες εκτός των ωρών του σχολείου. Για παράδειγμα, οι τέσσερις ημέρες πριν από την εκστρατεία μπορούν να αφιερωθούν στην ανάπτυξη ψηφιακών εργαλείων, όπου κάθε μέρα θα αφιερώνεται σε έναν διαφορετικό πυλώνα της αθλητικής ακεραιότητας. Το μάθημα της φυσικής αγωγής θα πρέπει να ενισχύει τους πυλώνες της αθλητικής ακεραιότητας.

Για παράδειγμα:

- **Πρώτη ημέρα:** περπατάμε για τον σεβασμό
- **Δεύτερη ημέρα:** αθλητικές δραστηριότητες για την αποδοχή της διαφορετικότητας (π.χ. ποδηλασία, skateboarding, αναπηρικά αμαξίδια)

- **Τρίτη ημέρα** : τρέξιμο για την ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων
- **Τέταρτη ημέρα**: αναρρίχηση για την ευγενή άμιλλα (π.χ. πεζοπορία).

Οι μαθητές/τριες μπορούν να παρακολουθούν τις αποστάσεις τους χρησιμοποιώντας κάποια εφαρμογή κινητού, όπως Strava, My Fitness Pal ή Map My Run ή χρησιμοποιώντας έναν απλό βηματομετρητή. Μέσω της εφαρμογής Strava, οι εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής μπορούν να [δημιουργήσουν μια «λέσχη – ομάδα» μέσω της τοποθεσίας Web](#) στην οποία μπορούν να συμμετάσχουν από πριν οι μαθητές/τριες, να ανεβάζουν τις δραστηριότητές τους και να βλέπουν την πρόοδο της τάξης τους. Ωστόσο, για να το κάνουν πιο απλό, οι μαθητές/τριες μπορούν να αναφέρουν την απόσταση που περπατούν/τρέχουν/σκαρφαλώνουν στους εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής την επομένη της δραστηριότητας και οι εκπαιδευτικοί να καταγράφουν την απόσταση που έχει διανύσει κάθε μαθητής/τρια.

Στο τέλος των τεσσάρων ημερών, οι εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής θα πρέπει να υπολογίσουν τη συνολική απόσταση που έχουν καλύψει οι μαθητές/τριές τους και να διαπιστώνουν ποια τάξη διάνυσε τη μεγαλύτερη απόσταση «υπηρετώντας» κάθε πυλώνα της αθλητικής ακεραιότητας. Για παράδειγμα, η τάξη που θα νικήσει την Πρώτη Ημέρα μπορεί να είναι οι «Walking Warriors» και η νικήτρια τάξη της Τρίτης Ημέρας να είναι οι «Rockstars of Running». Η νικήτρια ή οι νικήτριες τάξεις επιβραβεύονται με βαθμούς ακεραιότητας εάν καταφέρουν να τεκμηριώσουν τον τρόπο με τον οποίο εκφράζουν και σέβονται τον πυλώνα της αντίστοιχης ημέρας.

Για να μεγαλώσει ακόμη περισσότερο η εμβέλεια της πρόκλησης αυτής, καλέστε τους γονείς και τους εξωτερικούς φορείς της τοπικής κοινωνίας να συμμετάσχουν και αυτοί στη δράση. Εάν το επιθυμείτε, οι αποστάσεις που καλύπτουν σε μια δεδομένη ημέρα μπορούν να υπολογιστούν ως προς το σύνολο της τάξης.

## 11. Συστάσεις για Δραστηριότητες Δημιουργίας Θετικού Μελλοντικού

### Αποτυπώματος (Κληρονομιά- Παρακαταθήκη):

1. Δημιουργία εισαγωγικής σελίδας προβολής της εκστρατείας σε ήδη υπάρχουσα ιστοσελίδα που διατηρεί ενός από τους φορείς υλοποίησης των δράσεων.
2. Τα υλικά προβολής και το αρχείο του οπτικοακουστικού υλικού των εκστρατειών πρέπει να είναι ορατά και εύκολα προσβάσιμα στις ιστοσελίδες και τις ψηφιακές πλατφόρμες [π.χ. εθνικές αθλητικές Ομοσπονδίες, Υπουργεία Αθλητισμού και Πολιτισμού/Παιδείας και Θρησκευμάτων].
3. Δημιουργία ενός δικτύου ανταλλαγής γνώσεων και συνεργασίας του σχολείου κατά τη διάρκεια της εκστρατείας, μέσω περιφερειακών αθλητικών δράσεων και εκδηλώσεων ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης.

4. Αξιοποίηση των υφιστάμενων διαδικτυακών ιστοτόπων - πλατφόρμες των υπηρεσιών της Ευρωπαϊκής Επιτροπής ή των Ηνωμένων Εθνών, ανάλογα με την περίπτωση, για την προώθηση της εκστρατείας.
5. Δημιουργία καμπάνιας επικοινωνίας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, π.χ. ανάπτυξη σελίδας ή προφίλ σε Twitter/Facebook με σκοπό την επικοινωνιακή προβολή της εκστρατείας.



## Θέματα Προβληματισμού για τις Αξίες της Εκστρατείας και της Αθλητικής Ακεραιότητας

### 12. Δημιουργία ενός Βίντεο και/ή Άρθρου σε Σχολική Εφημερίδα

Η συγκεκριμένη δράση είναι καταλληλότερη για την ηλικιακή ομάδα των εφήβων (ηλικίας 13-15 ετών) και θα συμβάλλει στην προβολή της εκστρατείας αλλά και μελλοντικών παρόμοιων δράσεων. Η δημιουργία ενός βίντεο ή η δημοσίευση άρθρου στη σχολική εφημερίδα, στα οποία θα παρουσιάζεται συνοπτικά η εκστρατεία, μπορεί να λειτουργήσει ως σταθερή υπενθύμιση των αξιών που διδάσκονται οι μαθητές/τριες καθ' όλη τη διάρκεια της δράσης, ενώ παράλληλα τους δίνει την ευκαιρία να ανακαλέσουν τα θέματα που αναδείχθηκαν κατά τη διάρκεια της εκστρατείας και τις αξίες της αθλητικής ακεραιότητας που διδάχθηκαν και τις οποίες μπορούν να εφαρμόσουν στη μελλοντική ζωή τους. Οι μαθητές/τριες μπορούν να αναλάβουν πολλούς ρόλους, όπως κάμεραμαν, παρουσιαστής, άτομο που παίρνει ή που δίνει συνέντευξη, συντάκτης, παραγωγός κατά τη διάρκεια της αθλητικής ημερίδας.

Με την υποστήριξη των φορέων που σχεδιάζουν την εκπαιδευτική πολιτική, εκπροσώπων των Πανελλήνιων Ενώσεων Εκπαιδευτικών και Γονέων καθώς και των κυβερνητικών υπηρεσιών, το υλικό προβολής, το βίντεο και το άρθρο μπορούν να αξιοποιηθούν ευρύτερα για τη διάδοση των δράσεων και έτσι να δημιουργηθεί ακόμη μεγαλύτερος αντίκτυπος και θετικό αποτύπωμα - παρακαταθήκη για παρόμοιες δράσεις στο μέλλον.

Ιδέες για Αποτύπωση της Εκστρατείας σε Βίντεο:

1. Τα παιδιά μπορούν να πάρουν συνεντεύξεις από εκπαιδευτικούς φυσικής αγωγής και γονείς.
2. Οι Πρεσβευτές των διακεκριμένων αθλητών/τριών μπορούν να καταγράψουν μηνύματα που εμπνέουν τα παιδιά.
3. Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να ετοιμάσουν ένα σύντομο βίντεο σχετικά με την αξία της ακεραιότητας.
4. Βίντεο με μαρτυρίες μαθητών/τριων ή/και αθλητών/τριων για τον τρόπο με τον οποίο ο αθλητισμός τους βοήθησε στην προσωπική τους εξέλιξη, την ευημερία και στην ανάπτυξη συγκεκριμένων δεξιοτήτων.
5. Οι μαθητές/τριες, οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς βιντεοσκοπούν τις απόψεις τους σχετικά με τη συμμετοχή τους στην ημέρα αθλητισμού, περιγράφουν τί τους άρεσε περισσότερο και ανταλλάσσουν ιδέες για την εκδήλωση του επόμενου έτους.

Ιδέες για Άρθρο Σχολικής Εφημερίδας:

1. Κάθε μαθητής/τρια (ή μικρές ομάδες μαθητών/τριών) θα συντάξει ένα κείμενο γνώμης όπου θα καταγράφονται οι προτάσεις τους σχετικά με την εκστρατεία, τί τους άρεσε και πώς θα μπορούσε να βελτιωθεί
2. Θα μπορούσε να συνταχθεί ένα μεγαλύτερο άρθρο που θα περιέχει σχόλια και γνώμες από μαθητές/τριες, γονείς και άλλους φορείς σχετικά με τις απόψεις τους και την εφαρμογή των πυλώνων της αθλητικής ακεραιότητας.
3. Ορισμένοι/νες μαθητές/τριες θα μπορούσαν να ζωγραφίσουν αποτυπώνοντας τη βιωματική τους εμπειρία από την εκστρατεία ως συνοδευτικές εικόνες που θα «ντύσουν» το άρθρο.

## Επικοινωνία και Δημόσιες Σχέσεις

### 13. Θέση τοποθεσίας web

Η προβολή της εκστρατείας επιτυγχάνεται αποτελεσματικότερα μέσω της αξιοποίησης της ιστοσελίδας που ήδη διαθέτουν οι συνεργαζόμενοι φορείς και η οποία παρουσιάζει μεγαλύτερη επισκεψιμότητα σε σύγκριση με μια νέα ιστοσελίδα που θα δημιουργηθεί εξ αρχής. Ωστόσο, συνιστάται ο συνδυασμός και των δύο προσεγγίσεων για αυτήν την εκστρατεία. Για την αρχική προώθηση της εκδήλωσης, θα ήταν χρήσιμη η αξιοποίηση του δικτυακού τόπου των φορέων υλοποίησης, δηλαδή της Εθνικής Αρχής Διαφάνειας (Ε.Α.Δ.), του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων (Υ.ΠΑΙ.Θ.), του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής (Ι.Ε.Π.) και της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.). Παράλληλα, η εκδήλωση μπορεί να προωθηθεί μέσω αθλητικών συλλόγων, εθνικών αθλητικών ομοσπονδιών, τοπικών και εθνικών φιλανθρωπικών οργανώσεων νέων καθώς και ιστοτόπων αθλητικών συλλόγων. Για τη διεθνή απήχηση θα μπορούσαν επίσης να αξιοποιηθούν οι επίσημες πλατφόρμες άλλων εθνικών φορέων του εξωτερικού.

### 14. Ιστοσελίδα

Μια ιστοσελίδα θα εξασφάλιζε επίσης τη συνέχεια, την παρακαταθήκη και το θετικό αποτύπωμα για μελλοντικές παρόμοιες δράσεις και θα ήταν ένα σημείο αναφοράς που θα αξιοποιείται σε συνεχή βάση πέρα από την προώθηση της συγκεκριμένης εκστρατείας, λαμβάνοντας ιδίως υπόψη τις ιδέες που περιέχονται στο συγκεκριμένο Εγχειρίδιο για τη δημιουργία περιεχομένου πολυμέσων. Μια ιστοσελίδα σε έναν υφιστάμενο ιστότοπο όπως αυτή του Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού, των διαφόρων αθλητικών ομοσπονδιών ή ακόμη και των εθνικών Ολυμπιακών και Παραολυμπιακών Επιτροπών, θα είναι αποτελεσματική με την έννοια ότι θα καθιερωθεί καθ' όλη τη διάρκεια της εκστρατείας ως σημείο αναφοράς και

διάδρασης. Μια ιστοσελίδα αποτελεί πρόσφορη και οικονομική μέθοδο διανομής ηχογραφημένου περιεχομένου και χώρο ανάρτησης οπτικοακουστικού υλικού. Η ιστοσελίδα και άλλο υλικό που περιλαμβάνεται στην ιστοσελίδα της Ευρωπαϊκής Ημέρας Αθλητισμού για τα σχολεία μπορεί να αποτελέσει πηγή έμπνευσης ([www.essd.eu/](http://www.essd.eu/)).

## 15. Βιβλιοθήκη

Συστήνεται μετά την υλοποίηση της πρώτης φάσης της εκστρατείας κατά τη διάρκεια της οποίας θα έχει υλοποιηθεί η προβολή των δράσεων στα μέσα μαζικής ενημέρωσης και η δημιουργία ηχογραφημένου οπτικοακουστικού υλικού, το σύνολό αυτού να αναρτηθεί και να διατηρηθεί σε έναν επιμέρους ιστότοπο ως σημείο αναφοράς και συνεχούς επιμόρφωσης για τα σχολεία, τους/τις νέους/νέες, τους/τις εκπαιδευτικούς, τους/τις προπονητές/τριες και τους γονείς. Η εκστρατεία υλοποιείται στο πλαίσιο μιας συγκεκριμένης ημέρας, αλλά μπορεί να λειτουργήσει ως ένας ζωντανός εκπαιδευτικός πόρος, ο οποίος θα διατηρείται και θα επικαιροποιείται καθ' όλη τη διάρκεια του σχολικού έτους. Η ψηφιακή αυτή βιβλιοθήκη θα αποτελέσει πολύτιμη «περιουσία» για την εκστρατεία, θα αυξήσει το θετικό αποτύπωμά της, θα λειτουργήσει ως μια παρακαταθήκη και θα αξιοποιηθεί σε μελλοντικές παρόμοιες δράσεις.

## 16.

A

### νάπτυξη Δικτύων Επικοινωνίας με πρόσθετα μέσα σε τοπικό ή/και εθνικό επίπεδο

Οι εθνικές εκστρατείες προσελκύουν συχνά το ενδιαφέρον των ΜΜΕ (εθνικών και τοπικών), τα οποία προσφέρουν πολύτιμη δημοσιογραφική κάλυψη και συμβάλλουν στην προβολή του έργου και των δράσεων του σχολείου. Οι εκστρατείες συχνά συμβάλλουν στον εμπλουτισμό του περιεχομένου και την ανταλλαγή γνώσεων σχετικά με τα βασικά θέματα και τον στόχο ή τους στόχους μιας εκστρατείας. Οι φορείς υλοποίησης μπορούν να αξιοποιήσουν τα δίκτυα ειδήσεων και μέσω των ενημέρωσης για την προώθηση της εκστρατείας, προκειμένου να αυξηθεί η ενημέρωση για την ίδια την εκστρατεία και να επιτευχθεί η επικοινωνιακή της προβολή. Στην κατεύθυνση αυτή θα ήταν ιδιαίτερα επωφελής η συνεργασία με πληθώρα Εθνικών Φορέων/ΜΚΟ/ φορείς της Κοινωνίας των Πολιτών, με εθνικές αθλητικές ομοσπονδίες και με την Εθνική Ολυμπιακή Επιτροπή. Για να εξασφαλιστούν πόροι, οι αρμόδιες αρχές μπορούν να διερευνήσουν τη δυνατότητα χορηγίας από ιδιωτικούς οργανισμούς και ιδρύματα στο πλαίσιο δράσεων Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης (Ε.Κ.Ε.) που υλοποιούν.

## Σύστημα Παρακολούθησης και Αξιολόγησης

Κρίνεται σημαντικό να αποδίδονται τα εύσημα και να αναδεικνύεται κάθε σχολείο που πραγματοποιεί δράσεις και αναλαμβάνει πρωτοβουλίες με στόχο να βελτιώσει το επίπεδο γνώσης και εξοικείωσης των μαθητών/τριών με τις αξίες και τα θέματα που σχετίζονται με την ακεραιότητα.

Βασικό κριτήριο επιτυχίας αυτής της παρέμβασης είναι η αποτελεσματική ανάπτυξη και διαχείριση της εκστρατείας, παράλληλα όμως, οι διοργανωτές/τριες και όλοι όσοι συμμετέχουν σε αυτές τις δράσεις θα πρέπει να εξετάζουν τον τρόπο με τον οποίο η πρωτοβουλία αυτή θα συνεχιστεί στο μέλλον και θα καθιερωθεί ως μια επαναλαμβανόμενη ετήσια σχολική εκδήλωση. Για να επιτευχθεί αυτό, θα απαιτηθεί από όλους τους φορείς που συνεργάστηκαν η παροχή συγκεκριμένων αξιολογικών δεικτών μέτρησης της αποτελεσματικότητας της εκστρατείας.

Η αποτελεσματικότητα της παρέμβασης αξιολογείται καλύτερα μέσω μιας ολιστικής προσέγγισης αξιολόγησης των σχολικών μονάδων, σχετικά με την ενσωμάτωση των αξιών της ακεραιότητας και των θετικών συμπεριφορών στο σχολικό και αθλητικό περιβάλλον. Είναι σημαντικό, στο πλαίσιο αυτής της εκστρατείας, η ακεραιότητα και τα σχετικά θέματα να ενσωματωθούν στο σχολικό περιβάλλον και την τοπική κοινωνία για να διασφαλιστεί ότι θα έχουν διάρκεια και θα αποφέρουν θετικά αποτελέσματα.

Η αξιολόγηση της δράσης και η μέτρηση των αποτελεσμάτων θα δώσει στη σχολική μονάδα τη δυνατότητα να συμμετέχει σε παρόμοιες δράσεις και να αναπτύξει συνέργειες και συνεργασία με αθλητικούς φορείς. Ακολουθούν τρία ερωτηματολόγια που μπορούν να προσφέρουν πολύτιμη απεικόνιση της αξιολόγησης της αποτελεσματικότητας και της πιθανής βελτίωσης της εκστρατείας.

Για να προωθηθεί ο κριτικός προβληματισμός, προτείνεται τα ερωτηματολόγια αυτά να συμπληρώνονται σε ατομική βάση και να αναλύονται σύμφωνα με μια συνολική προσέγγιση της εκστρατείας. Η συμπερίληψη ενός τμήματος σημειώσεων και παρατηρήσεων στο τέλος κάθε ερώτησης παρέχει τη δυνατότητα συλλογής πλούσιων ποιοτικών δεδομένων μέσω της φυσικής δια ζώσης επικοινωνίας και προβληματισμού, ενισχύοντας έτσι τα μηνύματα της εκστρατείας. Η ύπαρξη τυποποιημένης μεθόδου βαθμολόγησης σε κάθε ερωτηματολόγιο δημιουργεί μια κοινή βάση αναφοράς και συμβάλλει στην επίτευξη μιας ορθής αξιολόγησης ειδικά μεταξύ των διαφορετικών σχολικών πληθυσμών.



Το σχολικό ήθος μας έχει αλλάξει ως αποτέλεσμα της εκστρατείας								
Προσωπικά, θεωρώ ότι η συγκεκριμένη δράση αποτέλεσε μια εμπειρία μάθησης και ανάπτυξης								
Πιστεύω ότι το σχολείο θα ωφεληθεί από την επανάληψη της δράσης αυτής στο μέλλον								

## 18. Ερωτηματολόγιο Γονέων/Κηδεμόνων

Οι γονείς/κηδεμόνες μπορούν να συνεισφέρουν αποτελεσματικά ως εξωτερικοί παράγοντες και να συμβάλλουν στην αποτελεσματικότητα των παρεμβάσεων αυτών. Γνωρίζουν τον τρόπο με τον οποίο όσα διδάσκονται οι μαθητές/τριες στο σχολικό περιβάλλον μπορούν να μεταφερθούν στην ευρύτερη κοινωνία. Με τον τρόπο αυτό δημιουργείται μια μοναδική προοπτική έκφρασης και υιοθέτησης των αξιών της ακεραιότητας εκτός σχολικού περιβάλλοντος. Η μεταφορά της μάθησης από το σχολείο στην κοινωνία μπορεί να βελτιώσει τη συνολική αποτελεσματικότητα της συγκεκριμένης δράσης στην ευρύτερη ανάπτυξη της ιδιότητας του πολίτη και την ανάδειξή της στα νεαρά άτομα που θα συμμετέχουν.

Ερωτήσεις:	1= Διαφωνώ Απόλυτα	2 = Διαφωνώ Αρκετά	3= Διαφωνώ	4= Μου είναι Αδιάφορο	5= Συμφωνώ	6= Συμφωνώ Αρκετά	7= Συμφωνώ Απόλυτα	Σημειώσεις/Σχόλια
Η εκστρατεία είχε πραγματικό θετικό αντίκτυπο στο σχολείο συνολικά								
Η δράση συνέβαλε αισθητά στην κατανόηση της ακεραιότητας από το παιδί ή τα παιδιά μου								
Η παρέμβαση είχε αξιοσημείωτη επίδραση στους/στις μαθητές/τριες στο πλαίσιο της σχολικής τάξης								

Το σχολικό ήθος μας έχει αλλάξει ως αποτέλεσμα της εκστρατείας								
Προσωπικά, θεωρώ ότι η συγκεκριμένη δράση ήταν μια θετική εμπειρία μάθησης και ανάπτυξης								
Πιστεύω ότι το σχολείο θα ωφεληθεί από την επανάληψη της δράσης αυτής στο μέλλον								

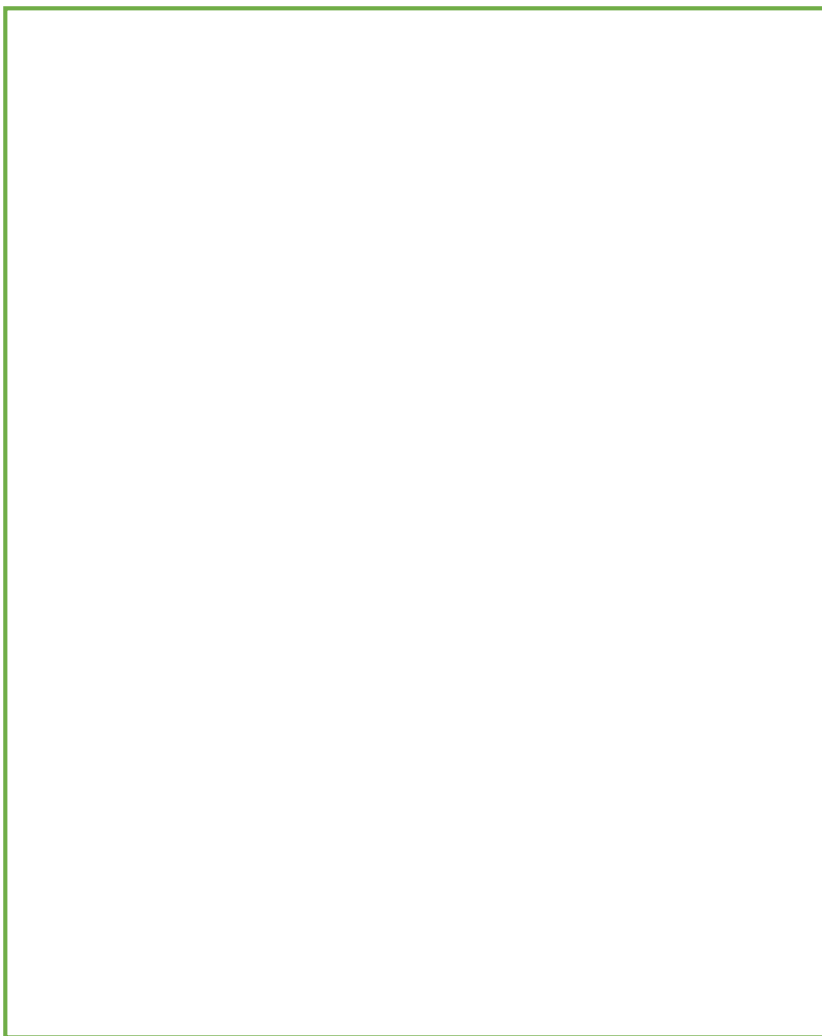


## 19. Ερωτηματολόγιο μαθητών/τριών

Η ανάλυση των αποτελεσμάτων και της θετικής επίδρασης της εκστρατείας στα ίδια τα παιδιά είναι ζωτικής σημασίας για την αξιολόγηση, της συνέχισής της και της επίτευξη της διάρκειάς της, με στόχο τελικά να καθιερωθεί ως μια ετήσια δράση στο πλαίσιο της σχολικής μονάδας. Στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση συχνά αναφερόμαστε στη διαμόρφωση μιας ιδέας ώστε να είναι εύληπτη, κατανοητή, στέρεη και απτή στα παιδιά. Η μέτρηση της αποδοχής που τελικά είχε μια συγκεκριμένη δράση αποτελεί έναν τρόπο αξιολόγησης της αποδοτικότητας της παρέμβασης. Ο συλλογισμός αφορά στις ηλικιακές ομάδες μεγαλύτερης ηλικίας που μπορούν να καταθέσουν την άποψη και τις σκέψεις τους. Ωστόσο, για τις νεότερες ηλικιακές ομάδες συνιστάται να ζητείται από τα παιδιά να συμπληρώσουν τα κατάλληλα για την ηλικία τους «Υποδείγματα» ή τα απλοποιημένα «Ερωτηματολόγια».

Ηλικιακή ομάδα 6-9

**Σχεδιάστε μια εικόνα του αθλήματος σας στο παρακάτω πλαίσιο:**



Μου αρέσει να παίζω αθλητικά παιχνίδια επειδή...

Η αγαπημένη μου δραστηριότητα ήταν...

Μου αρέσει να παίζω αθλητικά παιχνίδια με τους φίλους μου επειδή...

Ηλικιακή ομάδα 10-12

<b>Ερωτήσεις:</b>	<b>1= Διαφωνώ Απόλυτα</b>	<b>2 = Διαφωνώ Αρκετά</b>	<b>3= Διαφωνώ</b>	<b>4= Μου είναι Αδιάφορο</b>	<b>5= Συμφωνώ</b>	<b>6= Συμφωνώ Αρκετά</b>	<b>7= Συμφωνώ Απόλυτα</b>
Διασκέδασα με τις δραστηριότητες							
Γνωρίζω τι σημαίνει ακεραιότητα							
Οι φίλοι μου προσπαθούν πλέον να είναι ευγενικοί ο ένας με τον άλλο όταν συμμετέχουμε σε αθλητικές εκδηλώσεις							
Χαίρομαι και απολαμβάνω τη φυσική αγωγή και τον αθλητισμό περισσότερο λόγω των δραστηριοτήτων και των παιχνιδιών που διοργανώσαμε							
Έμαθα νέα πράγματα							
Θα ήθελα να πάρω μέρος και πάλι σε μια ημερίδα αθλητισμού που θα διοργανωθεί στο μέλλον							

Ηλικιακή ομάδα 13-15

<b>Ερωτήσεις:</b>	<b>1= Διαφωνώ Απόλυτα</b>	<b>2 = Διαφωνώ Αρκετά</b>	<b>3= Διαφωνώ</b>	<b>4= Μου είναι Αδιάφορο</b>	<b>5= Συμφωνώ</b>	<b>6= Συμφωνώ Αρκετά</b>	<b>7= Συμφωνώ Απόλυτα</b>
Διασκέδασα με τις δραστηριότητες							
Γνωρίζω τι σημαίνει ακεραιότητα							
Οι φίλοι μου πλέον σκέφτονται περισσότερο πριν λάβουν αποφάσεις							
Κατανοώ τι σημαίνει ανεκτικότητα και πώς να είμαστε ανοικτοί στους συνανθρώπους μας χωρίς διακρίσεις και αποκλεισμούς							
Έμαθα πώς να είμαι καλός συμπαίκτης και να ακολουθώ τους κανόνες όταν συμμετέχω σε αθλητικούς αγώνες/ παιχνίδια							
Θα ήθελα να πάρω μέρος και πάλι σε μια ημερίδα αθλητισμού που θα διοργανωθεί στο μέλλον							
Θα ήθελα να βοηθήσω στη διοργάνωση παρόμοιας εκδήλωσης μαζί με τους/τις εκπαιδευτικούς μας Φυσικής Αγωγής							

