

«Το σώμα μου μου ανήκει»

Συμπληρωματικό υλικό

για το σχολικό έτος 2021-2022

του εγκεκριμένου εκπαιδευτικού προγράμματος σχολικού έτους 2020-2021
με την υπ' αριθμόν **160877/2020** έγκριση Υ.ΠΑΙ.Θ

με τίτλο

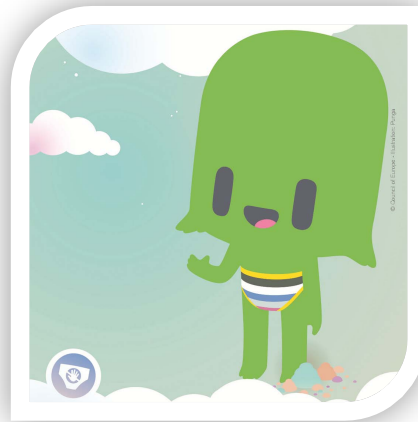
«Ο Κανόνας των Εσωρούχων»

Περιλαμβάνονται **τρεις παρουσιάσεις** που μπορούν αυτούσιες να χρησιμοποιηθούν μέσα στην τάξη, αλλά κυρίως στην **εξ' αποστάσεως εκπαίδευση**. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να **επιλέξει** με κριτήριο το προφίλ των μαθητών/τα χαρακτηριστικά της τάξης.

Οι τρεις παρουσιάσεις περιέχουν την **εκπαιδευτική αξιοποίηση** των ενημερωτικών εργαλείων «Κίκο και το χέρι», «Το μυστικό της Νίκης» και «Η περιπέτεια του Βίκτωρα», καθώς και οδηγίες χρήσης για τους εκπαιδευτικούς. Προϋποθέτουν **σύνδεση στο Internet** για την προβολή των ενημερωτικών εργαλείων που έχουν συνδεθεί με **hyperlinks**. Μπορούν να **συνδυαστούν με τις δραστηριότητες** που έχουν προβλεφθεί στο αρχικό πρόγραμμα.

Τόσο το εγκεκριμένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα, όσο και το συμπληρωματικό υλικό, εφόσον λάβουν την έγκριση του Υπουργείου Παιδείας, θα αναρτηθούν στο **site** μας **enastapente.gr**

1^η παρουσίαση

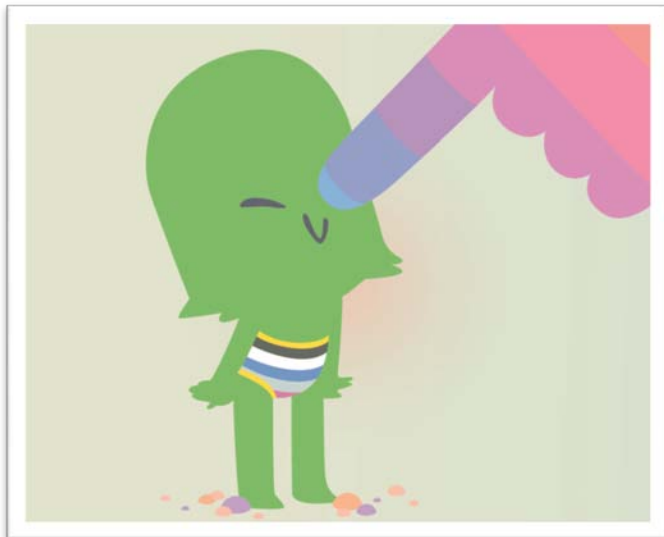
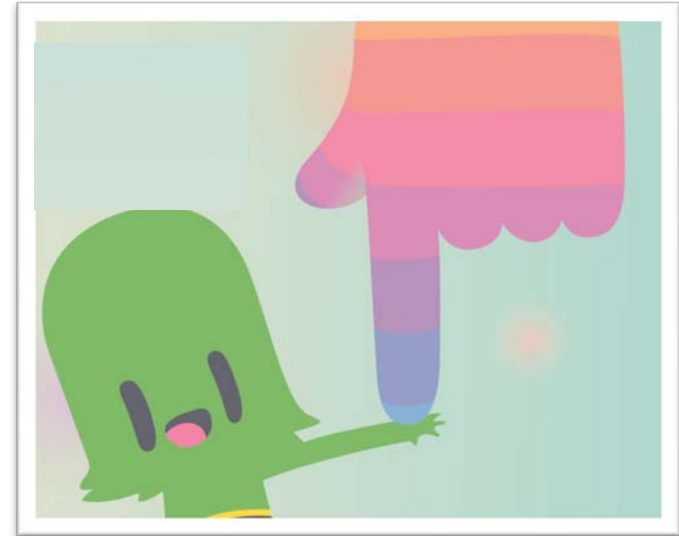
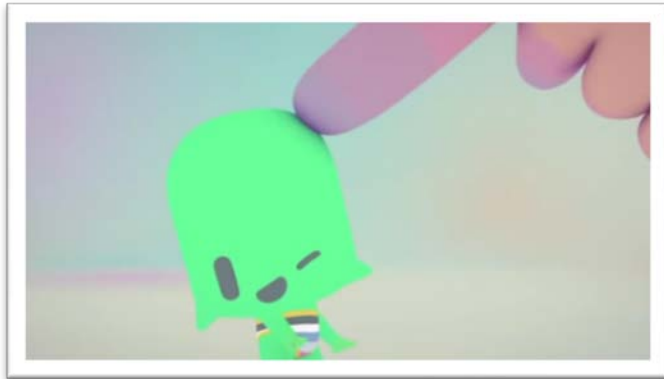




Ο Κανόνας του Εσώρουχου

Το σώμα μου **μου ανήκει**

Τα μέρη του σώματος



Να σου συστήσω
την «Κίκο»



Να σου συστήσω
το «Χέρι»



Η Κίκο και το «Χέρι» μαζί

Εικόνα 1



Εικόνα 2



Ένα μικρό βίντεο...



Μια μικρή ιστορία...





Αυτή είναι η Κίκο.

Και πλάι στην Κίκο,
είναι ο φίλος της, το χέρι.

«Τι σόι φίλος μπορεί να είναι
ένα χέρι όλο κι όλο;» ρωτά η Κίκο.

«Σύντομα θα δεις» απαντάει το χέρι

«Γεια σου χέρι! Θέλω να πετάξω,
αλλά δεν έχω φτερά» λέει η Κίκο.



«Κανένα πρόβλημα!» απαντάει το χέρι.

«Θα κάνω εγώ το αεροπλάνο,
μόνο ανέβα, γιατί απογειωνόμαστε
αμέσως!»

ΒΟΥΟΥΜ! Πετάει το αεροπλάνο.

«Γεια σου χέρι! Θέλω να χορέψω,
αλλά δεν έχει μουσική» λέει η Κίκο.

«Κανένα πρόβλημα, Κίκο!» απαντάει το χέρι.
«Θα παίζω εγώ μουσική. Έχω ένα πιάνο
και με τα δάχτυλά μου
μπορώ να κάνω τα πλήκτρα
να βγάλουν ωραίους ήχους».

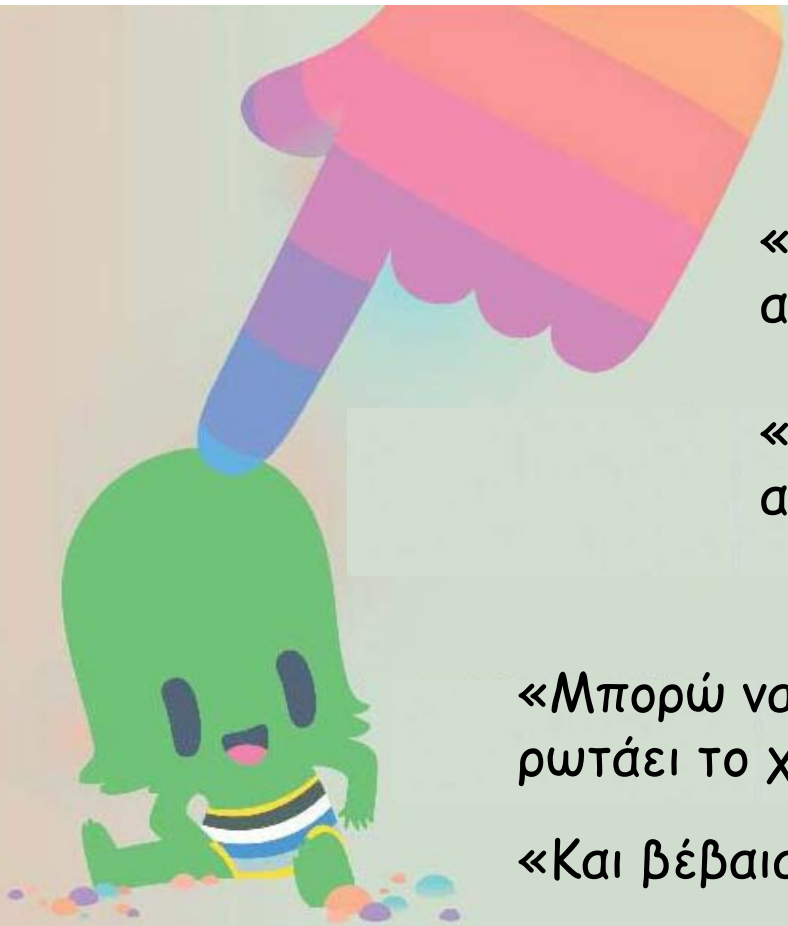
ΠΛΙΓΚ, ΠΛΟΓΚ, ΠΛΙΓΚ κάνει το πιάνο.



«Γεια σου χέρι!
Θέλω να φάω κάτι νόστιμο,
αλλά δεν ξέρω τι» λέει η Κίκο.



«Έγινε! Θα σου ετοιμάσω εγώ κάτι»
απαντάει το χέρι.
«Θες μια μηλόπιτα, ένα κέικ λεμόνι, ή
μήπως κέικ μπανάνα;»
«Θέλω ένα κέικ με γεύση μήλο,
σοκολάτα, λεμόνι και μπανάνα!»
φωνάζει η Κίκο. ΜΙΑΜ, ΜΙΑΜ!



«Γεια σου χέρι! Θέλω να παίξω,
αλλά δεν μπορώ μόνη μου!» λέει η Κίκο.

«Έγινε Κίκο! Θα παίξουμε μαζί»
απαντάει το χέρι.

«Μπορώ να σου αγγίξω τα μαλλιά;»
ρωτάει το χέρι.

«Και βέβαια μπορείς!» απαντά η Κίκο.

«Μπορώ ν' αγγίξω τη μύτη σου;»
ρωτάει το χέρι.

«Ναι, μπορείς!» απαντά η Κίκο.

«Μπορώ ν' αγγίξω το χεράκι σου;»
ρωτάει το χέρι.

«Και βέβαια, μπορείς!» απαντά η Κίκο.





«Τώρα... Μπορώ ν' αγγίξω το βρακάκι σου;»
ρωτάει το χέρι.

«Με τίποτα! Όχι! Δεν μπορείς!»
φωνάζει δυνατά η Κίκο.

«Μπράβο Κίκο!» λέει το χέρι.

«Κανείς δεν μπορεί
ν' αγγίξει το βρακάκι σου!
Αυτός είναι
ο Κανόνας του Εσώρουχου.

Και αν ποτέ συμβεί αυτό,
να το πεις αμέσως σε κάποιο μεγάλο
και να μην το κρατήσεις μυστικό!»



«Γεια σου χέρι! Θέλω να ταξιδέψω
στη χώρα των ονείρων, αλλά δεν ξέρω
πώς να πάω εκεί» λέει η Κίκο.

«Κανένα πρόβλημα, Κίκο!
Θα σου δείξω εγώ τον τρόπο»
απαντάει το χέρι.

«Ξάπλωσε στο κρεβατάκι σου,
κλείσε τα μάτια σου
και θα βρεθείς εκεί από μόνη σου».



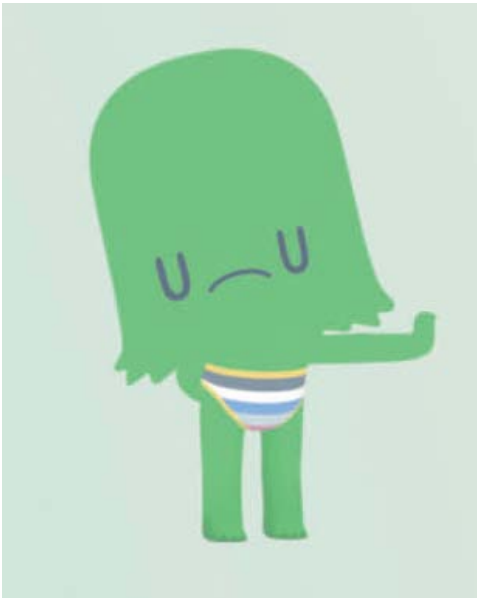
ZZZZZZZZ, αποκοιμήθηκε η Κίκο.

5 κανόνες αυτοπροστασίας



1. Το σώμα μου, μου ανήκει

Μπορώ να πω **όχι**
σε ένα φιλί ή χάδι
ακόμα και από κάποιον
που αγαπώ και εμπιστεύομαι.

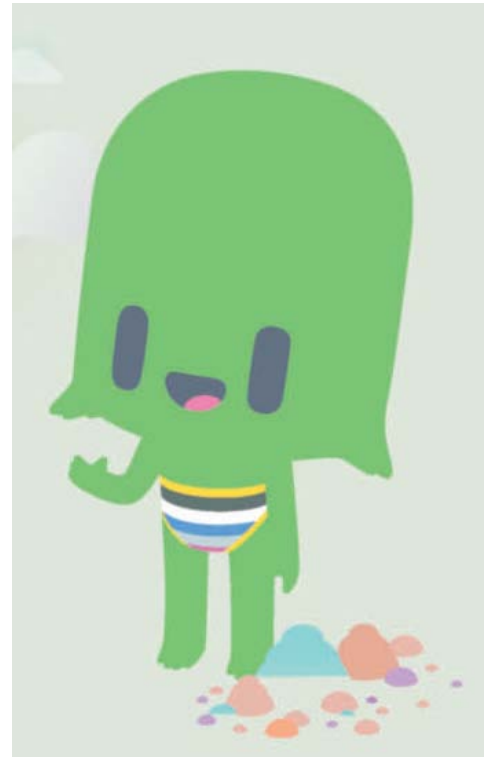


Όχι, σημαίνει όχι!

2. Καλό και κακό μυστικό

Ένα μυστικό που μου δίνει χαρά,
είναι ένα **καλό** μυστικό.

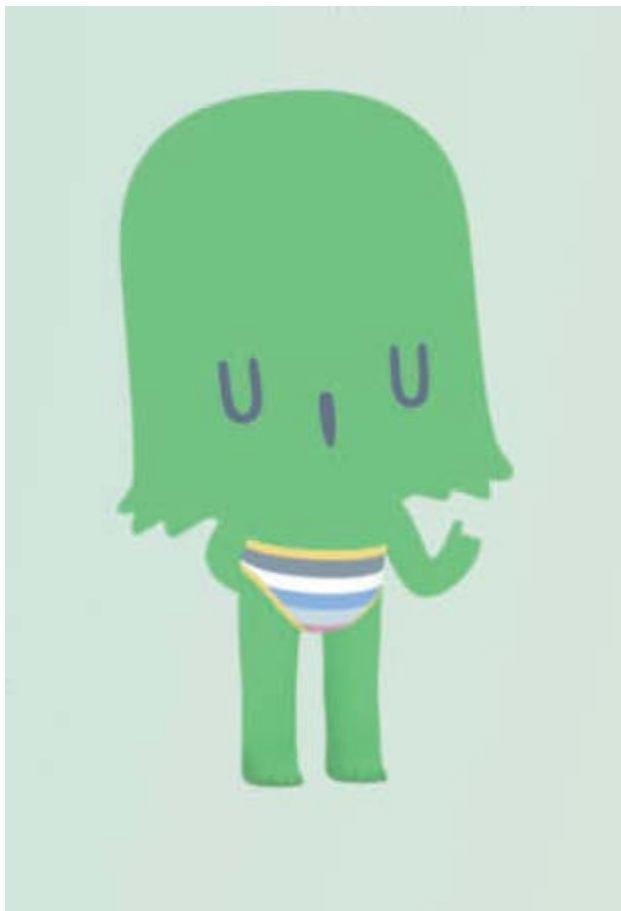
**Πάρτι έκπληξη
στη μαμά!**



Ένα μυστικό που με στενοχωρεί,
είναι ένα **ΚΑΚΟ** μυστικό.



Όχι μυστικά
που με
στενοχωρούν!



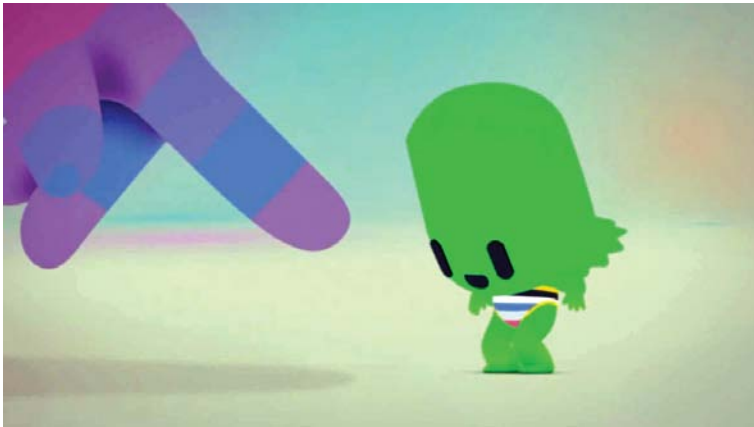
Και πρέπει
αμέσως να το πω
σε κάποιον μεγάλο
που εμπιστεύομαι!

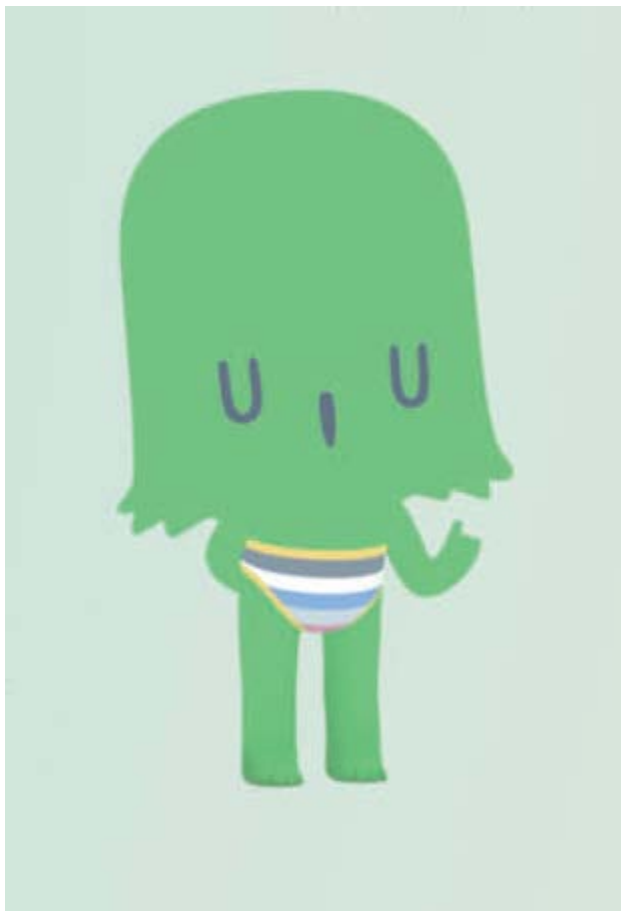
3. Καλό και κακό άγγιγμα

Ένα άγγιγμα
στη μυτούλα ή στο χεράκι,
είναι ένα **καλό** άγγιγμα.



Ένα άγγιγμα στο εσύρουχο,
είναι ένα **ΚΑΚΟ** άγγιγμα.





Και πρέπει
αμέσως να το πω
σε κάποιον μεγάλο
που εμπιστεύομαι!

4. Ο Κανόνας του Εσώρουχου

Δεν αφήνω **κανέναν**
να με αγγίξει ή να με χαϊδέψει
εκεί που είναι **ΤΟ ΕΣΩΡΟΥΧΟ ΜΟΥ!**



Ούτε εγώ αγγίζω το σώμα άλλου
σε αυτό το σημείο!



5. Το λέω αμέσως σε κάποιον που εμπιστεύομαι...

...όταν κάποιος γνωστός ή άγνωστος:

- μου προσφέρει **ΔΩΡΑ** τακτικά
- μου ζητά να κρατήσω **ΜΥΣΤΙΚΑ**
- προσπαθεί να βρεθεί **ΜΟΝΟΣ** μαζί μου
- μου ζητά να τον **ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΩ**

Φτιάχνω το δίκτυο της ασφάλειάς μου

Σκέφτομαι
τρία πρόσωπα
στα οποία μπορώ να πω
τα πάντα!



Διαλέγω:

ένα πρόσωπο από την οικογένεια
μαμά, μπαμπάς, μεγάλος αδελφός/η, γιαγιά



Διαλέγω:

δύο πρόσωπα εκτός οικογένειας
δασκάλα/ος, γιατρός ή αστυνομικός



Αν χρειάζομαι βοήθεια
τηλεφωνώ στο..



100



ή στο..



10556



Βάζω ✓ στη φατσούλα που με εκφράζει!



χαρούμενος



προβληματισμένος

Έμαθα να λέω όχι και να το εννοώ.

Ξεχωρίζω ποια σημεία στο σώμα μου είναι προσωπικά.

Ξέρω να φροντίζω και να προστατεύω τον εαυτό μου/το σώμα μου.

Γνωρίζω τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό άγγιγμα.

Γνωρίζω τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό μυστικό.

Ξέρω ποιον πρέπει να ενημερώσω αν κάτι μου συμβεί.

Ξέρω τον Κανόνα του Εσώρουχου.





Οδηγίες προς εκπαιδευτικούς

Η 1^η παρουσίαση έχει **39 διαφάνειες**. Οι **35** διαφάνειες αποτελούν την παρουσίαση για τους μαθητές, ενώ οι τελευταίες τέσσερις αφορούν την εκπαιδευτική αξιοποίηση του υλικού.

Διαφάνεια 1: Εισαγωγή στο θέμα

Για να εγείρεις το ενδιαφέρον των μαθητών, μπορείς να θέσεις τις δύο εισαγωγικές ερωτήσεις:
«Σε αυτήν την ενότητα θα συζητήσουμε για τον «Κανόνα του Εσώρουχου».

- «Τι είναι άραγε ο «Κανόνας του Εσώρουχου; Τον γνωρίζει κανείς»;
- «Τι μπορεί να σημαίνει "Το σώμα μου, μου ανήκει"»;

(Δεν περιμένουμε από τους μαθητές να γνωρίζουν την απάντηση, απλά θέτουμε τα ερωτήματα για να προϊδεάσουμε για το τι θα ακολουθήσει).

Διαφάνεια 2: Τα μέρη του σώματος

Ζήτησε από τους μαθητές να παρατηρήσουν τις εικόνες. Στη συνέχεια κάνε ερωτήσεις για αυτές, π.χ.:

- «Γνωρίζεις ποια είναι τα βασικά μέρη του σώματος; Απαρίθμησέ τα».
- Τι ρούχα καλύπτουν τα μέρη αυτά; (πχ γάντια, κάλτσες κλπ)
- «Γνωρίζεις ποια μέρη του σώματος είναι προσωπικά; Απαρίθμησέ τα».
- Τι ρούχα καλύπτουν τα μέρη αυτά;

Βοήθησε τους μαθητές να απαντήσουν σωστά και χωρίς ντροπή.

Τόνισε ότι τα προσωπικά σημεία του σώματος καλύπτονται από τα εσώρουχα ή το μαγιό.

Διαφάνεια 3: Να σου συστήσω την Κίκο

- «Μπορείς να περιγράψεις την Κίκο»;
- «Τι φοράει»;

Διαφάνεια 4: Να σου συστήσω το «Χέρι»

- «Τι χρώματα έχει το «Χέρι»;
- «Η Κίκο και το «Χέρι» είναι φίλοι; Πώς το κατάλαβες»;

Διαφάνεια 5: Η Κίκο και το «Χέρι» μαζί

- «Τι κάνουν η Κίκο και το «Χέρι» στην εικόνα 1; Πώς νομίζεις ότι αισθάνεται η Κίκο»;
- «Τι κάνουν η Κίκο και το «Χέρι» στην εικόνα 2; Πώς νομίζεις ότι αισθάνεται η Κίκο»;

Διαφάνεια 6: Ένα μικρό βίντεο (https://www.youtube.com/watch?v=p2H_qEPzOkU)

Πρόβαλε το σποτάκι «Κίκο και το χέρι» κάνοντας κλικ πάνω στην εικόνα.

Συζήτησε με τους μαθητές τις παρακάτω ερωτήσεις:

- «Τι κάνουν η Κίκο το χέρι στο μικρό βίντεο»;
- «Σε ποια σημεία αγγίζει το Χέρι την Κίκο»;

Πρόβαλε το σποτάκι «Κίκο και το χέρι» για δεύτερη φορά. Συζήτησε με τους μαθητές τις παρακάτω ερωτήσεις:

- «Πώς αντιδρά η Κίκο στα διάφορα αγγίγματα; Πώς το κατάλαβες»;
- «Αλλάζει η Κίκο διάθεση; Πότε συμβαίνει αυτό; Για ποιο λόγο νομίζεις»;
- «Τι διαφορετικά χρώματα παίρνει το Χέρι; Γιατί γίνεται αυτή η αλλαγή»;

Διαφάνειες 7 ως 16: Μια μικρή ιστορία

Διάβασε αργά και καθαρά εναλλάσσοντας τον τόνο της φωνής. Δώσε χρόνο να επεξεργαστούν οι μαθητές τις εικόνες.

Συζήτησε με τους μαθητές τις παρακάτω ερωτήσεις:

- «Τι σχέση έχουν η Κίκο και το Χέρι»; (είναι φίλοι, γνωρίζονται, έχουν οικειότητα ...)
- «Τι πράγματα κάνουν μαζί»; (παιζουν, χορεύουν με μουσική, τρώνε γλυκά...)
- «Πώς αντιδρά η Κίκο όταν το χέρι της ζητά να αγγίξει το χεράκι και τη μυτούλα»;
- «Πώς αντιδρά η Κίκο όταν το χέρι της ζητά να αγγίξει το βρακάκι»;
- «Ποιο νομίζεις ότι είναι ένα καλό άγγιγμα; Τι συναισθήματα προκαλεί»;
- «Ποιο νομίζεις ότι είναι ένα κακό άγγιγμα; Τι συναισθήματα προκαλεί»;
- «Ποιος είναι ο Κανόνας του Εσώρουχου»;

Διαφάνεια 17: 5 απλοί κανόνες αυτοπροστασίας

Συζήτησε με τους μαθητές τη σημασία του να ακολουθούμε κανόνες.

Τόνισε ότι για να είμαστε ασφαλείς, μαθαίνουμε και ακολουθούμε 5 απλούς κανόνες.

Διαφάνεια 18: Το σώμα μου μου ανήκει

Συζήτησε τι σημαίνει «το σώμα μου μου ανήκει».

Βοήθησε τους μαθητές να επαναλάβουν τη φράση «Το σώμα μου ανήκει. Όχι, σημαίνει όχι».

Υπενθύμισε την αντίδραση της Κίκο.

Διαφάνειες 19-21: Καλό και κακό μυστικό

Όπλο τον δραστών είναι η μυστικότητα σε συνδυασμό με τον φόβο.

Συζήτησε με τους μαθητές τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό μυστικό.

Πρότρεψέ τους να μεταφέρουν τις δικές τους εμπειρίες, γνώμες και παραδείγματα για τη διαφορά αυτή.

Τόνισε ότι όταν ένα μυστικό μας στενοχωρεί, ΔΕΝ το κρατάμε μυστικό, αντίθετα το λέμε αμέσως σε κάποιον μεγάλο που εμπιστευόμαστε. Τονίζουμε στα παιδιά «Όχι μυστικά που με στενοχωρούν».

Διαφάνειες 22-24: Καλό και κακό άγγιγμα

Συζήτησε με τους μαθητές τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό άγγιγμα.

Πρότρεψέ τους να μεταφέρουν τις δικές τους εμπειρίες, γνώμες και παραδείγματα για τη διαφορά αυτή.

Να μερικά παραδείγματα αγγιγμάτων: χειραψία, φιλή, αγκαλιά, χάδι στα μαλλάκια, τράβηγμα τα μαλλιά, ξύσιμο της μύτης, τσίμπημα στο μάγουλο, hi five, άγγιγμα σε κάποιο προσωπικό σημείο, τράβηγμα του αυτιού, χαιρετισμός με τους αγκώνες, χαιρετισμός με τις πατούσες...

Χρησιμοποίησε τα διαδοχικά αγγίγματα που αναφέρονται στο παραμύθι για να εξηγήσεις στα παιδιά ότι μπορούν να λένε όχι ανά πάσα στιγμή και σε κάθε άγγιγμα.

Εξήγησε στα παιδιά ότι κάποιοι ενήλικες (όπως γονείς και γιατροί) ενδέχεται να χρειαστεί να τα αγγίξουν στην περιοχή που καλύπτει το εσώρουχο, αλλά ενθάρρυνέ τα να πουν όχι ακόμα και σε αυτούς αν αισθάνονται άβολα ή αμήχανα. Τόνισε ότι όταν ένα άγγιγμα μας προκαλεί στενοχώρια ή φόβο, ΔΕΝ το κρατάμε μυστικό, ακόμα κι αν μας το ζητά κάποιο πρόσωπο που αγαπάμε, αντίθετα το λέμε αμέσως σε κάποιον μεγάλο που εμπιστευόμαστε.

Προέτρεψε τα παιδιά να σκεφτούν ένα πρόσωπο που εμπιστεύονται και μπορούν να του πουν τα πάντα!

Υπενθύμισε ότι στο παραμύθι το χέρι επιβράβευσε την Κίκο για την άρνησή της και την προέτρεψε να μην κρατήσει μυστικό.

Διαφάνειες 25-26: Ο Κανόνας του Εσώρουχου

Ο Κανόνας του Εσώρουχου έχει δύο σκέλη. Τα αγγίγματα του θύτη προς το παιδί και του παιδιού προς τον θύτη.

Βοήθησε τους μαθητές να επαναλάβουν τον Κανόνα αυτό και σιγουρέψου ότι όλοι τον κατανοούν και μπορούν να τον επαναλάβουν με δικά τους λόγια.

Χρησιμοποίησε πάλι το παράδειγμα της Κίκο υπενθυμίζοντας την αντίδραση της όταν το χέρι ζήτησε να την αγγίξει στο εσώρουχό της.

Διαφάνεια 27: Το λέω αμέσως σε κάποιον που εμπιστεύομαι

Στην πλειονότητα των περιπτώσεων ο δράστης είναι άτομο που το παιδί γνωρίζει. Είναι πολύ δύσκολο, κυρίως για τα μικρά παιδιά, να καταλάβουν ότι κάποιος που ήδη γνωρίζουν μπορεί να τα βλάψει. Μην ξεχνάς τη διαδικασία που ακολουθούν κατά κανόνα οι θύτες ώστε να κερδίσουν την εμπιστοσύνη των παιδιών. Επομένως οι μαθητές θα πρέπει να γνωρίζουν ότι οφείλουν να ενημερώνουν σε κάθε περίπτωση που κάποιος τους προσφέρει δώρα τακτικά, τους ζητάει να κρατήσουν μυστικά ή προσπαθεί να βρεθεί μόνος μαζί τους. Σε κάποιες περιπτώσεις ο δράστης μπορεί να είναι ένας άγνωστος. Τόνισε στους μαθητές κάποιους απλούς κανόνες σχετικά με την επαφή με αγνώστους, όπως λ.χ. να μην επιβιβάζονται ποτέ σε αυτοκίνητο ατόμου το οποίο δεν γνωρίζουν, ούτε να δέχονται δώρα ή προσκλήσεις από αγνώστους.

Διαφάνειες 28-30: Φτιάχνω το δίκτυο της ασφάλειάς μου

Τα παιδιά χρειάζονται σαφείς οδηγίες ως προς το ποιοι είναι οι ενήλικες που αποτελούν το δίκτυο ασφαλείας τους. Πρέπει να τα ενθαρρύνουμε να επιλέξουν ενήλικες τους οποίους μπορούν να εμπιστευτούν, οι οποίοι είναι διαθέσιμοι και διατεθειμένοι να ακούσουν και να βοηθήσουν. Μόνο ένα από τα μέλη του δικτύου αυτού μπορεί να κατοικεί στο ίδιο σπίτι με το παιδί, τα υπόλοιπα θα πρέπει να μην είναι συγγενικά πρόσωπα, ούτε να προέρχονται από τον άμεσο οικογενειακό κύκλο. Οι μαθητές θα πρέπει να γνωρίζουν πώς να αποταθούν για βοήθεια σε ένα τέτοιο δίκτυο ασφαλείας και εμπιστοσύνης.

Βοήθησε όλους τους μαθητές να φτιάξουν το δικό τους δίκτυο ασφαλείας!

Διαφάνειες 31-32: Γραμμές βοήθειας 100 & 1056

Βοήθησε τους μαθητές να αποστηθίσουν τους δύο τηλεφωνικούς αριθμούς του 100 και του «Χαμόγελου του παιδιού». Διαβεβαίωσε τους ότι αν χρειάζονται βοήθεια, αν θέλουν να μιλήσουν σε κάποιον, αν νιώθουν φόβο, μπορούν να καλέσουν τους αριθμούς αυτούς και να μιλήσουν.

Διαφάνεια 33: Αυτό-αξιολόγηση

Βοήθησε τους μαθητές να συμπληρώσουν ατομικά το πινακάκι. Μπορείς ταυτόχρονα να συζητάς τις απαντήσεις τους με όλη την τάξη.

Διαφάνεια 34: Τέλος παρουσίασης

Διαφάνειες 35-38: Οδηγίες προς εκπαιδευτικούς

Μπορείς να εκτυπώσεις τις διαφάνειες αυτές από πριν και να κάνεις μία προεργασία ως προς τις ερωτήσεις που θα συζητήσετε με τα παιδιά.

2^η παρουσίαση

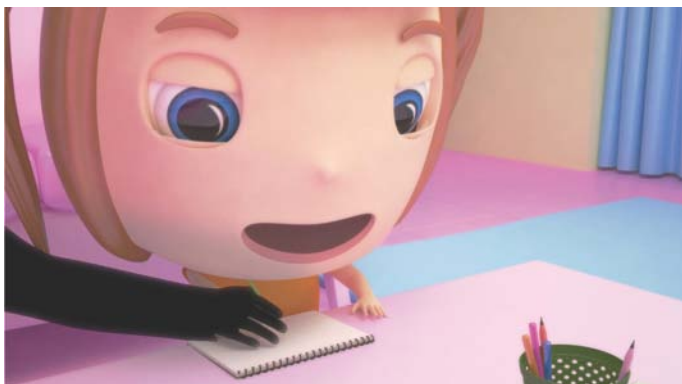




Το μυστικό της Νίκης



Ο Κανόνας του Εσώρουχου



Το σώμα μου
μου ανήκει



Να σου συστήσω τη Νίκη



- Τι βλέπεις στην εικόνα;
- Μπορείς να περιγράψεις τη Νίκη;
- Με ποιον μπορεί να μένει;
- Σε ποιον μπορεί να άνοιξε την πόρτα;
- Τι συναισθήματα φαίνεται να έχει; Πώς το κατάλαβες;

Ένας «φίλος»



- Μπορείς να περιγράψεις το άτομο στο οποίο ανοίγει την πόρτα η Νίκη ;
- Τι συναισθήματα φαίνεται να έχει η Νίκη;
- Η Νίκη φαίνεται να γνωρίζει το άτομο αυτό;
- Τι μπορεί να λένε;

Η Νίκη και ο «φίλος» μαζί



- Τι μπορεί να λένε τώρα;
- Γιατί ο «φίλος» βάζει το χέρι του στο στόμα του;
Τι σημαίνει αυτό; Τι μπορεί να λέει στη Νίκη;
- Η Νίκη τι συναισθήματα φαίνεται να έχει; Πώς το κατάλαβες;
- Τι νομίζεις ότι πρέπει να κάνει;

Η νεράιδα



- Τι βλέπεις στην εικόνα; Με ποια μιλάει η Νίκη;
- Τι μπορεί να λέει στο κοριτσάκι;
- Πώς φαίνεται να νιώθει η Νίκη;
- Τι πιστεύεις ότι θα έγινε μετά;

Μια ιστορία...



5 κανόνες αυτοπροστασίας



1. Το σώμα μου, μου ανήκει

Μπορώ να πω **Όχι**
σε ένα φιλί ή χάδι
ακόμα και από κάποιον
που αγαπώ και εμπιστεύομαι.



Όχι,
σημαίνει **όχι!**

2. Καλό και κακό άγγιγμα

Ένα άγγιγμα
στη μυτούλα ή στο χεράκι,
είναι ένα καλό άγγιγμα.



Ένα άγγιγμα στο **εσώρουχο**,
είναι ένα **κακό** άγγιγμα.





Και πρέπει
αμέσως να το πω
σε κάποιον μεγάλο
που εμπιστεύομαι!



Ας τραγουδήσουμε όλοι μαζί



«Το σώμα μου μου ανήκει»

3. Καλό και κακό μυστικό

Ένα μυστικό που μου δίνει χαρά,
είναι ένα **καλό** μυστικό.

**Πάρτι έκπληξη
στη μαμά!**



Ένα μυστικό που με στενοχωρεί,
είναι ένα **ΚΑΚΟ** μυστικό.



Όχι μυστικά
που με
στενοχωρούν!



Και πρέπει
αμέσως να το πω
σε κάποιον μεγάλο
που εμπιστεύομαι!

4. Ο Κανόνας του Εσώρουχου

Δεν αφήνω **κανέναν**
να με αγγίξει ή να με χαϊδέψει
εκεί που είναι **ΤΟ εσώρουχό μου!**



Ούτε εγώ αγγίζω το σώμα άλλου
σε αυτό το σημείο!





Ας τραγουδήσουμε όλοι μαζί



«Το μυστικό της Νίκης»

5. Μιλώ σε κάποιον που εμπιστεύομαι...

...όταν κάποιος γνωστός ή άγνωστος:



μου προσφέρει **ΔΩΡΑ** τακτικά



ζητά να κρατήσω **ΜΥΣΤΙΚΑ**



προσπαθεί να βρεθεί **ΜΟΝΟΣ** μαζί μου



ζητά να τον **ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΩ**

Φτιάχνω το δίκτυο της ασφάλειάς μου

Σκέφτομαι
τρία πρόσωπα
στα οποία μπορώ να πω
τα πάντα!



Διαλέγω:

ένα πρόσωπο από την οικογένεια
μαμά, μπαμπάς, μεγάλος αδελφός/η, γιαγιά



Διαλέγω:

δύο πρόσωπα εκτός οικογένειας
δασκάλα/ος, γιατρός ή αστυνομικός



Αν χρειάζομαι βοήθεια
τηλεφωνώ στο..



100



ή στο..



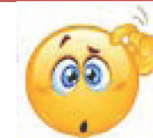
10556



Βάζω ✓ στη φατσούλα που με εκφράζει!



χαρούμενος



προβληματισμένος

Έμαθα να λέω όχι και να το εννοώ.

Ξεχωρίζω ποια σημεία στο σώμα μου είναι προσωπικά.

Ξέρω να φροντίζω και να προστατεύω τον εαυτό μου/το σώμα μου.

Γνωρίζω τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό άγγιγμα.

Γνωρίζω τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό μυστικό.

Ξέρω ποιον πρέπει να ενημερώσω αν κάτι μου συμβεί.

Ξέρω τον Κανόνα του Εσώρουχου.



Το Μυστικό
της Νίκης





Οδηγίες προς εκπαιδευτικούς

Η 2^η παρουσίαση έχει **33 διαφάνειες**.

Οι **27** διαφάνειες αποτελούν την παρουσίαση για τους μαθητές, ενώ οι τελευταίες έξι αφορούν πρόταση για την εκπαιδευτική αξιοποίηση του υλικού.

Διαφάνειες 1-2: Εισαγωγή στο θέμα

Για να εγείρεις το ενδιαφέρον των μαθητών, μπορείς να θέσεις τις δύο εισαγωγικές ερωτήσεις: «Σε αυτήν την ενότητα θα συζητήσουμε για τον «Κανόνα του Εσώρουχου».

- «Τι είναι άραγε ο «Κανόνας του Εσώρουχου; Τον γνωρίζει κανείς»;
- «Τι μπορεί να σημαίνει «Το σώμα μου μου ανήκει»;

(Δεν περιμένουμε από τους μαθητές να γνωρίζουν την απάντηση, απλά θέτουμε τα ερωτήματα για να προϊδεάσουμε για το τι θα ακολουθήσει).

Στη συνέχεια ζήτησε από τους μαθητές να φτιάξουν μία δική τους ιστορία απαντώντας στις ερωτήσεις των διαφανειών 3 ως 6

Διαφάνεια 3: Να σου συστήσω την Νίκη

- «Τι βλέπεις στην εικόνα»;
- «Μπορείς να περιγράψεις τη Νίκη»;
- «Με ποιον μπορεί να μένει»;
- «Σε ποιον μπορεί να άνοιξε την πόρτα»;
- «Τι συναισθήματα φαίνεται να έχει; Πώς το κατάλαβες»;

Διαφάνεια 4: Ένας «Φίλος»

- «Μπορείς να περιγράψεις το άτομο στο οποίο ανοίγει την πόρτα η Νίκη»;
- «Τι συναισθήματα φαίνεται να έχει η Νίκη»;
- «Η Νίκη φαίνεται να γνωρίζει το άτομο αυτό»;
- «Τι μπορεί να λένε»;

Διαφάνεια 5: Η Νίκη και ο «Φίλος» μαζί

- «Τι μπορεί να λένε τώρα»;
- «Γιατί ο «φίλος» βάζει το χέρι του στο στόμα του; Τι σημαίνει αυτό; Τι μπορεί να λέει στη Νίκη»;
- «Η Νίκη τι συναισθήματα φαίνεται να έχει; Πώς το κατάλαβες»;
- «Τι νομίζεις ότι πρέπει να κάνει»;

Διαφάνεια 6: Η νεράιδα

- «Τι βλέπετε στην εικόνα; Με ποια μιλάει η Νίκη»;
- «Τι μπορεί να λέει στο κοριτσάκι»;
- «Πώς φαίνεται να νιώθει η Νίκη»;
- «Τι πιστεύεις ότι έγινε μετά»;

Διαφάνεια 7: Μια ιστορία

Η ταινία «Το μυστικό της Νίκης» διαρκεί περίπου 19 λεπτά». Κάνε κλικ πάνω στην εικόνα για να παίξει το βίντεο. (<https://www.youtube.com/watch?v=gyzEcIqogFg>)

Μπορεί να προβληθεί είτε συνεχόμενα είτε τμηματικά.

Απόσπασμα 1) Αρχή ως 06'14" Η Νίκη και ο «φίλος»

Απόσπασμα 2) 06'14" ως 09'56" «Το αερόστατο» (το τραγούδι υπάρχει και σε χωριστή διάφανεia)

Απόσπασμα 3) 09'56" ως 11'27" «Ο δράστης»

Απόσπασμα 4) 11'27" ως το τέλος «Η νεράιδα» (το τραγούδι υπάρχει και σε χωριστή διάφανεia)

Συζήτησε με τους μαθητές τις παρακάτω ερωτήσεις ή και άλλες που θέλεις να συμπεριλάβεις.

Ερωτήσεις για το Απόσπασμα 1)

- «Σε ποιον άνοιξε την πόρτα η Νίκη; Γνωρίζει το άτομο αυτό»;
- «Ποιος θα μπορούσε να είναι ο «φίλος»;
- «Τι έφερε μαζί του; Για ποιο λόγο νομίζεις»;
- «Τι συζητούν μεταξύ τους»;
- «Τι ζητάει ο άνθρωπος-σκιά από τη Νίκη όταν κάνουν τα μαθήματά της»;

Ερωτήσεις για το Απόσπασμα 2)

- «Αφού είσαι τόσο καλό παιδί..» ... «Εγώ θέλω μόνο το καλό σου». Για ποιο λόγο νομίζεις ότι μιλάει έτσι στη Νίκη»;
- «Στο τραγούδι η Νίκη τραγουδά: το σώμα μου μου ανήκει / Χάδι απλό, ξεχωρίζω καλό ή κακό / Δεν είναι σωστό να κρατώ κρυφό μυστικό... Σε τι αναφέρεται η Νίκη»;

Ερωτήσεις για το Απόσπασμα 3)

- «Ποιο παιχνίδι ζητάει ο άνθρωπος-σκιά να παίξουν»;
- «Και τι άλλο της ζητά»;
- «Είναι όλα τα μυστικά καλά; Ποιο μπορεί να είναι ένα καλό μυστικό»;
- «Ποιο μπορεί να είναι ένα κακό μυστικό»;
- «Τι θα έκανες αν κάποιος σου ζητούσε να κρατήσεις ένα μυστικό, ενώ εσύ δε το θεωρείς σωστό»;
- «Είναι όλα τα αγγίγματα καλά; Ποιο μπορεί να είναι ένα καλό άγγιγμα»;
- «Ποιο μπορεί να είναι ένα κακό άγγιγμα»;

Ερωτήσεις για το Απόσπασμα 4)

- «Τι λέει ο Κανόνας των Εσωρούχων»;
- «Σε ποιον θα εμπιστευόσουν τα μυστικά σου»;
- «Τι θα συμβούλευες τη Νίκη, αν ήσουν η νεράιδα»;
- «Ποιος/α είναι η δική σου νεράιδα»;
- «Αν είχες ένα μαγικό ραβδί και μπορούσες να αλλάξεις την ιστορία, τι θα άλλαζες και γιατί»;
- «Ποιο είναι το μήνυμα που θα έδινες εσύ»;

Διαφάνεια 8: 5 Κανόνες αυτοπροστασίας

Συζήτησε με τους μαθητές τη σημασία του να ακολουθούμε κανόνες.

Τόνισε ότι για να είμαστε ασφαλείς, μαθαίνουμε και ακολουθούμε 5 απλούς κανόνες.

Διαφάνεια 9: Το σώμα μου μου ανήκει

Συζήτησε τι σημαίνει «το σώμα μου μου ανήκει».

Βοήθησε τους μαθητές να επαναλάβουν τη φράση «Το σώμα μου μου ανήκει. Όχι, σημαίνει όχι».

Υπενθύμισε την αντίδραση της Νίκης.

Διαφάνειες 10-12: Καλό και κακό άγγιγμα

Συζήτησε με τους μαθητές τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό άγγιγμα.

Πρότρεψέ τους να μεταφέρουν τις δικές τους εμπειρίες, γνώμες και παραδείγματα για τη διαφορά αυτή.

Να μερικά παραδείγματα αγγιγμάτων: χειραψία, φιλή, αγκαλιά, χάδι στα μαλλάκια, τράβηγμα τα μαλλιά, ξύσιμο της μύτης, τσίμπημα στο μάγουλο, hi five, άγγιγμα σε κάποιο προσωπικό σημείο, τράβηγμα του αυτιού, χαιρετισμός με τους αγκώνες, χαιρετισμός με τις πατούσες...

Χρησιμοποίησε τα αγγίγματα που αναφέρονται στην ταινία για να εξηγήσεις στα παιδιά ότι μπορούν να λένε όχι ανά πάσα στιγμή και σε κάθε άγγιγμα.

Εξήγησε στα παιδιά ότι κάποιοι ενήλικες (όπως γονείς και γιατροί) ενδέχεται να χρειαστεί να τα αγγίξουν στην περιοχή που καλύπτει το εσώρουχο, αλλά ενθάρρυνέ τα να πουν όχι ακόμα και σε αυτούς, αν αισθάνονται άβολα ή αμήχανα. Τόνισε ότι όταν ένα άγγιγμα μας προκαλεί στενοχώρια ή φόβο, ΔΕΝ το κρατάμε μυστικό, ακόμα κι αν μας το ζητά κάποιο πρόσωπο που αγαπάμε, αντίθετα το λέμε αμέσως σε κάποιον μεγάλο που εμπιστευόμαστε.

Διαφάνεια 13: Ας τραγουδήσουμε «Το σώμα μου μου ανήκει». Κάνε κλικ πάνω στην εικόνα.

(<https://www.youtube.com/watch?v=ETT3WpeDCTY>)

Διαφάνειες 14-16: Καλό και κακό μυστικό

Όπλο τον δραστών είναι η μυστικότητα σε συνδυασμό με τον φόβο.

Συζήτησε με τους μαθητές τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό μυστικό.

Πρότρεψέ τους να μεταφέρουν τις δικές τους εμπειρίες, γνώμες και παραδείγματα για τη διαφορά αυτή.

Τόνισε ότι όταν ένα μυστικό μας στενοχωρεί, ΔΕΝ το κρατάμε μυστικό, αντίθετα το λέμε αμέσως σε κάποιον μεγάλο που εμπιστευόμαστε. Τονίζουμε στα παιδιά «Όχι μυστικά που με στενοχωρούν».

Προέτρεψε τα παιδιά να σκεφτούν ένα πρόσωπο που εμπιστεύονται και μπορούν να του πουν τα πάντα!

Υπενθύμισε ότι στην ταινία η νεράιδα επιβράβευσε την Νίκη για την άρνησή της και την προέτρεψε να μην κρατήσει μυστικό.

Διαφάνειες 17-18: Ο Κανόνας του Εσώρουχου

Ο Κανόνας του Εσώρουχου έχει δύο σκέλη. Τα αγγίγματα του θύτη προς το παιδί και του παιδιού προς τον θύτη. Βοήθησε τους μαθητές να επαναλάβουν τον Κανόνα αυτό και σιγουρέψου ότι όλοι τον κατανοούν και μπορούν να τον επαναλάβουν με δικά τους λόγια.

Χρησιμοποίησε πάλι το παράδειγμα της Νίκης υπενθυμίζοντας την αντίδρασή της όταν ο άνθρωπος-σκιά ζήτησε να την αγγίξει στο εσώρουχό της.

Διαφάνεια 19: *Ας τραγουδήσουμε «Το μυστικό της Νίκης».* Κάνε κλικ πάνω στην εικόνα.

(<https://www.youtube.com/watch?v=oWEkiEvB4gg>)

Διαφάνεια 20: Το λέω αμέσως σε κάποιον που εμπιστεύομαι

Στην πλειονότητα των περιπτώσεων ο δράστης είναι άτομο που το παιδί γνωρίζει. Είναι πολύ δύσκολο, κυρίως για τα μικρά παιδιά, να καταλάβουν ότι κάποιος που ήδη γνωρίζουν μπορεί να τα βλάψει. Μην ξεχνάς τη διαδικασία που ακολουθούν κατά κανόνα οι θύτες ώστε να κερδίσουν την εμπιστοσύνη των παιδιών. Επομένως οι μαθητές θα πρέπει να γνωρίζουν ότι οφείλουν να ενημερώνουν σε κάθε περίπτωση που κάποιος τους προσφέρει δώρα τακτικά, τους ζητάει να κρατήσουν μυστικά ή προσπαθεί να βρεθεί μόνος μαζί τους.

Σε κάποιες περιπτώσεις ο δράστης μπορεί να είναι ένας άγνωστος. Τόνισε στους μαθητές κάποιους απλούς κανόνες σχετικά με την επαφή με αγνώστους, όπως λ.χ. να μην επιβιβάζονται ποτέ σε αυτοκίνητο ατόμου το οποίο δεν γνωρίζουν, ούτε να δέχονται δώρα ή προσκλήσεις από αγνώστους.

Διαφάνειες 21-23: Φτιάχνω το δίκτυο της ασφαλείας μου

Τα παιδιά χρειάζονται σαφείς οδηγίες ως προς το ποιοι είναι οι ενήλικες που αποτελούν το δίκτυο ασφαλείας τους. Πρέπει να τα ενθαρρύνουμε να επιλέξουν ενήλικες τους οποίους μπορούν να εμπιστευτούν, οι οποίοι είναι διαθέσιμοι και διατεθειμένοι να ακούσουν και να βοηθήσουν. Μόνο ένα από τα μέλη του δικτύου αυτού μπορεί να κατοικεί στο ίδιο σπίτι με το παιδί-τα υπόλοιπα θα πρέπει να μην είναι συγγενικά πρόσωπα ούτε να προέρχονται από τον άμεσο οικογενειακό κύκλο. Οι μαθητές θα πρέπει να γνωρίζουν πώς να αποταθούν για βοήθεια σε ένα τέτοιο δίκτυο ασφαλείας και εμπιστοσύνης.

Βοήθησε όλους τους μαθητές να φτιάξουν το δικό τους δίκτυο ασφαλείας!

Διαφάνειες 24-25: Γραμμές βοήθειας 100 & 1056

Βοήθησε τους μαθητές να αποστηθίσουν τους δύο τηλεφωνικούς αριθμούς του 100 και του «Χαμόγελου του παιδιού». Διαβεβαίωσε τους ότι αν χρειάζονται βοήθεια, αν θέλουν να μιλήσουν σε κάποιον, αν νιώθουν φόβο, μπορούν να καλέσουν τους αριθμούς αυτούς και να μιλήσουν.

Διαφάνεια 26: Αυτό-αξιολόγηση

Βοήθησε τους μαθητές να συμπληρώσουν ατομικά το πινακάκι. Μπορείς ταυτόχρονα να συζητάς τις απαντήσεις τους με όλη την τάξη.

Διαφάνεια 27: Τέλος παρουσίασης

Διαφάνειες 28-33: Οδηγίες προς εκπαιδευτικούς

Μπορείς να εκτυπώσεις τις διαφάνειες αυτές από πριν και να κάνεις μία προεργασία ως προς τις ερωτήσεις που θα συζητήσετε με τα παιδιά.

3^η παρουσίαση



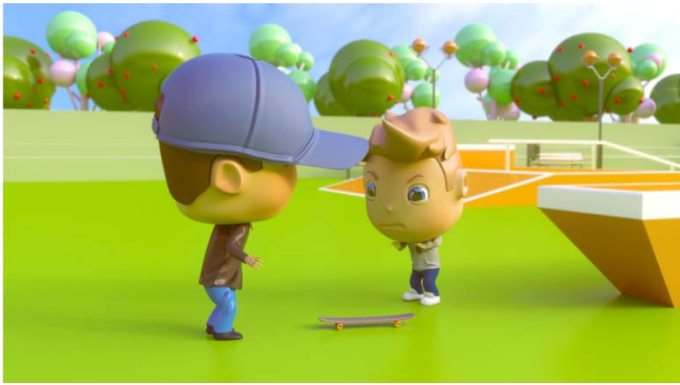
Το μυστικό της Νίκης 2

Η Περιπέτεια του Βίκτωρα





Ο Κανόνας του Εσώρουχου



Το σώμα μου
μου ανήκει



Να συστηθούμε...



Ας τραγουδήσουμε: «Ο Κανόνας των εσωρούχων»

Καινούρια μέρα ξεκινά, τα πάντα φωτεινά
Ο ήλιος βλέπει από ψηλά και μας χαμογελά
Η Νίκη στο σχολείο της με τ' άλλα τα παιδιά
Μαζί και η δασκάλα τους μας λένε δυνατά

Να μάθουμε είναι σημαντικό
Τον Κανόνα των Εσωρούχων

Μπορείς να μιλήσεις, τίποτα μην κρύψεις
Ρώτα για να μάθεις, ποτέ μην ξεχάσεις
Όταν σου φέρει κάτι δισταγμό
Ποτέ μην το κρατήσεις μυστικό



Ένα άγγιγμα είναι καλό, μα ίσως και κακό
Το ίδιο συμβαίνει και μ' ένα μυστικό
Να ενώσουμε τα χέρια μας του κόσμου τα παιδιά
Και ένα σαν θα γίνουμε, θα αλλάξουμε πολλά

Να ξέρουμε είναι σημαντικό
Τον Κανόνα των Εσωρούχων

Μπορείς να μιλήσεις, τίποτα μην κρύψεις
Ρώτα για να μάθεις, ποτέ μην ξεχάσεις
Όταν σου φέρει κάτι δισταγμό
Ποτέ μην το κρατήσεις μυστικό

Να ξέρουμε είναι σημαντικό
Τον Κανόνα των Εσωρούχων (3)



Απόσπασμα 1 - Είμαστε κολλητοί!

- Πώς λένε τον πρωταγωνιστή της ιστορίας;
- Πώς λένε τη φίλη του;
Από πού νομίζεις ότι τη γνωρίζει;
- Ποιο είναι το μεγαλύτερο αγόρι;
Από πού ξέρει τον Βίκτωρα;
- Ποια είναι η σχέση τους; Είναι φίλοι;
Πώς το κατάλαβες;



- Πόσο καλά τον γνωρίζει;
- Τον εμπιστεύεται; Από πού το κατάλαβες;
- Τι συναισθήματα έχει ο Βίκτωρας για τον μεγαλύτερο φίλο του;
- Τι συναισθήματα έχει το μεγαλύτερο αγόρι για τον Βίκτωρα;



Απόσπασμα 2 - Τα μαγικά κόλπα

- Τι παιχνίδι παίζουν η Νίκη και ο Βίκτωρας;
- Τι συναισθήματα έχουν ο ένας για τον άλλο;



- Τι συνέβη με το κέρμα;
- Τι συμβουλή έδωσε η Νίκη στο Βίκτωρα και γιατί;
Για ποιον κανόνα του μίλησε;



- Πώς σου φαίνεται η συμπεριφορά του μεγαλύτερου αγοριού;
- Γιατί λέει στο Βίκτωρα, στην αρχή, ότι τον ξέχασε; Πώς θα ένιωθες εσύ στη θέση του Βίκτωρα;
- Γιατί του υπενθυμίζει συνεχώς ότι είναι κολλητοί φίλοι;
- Τι δωρίζει στον Βίκτωρα και γιατί;
- Τι αντάλλαγμα ζητά για το δώρο που του έκανε;

- Όταν κάνουμε δώρα σε κάποιον που αγαπάμε πολύ, είναι σωστό να ζητάμε κάτι ως αντάλλαγμα;
- Πιστεύεις ότι έπρεπε ή δεν έπρεπε ο Βίκτωρας να κρατήσει μυστικό τα παιχνίδια με το μεγαλύτερο αγόρι; Για ποιο λόγο;
- Πώς ένιωσε ο Βίκτωρας όταν του ζήτησε να κρατήσει μυστικά τα παιχνίδια τους;
- Πώς θα ένιωθες εσύ αν ήσουν στη θέση του Βίκτωρα;





Ας τραγουδήσουμε: «Σπάσε τη σιωπή»

Να' ταν όλα αλλιώς
Να' μουν πιο τολμηρός
Ας μπορούσα για μια στιγμή
Να φανώ δυνατός

Ξέρω νιώθεις μικρός
Κι είναι ο φόβος σου εχθρός
Μη διαστάσεις για ό,τι συμβεί
Να μιλήσεις γι' αυτό

Σπάσε τη σιωπή
Και πες αυτό που σε πληγώνει τώρα
Μην αφήσεις

Ποτέ και κανένα να σου πει δεν είναι ώρα
Δεν φταις εσύ, Δεν φταις εσύ
Βρες τη δύναμη και σπασ'τη σιωπή



Ήρθε η μέρα για την εκδρομή μας
Στο λεωφορεία παρέα μαζί μας
Ειν' η δασκάλα κι ο δρόμος εμπρός μας
(Α!) Να Κι ο χαρούμενος ο οδηγός μας
Τα δέντρα γύρω μας γελάνε χορεύουν
Δυο πουλάκια που μας συνοδεύουν
Μας ψιθυρίζουν κάτι στ' αυτί
Κι εμείς φωνάζουμε με μια φωνή

Σπάσε τη σιωπή
Και πες αυτό που σε πληγώνει τώρα
Μην αφήσεις
Ποτέ και κανένα να σου πει δεν είναι ώρα
Δεν φταις εσύ, Δεν φταις εσύ
Βρες τη δύναμη και σπασ'τη σιωπή





Απόσπασμα 4 - Το αγόρι



- Τι κόλπα «μεγάλων» μαθαίνει το μεγαλύτερο αγόρι στον Βίκτωρα;
- Γιατί δεν ήθελε να παίξει με όλα τα παιδιά και πήρε μόνο τον Βίκτωρα να του τα δείξει;
- *«Τώρα που σου έμαθα τα κόλπα στο σκέιτ, σε βοήθησα με τα φυτά και σου έκανα και αυτό το δώρο, για να είμαι και εγώ χαρούμενος»*

Γιατί χρησιμοποίησε τα παραπάνω λόγια το μεγάλο αγόρι; Τι θέλει να πετύχει; Τι αντάλλαγμα ζήτησε;

- Πώς αντέδρασε ο Βίκτωρας; Τι είπε στο μεγάλο αγόρι;
- Τι συναισθήματα έχει;
- Τι σημαίνει «φιλία» για εσένα;
- Σου αρέσει να κάνεις δώρα στους φίλους σου; Τι νιώθεις όταν προσφέρεις ένα δώρο σε κάποιον που αγαπάς;





- Κράτησε το μυστικό ο Βίκτωρας;
- Σε ποιον πήγε να εκμυστηρευτεί το μυστικό;
- Τι θα έκανες εσύ στη θέση του;
- Ποιο κανόνα γνωρίζει ο Βίκτωρας;
- Πώς χειρίστηκε η δασκάλα το πρόβλημα του Βίκτωρα; Τι συμβουλές του έδωσε;

- Πώς πιστεύεις ότι νιώθει τώρα ο Βίκτωρας;
- Έκανε καλά που αποκάλυψε το μυστικό;
- Τι μπορεί να συνέβαινε, αν δε το είχε κάνει;
- Αν είχες ένα μαγικό ραβδί και μπορούσες να αλλάξεις κάτι στην ιστορία, τι θα άλλαζες και γιατί;





Ας τραγουδήσουμε: «Το μυστικό της Νίκης»

Η Νίκη έχει ένα φίλο
Παιχνίδια παίζουνε μαζί
Κάνουν τα μαθήματά της
Ζωγραφική και μουσική

Ο φίλος όμως της ζητάει
Να κρατήσει μυστικό
Η Νίκη τώρα μας το λέει
Να μάθουμε κι εμείς αυτό

Ν' αγγίξω το χεράκι, Ναι!
Ν' αγγίξω το μαλλάκι, Ναι!
Ν' αγγίξω τη μυτούλα, Ναι!
Όχι όμως το βρακάκι, Όχι!



Η Νίκη μας φωνάζει πάμε
Τ' αερόστατο πετάει ψηλά
Όπως το μικρό πουλάκι
Που κάνανε στη ζωγραφιά

Ο φίλος όμως της ζητάει
Να κρατήσει μυστικό
Η Νίκη τώρα μας το λέει
Να μάθουμε κι εμείς αυτό

Ν' αγγίξω το χεράκι, Ναι!
Ν' αγγίξω το μαλλάκι, Ναι!
Ν' αγγίξω τη μυτούλα, Ναι!
Όχι όμως το βρακάκι, Όχι!



5

απλοί κανόνες αυτοπροστασίας



1. Το σώμα μου, μου ανήκει

Μπορώ να πω **όχι**
σε ένα φιλί ή χάδι
ακόμα και από κάποιον
που αγαπώ και εμπιστεύομαι.

Όχι,
σημαίνει **όχι!**



2. Καλό και κακό άγγιγμα

Ένα άγγιγμα
στη μυτούλα ή στο χεράκι,
είναι ένα **καλό** άγγιγμα.



2. Καλό και κακό άγγιγμα

Ένα άγγιγμα στο εσώρουχο,
είναι ένα **κακό** άγγιγμα.





Και πρέπει
αμέσως να το πω
σε κάποιον μεγάλο
που εμπιστεύομαι!

3. Καλό και κακό μυστικό

Ένα μυστικό που μου δίνει χαρά,
είναι ένα **καλό** μυστικό.

Μαγικά κόλπα!



3. Καλό και κακό μυστικό

Ένα μυστικό που με στενοχωρεί,
είναι ένα **κακό** μυστικό.

Όχι μυστικά
που με
στενοχωρούν!





Και πρέπει
αμέσως να το πω
σε κάποιον μεγάλο
που εμπιστεύομαι!

4. Ο Κανόνας του Εσώρουχου

Δεν αφήνω **κανέναν**
να με αγγίξει ή να με χαϊδέψει
εκεί που είναι **ΤΟ εσώρουχό μου!**



4. Ο Κανόνας του Εσώρουχου

Ούτε εγώ αγγίζω το σώμα άλλου
σε αυτό το σημείο!



5. Μιλώ σε κάποιον που εμπιστεύομαι...

...όταν κάποιος που γνωρίζω:



- μου προσφέρει **ΔΩΡΑ** τακτικά



- μου ζητάει να κρατήσω **ΜΥΣΤΙΚΑ**



- προσπαθεί να βρεθεί **ΜΟΝΟΣ** μαζί μου

5. Μιλώ σε κάποιον που εμπιστεύομαι...

...όταν κάποιος που δεν γνωρίζω:



- ζητήσει να τον **ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΩ**



- ζητήσει να μπω
στο **ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ** ΤΟΥ



- μου υπόσχεται **ΔΩΡΑ**

Φτιάχνω το δίκτυο της ασφάλειάς μου

Σκέφτομαι
τρία πρόσωπα
στα οποία μπορώ να πω
τα πάντα!



Φτιάχνω το δίκτυο της ασφάλειάς μου

Διαλέγω:

ένα πρόσωπο από την οικογένεια
μαμά, μπαμπάς, μεγάλος αδελφός/η, γιαγιά



Φτιάχνω το δίκτυο της ασφάλειάς μου

Διαλέγω:

δύο πρόσωπα εκτός οικογένειας

δασκάλα/ος, γιατρός ή αστυνομικός



Αν χρειάζομαι βοήθεια
τηλεφωνώ στο..



100



ή στο..



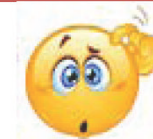
10556



Βάζω ✓ στη φατσούλα που με εκφράζει!



χαρούμενος



προβληματισμένος

Έμαθα να λέω όχι και να το εννοώ.

Ξεχωρίζω ποια σημεία στο σώμα μου είναι προσωπικά.

Ξέρω να φροντίζω και να προστατεύω τον εαυτό μου/το σώμα μου.

Γνωρίζω τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό άγγιγμα.

Γνωρίζω τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό μυστικό.

Ξέρω ποιον πρέπει να ενημερώσω αν κάτι μου συμβεί.

Ξέρω τον Κανόνα του Εσώρουχου.





Οδηγίες προς εκπαιδευτικούς

Η 3^η παρουσίαση έχει **37 διαφάνειες**.

Οι **30** διαφάνειες αποτελούν την παρουσίαση για τους μαθητές, ενώ οι τελευταίες τέσσερις αφορούν την εκπαιδευτική αξιοποίηση του υλικού.

Διαφάνειες 1-2: Εισαγωγή στο θέμα

Για να εγείρεις το ενδιαφέρον των μαθητών, μπορείς να θέσεις τις δύο εισαγωγικές ερωτήσεις: «Σε αυτήν την ενότητα θα συζητήσουμε για τον «Κανόνα του Εσώρουχου».

- «Τι είναι άραγε ο «Κανόνας του Εσώρουχου; Τον γνωρίζει κανείς»;
- «Τι μπορεί να σημαίνει «Το σώμα μου μου ανήκει»;

(Δεν περιμένουμε από τους μαθητές να γνωρίζουν την απάντηση, απλά θέτουμε τα ερωτήματα για να προϊδεάσουμε για το τι θα ακολουθήσει).

Διαφάνεια 3: Να συστηθούμε...

- «Μπορείς να περιγράψεις τον Βίκτωρα / τη Νίκη / το φίλο / τη δασκάλα»;
- «Πώς μπορεί να γνωρίζονται όλοι αυτοί; Χρησιμοποίησε τη φαντασία σου».

Στη συνέχεια, γίνεται προβολή της ταινίας τμηματικά.

Οι Διαφάνειες 4-8-11 είναι συνδεδεμένες με τραγούδια/video clips. Οι Διαφάνειες 5-6-7 και 9-10 είναι συνδεδεμένες με τα αποσπάσματα της ταινίας.

Πατώντας πάνω στις εικόνες προβάλλονται τα τραγούδια και τα αποσπάσματα αντίστοιχα.

Διαφάνεια 4: Ας τραγουδήσουμε: «Ο κανόνας των εσωρούχων»

Το video clip είναι υποτιτλισμένο. Κάνε κλικ πάνω σε μία από τις εικόνες.

«Να μερικοί στίχοι που μας δίνουν χρήσιμες συμβουλές:

«Όταν σου φέρει κάτι δισταγμό, ποτέ μην το κρατήσεις μυστικό!»

«Ένα άγγιγμα είναι καλό, μα ίσως και κακό. Το ίδιο συμβαίνει και μ' ένα μυστικό.»

«Να ξέρουμε είναι σημαντικό, τον Κανόνα των Εσωρούχων.»

Μετά από την προβολή κάθε αποσπάσματος, συζητήστε με τους μαθητές τις ερωτήσεις που περιλαμβάνει η αντίστοιχη διαφάνεια.

Διαφάνεια 5: Απόσπασμα 1: «Είμαστε κολλητοί!»

- «Πώς λένε τον πρωταγωνιστή της ιστορίας»;
- «Πώς λένε τη φίλη του; Από πού νομίζεις ότι τη γνωρίζει»;
- «Ποιο είναι το μεγαλύτερο αγόρι; Από πού ξέρει τον Βίκτωρα»;
- «Ποια είναι η σχέση τους; Είναι φίλοι; Πώς το κατάλαβες»;
- «Πόσο καλά τον γνωρίζει»;
- «Τον εμπιστεύεται; Από πού το κατάλαβες»;
- «Τι συναισθήματα έχει ο Βίκτωρας για τον μεγαλύτερο φίλο του»;
- «Τι συναισθήματα έχει το μεγαλύτερο αγόρι για τον Βίκτωρα»;

Διαφάνεια 6: Απόσπασμα 2: «Μαγικά κόλπα»

- «Τι παιχνίδι παίζουν η Νίκη και ο Βίκτωρας»;
- «Τι συναισθήματα έχουν ο ένας για τον άλλο»;
- «Τι συνέβη με το κέρμα»;
- «Τι συμβουλή έδωσε η Νίκη στο Βίκτωρα και γιατί; Για ποιον κανόνα του μίλησε»;

Διαφάνεια 7: Απόσπασμα 3: «Το δώρο και τα μυστικά»

- «Πώς σου φαίνεται η συμπεριφορά του μεγαλύτερου αγοριού»;
- «Γιατί λέει στο Βίκτωρα, στην αρχή, ότι τον ξέχασε; Πώς θα ένιωθες εσύ στη θέση του Βίκτωρα»;
- «Γιατί του υπενθυμίζει συνεχώς ότι είναι κολλητοί φίλοι»;
- «Τι δωρίζει στον Βίκτωρα και γιατί»;
- «Τι αντάλλαγμα ζητά για το δώρο που του έκανε»;
- «Όταν κάνουμε δώρα σε κάποιον που αγαπάμε πολύ, είναι σωστό να ζητάμε κάτι ως αντάλλαγμα»;
- «Πιστεύεις ότι έπρεπε ή δεν έπρεπε ο Βίκτωρας να κρατήσει μυστικό τα παιχνίδια με το μεγαλύτερο αγόρι; Για ποιο λόγο»;
- «Πώς ένιωσε ο Βίκτωρας όταν του ζήτησε να κρατήσει μυστικά τα παιχνίδια τους»;
- «Πώς θα ένιωθες εσύ, αν ήσουν στη θέση του Βίκτωρα»;

Διαφάνεια 8: Ας τραγουδήσουμε «Σπάσε τη σιωπή»

Το video clip είναι υποτιτλισμένο. Κάνε κλικ πάνω σε μία από τις εικόνες.

Να μερικοί στίχοι που μας δίνουν χρήσιμες συμβουλές:

«Μη διαστάσεις για ό,τι συμβεί να μιλήσεις γι' αυτό»

«Σπάσε τη σιωπή και πες αυτό που σε πληγώνει τώρα»

«Μην αφήσεις ποτέ και κανένα να σου πει δεν είναι ώρα»

«Δεν φταις εσύ, Δεν φταις εσύ, Βρες τη δύναμη και σπασ' τη σιωπή»

Διαφάνεια 9: Απόσπασμα 4: «Το αγόρι»

Μίλησε στους μαθητές για τη διαφορά ανάμεσα στο δώρο και στο αντάλλαγμα.

- «Τι κόλπα «μεγάλων» μαθαίνει το μεγαλύτερο αγόρι στον Βίκτωρα»;
- «Γιατί δεν ήθελε να παίξει με όλα τα παιδιά και πήρε μόνο τον Βίκτωρα να του τα δείξει»;
- «*Τώρα που σου έμαθα τα κόλπα στο σκέιτ, σε βοήθησα με τα φυτά και σου έκανα και αυτό το δώρο, για να είμαι και εγώ χαρούμενος*»
«Γιατί χρησιμοποίησε τα παραπάνω λόγια το μεγάλο αγόρι; Τι θέλει να πετύχει; Τι αντάλλαγμα ζήτησε»;
- «Πώς αντέδρασε ο Βίκτωρας; Τι είπε στο μεγάλο αγόρι»;
- «Τι συναισθήματα έχει ο Βίκτωρας»;
- «Τι σημαίνει «φιλία» για εσένα»;
- «Σου αρέσει να κάνεις δώρα στους φίλους σου; Τι νιώθεις όταν προσφέρεις ένα δώρο σε κάποιον που αγαπάς»;

Διαφάνεια 10: Απόσπασμα 5: «Η δασκάλα»

- «Κράτησε το μυστικό ο Βίκτωρας»;
- «Σε ποιον πήγε να εκμυστηρευτεί το μυστικό»;
- «Τι θα έκανες εσύ στη θέση του»;
- «Ποιον κανόνα γνωρίζει ο Βίκτωρας»;
- «Πώς χειρίστηκε η δασκάλα το πρόβλημα του Βίκτωρα; Τι συμβουλές του έδωσε»;
- «Πώς πιστεύεις ότι νιώθει τώρα ο Βίκτωρας»;
- «Έκανε καλά που αποκάλυψε το μυστικό»;
- «Τι μπορεί να συνέβαινε, αν δε το είχε κάνει»;
- «Αν είχες ένα μαγικό ραβδί και μπορούσες να αλλάξεις κάτι στην ιστορία, τι θα άλλαζες και γιατί»;

Διαφάνεια 11: Ας τραγουδήσουμε: «Το μυστικό της Νίκης»

Το video clip είναι υποτιτλισμένο. Κάνε κλικ πάνω σε μία από τις εικόνες.

Να μερικοί στίχοι που μας δίνουν χρήσιμες συμβουλές:

Ν' αγγίξω το χεράκι, Ναι!

Ν' αγγίξω το μαλλάκι, Ναι!

Ν' αγγίξω τη μυτούλα, Ναι!

Όχι όμως το βρακάκι, Όχι!

Διαφάνεια 12: 5 απλοί κανόνες αυτοπροστασίας

Συζήτησε με τους μαθητές τη σημασία του να ακολουθούμε κανόνες.

Τόνισε ότι για να είμαστε ασφαλείς, μαθαίνουμε και ακολουθούμε 5 απλούς κανόνες.

Διαφάνεια 13: Το σώμα μου μου ανήκει

Συζήτησε τι σημαίνει «το σώμα μου μου ανήκει».

Βοήθησε τους μαθητές να επαναλάβουν τη φράση «Το σώμα μου μου ανήκει. Όχι, σημαίνει όχι».

Υπενθύμισε την αντίδραση του Βίκτωρα.

Διαφάνειες 14-16: Καλό και κακό άγγιγμα

Συζήτησε με τους μαθητές τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό άγγιγμα.

Πρότρεπέ τους να μεταφέρουν τις δικές τους εμπειρίες, γνώμες και παραδείγματα για τη διαφορά αυτή.

Να μερικά παραδείγματα αγγιγμάτων: χειραψία, φιλή, αγκαλιά, χάδι στα μαλλάκια, τράβηγμα τα μαλλιά, ξύσιμο της μύτης, τσίμπημα στο μάγουλο, hi five, άγγιγμα σε κάποιο προσωπικό σημείο, τράβηγμα του αυτιού, χαιρετισμός με τους αγκώνες, χαιρετισμός με τις πατούσες...

Χρησιμοποίησε τα αγγίγματα που αναφέρονται στην ταινία για να εξηγήσεις στα παιδιά ότι μπορούν να λένε όχι ανά πάσα στιγμή και σε κάθε άγγιγμα.

Εξήγησε στα παιδιά ότι κάποιοι ενήλικες (όπως γονείς και γιατροί) ενδέχεται να χρειαστεί να τα αγγίξουν στην περιοχή που καλύπτει το εσώρουχο, αλλά ενθάρρυνέ τα να πουν όχι ακόμα και σε αυτούς, αν αισθάνονται άβολα ή αμήχανα.

Τόνισε ότι όταν ένα άγγιγμα μας προκαλεί στενοχώρια ή φόβο, ΔΕΝ το κρατάμε μυστικό, ακόμα κι αν μας το ζητά κάποιο πρόσωπο που αγαπάμε, αντίθετα το λέμε αμέσως σε κάποιον μεγάλο που εμπιστευόμαστε.

Διαφάνειες 17-19: Καλό και κακό μυστικό

Όπλο τον δραστών είναι η μυστικότητα σε συνδυασμό με τον φόβο.

Συζήτησε με τους μαθητές τη διαφορά ανάμεσα σε ένα καλό και ένα κακό μυστικό.

Πρότρεψέ τους να μεταφέρουν τις δικές τους εμπειρίες, γνώμες και παραδείγματα για τη διαφορά αυτή.

Τόνισε ότι όταν ένα μυστικό μας στενοχωρεί, ΔΕΝ το κρατάμε μυστικό, αντίθετα το λέμε αμέσως σε κάποιον μεγάλο που εμπιστευόμαστε. Τονίζουμε στα παιδιά «Όχι μυστικά».

Προέτρεψε τα παιδιά να σκεφτούν ένα πρόσωπο που εμπιστεύονται και μπορούν να του πουν τα πάντα!

Υπενθύμισε ότι στην ταινία η δασκάλα επιβράβευσε τον Βίκτωρα για την άρνησή του και τον προέτρεψε να μην κρατήσει μυστικό.

Διαφάνειες 20-21: Ο Κανόνας του Εσώρουχου

Ο Κανόνας του Εσώρουχου έχει δύο σκέλη. Τα αγγίγματα του θύτη προς το παιδί και του παιδιού προς τον θύτη.

Βοήθησε τους μαθητές να επαναλάβουν τον Κανόνα αυτό και σιγουρέψου ότι όλοι τον κατανοούν και μπορούν να τον επαναλάβουν με δικά τους λόγια.

Χρησιμοποίησε πάλι το παράδειγμα του Βίκτωρα υπενθυμίζοντας την αντίδρασή του όταν το μεγάλο αγόρι ζήτησε να τον αγγίξει στο εσώρουχό του.

Διαφάνεια 22: Μιλώ σε κάποιον που εμπιστεύομαι (προφίλ-γνωστός δράστης)

Στην πλειονότητα των περιπτώσεων ο δράστης είναι άτομο που το παιδί γνωρίζει. Είναι πολύ δύσκολο, κυρίως για τα μικρά παιδιά, να καταλάβουν ότι κάποιος που ήδη γνωρίζουν μπορεί να τα βλάψει. Μην ξεχνάς τη διαδικασία που ακολουθούν κατά κανόνα οι θύτες ώστε να κερδίσουν την εμπιστοσύνη των παιδιών. Επομένως οι μαθητές θα πρέπει να γνωρίζουν ότι οφείλουν να ενημερώνουν σε κάθε περίπτωση που κάποιος τους προσφέρει δώρα τακτικά, τους ζητάει να κρατήσουν μυστικά ή προσπαθεί να βρεθεί μόνος μαζί τους.

Διαφάνεια 23: Μιλώ σε κάποιον που εμπιστεύομαι (προφίλ-άγνωστος δράστης)

Σε κάποιες περιπτώσεις ο δράστης μπορεί να είναι ένας άγνωστος. Τόνισε στους μαθητές κάποιους απλούς κανόνες σχετικά με την επαφή με αγνώστους, όπως λ.χ. να μην επιβιβάζονται ποτέ σε αυτοκίνητο ατόμου το οποίο δεν γνωρίζουν, ούτε να δέχονται δώρα ή προσκλήσεις από αγνώστους.

Διαφάνειες 24-26: Φτιάχνω το δίκτυο της ασφάλειάς μου

Τα παιδιά χρειάζονται σαφείς οδηγίες ως προς το ποιοι είναι οι ενήλικες που αποτελούν το δίκτυο ασφαλείας τους. Πρέπει να τα ενθαρρύνουμε να επιλέξουν ενήλικες τους οποίους μπορούν να εμπιστευτούν, οι οποίοι είναι διαθέσιμοι και διατεθειμένοι να ακούσουν και να βοηθήσουν. Μόνο ένα από τα μέλη του δικτύου αυτού μπορεί να κατοικεί στο ίδιο σπίτι με το παιδί- τα υπόλοιπα θα πρέπει να μην είναι συγγενικά πρόσωπα ούτε να προέρχονται από τον άμεσο οικογενειακό κύκλο. Οι μαθητές θα πρέπει να γνωρίζουν πώς να αποταθούν για βοήθεια σε ένα τέτοιο δίκτυο ασφαλείας και εμπιστοσύνης.

Βοήθησε όλους τους μαθητές να φτιάξουν το δικό τους δίκτυο ασφαλείας!

Διαφάνειες 27-28: Γραμμές βοήθειας 100 & 1056

Βοήθησε τους μαθητές να αποστηθίσουν τον αριθμό του «Χαμόγελου του παιδιού». Διαβεβαίωσε τους ότι αν χρειάζονται βοήθεια, αν θέλουν να μιλήσουν σε κάποιον, αν νιώθουν φόβο, μπορούν να καλέσουν τον αριθμό αυτό και να μιλήσουν.

Διαφάνεια 28: Αυτό-αξιολόγηση

Βοήθησε τους μαθητές να συμπληρώσουν ατομικά το πινακάκι. Μπορείς ταυτόχρονα να συζητάς τις απαντήσεις τους με όλη την τάξη.

Διαφάνεια 29: Τέλος παρουσίασης

Διαφάνειες 30-36: Οδηγίες προς εκπαιδευτικούς

Μπορείς να εκτυπώσεις τις διαφάνειες αυτές από πριν και να κάνεις μία προεργασία ως προς τις ερωτήσεις που θα συζητήσετε με τα παιδιά.