



Προστατεύω το σώμα μου

Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα για τα παιδιά του Δημοτικού

Φορέας Υλοποίησης: Πρωτοβουλία για το Παιδί

Κέντρο αναφοράς και παροχής συμβουλευτικής / Κέντρο θεραπείας τραύματος

Επιστημονικά Υπεύθυνοι έργου:

Θεοδώρα Νιώπα, Κοινωνική λειτουργός, MSc

Μαρία Πανταζή, Ψυχολόγος MSc



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος	4
Σκοπός και στόχοι του προγράμματος	5
Μαθήματα Α΄ Δημοτικού	7
Α Δημοτικού- Μάθημα 1 ^ο	7
Α Δημοτικού - Μάθημα 2ο	10
Α Δημοτικού- Μάθημα 3 ^ο	15
Μαθήματα Γ΄ Δημοτικού	18
Γ΄ Δημοτικού - Μάθημα 1 ^ο	18
Γ Δημοτικού – Μάθημα 2 ^ο	21
Γ Δημοτικού- Μάθημα 3ο	24
Μαθήματα Ε΄ Δημοτικού	28
Ε Δημοτικού – Μάθημα 1 ^ο	28
Ε Δημοτικού - Μάθημα 2 ^ο	31
Ε Δημοτικού- Μάθημα 3ο	33
Παράρτημα : Υλικό Μαθημάτων και Παρουσιάσεων ανά τάξη	36
Κάρτες Σωματικής Ασφάλειας	37
Παρουσίαση-Α΄ Δημοτικού- Μάθημα 1 ^ο : Είδη Αγγιγμάτων	39
Σωματική Ασφάλεια- Πόστερ	41
Φύλλο Εργασίας- Α΄ τάξη Δημοτικού- Μάθημα 2 ^ο	42
Παρουσίαση – Α΄ Δημοτικού -Μάθημα 3 ^ο : Είδη Μυστικών	43
Φύλλο Εργασίας- Α΄ Τάξη Δημοτικού- Μάθημα 3 ^ο	46



Παρουσίαση - Γ' Δημοτικού - Μάθημα 1 ^ο : Κίνδυνοι για τη σωματική ασφάλεια	47
Φύλλο εργασίας – Γ' Τάξη Δημοτικού- Μάθημα 2 ^ο	51
Παρουσίαση – Γ' Δημοτικού – Μάθημα 2 ^ο : «Κίνδυνος από Αγνώστους»	53
Φύλλο εργασίας- Γ' Δημοτικού –Λεξιλόγιο- Μάθημα 2 ^ο	55
Φύλλο εργασίας- Γ' Δημοτικού- Ασφαλή Μέρη- Μάθημα 2 ^ο	56
Φύλλο εργασίας- Γ' Δημοτικού- Μάθημα 2 ^ο	57
Σενάρια Σωματικής Ασφάλειας- Γ Δημοτικού- Μάθημα 3 ^ο	58
Στρατηγικές Ασφάλειας- Γ' Δημοτικού- Μάθημα 3 ^ο	60
Υπόσχεση Ορθής Χρήσης Διαδικτύου- Γ' Δημοτικού- Μάθημα 3 ^ο	62
Παρουσίαση – Ε' Δημοτικού- Λεξιλόγιο- Μάθημα 1 ^ο	63
Παρουσίαση- Ε' Δημοτικού- Ασφάλεια- Μάθημα 2 ^ο	66
Λεξιλόγιο- Ε' Δημοτικού- Μάθημα 2 ^ο	69
Φύλλο εργασίας- Ε' Δημοτικού- Μάθημα 2 ^ο	71
Φύλλο εργασίας- Ε' Δημοτικού- Ποιο είναι το σχέδιό μου;- Μάθημα 2 ^ο	73
Φύλλο εργασίας- Ε' Δημοτικού- Διερεύνηση καταστάσεων	75
Παρουσίαση- Ε' Δημοτικού- Ασφαλής Χρήση Διαδικτύου- Μάθημα 3 ^ο	76
Λεξιλόγιο-Ε' Δημοτικού- Ασφάλεια στο Διαδίκτυο- Μάθημα 3 ^ο	81
Φύλλο εργασίας- Ε' Δημοτικού- Επισκόπηση λεξιλογίου- Μάθημα 3ο	82
Φύλλο Αξιολόγησης Προγράμματος	84
Ιστορίες για την Α' Δημοτικού προς προβληματισμό και συζήτηση	85
Το πρόβλημα της Αθηνάς	85
Το μυστικό του Ζαχαρία	88
Βιβλιογραφία	90



ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η παιδική παραμέληση και κακοποίηση είναι ένα κοινωνικό φαινόμενο που κάθε μέρα παίρνει όλο και μεγαλύτερες διαστάσεις, με δύο στα πέντε παιδιά να έχουν βιώσει κάποια στιγμή στη ζωή τους κάποιο περιστατικό κακοποίησης και δεσξουαλικής. Στο μεγαλύτερο αριθμό των περιπτώσεων αυτών, θύτης είναι κάποιο συγγενικό ή οικείο πρόσωπο των παιδιών ή της οικογένειας, ενώ είναι μεμονωμένα τα περιστατικά όπου τα παιδιά πέφτουν θύματα κακοποίησης από κάποιον άγνωστο. Η απουσία των γονέων από το σπίτι λόγω απαιτητικών ωραρίων, η έλλειψη ουσιαστικής επικοινωνίας μεταξύ των μελών της οικογένειας, η χρήση των ηλεκτρονικών συσκευών και των τεχνολογικών εφαρμογών ως ένα νέο είδος απασχόλησης των παιδιών κατά τον ελεύθερο χρόνο τους, έχουν δημιουργήσει μια γενεά παιδιών που είναι ευάλωτα και εκτεθειμένα περισσότερο από κάθε άλλη προηγούμενη σε κινδύνους που απειλούν την ασφάλειά τους και την υγιή ανάπτυξη και εξέλιξή τους.

Η παιδική κακοποίηση και παραμέληση είναι κυκλική στη φύση της καθώς τείνει να επαναλαμβάνεται από γενιά σε γενιά μέσα στα οικογενειακά συστήματα. Η πρόληψη και εκπαίδευση των επόμενων γενεών μπορεί να οδηγήσει στην αναχαίτιση της επανάληψης αυτού του κύκλου και για το λόγο αυτό πρέπει να ξεκινά πολύ νωρίς στην εκπαιδευτική διαδικασία.

Τα παιδιά περνούν πολύ χρόνο στο σχολικό χώρο και μέσα σε αυτόν διαμορφώνουν τις πρώτες διαπροσωπικές σχέσεις, αναπτύσσουν και συγκρίνουν όσα έχουν μάθει εντός του οικογενειακού περιβάλλοντος και υιοθετούν στάσεις και πρότυπα ανάλογα με τα ερεθίσματα που τους δίνονται στο σχολείο. Η απόκτηση γνώσεων και δεξιοτήτων γύρω από την προστασία του εαυτού, η κατανόηση των όρων «κακοποίηση» και «παραμέληση», η επίγνωση για το τι αποτελεί κατάλληλη και υγιή αλληλεπίδραση μεταξύ παιδιών και ενηλίκων είναι σημαντικά και απαραίτητα στοιχεία ενός προγράμματος πρόληψης που μπορεί να οδηγήσει στην έγκαιρη



αποκάλυψη περιστατικών κακοποίησης και στην αποτελεσματικότερη διαχείριση αυτών, με τις λιγότερες συνέπειες για το παιδί-θύμα.

Σκοπός και Στόχοι του προγράμματος «Προστατεύω το Σώμα μου»

Το Πρόγραμμα «Προστατεύω το Σώμα μου» αποτελεί μια προσπάθεια μεταφοράς της εμπειρίας του φορέα παιδικής προστασίας «Πρωτοβουλία για το Παιδί» που εργάζεται με ομάδα στόχου τα παιδιά σε κίνδυνο και σε ανάγκη, σε ένα πρόγραμμα πρόληψης, κατάλληλο για εφαρμογή στο σχολικό πλαίσιο, προκειμένου να συνεισφέρει αποτελεσματικότερα στην πρόληψη και καταπολέμηση της παιδικής κακοποίησης και παραμέλησης.

Στόχος του προγράμματος είναι να βοηθήσει τους μαθητές του Δημοτικού κατ' αρχήν να προστατεύσουν το δικό τους σώμα, αλλά και να εφαρμόσουν όσα μάθουν, ώστε να προστατεύσουν και άλλα παιδιά.

Βασικός στόχος είναι οι μαθητές να αποκτήσουν γνώσεις, υγιή πρότυπα και πρακτικές για τον εαυτό και την ασφάλεια του εαυτού, τα οποία με τη σειρά τους θα οδηγήσουν σε πιο υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις με τα άτομα γύρω τους. Οι μαθητές θα μπορέσουν μέσα από ανάλυση καταστάσεων να μάθουν να παίρνουν αποφάσεις, να θέτουν στόχους και να επιλύουν προβλήματα που αντιμετωπίζουν σχετικά με τη σωματική τους ασφάλεια. Θα κατανοήσουν επίσης τη σπουδαιότητα του δικαιώματος να είναι ασφαλείς και τις ελευθερίες που τους παρέχει αυτό το δικαίωμα, όπως το να χαρούν στο μέγιστο την παιδική ηλικία: να παίξουν, να αλληλεπιδράσουν, να εκφραστούν χωρίς φόβο, να πραγματοποιήσουν τα όνειρά τους.

Το πρόγραμμα «Προστατεύω το Σώμα μου» μεταξύ άλλων θα εκπαιδεύσει τους μαθητές:

- στην αναγνώριση των κατάλληλων, ασφαλών αγγιγμάτων
- στην αναγνώριση των ασφαλών μυστικών και στη μη τήρηση των μη ασφαλών μυστικών



- στη σύνδεση των αγγιγμάτων και των μυστικών με τα συναισθήματα και με τις σωματικές αντιδράσεις, ώστε οι μαθητές να μπορούν εύκολα να αναγνωρίζουν ποια στιγμή κινδυνεύουν
- στην εκμάθηση στρατηγικών ασφάλειας και αποφυγής κινδύνων από αγνώστους στη γειτονιά, στο σχολείο, στην κοινότητα
- στην εκμάθηση στρατηγικών ασφάλειας και αποφυγής κινδύνων στη χρήση του διαδικτύου

Το πρόγραμμα «Προστατεύω το Σώμα μου» περιλαμβάνει εκπαιδευτικά μαθήματα για τις τάξεις Α', Γ' και Ε' Δημοτικού. Για τις τάξεις Β', Δ' και ΣΤ' θα χρησιμοποιηθούν αντίστοιχα τα εκπαιδευτικά μαθήματα των τάξεων Α', Γ' και Ε'. Στη συνέχεια, περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος διεξαγωγής των μαθημάτων, το υλικό που χορηγείται στους μαθητές ανά μάθημα και τάξη, αλλά και ο τρόπος αξιολόγησης των μαθημάτων από τους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς.

Η διεξαγωγή του προγράμματος γίνεται εντός του σχολικού περιβάλλοντος από δύο εκπαιδύτριες, Κοινωνική Λειτουργό και Ψυχολόγο, με πολύχρονη εμπειρία στη διαχείριση περιστατικών παιδικής κακοποίησης και παραμέλησης.

Ο χρόνος που απαιτείται για τη διεξαγωγή του προγράμματος είναι 3 διδακτικές ώρες για τις πρώτες τάξεις (Α έως και Δ), ενώ για τις τελευταίες τάξεις του Δημοτικού απαιτούνται 4-5 διδακτικές ώρες.

Η προσπάθεια των εκπαιδευτριών ήταν να διαμορφωθεί ένα απλό, σαφές και ωστόσο αποτελεσματικό υλικό για την εκπαίδευση των μαθητών, που να μην προσβάλει και θίγει άτομα και καταστάσεις, και το οποίο οι μαθητές θα μπορούν πολύ γρήγορα και εύκολα να αφομοιώσουν και να θέσουν σε πρακτική εφαρμογή.



ΜΑΘΗΜΑΤΑ

Α΄ Δημοτικού

Μάθημα 1^ο

Εκπαιδευτικοί στόχοι:

- ☐ Οι μαθητές θα αναγνωρίσουν και θα διαφοροποιήσουν τα είδη αγγιγμάτων
- ☐ Οι μαθητές θα μάθουν τα αισθήματα και τις σωματικές ενδείξεις που συνδέονται με τα διαφορετικά είδη αγγιγμάτων.
- ☐ Οι μαθητές θα μάθουν τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας και πότε να τους χρησιμοποιούν.

Χρόνος:

Μία διδακτική ώρα

Υλικά:

- ☐ Μαριονέττα
- ☐ Ιστορία «Το πρόβλημα του Ζαχαρία»
- ☐ Κάρτες με τους Κανόνες Σωματικής Ασφάλειας
- ☐ Παρουσίαση PowerPoint: **Είδη αγγιγμάτων**

Προετοιμασία

- ☐ Φωτοτυπίες των κανόνων Σωματικής Ασφάλειας
- ☐ Κάρτες με τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας, χρωματιστές, πλαστικοποιημένες

Περιγραφή:

- ☐ Καλωσόρισμα και εισαγωγή της μαριονέττας. Δηλώνουμε τους στόχους του προγράμματος: επίλυση σοβαρών προβλημάτων που μας κάνουν να αισθανόμαστε



άβολα και φοβισμένα, και τα οποία χρειάζονται συζήτηση με ενήλικες για να τα επιλύσουμε.

Παρουσίαση PowerPoint των κανόνων Σωματικής Ασφάλειας και των διαφορετικών ειδών αγγιγμάτων

Όλοι οι μαθητές στο μεταξύ χαϊδεύουν με τη σειρά τη μαριονέττα.

☐ Ρωτάμε στο τέλος πώς αισθάνθηκαν που χάιδεψαν τη μαριονέττα (όμορφα, ωραία, άνετα)

☐ Με τη χρήση της μαριονέττας διαβάζουμε την ιστορία «**Το μυστικό του Ζαχαρία**»

Ακολουθεί συζήτηση γύρω από αυτήν:

☐ “Ποιοι ήταν οι χαρακτήρες?”

☐ “Τι έκαναν οι πρωταγωνιστές?”

☐ “Τι έκανε ο Κώστας που δεν άρεσε στο Ζαχαρία?”

☐ “Τι είδους άγγιγμα ήταν αυτό που έκανε ο Κώστας στο Ζαχαρία?”

☐ “Πώς αισθάνθηκε ο Ζαχαρίας?”

☐ “Τι έκανε ο Ζαχαρίας για να λύσει το πρόβλημά του?”

☐ “Ήταν σωστό που μίλησε στην Ειρήνη?”

☐ “Πώς αισθάνθηκε ο Ζαχαρίας αφού είπε στην Ειρήνη το πρόβλημά του;”

☐ Χρησιμοποίησε κάποιον κανόνα Σωματικής Ασφάλειας ο Ζαχαρίας; Αν ναι, ποιον;

Ποιοι είναι οι κανόνες Σωματικής Ασφάλειας; Επαναλαμβάνουμε τους 3 κανόνες Σωματικής Ασφάλειας

☐ Ζητάμε από τα παιδιά να επαναλάβουν τους κανόνες δυνατά αρκετές φορές.



Δραστηριότητες:

- ☐ Οι μαθητές μπορούν να επαναλάβουν τους κανόνες με διάφορους τρόπους (μόνο αγόρια, μόνο κορίτσια, ανά σειρά θρανίων, ατομικά)
- ☐ Η επανάληψη των κανόνων να γίνεται με τη σωστή σειρά

Αξιολόγηση:

Οι μαθητές μπορούν να επαναλάβουν εύκολα τους κανόνες με τη σωστή σειρά.

Σύνοψη/ Κλείσιμο:

- ☐ Ανασκόπηση των ειδών αγγιγμάτων που μάθαμε σήμερα
- ☐ Κλείνουμε λέγοντας πως αν κάποιος τους αγγίξει με τρόπο που τους κάνει να αισθανθούν άβολα, δε φταίνει αυτά. Σημασία έχει να θυμούνται τι πρέπει να κάνουν (κανόνες Σωματικής Ασφάλειας)



Μάθημα 2ο

Εκπαιδευτικοί στόχοι:

- ☐ Οι μαθητές θα μάθουν και θα διαφοροποιούν τα είδη αγγιγμάτων.
- ☐ Οι μαθητές θα μάθουν να αναγνωρίζουν αισθήματα και σωματικές ενδείξεις που συνδέονται με τα διάφορα είδη αγγιγμάτων.
- ☐ Οι μαθητές θα μάθουν τους κανόνες σωματικής ασφάλειας και πότε να τους χρησιμοποιούν.

Χρόνος:

Μία διδακτική ώρα

Υλικά:

- ☐ Μαριονέττα
- ☐ Κάρτες κανόνων Σωματικής Ασφάλειας
- ☐ Πόστερ με τις τρεις κατηγορίες αγγιγμάτων ώστε να μπορούν εκεί να τοποθετήσουν οι μαθητές τις κάρτες με τα είδη αγγιγμάτων
- ☐ Κάρτες με είδη αγγιγμάτων
- ☐ Ιστορία **“Το πρόβλημα της Αθηνάς”**
- ☐ Φύλλο εργασίας “Αν είχα πρόβλημα...”
- ☐ Σελίδα χρωματισμού παιδιών με μαγιό

Προετοιμασία:

- ☐ Φωτοτυπίες με τα είδη αγγιγμάτων, έγχρωμα, πλαστικοποιημένα και με αυτοκόλλητο δύο όψεων από πίσω
- ☐ Φύλλο εργασίας “Αν είχα πρόβλημα...” (μία για κάθε μαθητή)



- ☐ Φύλλο εργασίας Χρωμοσελίδα παιδιών με μαγικό (μία για κάθε μαθητή)

Περιγραφή:

- ☐ Ανασκόπηση του πρώτου μαθήματος:
- ☐ «Ποιος μπορεί να πει τα τρία είδη αγγιγμάτων;
- ☐ «Ποιος μπορεί να πει τους τρεις κανόνες Σωματικής Ασφάλειας;»
- ☐ Ζητάμε από τους μαθητές να τους επαναλάβουν όλοι μαζί για 3-4 φορές.
- ☐ Δείχνουμε το πόστερ και τις κάρτες. Ζητάμε από τους μαθητές να εξηγήσουν μία-μία τις κάρτες με τα αγγίγματα, βάζοντας να πούνε πώς αισθάνονται με κάθε ένα από τα αγγίγματα που δείχνουν οι κάρτες. Είναι σημαντικό να συνδέσουν τα αγγίγματα με τα αισθήματά τους. Ζητάμε εθελοντές να κολλάνε μία-μία κάθε κάρτα στην αντίστοιχη κατηγορία αγγιγμάτων. Βοηθάμε τους μαθητές να καταλάβουν ότι το είδος του αγγίγματος εξαρτάται κάποιες φορές και από το ποιο άτομο δίνει το άγγιγμα και πόσο κρατάει αυτό.
- ☐ Συζήτηση για τον όρο «ιδιωτικά- προσωπικά» και ιδιαίτερα μέρη του σώματος.
- ☐ Ρωτάμε “Σε ποιον ανήκει το σώμα σας;”
- ☐ «Οπότε, αν κάποιος ζητήσει να σας αγγίξει με τρόπο που σας κάνει να αισθάνεστε άβολα, μπορείτε να πείτε «ΟΧΙ».
- ☐ “Τι σημαίνει ιδιωτικός/προσωπικός?” Περιμένουμε τις απαντήσεις τους
- ☐ Εξηγούμε, “Προσωπικό σημαίνει κάτι που ανήκει σε εμάς και δεν είναι για χρήση από άλλους”.
- ☐ Δίνουμε παραδείγματα:



- ☐ Όταν πηγαίνουμε στην τουαλέτα, πηγαίνουμε μόνοι ή με παρέα;/ κλείνουμε ή αφήνουμε την πόρτα ανοιχτή;
- ☐ Όταν γράφουμε σε ημερολόγιο, αφήνουμε τους άλλους να δούνε τι γράψαμε;
- ☐ Τα μηνύματα που στέλνουμε ή λαμβάνουμε στο κινητό, τα δείχνουμε σε όλους;
- ☐ Όταν μας στείλουν κάποιο γράμμα, έρχεται ανοικτό ή κλειστό;
- ☐ Με τον ίδιο τρόπο, υπάρχουν μέρη στο σώμα μας που θεωρούνται προσωπικά. Αυτά συνήθως είναι τα μέρη που καλύπτονται από τα εσώρουχα ή το μαγιό.
- ☐ Δείχνουμε το φύλλο εργασίας χρωματισμού του μαγιό και τους εξηγούμε ότι θα το χρωματίσουν στο τέλος του μαθήματος.
- ☐ Εξηγούμε: «Αν κάποιος σας αγγίξει στα ιδιαίτερα μέρη του σώματός σας, ενώ δεν υπάρχει λόγος, τότε θα πρέπει να εφαρμόσετε τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας. Ποιοι είναι αυτοί;

Ξαναδείχνουμε τις κάρτες Σωματικής Ασφάλειας για να θυμηθούν τους κανόνες.

Διαβάζουμε την ιστορία, **“Το πρόβλημα της Αθηνάς.”**

☐ **Συζητάμε την ιστορία:**

Τι είδους πρόβλημα είχε η Αθηνά;

Τι έκανε για να λύσει το πρόβλημά της;

Τι έκανε η μαμά της Αθηνάς;

Πώς αντέδρασε η μαμά της;



Τι έκανε η προπονήτρια όταν της μίλησε η μαμά της Αθηνάς;

Η Αθηνά χρησιμοποίησε κάποιον κανόνα Σωματικής Ασφάλειας;

Ποιον κανόνα ακολούθησε;

Εξηγούμε ότι υπάρχουν περιπτώσεις όπου δε χρειάζεται να χρησιμοποιηθούν και οι τρεις κανόνες σωματικής ασφάλειας. Όταν ένα παιδί έχει πρόβλημα είναι σημαντικό να μιλάει σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεται για να το βοηθήσει. Ποιοι μεγάλοι μπορούν να βοηθήσουν εσάς όταν έχετε πρόβλημα; Αφήνουμε να δώσουν κάποιες απαντήσεις. Ρωτάμε αν είναι καλή ιδέα να μοιραστούν το πρόβλημά τους με άλλο παιδί και αν αυτό θα μπορούσε να τα βοηθήσει. Αφήνουμε να δώσουν απαντήσεις. Εξηγούμε ότι ένα παιδί δε μπορεί να βοηθήσει όταν υπάρχει σοβαρό πρόβλημα γιατί δεν γνωρίζει πώς να διαχειριστεί δύσκολες καταστάσεις. Θυμίζουμε ότι στην περίπτωση των αγγιγμάτων που είναι άσχημα ή που μπερδεύουν, δε φταίνει τα παιδιά!

Δραστηριότητες:

- ☐ Ζητάμε από τους μαθητές να πουν στο διπλανό τους τι έμαθαν σήμερα.
- ☐ Συμπλήρωση του φύλλου εργασίας «Αν είχα πρόβλημα...» από τους μαθητές.
- ☐ Χρωματισμός του φύλλου εργασίας «Χρωματίζω το μαγικό» από τους μαθητές.
- ☐ Ζητάμε από κάθε μαθητή να αναφέρει τρεις ενήλικες με τους οποίους θα ένιωθε άνετα να μιλήσει αν είχε κάποιο σοβαρό πρόβλημα



Αξιολόγηση εκπαιδευτικού στόχου:

☐ Εξετάζουμε να δούμε αν οι μαθητές κατάφεραν να αναφέρουν τρεις τουλάχιστον ενήλικες στους οποίους θα κατέφευγαν για αναζήτηση βοήθειας.

Κλείσιμο/Σύνοψη:

«Ο καθένας από εσάς να πει στο διπλανό του τους Κανόνες Σωματικής Ασφάλειας».

« Επαναλάβετε μία φορά μαζί μου τους Κανόνες Σωματικής Ασφάλειας».

«Σήμερα μιλήσαμε για τα ιδιαίτερα μέρη του σώματος, αυτά που καλύπτονται από το μαγιό. Να θυμάστε ότι το σώμα σας σας ανήκει και κανείς δεν έχει το δικαίωμα να σας αγγίζει, εκτός και αν υπάρχει λόγος, όπως υγιεινής ή ιατρικός. Είναι σημαντικό να μιλήσετε σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεστε αν κάποιος σας αγγίζει με τρόπο που σας κάνει να αισθανθείτε άσχημα, άβολα, ή φοβηθείτε».



Μάθημα 3^ο

Εκπαιδευτικοί Στόχοι:

- ☐ Οι μαθητές μαθαίνουν και διαφοροποιούν τα είδη αγγιγμάτων, μαθαίνουν να παρατηρούν τα αισθήματα και τις σωματικές ενδείξεις που συνδέονται με κάθε είδους άγγιγμα.
- ☐ Οι μαθητές μαθαίνουν τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας και πότε να τους χρησιμοποιούν

Χρόνος:

Μία διδακτική ώρα

Υλικά:

- ☐ Μαριονέττα
- ☐ Κάρτες κανόνων Σωματικής Ασφάλειας
- ☐ Παρουσίαση PowerPoint - **Είδη Μυστικών**
- ☐ Φύλλο εργασίας “Αν κάποιος με αγγίξει...”

Προετοιμασία:

- ☐ Φωτοτυπίες του φύλλου εργασίας “Αν κάποιος με αγγίξει...” (μία για κάθε μαθητή)

Περιγραφή:

- ☐ Ανασκόπηση προηγούμενου μαθήματος:



- Είδη αγγιγμάτων και πώς μας κάνουν να αισθανόμαστε
- Τι κάνουμε όταν λάβουμε ένα άσχημο άγγιγμα ή ένα άγγιγμα που μπερδεύει;
- Ποιοι είναι οι κανόνες Σωματικής Ασφάλειας;
- Ξαναδείχνουμε κάρτες κανόνων Σωματικής Ασφάλειας

Συζήτηση για τα μυστικά και τα είδη τους.

☐ «Τι είναι μυστικό;» (περιμένουμε απαντήσεις)

Εξηγούμε: Το μυστικό είναι κάτι προσωπικό που μοιραζόμαστε με πολύ λίγα άτομα που εμπιστευόμαστε. Υπάρχουν δύο είδη μυστικών, τα καλά και τα άσχημα. Ποιο είναι καλό μυστικό; Ποιο είναι άσχημο μυστικό; Πώς μας κάνει να αισθανόμαστε το κάθε μυστικό; Προχωρούμε στην παρουσίαση με το power point και συζητάμε την κάθε περίπτωση ξεχωριστά.

☐ Μετά την παρουσίαση ζητάμε να μας πούνε κάποιο καλό και μετά κάποιο άσχημο μυστικό.

☐ Τονίζουμε ότι αν ένα μυστικό κάνει κάποιον να αισθάνεται άβολα ή μπερδεμένα (επειδή υπάρχει κίνδυνος να πληγωθεί κάποιος ή ο ίδιος), τότε πρέπει να μιλήσουν με κάποιον μεγάλο που εμπιστεύονται.

Δραστηριότητες:

☐ Συμπλήρωση από τους μαθητές του φύλλου εργασίας “Αν κάποιος με αγγίξει...” και από κάτω να γράψουν τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας.

Αξιολόγηση Εκπαιδευτικού Στόχου:

☐ Επισκόπηση των φύλλων εργασίας των μαθητών για να διαπιστώσουμε αν και πόσα παιδιά συμπλήρωσαν σωστά τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας.



Κλείσιμο/Σύνοψη:

- ☐ Ζητάμε από τους μαθητές να μοιραστούν τις απαντήσεις με το διπλανό τους και τι παρατηρούν. Ένας –δυο εθελοντές μοιράζεται όσα έγραψε μπροστά σε όλη την τάξη.
- ☐ Επανάληψη των κανόνων Σωματικής Ασφάλειας.
- ☐ Θυμίζουμε ότι κριτήριο για το αν ένα μυστικό είναι καλό ή άσχημο θα πρέπει να είναι το πώς μας κάνει να αισθανόμαστε, και ότι ακόμη και στις περιπτώσεις που κάποιος τους πει να μη μοιραστούν ένα άσχημο μυστικό, εκείνοι είναι σημαντικό να το μοιραστούν με έναν ενήλικα που εμπιστεύονται!
- ☐ Ευχαριστούμε τα παιδιά για τη συνεργασία τους και τα προτρέπουμε να προστρέχουν στα άτομα που εμπιστεύονται αν έχουν κάποιο πρόβλημα που δυσκολεύονται να επιλύσουν.



Γ' Δημοτικού

Μάθημα 1^ο

Εκπαιδευτικοί στόχοι:

Οι μαθητές θα μάθουν τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας και τότε πρέπει να τους χρησιμοποιούν, θα συνδέσουν τα αισθήματα και τις σωματικές ενδείξεις με το είδος του αγγίγματος που λαμβάνουν, θα μάθουν να διακρίνουν τα είδη μυστικών ανάλογα με το πώς τους κάνουν αυτά να αισθάνονται, να αναγνωρίσουν ποια είναι τα κατάλληλα άτομα να στραφούν για βοήθεια ή να εμπιστευτούν όταν αντιμετωπίζουν κάποιο πρόβλημα.

Χρόνος:

Μία με δύο διδακτικές ώρες

Υλικά:

- ☐ Μαριονέττα
- ☐ Παρουσίαση **Κίνδυνοι για τη Σωματική Ασφάλεια** (PowerPoint)
- ☐ Φύλλο εργασίας “Ανασκόπηση όρων-Λεξιλόγιο”
- ☐ Φύλλο εργασίας “Ενήλικες που μπορούν να βοηθήσουν”

Προετοιμασία:

- ☐ Φωτοτυπίες φύλλου εργασίας “Ανασκόπηση όρων-Λεξιλόγιο” (μία για κάθε μαθητή)



- ☐ Φωτοτυπίες φύλλου εργασίας «Ενήλικες που μπορούν να βοηθήσουν» (μία για κάθε μαθητή)

Περιγραφή:

- ☐ Κρατώντας τη μαριονέτα μιλάμε για το πρόγραμμα «Προστατεύω το σώμα μου»

Ρωτάμε κατά πόσο γνωρίζουν τα είδη αγγιγμάτων, τα είδη μυστικών, τους κανόνες σωματικής ασφάλειας.

- ☐ Για να έχουν όλη κοινή άποψη για τα είδη αγγιγμάτων, τα είδη μυστικών, τους κανόνες ασφάλειας και τι πρέπει να κάνουμε όταν έχουμε κάποιο πρόβλημα, παρουσιάζουμε τους «Κινδύνους για τη Σωματική Ασφάλεια»

Σε κάθε διαφάνεια αφήνουμε λίγο χρόνο να απαντήσουν στην αρχική ερώτηση και έπειτα δείχνουμε τη σωστή απάντηση από κάτω. Οι απαντήσεις μπορεί να δίνονται για παράδειγμα εναλλάξ, η πρώτη από κορίτσια, η δεύτερη από αγόρια, αφού συνεργαστούν μεταξύ τους.

- ☐ Μετά την παρουσίαση μοιράζουμε το φύλλο εργασίας «Ανασκόπηση όρων-Λεξιλόγιο» και ζητάμε να κάνουν την αντιστοίχιση. Δίνουμε 5-7 λεπτά. Εξετάζουμε τις απαντήσεις εντός της τάξης, ομαδικά

Δραστηριότητες:

- ☐ Συμπλήρωση φύλλου εργασίας «Ανασκόπηση όρων-Λεξιλόγιο» και συμμετοχή στην απάντηση αυτών ομαδικά στην τάξη.
- ☐ Συμπλήρωση του φύλλου εργασίας “Ενήλικες που μπορούν να βοηθήσουν”.



Αξιολόγηση εκπαιδευτικού στόχου:

☐ Συλλέγουμε και βλέπουμε κατά πόσο οι μαθητές μπόρεσαν να ονομάσουν κατάλληλους ενήλικες που μπορούν να τους βοηθήσουν στο φύλλο εργασίας “Ενήλικες που μπορούν να βοηθήσουν”.

Κλείσιμο/Σύνοψη:

- ☐ Ανασκόπηση ειδών αγγιγμάτων και μουσικών.
- ☐ Επανάληψη δυνατά των κανόνων Σωματικής Ασφάλειας.



Μάθημα 2°

Εκπαιδευτικοί Στόχοι:

- ☐ Οι μαθητές θα μάθουν να αναγνωρίζουν καταστάσεις που θα μπορούσαν να είναι «επικίνδυνες» και να δηλώσουν πώς θα ζητούσαν βοήθεια.

Χρόνος:

Μία διδακτική ώρα: 30-40 λεπτά

Υλικά:

- ☐ Παρουσίαση PowerPoint “Κίνδυνοι από Αγνώστους”
- ☐ Φύλλο εργασίας «Λεξιλόγιο Κινδύνων από Αγνώστους»
- ☐ Φύλλο εργασίας “Ασφαλή Μέρη”

Προετοιμασία:

- ☐ Φωτοτυπίες των φύλλων εργασίας («Λεξιλόγιο Κινδύνων από Αγνώστους», “Ασφαλή Μέρη”), ένα για κάθε μαθητή

Περιγραφή:

- ☐ Ανασκόπηση προηγούμενου μαθήματος (κανόνες σωματικής ασφάλειας, αγγίγματα, μυστικά)
- ☐ Παρουσίαση PowerPoint «Κίνδυνοι από Αγνώστους». Ανάλυση Κανόνων Ασφαλείας και συζήτηση γύρω από τους όρους.



Χορήγηση του φύλλου εργασίας «Λεξιλόγιο Κινδύνων από Αγνώστους» στους μαθητές για αντιστοίχιση. Δίνουμε 5-7 λεπτά για τη συμπλήρωση. Στη συνέχεια, γίνεται ομαδική αντιστοίχιση μέσα στην τάξη.

Συζήτηση τρόπων αντίδρασης και προστασίας όταν κινδυνεύουμε από αγνώστους:

- Πηγαίνουμε πάντα παρέα με φίλους (πρόληψη)
- Ενημερώνουμε διαρκώς γονείς για το πού είμαστε (πρόληψη)
- Τρέχουμε προς ασφαλές μέρος ή προς άτομα εμπιστοσύνης (αντιμετώπιση)
- Ενημερώνουμε ενήλικα που εμπιστευόμαστε (αντιμετώπιση)

Σε ποια μέρη θα μπορούσατε να καταφύγετε για να είστε ασφαλείς; (Δίνουμε χρόνο να απαντήσουν)

Παρέχουμε μια λίστα με μέρη και ρωτάμε σε ποια από αυτά θα καταφεύγαν για να είναι ασφαλείς:

- ☐ Στο σπίτι τους
- ☐ Σε ένα μαγαζί
- ☐ Έξω από το σπίτι
- ☐ Στο σπίτι κάποιου φίλου
- ☐ Στο σχολείο
- ☐ Σε ένα πάρκο

☐ Χορήγηση του φύλλου εργασίας “Ασφαλή Μέρη”, και ζητάμε να σημειώσουν τις ιδέες τους για το πού θα πήγαιναν και από ποιον θα μπορούσαν να ζητήσουν βοήθεια σε κάθε ένα από αυτά τα τέσσερα μέρη.



Δραστηριότητες:

☐ Οι μαθητές συμπληρώνουν τα φύλλα εργασίας («Λεξιλόγιο Κινδύνων από Αγνώστους», «Ασφαλή Μέρη») και συζητάνε γύρω από αυτά.

Αξιολόγηση εκπαιδευτικού στόχου:

☐ Ζητάμε από τους μαθητές να μας πουν μέρη που αισθάνονται ασφαλή και στα οποία θα πήγαιναν αν τους πλησίαζε κάποιος ξένος.

☐ Ανασκόπηση φύλλων εργασίας των μαθητών για να εκτιμήσουμε κατά πόσο μπόρεσαν να αναφέρουν τα κατάλληλα μέρη για να καταφύγουν σε περίπτωση κινδύνου.

Κλείσιμο/ Σύνοψη:

☐ Ζητάμε να επαναλάβουν τους κανόνες σωματικής ασφάλειας, όλοι μαζί.

☐ Θυμίζουμε ότι θα πρέπει να χρησιμοποιήσουν αυτούς τους κανόνες αν τους προσεγγίσει κάποιος άγνωστος, και ειδικότερα αν τους ζητήσει να κάνουν κάτι που τους κάνει να αισθάνονται άβολα ή ζητάνε να πάνε μαζί τους.

☐ Ενθάρρυνση να αναφέρουν τη σημερινή συζήτηση στους ενήλικες στο σπίτι τους και ίσως να θέσουν κάποιον κωδικό ασφάλειας σαν οικογένεια, ώστε να μειωθεί ο κίνδυνος κάποιος άγνωστος να τους ξεγελάσει.

Αν υπάρχει χρόνος:

☐ Οι μαθητές θα μπορούσαν να προβούν σε παίξιμο ρόλων των αντιδράσεών τους κατά την προσέγγισή τους από έναν άγνωστο ο οποίος θα τους ζητούσε να πάνε κάπου μαζί του.



Μάθημα 3ο

Εκπαιδευτικοί Στόχοι :

- ☐ Οι μαθητές να αναγνωρίσουν καταστάσεις που ίσως οι ίδιοι να είναι σε κίνδυνο και να δηλώσουν πώς θα μπορούσαν να βρουν βοήθεια.

Χρόνος:

Μία διδακτική ώρα, 30-40 λεπτά

Υλικά:

- ☐ Φύλλο με “Σενάρια Σωματικής Ασφάλειας”
- ☐ Φύλλο με “Στρατηγικές Ασφάλειας”
- ☐ Φύλλο εργασίας “Υπόσχεση Ορθής Χρήσης Διαδικτύου”

Προετοιμασία:

- ☐ Φωτοτυπίες του φύλλου “Σενάρια Σωματικής Ασφάλειας” (μία για κάθε μαθητή)
- ☐ Φωτοτυπίες φύλλου “Στρατηγικές Ασφάλειας” (μία για κάθε μαθητή)
- ☐ Φωτοτυπίες του φύλλου εργασίας “Υπόσχεση Ορθής Χρήσης Διαδικτύου” (μία για κάθε μαθητή)

Περιγραφή:

- ☐ Ανασκόπηση κινδύνων από αγνώστους και τρόπων προστασίας: δίκτυο φίλων, κώδικας ασφαλείας με την οικογένεια, τρέχουμε σε ασφαλές μέρος και μιλάμε σε έναν ενήλικα που εμπιστευόμαστε).



- ☐ Παρουσίαση και συζήτηση διάφορων σεναρίων ή καταστάσεων που θα μπορούσαν να συμβούν. Αναζήτηση τρόπων αντιμετώπισης αυτών μέσα από τις στρατηγικές που παρουσιάστηκαν την προηγούμενη φορά.
- ☐ Χορήγηση του φύλλου εργασίας με τα “Σενάρια Σωματικής Ασφάλειας» και τις «Στρατηγικές Ασφάλειας» τυπωμένες από πίσω.
- ☐ Διαβάζουμε δυνατά το “Σενάριο 1”, και ζητάμε να μας πουν τι στρατηγικές θα χρησιμοποιούσαν στην περίπτωση αυτή.
- ☐ Μετά από τη συζήτηση, ζητάμε να γυρίσουν σελίδα και να δουν τις υπόλοιπες στρατηγικές.
- ☐ Στη συνέχεια, τους ζητάμε να δουλέψουν ομαδικά, 4-5 άτομα η ομάδα, κάθε ένα από τα υπόλοιπα σενάρια και να αποφασίσουν ποιες στρατηγικές θα ακολουθούσαν για το κάθε σενάριο. Η διαδικασία θα πάρει 5-7 λεπτά.
- ☐ Κάθε ομάδα μαθητών, θα διαβάσει ένα σενάριο, και θα συζητήσει τις στρατηγικές που θα χρησιμοποιούσε. Συνεχίζουμε με την παρουσίαση όλων των σεναρίων.

Στη συνέχεια, εξηγούμε στους μαθητές ότι κίνδυνοι για τη σωματική τους ασφάλεια υπάρχει πέρα από τον φυσικό κόσμο και στο χώρο του Διαδικτύου. Κάνουμε διερευνητικές ερωτήσεις ως προς το πόσοι μαθητές χρησιμοποιούν το διαδίκτυο, σε ποιες ιστοσελίδες μπαίνουν, αν οι γονείς είναι παρόντες κατά τη χρήση του διαδικτύου από τα παιδιά.

Ενημέρωση για τους αγνώστους που μπορεί να προσεγγίσουν τους μαθητές κατά τη χρήση του διαδικτύου, για τους τρόπους που μπορεί να τους προσεγγίσουν, τι μπορεί να ζητήσουν από τους μαθητές να κάνουν. Ισχύει ό,τι με τα αγγίγματα και τα μυστικά και πώς αυτά τους κάνουν να αισθάνονται. Οπότε, αν αισθανθούν άβολα, αμήχανα,



ή φοβισμένα από τη συνομιλία τους με κάποιον άγνωστο, θα πρέπει να μιλήσουν με κάποιον ενήλικα που εμπιστεύονται! Ειδικά αν ο άγνωστος ζητάει να συναντηθεί μαζί τους από κοντά και χωρίς να ενημερώσουν τους γονείς τους.

☐ Χορηγούμε και διαβάζουμε έναν-έναν τους όρους από την “Υπόσχεση Ορθής Χρήσης του Διαδικτύου” στους μαθητές. Συζητάμε τους όρους και γιατί αυτοί είναι σημαντικοί για τη σωματική τους ασφάλεια.

☐ Διερευνούμε αν κάτι τους ξάφνιασε και αν έμαθαν κάτι που δεν είχαν σκεφτεί ως τώρα. (αφήνουμε λίγο χρόνο να μας δώσουν διάφορες απαντήσεις)

☐ Ζητάμε από τους μαθητές να υπογράψουν την υπόσχεση, αν συμφωνούν με τους όρους που περιγράφονται.

☐ Οι μαθητές ενθαρρύνονται να πάρουν στο σπίτι την υπόσχεση αυτή και να τη μοιραστούν με τους γονείς και τα άλλα μέλη της οικογένειάς τους.

Δραστηριότητες:

☐ Ανασκόπηση των στρατηγικών που χρησιμοποιούν οι μαθητές για να αντιμετωπίσουν κινδύνους από αγνώστους.

☐ Οι μαθητές θα συζητήσουν κάθε σενάριο και τις πιθανές στρατηγικές που θα χρησιμοποιήσουν σε κάθε περίπτωση.

☐ Οι μαθητές θα διαβάσουν, θα συζητήσουν και, αν δεν έχουν αντίρρηση, θα υπογράψουν την Υπόσχεση Ασφαλούς Χρήσης του Διαδικτύου.



Αξιολόγηση εκπαιδευτικού στόχου:

☐ Οι μαθητές θα μοιραστούν τις στρατηγικές που χρησιμοποίησαν σε κάθε σενάριο. Οι στρατηγικές αυτές θα αξιολογηθούν ως προς το κατά πόσο ήταν οι κατάλληλες να χρησιμοποιηθούν.

Κλείσιμο/ Σύνοψη:

☐ Ανασκόπηση των στρατηγικών ασφαλείας που μπορεί να χρησιμοποιηθούν όταν κάποιο παιδί προσεγγιστεί από έναν άγνωστο και όταν προσεγγιστεί από έναν άγνωστο στο διαδίκτυο. Θυμίζουμε στους μαθητές να χρησιμοποιούν τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας όταν αισθάνονται περίεργα, άβολα ή φοβισμένα.

☐ Ευχαριστούμε τους μαθητές για τη συμμετοχή και τους υπενθυμίζουμε ότι μπορούν να απευθύνονται σε ενήλικες που εμπιστεύονται όταν αισθάνονται ότι κινδυνεύουν ή ότι έχουν κάποιο πρόβλημα που δε μπορούν να επιλύσουν.



Ε΄ Δημοτικού

Μάθημα 1^ο

Εκπαιδευτικοί στόχοι:

- ☐ Οι μαθητές θα μάθουν τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας και το λεξιλόγιο σχετικά με τη σωματική ασφάλεια, το οποίο είναι διαμορφωμένο για παιδιά μεγαλύτερης χρονολογικής ηλικίας.
- ☐ Οι μαθητές θα εφαρμόσουν και θα επιδείξουν δεξιότητες σχετικές με τη λήψη αποφάσεων και την επίλυση προβλημάτων σε υποθετικές καταστάσεις παραμέλησης ή/και κακοποίησης.

Χρόνος:

60 λεπτά περίπου, οπότε μπορεί να χρειαστούν δύο διδακτικές ώρες.

Υλικά:

- ☐ Παρουσίαση PowerPoint - Λεξιλόγιο
- ☐ Κάρτες Κανόνων Σωματικής Ασφάλειας

Περιγραφή:

- ☐ Εισαγωγή στη Σωματική Ασφάλεια απευθύνοντας διερευνητικές ερωτήσεις (Τι γνωρίζετε για τα αγγίγματα, ποια είναι τα είδη τους, τι γνωρίζετε για τα μυστικά και τα είδη τους, πώς μας κάνει κάθε είδος από αυτά να αισθανόμαστε, τι κάνουμε σε περίπτωση που απειληθεί η σωματική μας ασφάλεια, ποιοι είναι οι κανόνες Σωματικής Ασφάλειας)



- ☐ Εμπλουτισμός γνώσεων με την παρουσίαση PowerPoint του Λεξιλογίου Σωματικής Ασφάλειας

Αναφορά στα Προσωπικά Δικαιώματα

Εισαγωγή και συζήτηση γύρω από τους όρους: Παραμέληση, Σωματική Κακοποίηση, Σεξουαλική Κακοποίηση και Σεξουαλική Παρενόχληση

Δραστηριότητες:

- ☐ Οι μαθητές θα συζητήσουν γύρω από τους νέους όρους.

Αξιολόγηση εκπαιδευτικού στόχου:

Συζήτηση με επιτυχία γύρω:

- από τα διαφορετικά είδη παιδικής κακοποίησης,
- τους τρόπους αντίδρασης σε μια τέτοια κατάσταση,
- την τήρηση ή όχι μυστικών σε τέτοιες περιπτώσεις,
- αποσαφήνιση των νομικών επιπλοκών, καθώς η παιδική κακοποίηση και παραμέληση παραβιάζει βασικά δικαιώματα των παιδιών,
- πώς επηρεάζονται τα συναισθήματα από τα είδη αγγιγμάτων που λαμβάνουμε

- ☐ Ποια η διαφορά μεταξύ σωματικής τιμωρίας και σωματικής κακοποίησης

- ☐ Υπενθύμιση προς τα παιδιά ότι αν βρεθούν σε μια τέτοια κατάσταση, δε φταίνει εκείνα! Αν βρεθούν επίσης σε μια απειλητική κατάσταση να θυμηθούν να ακολουθήσουν τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας. Στο τέλος εξηγούμε πως συνήθως είναι δύσκολο να μιλάμε σε άλλους όταν αντιμετωπίζουμε τέτοιες



καταστάσεις, αλλά υπάρχουν ενήλικα άτομα που μπορούμε να εμπιστευτούμε και είναι σημαντικό να συνεχίσουμε να λέμε ότι μας έχει συμβεί μέχρι κάποιος να μας πιστέψει.

Κλείσιμο/ Σύνοψη:

- ☐ Σύντομη ανασκόπηση του λεξιλογίου με έμφαση στο πώς αισθανόμαστε όταν κάτι που μας συμβαίνει είναι λάθος.
- ☐ Επανάληψη των κανόνων Σωματικής Ασφάλειας από όλη την τάξη.

Αν υπάρχει χρόνος:

- ☐ Οι μαθητές μπορούν να χωριστούν σε μικρότερες ομάδες και να αναπτύξουν «σχέδια δράσης» για να βοηθήσουν μικρότερης ηλικίας παιδιά.



Μάθημα 2°

Εκπαιδευτικοί στόχοι:

- ☐ Επανάληψη λεξιλογίου προηγούμενου μαθήματος.
- ☐ Οι μαθητές να μπορέσουν να διαφοροποιήσουν τα είδη μυστικών.
- ☐ Οι μαθητές να επιδείξουν στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων και λήψης αποφάσεων ώστε να κάνουν ασφαλείς επιλογές σε καταστάσεις που υπάρχουν καλά ή/και άσχημα μυστικά.

Χρόνος:

Μία διδακτική ώρα, 45 λεπτά

Υλικά:

- ☐ Φύλλο εργασίας με Αντιστοίχιση Όρων
- ☐ Κάρτες με σενάρια καταστάσεων «Ποιο είναι το σχέδιό μου; »
- ☐ Φυλλάδιο με ερωτήσεις γύρω από την αξιολόγηση της κάθε κατάστασης

Προετοιμασία:

- ☐ Φωτοτυπία φύλλου εργασίας με Αντιστοίχιση όρων λεξιλογίου
- ☐ Φωτοτυπία των σεναρίων του «Ποιο είναι το σχέδιό μου;»

Περιγραφή:

- ☐ Χορήγηση του φύλλου εργασίας Αντιστοίχισης Όρων. Συμπλήρωση: 5 λεπτά. Έπειτα ζητούνται εθελοντές για να συμπληρωθεί το συγκεκριμένο φυλλάδιο στον



πίνακα, από όλη την τάξη. Ένας μαθητής κάθε φορά δίνει μία απάντηση και η υπόλοιπη τάξη ρωτάτε αν συμφωνεί ή διαφωνεί. Αν οι υπόλοιποι μαθητές συμφωνούν, ο εθελοντής τραβάει γραμμή μεταξύ όρου και επεξήγησης.

Δραστηριότητες :

- ☐ Συζήτηση γύρω από όρους στη δραστηριότητα της Αντιστοίχισης
- ☐ Χορήγηση των καρτών με τα διάφορα σενάρια “Ποιο είναι το σχέδιό μου;”.
- ☐ Χωρίζουμε τους μαθητές σε ομάδες των 5 ατόμων και δίνουμε σε κάθε ομάδα μια κάρτα κατάστασης. Στη συνέχεια, δίνουμε στους μαθητές το φυλλάδιο με τις ερωτήσεις αξιολόγησης της κατάστασης, ώστε να οργανώσουν το πλάνο δράσης τους. Η διαδικασία απαιτεί 10 λεπτά. Μετά το πέρας του χρονικού περιθωρίου, ζητάμε από κάθε ομάδα να παρουσιάσει την κατάσταση που είχε και το πλάνο δράσης που σκέφτηκε. Ρωτάμε τις υπόλοιπες ομάδες αν έχουν κάτι άλλο να προσθέσουν.

Αξιολόγηση του Εκπαιδευτικού Στόχου:

Μέσα από τη χορήγηση των καρτών με τις καταστάσεις και την διαμόρφωση ενός πλάνου δράσης, οι μαθητές προβαίνουν σε επίδειξη δεξιοτήτων λήψης αποφάσεων και επίλυσης προβλημάτων, αλλά και σε συλλογική δράση και ομαδικότητα.

Κλείσιμο/ Σύνοψη:

- ☐ Υπενθυμίζουμε πόσο σημαντικό είναι να μην κρατάνε άσχημα μυστικά, ακόμη και αν κάποιος τους πει το αντίθετο. Υπενθυμίζουμε ότι θα πρέπει να μιλήσουν σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύονται, αν κάποιος ζητήσει από τους ίδιους ή από κάποιον άλλο να κρατήσει ένα άσχημο μυστικό.



Μάθημα 3ο

Εκπαιδευτικοί στόχοι:

- ☐ Εισαγωγή των μαθητών σε λεξιλόγιο σχετικό με τη χρήση του διαδικτύου.
- ☐ Οι μαθητές θα επιδείξουν κατά πόσο κατέκτησαν και ενσωμάτωσαν τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας και μπορούν να τους εφαρμόσουν και στη χρήση του Διαδικτύου.
- ☐ Οι μαθητές θα αναζητήσουν αποτελεσματικούς τρόπους να διαχειριστούν την ασφάλεια στο Διαδίκτυο.

Χρόνος:

Δύο διδακτικές ώρες, 60 λεπτά τουλάχιστον

Υλικά:

- ☐ Παρουσίαση PowerPoint- «**Ασφάλεια στο Διαδίκτυο**»
- ☐ Φύλλο εργασίας με το «Λεξιλόγιο Ασφάλειας στο Διαδίκτυο»
- ☐ Φύλλο εργασίας «Υπόσχεση Ασφαλούς Χρήσης του Διαδικτύου»

Προετοιμασία:

- ☐ Φωτοτυπίες του φύλλου εργασίας «Ανασκόπηση Όρων Ασφάλειας στο Διαδίκτυο» (μία για κάθε μαθητή)
- ☐ Φωτοτυπίες φύλλου εργασίας «Υπόσχεση Ασφαλούς Χρήσης του Διαδικτύου» (μία για κάθε μαθητή)



Περιγραφή:

☐ Διερευνητικές ερωτήσεις για τη χρήση του διαδικτύου από τους μαθητές (Πόσοι στέλνετε μηνύματα μέσα από ηλεκτρονικά μέσα; Πόσο συχνά και σε ποιους; Πόσο συχνά μπαίνετε στο Διαδίκτυο; Σε ποιες ιστοσελίδες μπαίνετε συνήθως ;)

“Για την ασφαλή χρήση του Διαδικτύου υπάρχουν κάποιοι κανόνες. Σήμερα θα σας παρουσιάσουμε την «Ασφάλεια στο Διαδίκτυο» για να μάθετε κάποιους βασικούς κανόνες που θα σας βοηθήσουν να είστε ασφαλής όταν χρησιμοποιείτε το Διαδίκτυο. Μπορείτε να κάνετε σχόλια ή να ρωτάτε σχετικά με απορίες που έχετε.

Παρουσίαση Διαφανειών

Ανασκόπηση της δραστηριότητας

☐ Φύλλο εργασίας με την ανασκόπηση των όρων- λεξιλογίου της Ασφάλειας στο Διαδίκτυο.

☐ Μετά την ολοκλήρωση του φύλλου εργασίας, απαντάμε στις ερωτήσεις μέσα στην τάξη μέσα από διάλογο.

Δραστηριότητες:

☐ Οι μαθητές θα παρακολουθήσουν την παρουσίαση, θα μοιραστούν εμπειρίες, θα κάνουν ερωτήσεις.

☐ Οι μαθητές θα συμπληρώσουν το φύλλο εργασίας και θα το συζητήσουν στην τάξη.



Αξιολόγηση του εκπαιδευτικού στόχου:

☐ Συλλογή των φύλλων εργασίας και αξιολόγησή τους προκειμένου να δούμε αν οι μαθητές κατάφεραν να συμπληρώσουν με επιτυχία τη δραστηριότητα και να επιδείξουν ότι γνωρίζουν τους κανόνες ασφαλούς χρήσης του διαδικτύου.

Κλείσιμο/Σύνοψη:

☐ Διερευνούμε τι σημαίνει ο όρος «υπόσχεση» για τους μαθητές και αν τηρούν τις υποσχέσεις που δίνουν.

☐ Προετοιμάζουμε τους μαθητές για τη χορήγηση του φύλλου εργασίας «Υπόσχεση Ασφαλούς Χρήσης του Διαδικτύου», την οποία δε χρειάζεται να υπογράψουν αλλά να τη λάβουν υπόψη αν θέλουν να είναι ασφαλής η χρήση του Διαδικτύου.

☐ Χορήγηση του φύλλου εργασίας «Υπόσχεση Ασφαλούς Χρήσης του Διαδικτύου» στους μαθητές. Ζητάμε να το διαβάσουν και να συζητήσουν κάθε έναν από τους όρους της υπόσχεσης. Αναφέρουμε στους μαθητές ότι δε χρειάζεται να το υπογράψουν, αλλά ότι μπορούν να το συζητήσουν με τους γονείς τους και να συνάψουν κάτι αντίστοιχο με εκείνους.

☐ Ζητάμε από τους μαθητές να αξιολογήσουν τις πληροφορίες που έμαθαν στο συγκεκριμένο μάθημα, δείχνοντας με τον αντίχειρα αν εγκρίνουν ή δεν εγκρίνουν!

☐ Υπενθυμίζουμε στους μαθητές ότι όταν αντιμετωπίζουν δυσκολία να διαχειριστούν μια κατάσταση πάντα να καταφεύγουν σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύονται για να συζητάνε μαζί του ότι τους απασχολεί. Στο σχολείο, υπάρχει το εκπαιδευτικό προσωπικό που μπορεί επίσης, να τους βοηθήσει και ότι υπάρχει στο σχολείο για να τους κρατήσει ασφαλείς!



Παράρτημα

Υλικό Μαθημάτων και Παρουσιάσεων ανά τάξη

Κανόνες Σωματικής Ασφάλειας

**Πες «ΟΧΙ» δυνατά και
καθαρά**



Τρέξε προς ένα ασφαλές μέρος



Μίλα για αυτό σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεσαι



Παρουσίαση Α΄ Δημοτικού- Μάθημα 1ο - Είδη Αγγιγμάτων

ΕΙΔΗ ΑΓΓΙΓΜΑΤΩΝ

ΚΑΛΟ ΑΓΓΙΓΜΑ

Καλό άγγιγμα: είναι ένα άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι καλά, ότι σε αγαπούν και σε νοιάζονται. Παραδείγματα καλών αγγιγμάτων είναι οι αγκαλιές, η χειραψία, το κόλλημα του χεριού, τα φιλιά, χαϊδευτικά χτυπήματα στο κεφάλι /ώμους, το κούρνιασμα στην αγκαλιά

ΑΣΧΗΜΟ ΑΓΓΙΓΜΑ

Άσχημο άγγιγμα: είναι ένα άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι άσχημα, άβολα, αμήχανα, τρομακτικά. Το άσχημο άγγιγμα μπορεί να αφήσει σημάδια, όπως μελανιές, κοψίματα, γδαρσίματα, πρήξιμο, να προκαλέσει σπάσιμο οστών, ή έγκαυμα.

ΑΓΓΙΓΜΑ ΠΟΥ ΜΠΕΡΔΕΥΕΙ

Άγγιγμα που μπερδεύει: είναι ένα άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι μη ασφαλής, σε μπερδεύει, σε κάνει να αισθάνεσαι περίεργα. Μπορεί να ξεκινήσει σαν άγγιγμα που είναι καλό αλλά να καταλήξει να μην είναι εντάξει. Παραδείγματα τέτοιων αγγιγμάτων είναι οι σφιχτές αγκαλιές, το γαργάλημα όταν είναι παρατεταμένο και δε σταματά, τα φιλιά από κάποιον άγνωστο ή κάποιον που δεν αισθανόμαστε άνετα απέναντί του.

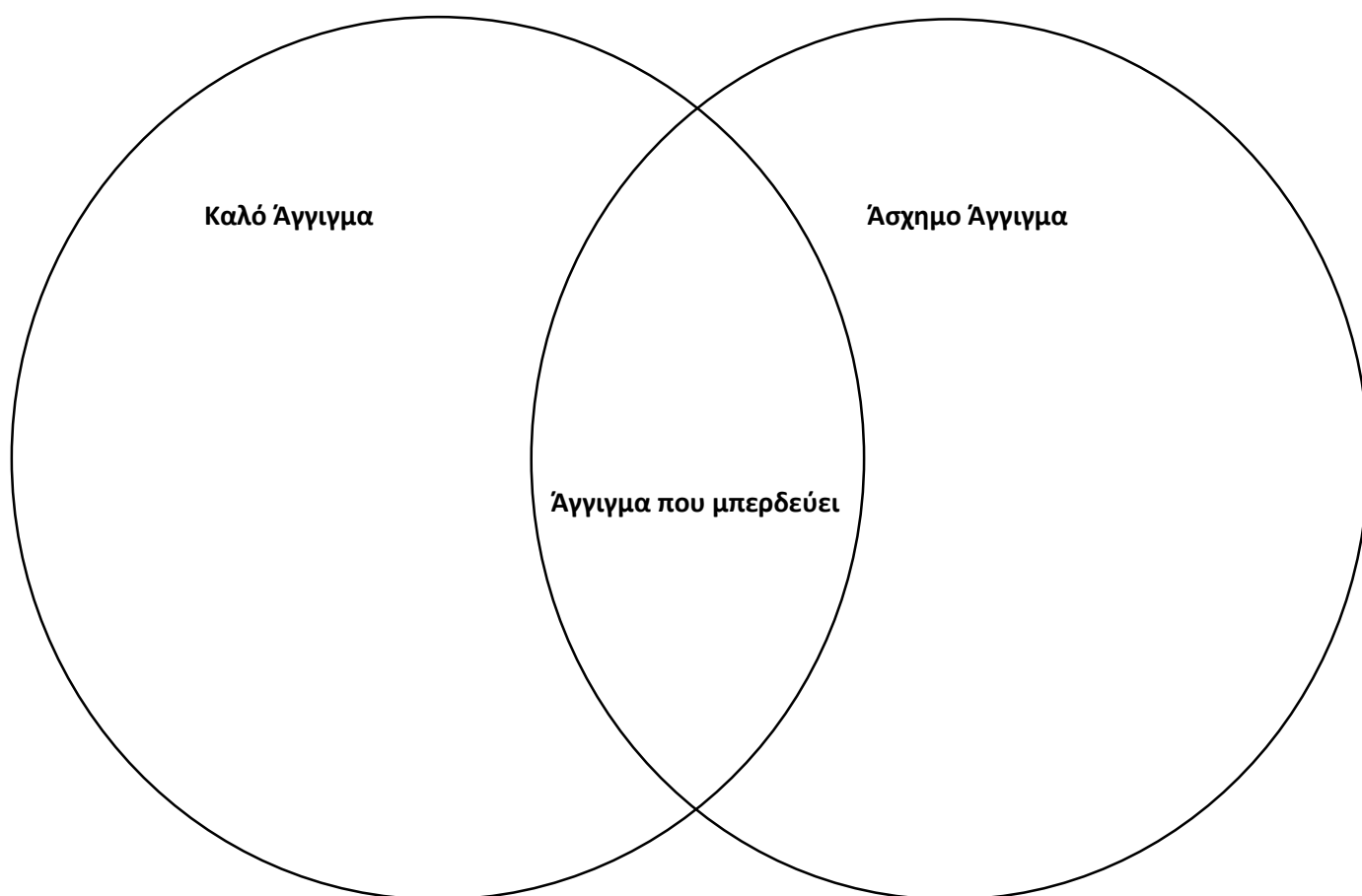


Κάρτες με τα είδη αγγυμάτων

ΧΕΙΡΑΨΙΑ	ΦΙΛΙ
ΤΡΙΨΙΜΟ ΠΛΑΤΗΣ	ΑΓΚΑΛΙΑ
ΧΑΪΔΕΥΤΙΚΟ ΧΤΥΠΗΜΑ ΣΤΗΝ ΠΛΑΤΗ	ΓΑΡΓΑΛΗΜΑ
ΚΟΥΡΝΙΑΣΜΑ	ΓΡΟΘΙΑ
ΧΤΥΠΗΜΑ ΧΕΡΙΩΝ	ΚΛΩΤΣΙΑ
ΓΡΑΤΣΟΥΝΙΑ	ΣΦΑΛΙΑΡΑ
ΔΑΓΚΩΜΑ	ΚΟΨΙΜΟ
ΣΠΡΩΞΙΜΟ	ΕΓΚΑΥΜΑ
ΤΣΙΜΠΗΜΑ	ΠΑΛΗ

Πόστερ για τα είδη αγγιγμάτων

ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑ





Φύλλο Εργασίας- Α τάξη Δημοτικού - Μάθημα 2^ο

ΟΝΟΜΑ: _____

**ΑΝ ΕΙΧΑ ΚΑΠΟΙΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ, ΘΑ ΜΠΟΡΟΥΣΑ ΝΑ ΜΙΛΗΣΩ
ΣΤΟΝ/ΣΤΗΝ:**

1. _____

2. _____

3. _____



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ Α΄ Δημοτικού Μάθημα 3ο – Είδη Μυστικών

Διαφάνεια 1

Θα δούμε κάποιες εικόνες. Όταν βλέπεις κάθε μία από αυτές, σκέψου αν είναι ένα καλό μυστικό (που θα σε έκανε να αισθανθείς ασφαλής και άνετα) ή ένα άσχημο μυστικό (που θα σε έκανε να αισθάνεσαι άβολα, μπερδεμένα ή φοβισμένα).

Διαφάνεια 2

Οι γονείς σου δεν είναι στο σπίτι και ένας ξένος (ταχυδρόμος, ντελίβερι) χτυπάει το κουδούνι. Θα του πεις ότι οι γονείς σου δεν είναι στο σπίτι;

Καλό μυστικό: Όταν είσαι μόνος στο σπίτι δε θα πρέπει να λες σε ξένους ότι οι γονείς σου δεν είναι εκεί, ώστε να μη νομίσει ο άλλος ότι είσαι μόνος.

Διαφάνεια 3

Το ημερολόγιό σου είναι προσωπικό και σου ανήκει. **Καλό μυστικό:** Έχεις το δικαίωμα να μην πεις σε άλλους τί γράφεις στο ημερολόγιό σου.

Διαφάνεια 4

Άσχημο μυστικό: Οι βρισιές πίσω από την πλάτη κάποιου είναι άσχημο μυστικό επειδή θα πληγώσει το άλλο άτομο όταν το μάθει.

Διαφάνεια 5

Καλό μυστικό: Το να κάνεις μια ευχή είναι καλό μυστικό επειδή δεν πληγώνει κανένα το να μην πεις τί ευχήθηκες

Διαφάνεια 6



Καλό μυστικό: η διοργάνωση ενός πάρτυ-έκπληξη χρειάζεται να μείνει κρυφή γιατί δεν πληγώνει αλλά σκοπεύει να κάνει κάποιον χαρούμενο!

Διαφάνεια 7

Άσχημο μυστικό: Αν κάποιος σε εκφοβίζει ή κάποιον άλλο που ξέρεις, αυτό δεν είναι κάτι που πρέπει να το κρατήσεις. Εσύ ή ο άλλος βρίσκεται σε κίνδυνο ή μπορεί να πληγωθεί. Είναι σημαντικό να μιλήσεις σε κάποιο ενήλικα που εμπιστεύεσαι, αν υπάρχει εκφοβισμός.

Διαφάνεια 8

Καλό μυστικό: Όταν αγοράζεις ένα δώρο για κάποιον, δε χρειάζεται να του το πεις για να τον ξαφνιάσεις ευχάριστα. Το δώρο πρέπει να προκαλεί ξάφνιασμα στον άλλο όταν το ανοίγει με λαχτάρα! Αν κάποιος σου δώσει ένα δώρο, δεν πειράζει αν το κράτησε μυστικό ώστε να σε ξαφνιάσει.

Διαφάνεια 9

Καλό μυστικό: αν δεις κάποιον να τραβάει φωτογραφίες τοπία, ζώα, αξιοθέατα, δεν υπάρχει κάποιο πρόβλημα, γιατί δεν βλάπτεται κανείς.

Άσχημο μυστικό: Αν κάποιος τραβάει φωτογραφίες ατόμων που δεν ξέρει και χωρίς αυτοί να τον έχουν βάλει να τους φωτογραφίσει, αυτό πρέπει να το πεις σε κάποιον. Κανείς δεν πρέπει να σε τραβάει φωτογραφία χωρίς την άδειά σου.

Διαφάνεια 10

Άσχημο μυστικό: όταν κουτσομπολεύεις, συχνά λες ιστορίες για άλλα άτομα ή λες κάτι άσχημο για άλλα άτομα. Όταν το κάνεις αυτό, δεν κρατάς μυστικά! Το να λες πράγματα για τους άλλους, πληγώνει τα αισθήματά τους και τους κάνεις να αισθάνονται απομονωμένοι.



Διαφάνεια 11

Καλό μυστικό: Η διεύθυνση κατοικίας σου είναι μια πληροφορία που δεν πρέπει να μοιράζεσαι με ξένους

Διαφάνεια 12

Άσχημο μυστικό: Ακόμα και αν κάποιος φέρει κατά λάθος κάποιο κατσαβίδι, σουγιά, ή κάτι ικανό να τραυματίσει τους άλλους, είναι σημαντικό να το πεις σε κάποιον ενήλικα αμέσως. Μπορεί κάποιος να τραυματιστεί!

Διαφάνεια 13

Άσχημο μυστικό: Είναι σημαντικό να μιλήσεις σε κάποιον ενήλικα αν έχει συμβεί κάποιο ατύχημα (π.χ., στο σχολείο), ειδικά αν κάποιος πληγώθηκε.

Διαφάνεια 14

Καλό μυστικό: Ο αριθμός τηλεφώνου σου είναι προσωπικός και θα πρέπει να τον δίνεις μόνο σε άτομα γνωστά σου. Μη δίνεις τον αριθμό σου σε άγνωστους!

Διαφάνεια 15

Άσχημο μυστικό: Αν δεις κάποιον να προσπαθεί να μπει σε ένα σπίτι ενώ δεν είναι δικό του, π.χ. από το παράθυρο, είναι σημαντικό να το πεις στους γονείς σου ή σε κάποιον ενήλικα.

Διαφάνεια 16

Καλό μυστικό: Αν εσύ ή κάποιος συγγενής σου πάρει λουλούδια για κάποιον λόγω εορτής, δεν πειράζει αν δεν το πεις σε αυτόν, γιατί πρέπει να ξαφνιαστεί!



Φύλλο Εργασίας- Α Τάξη Δημοτικού- Μάθημα 3^ο

ΟΝΟΜΑ: _____

Αν κάποιος με αγγίζει με τρόπο που με κάνει να αισθανθώ άβολα, θα :

1.

2.

3.



Παρουσίαση Γ' Δημοτικού - Μάθημα 1^ο- Κίνδυνοι για τη σωματική ασφάλεια

Διαφάνεια 1 Κίνδυνοι για τη σωματική ασφάλεια

Διαφάνεια 2 Ποιοι είναι οι κανόνες Σωματικής Ασφάλειας;

1. Πες «ΟΧΙ» δυνατά και καθαρά
2. Τρέξε μακριά προς ένα ασφαλές μέρος
3. Μίλα σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι

Διαφάνεια 3 Πότε θα χρησιμοποιήσεις τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας;

Λαμβάνω άσχημο ή άγγιγμα που μου προκαλεί σύγχυση

Αισθάνομαι άβολα

Βρίσκομαι σε κίνδυνο

Διαφάνεια 4 Όταν κάποιος λέει «ΟΧΙ», πώς πρέπει να το λέει;

Δυνατά και καθαρά!

Διαφάνεια 5

Ποιος είναι ο ενήλικας στον οποίο μπορείς να πας για βοήθεια όταν είσαι σε μια περίεργη κατάσταση;

Γονείς, θείοι, παππούς, γιαγιά, δάσκαλος, διευθυντής, γείτονας

Διαφάνεια 6

Τι θα κάνεις αν το άτομο στο οποίο μιλήσεις δε σε πιστέψει;

Θα το πω ξανά και ξανά σε άλλα άτομα μέχρι κάποιος να με πιστέψει



Διαφάνεια 7

Ποιο είναι άσχημο άγγιγμα; Δώσε παράδειγμα

Αυτό που πονάει το σώμα μας, ή γίνεται στα προσωπικά μέρη του σώματός μας. Π.χ., γροθιά, κλωτσιά, τσίμπημα

Διαφάνεια 8

Ποιο είναι καλό άγγιγμα; Δώσε παράδειγμα

Αυτό που μας κάνει να αισθανόμαστε καλά, ασφαλείς, ότι μας αγαπάνε. Π.χ., αγκαλιά, φιλή, χειραψία

Διαφάνεια 9

Ποιο είναι το άγγιγμα που μπερδεύει; Δώσε παράδειγμα

Αυτό που ενώ ξεκινάει ως κάτι ευχάριστο, μετά γίνεται δυσάρεστο. Μας κάνει να αισθανόμαστε άβολα.

Π.χ., αγκαλιές σφιχτές, αγγίγματα από ξένους, δυνατό χτύπημα στην πλάτη, γαργάλημα που δε σταματά και ενοχλεί.

Διαφάνεια 10

Πώς αισθάνεσαι όταν λαμβάνεις ένα άσχημο ή ένα άγγιγμα που σε μπερδεύει;

Άσχημο: φοβισμένος, αμήχανος, λυπημένος, πληγωμένος, θυμωμένος



Που με μπερδεύει: αβέβαιος, σε σύγχυση, σε αμηχανία

Διαφάνεια 11

Τι κάνεις όταν λαμβάνεις ένα άσχημο άγγιγμα ή ένα άγγιγμα που σε μπερδεύει;

Εφαρμόζω τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας

Διαφάνεια 12

Ποιο είναι καλό μυστικό;

Ένα μυστικό που νιώθεις ασφαλής και άνετα να το κρατήσεις επειδή δεν πληγώνεις κανέναν. Π.χ., δώρα, πάρτι- έκπληξη

Διαφάνεια 13

Ποιο είναι κακό μυστικό; Δώσε ένα παράδειγμα

Ένα μυστικό που σε κάνει να αισθάνεσαι άβολα όταν το κρατάς γιατί μπορεί να πληγώσει εσένα ή κάποιον άλλο. Π.χ., απειλές, άσχημο ή άγγιγμα που μπερδεύει

Διαφάνεια 14

Θα πρέπει να μοιραστείς ή να κρατήσεις ένα άσχημο μυστικό;

Θα το πω σε ενήλικα που εμπιστεύομαι



Διαφάνεια 15

Θα κρατήσεις ή θα μοιραστείς ένα καλό μυστικό;

Είναι εντάξει να κρατάμε τα καλά μυστικά!

Διαφάνεια 16

Πώς θα αισθανόσουν αν κάποιος σου έλεγε να κρατήσεις ένα άσχημο μυστικό;

Αβέβαιος, λυπημένος, σε σύγχυση, φοβισμένος



Φύλλο εργασίας- Γ΄ Τάξη Δημοτικού- Μάθημα 2^ο

Ανασκόπηση Προσωπικής Ασφάλειας Σώματος

ΟΝΟΜΑ _____

Οδηγίες: Αντιστοιχίστε τους όρους με την επεξήγηση:

_____ Κανόνες Σωματικής Ασφάλειας	A. Ένα άγγιγμα που σε μπερδεύει ή σε κάνει να αισθάνεσαι άβολα. Ξεκινά ως κάτι ευχάριστο, αλλά καταλήγει δυσάρεστο. Για παράδειγμα, ξεκινάς να παλεύεις με κάποιον αλλά δε σταματάει όταν του ζητάς να το κάνει.
_____ Άσχημο άγγιγμα	B. Πες «ΟΧΙ» δυνατά και καθαρά. Τρέξε μακριά. Μίλα σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι.
_____ Άγγιγμα που μπερδεύει	Γ. Ένα μυστικό που σε κάνει να αισθάνεσαι άβολα να το κρατήσεις γιατί μπορεί να πληγώσει εσένα ή κάποιον άλλο.
_____ Καλό μυστικό	Δ. Ένα άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι καλά, όμορφα, ότι είσαι αποδεκτός, αγαπητός.
_____ Άσχημο μυστικό	

_____ Ιδιαίτερα μέρη	Ε. ένα μυστικό που σε κάνει να αισθάνεσαι ασφαλής και άνετα να το κρατήσεις επειδή δεν πληγώνει εσένα ή κάποιον άλλο
_____ Καλό άγγιγμα	Στ. Ένα άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι άσχημα, αμήχανα ή περίεργα μέσα σου. Αυτό στην πραγματικότητα σε πονάει σωματικά, όχι όμως όπως αν σε δείρει κάποιος. Αυτό προκαλεί σοβαρές μελανιές, σπάσιμο οστών, κοψίματα, ή εγκαύματα. Άλλη μορφή μπορεί να είναι τα αγγίγματα στα ιδιαίτερα μέρη του σώματος, χωρίς λόγο. Ζ. Τα μέρη του σώματος που καλύπτονται από το μαγιό.



Παρουσίαση Γ' Δημοτικού – Μάθημα 2^ο - «Κίνδυνος από Αγνώστους»

Άγνωστος: κάποιος που δε γνωρίζουμε **καθόλου** ή που μπορεί να τον έχουμε δει κάποιες φορές αλλά δεν έχουμε αναπτύξει κάποια σχέση μαζί του

Βασικοί κανόνες:

Δε δίνουμε ΠΟΤΕ προσωπικές πληροφορίες (όνομα, τηλέφωνο, διεύθυνση)

Δεν προσεγγίζουμε αυτοκίνητα με αγνώστους, ακόμη και αν ζητάνε οδηγίες

Δε δεχόμαστε δώρα, γλυκά, παιχνίδια από αγνώστους

Δεν πηγαίνουμε μαζί του πουθενά!

Δε δίνουμε σε αγνώστους **στο τηλέφωνο**, προσωπικά στοιχεία ούτε πληροφορίες για το αν είμαστε μόνοι στο σπίτι!

Όταν περπατάμε ή παίζουμε έξω από το σπίτι, φροντίζουμε να προσέχουμε τι συμβαίνει γύρω μας, π.χ., αν μας ακολουθεί κάποιος ή κάποιο αυτοκίνητο, δεν ακούμε μουσική με ακουστικά, πηγαίνουμε πάντα κάπου με παρέα φίλων, αποφεύγουμε αγνώστους δρόμους και περάσματα, και **ΠΑΝΤΑ** ενημερώνουμε τους γονείς μας πού βρισκόμαστε ή πού θα πάμε.

Αν σε προσεγγίσει κάποιος άγνωστος και αισθανθείς άβολα το σώμα σου αντιδρά (αισθάνεται άγχος) και εσύ μπορεί να «παγώσεις», δηλαδή να μείνεις ακίνητος (πάγωμα), μπορεί να νιώσεις την ανάγκη να τρέξεις (φυγή), ή μπορεί να νιώσεις την ανάγκη να παλέψεις (πάλη). Το πιο ασφαλές για σένα είναι να απομακρυνθείς προς ένα ασφαλές μέρος ή άτομο.

Διαμορφώστε με την οικογένειά σας ένα «σχέδιο ασφάλειας»:

Βάλτε έναν **κωδικό ασφάλειας**, π.χ. μια λέξη ή ημερομηνία, ώστε κανείς να μη μπορεί να πει ότι έχει έρθει εκ μέρους των γονέων σου



Συζητήστε σε **ποια άτομα μπορείς να πας για βοήθεια**, αν είσαι έξω και οι γονείς σου δεν είναι κοντά, π.χ. γείτονας, άλλος συγγενής

Συζητήστε σε **ποια μέρη μπορείς να πας για βοήθεια**, π.χ. σε κάποιο μαγαζί, κτίριο, ή υπηρεσία, και **πώς να ζητήσεις βοήθεια** (να συστηθείς και να πεις ότι χρειάζεσαι βοήθεια ή να επικοινωνήσεις άμεσα με τους γονείς σου)

Μάθε τα τηλέφωνα των γονέων σου από έξω για να μπορείς να τους καλέσεις οποιαδήποτε στιγμή χρειαστεί!

Γενικά, αν σε προσεγγίσει κάποιος άγνωστος και αισθανθείς άβολα εφάρμοσε τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας (απομακρύνσου προς άλλα άτομα ή προς ένα ασφαλές μέρος και ενημέρωσε τους γονείς σου για το συμβάν!).



Φύλλο εργασίας- Γ΄ τάξη Δημοτικού –Μάθημα 2ο

Λεξιλόγιο Ασφάλειας ως προς Αγνώστους

Όνομα _____

Οδηγίες : αντιστοιχίστε τους όρους με τις επεξηγήσεις

Άγνωστος	α. πηγαίνω σε μέρη μαζί με άλλους για ασφάλεια και διασκέδαση
Σύστημα φίλων	β. αισθάνομαι περίεργα, ανόητα, σε σύγχυση, ή ντροπή
Φυγή	γ. κάποιος που δε γνωρίζεις
Αυτοπεποίθηση	δ. κάποιος σίγουρος για τον εαυτό του, πιστεύει σε αυτόν
Πάλη	ε. στέκομαι ακίνητος
Αμηχανία	στ. Αισθάνομαι ότι κάτι δεν πάει καλά, φοβισμένος
Πάγωμα	ζ. Ανάγκη να τρέξεις προκειμένου να γλιτώσεις από κάτι που αντιλαμβάνεσαι ως κίνδυνο
Άβολα	η. όταν αντιλαμβάνομαι κάποιον κίνδυνο, το σώμα μου ετοιμάζεται για πάλη



Φύλλο εργασίας- Γ' τάξη Δημοτικού- Μάθημα 2^ο

Ασφαλή Μέρη

Όνομα _____

Οδηγίες: αν σε προσεγγίσει κάποιος άγνωστος σε κάποιο από τα μέρη που δίνονται παρακάτω, πού θα μπορούσες να πας ή από ποιον θα μπορούσες να ζητήσεις βοήθεια; Γράψε τις ιδέες σου σε κάθε κουτάκι.

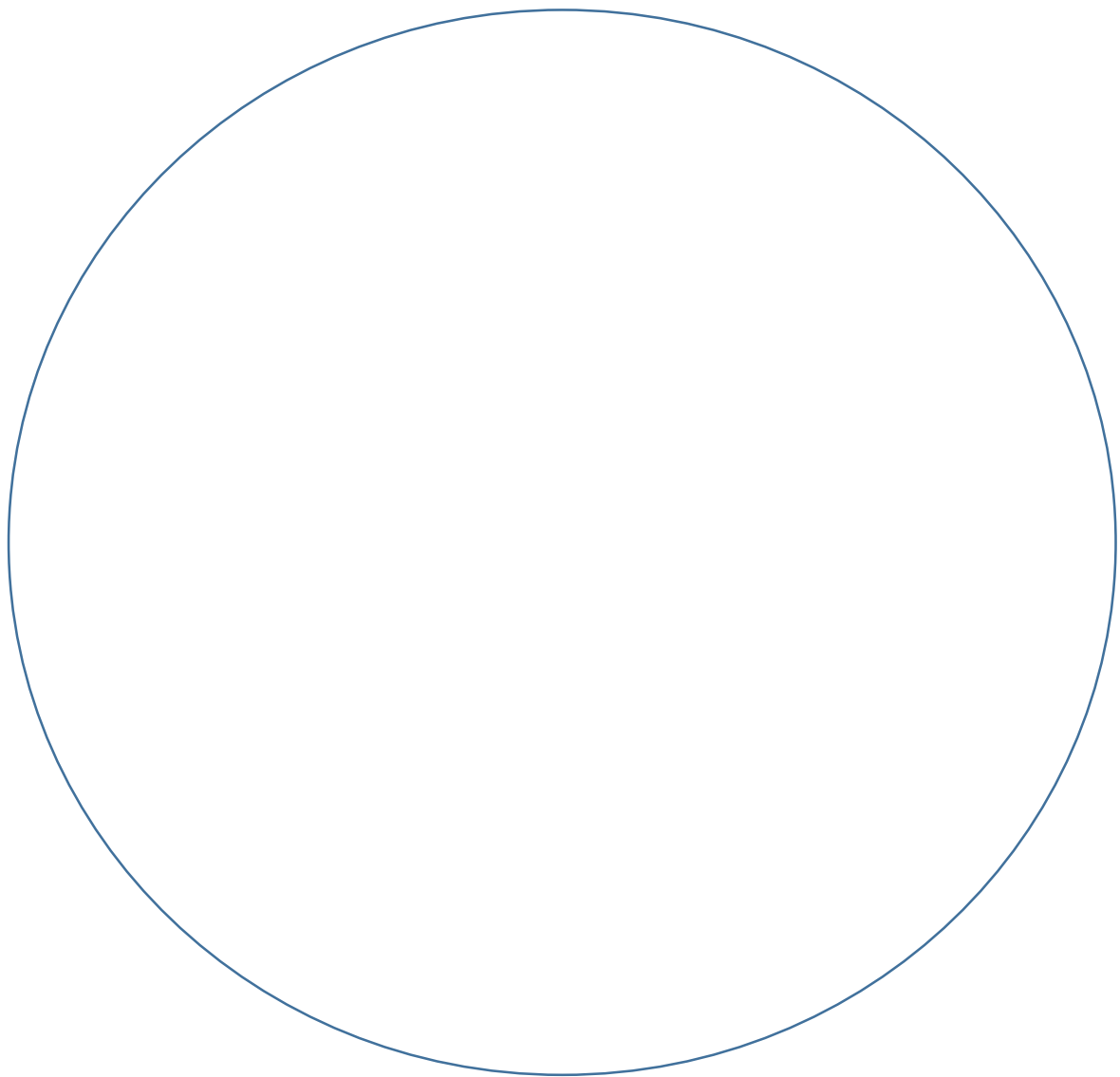
Γειτονιά/ παιδική χαρά	Σχολείο
Κατάστημα	Άλλο μέρος



Φύλλο εργασίας- Γ τάξη Δημοτικού- Μάθημα 2^ο

Όνομα _____

Βάλε στον κύκλο τα **άτομα** που μπορούν να σε βοηθήσουν όταν αντιμετωπίζεις κάποιο πρόβλημα και γράψε και τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας





Σενάρια Σωματικής Ασφάλειας

Σενάριο 1

Περπατάς στη γειτονιά σου και ένα αυτοκίνητο περνάει δίπλα σου. Δύο άγνωστοι από το αυτοκίνητο αρχίζουν να σου κάνουν ερωτήσεις, όπως ποιο είναι το όνομά σου, πού μένεις, σε ποιο σχολείο πας, τον αριθμό τηλεφώνου σου. Τί θα πρέπει να κάνεις;

Σενάριο 2

Γυρνάς σπίτι από τη στάση του λεωφορείου όταν κάποιο άτομο από τη γειτονιά σου που το αναγνωρίζεις αλλά δεν το ξέρεις καλά σου λέει ότι οι γονείς σου του ζήτησαν να σε συνοδεύσει σπίτι. Τί θα πρέπει να κάνεις;

Σενάριο 3

Οι γονείς σου βγαίνουν έξω για φαγητό και είσαι μόνος στο σπίτι με τη νέα κοπέλα για φύλαξη. Αυτή θέλει να σε κάνει μπάνιο και να σε βοηθήσει να πλύνεις το σώμα σου. Είσαι αρκετά μεγάλος ωστόσο και μπορείς να πλυθείς μόνος σου. Τί θα πρέπει να κάνεις;

Σενάριο 4

Ένας φίλος σου στην τάξη πάντα κάνει χαζομάρες και σε χτυπάει με πρόθεση να παίξει γροθιές στα μπράτσα. Δε σου αρέσει γιατί σε πονάει. Θέλεις να σταματήσει να το κάνει αλλά δε θέλεις να σκεφτεί ότι είσαι «αδύναμος». Τί θα πρέπει να κάνεις;

Σενάριο 5

Η καλύτερή σου φίλη σου λέει ότι έχει φέρει τον αναπτήρα και ότι θα βάλει φωτιά στο μπάνιο κατά το διάλειμμα. Είναι ένα καλό ή ένα άσχημο μυστικό; Τί θα πρέπει να κάνεις;

Σενάριο 6



Είσαι στον υπολογιστή και κάποιος σου ζητά το όνομά σου και θέλει να σε συναντήσει από κοντά. Το άτομο αυτό σου λέει να μην πεις σε κανέναν το σχέδιο να το συναντήσεις. Είναι ένα καλό ή άσχημο μυστικό; Τί θα πρέπει να κάνεις;



Στρατηγικές Ασφάλειας

- ☐ Κράτα ασφαλή απόσταση από τους άγνωστους.
- ☐ Ποτέ μη μπαίνεις σε αυτοκίνητο με αγνώστους.
- ☐ Μη δέχεσαι δώρα από αγνώστους.
- ☐ Μη δίνεις σε αγνώστους πληροφορίες για τον εαυτό σου.
- ☐ Τρέξε σε ένα ασφαλές μέρος όπως το σπίτι ενός γείτονα, σε ένα μαγαζί, στο σχολείο ή στην αστυνομία.
- ☐ Φώναξε δυνατά αν κάποιος άγνωστος σε προσεγγίσει και προσπαθήσει να σε αρπάξει.
- ☐ Να χρησιμοποιείς μια λέξη ασφάλειας με τους δικούς σου.
- ☐ Αν εσύ ή κάποιος άλλος που ξέρεις έχει κάποιο άσχημο μυστικό, πάντα να το μοιράζεσαι με κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι.
- ☐ Όπου πηγαίνεις να πηγαίνεις παρέα με τους φίλους σου
- ☐ Περπάτα με σιγουριά και μείνε ενήμερος για το τί συμβαίνει γύρω σου.
- ☐ Χρησιμοποίησε τους Κανόνες Σωματικής Ασφάλειας: Πες «ΟΧΙ» δυνατά και καθαρά. Τρέξε μακριά προς ένα μέρος όπου θα είσαι ασφαλής. Μίλα σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι.
- ☐ Ποτέ μην περνάς από αγνώστους δρόμους ή περάσματα.
- ☐ Ενημέρωνε τους γονείς ή κηδεμόνες σου για το πού βρίσκεσαι συνεχώς.
- ☐ Αν βρεθείς σε κίνδυνο, τηλεφώνα στους γονείς σου στο κινητό.
- ☐ Ποτέ μην κανονίζεις να βρεθείς με κάποιον άγνωστο που γνώρισες μέσω του υπολογιστή.
- ☐ Μην ανοίγεις μηνύματα από αγνώστους.



- ☐ Αν διάβασες κάτι στο διαδίκτυο που σε κάνει να αισθάνεσαι αβέβαιος ή άβολα, μίλα σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι **αμέσως**.



Υπόσχεση Ορθής Χρήσης του Διαδικτύου

- ☐ Θα συμβουλευτώ τους γονείς, κηδεμόνες ή άλλα ενήλικα άτομα που εμπιστεύομαι, προτού να αποκτήσω πρόσβαση σε νέους ιστότοπους στο διαδίκτυο.
- ☐ Δε θα μοιραστώ προσωπικές πληροφορίες όπως το όνομά μου, τη διεύθυνση, τον αριθμό τηλεφώνου, το σχολείο, φωτογραφίες μου χωρίς την άδεια των γονέων μου.
- ☐ Δε θα συναντηθώ από κοντά με άτομο που γνώρισα μέσα από το διαδίκτυο
- ☐ Θα μιλήσω σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύομαι αν αισθανθώ άβολα για κάτι που είδα στο διαδίκτυο.
- ☐ Δε θα απαντήσω σε μηνύματα που είναι κακόβουλα ή που με κάποιον τρόπο με κάνουν να αισθάνομαι άσχημα ή απειλητικά.
- ☐ Δε θα αποστείλω κακόβουλα μηνύματα σε άλλους.

Όνομα

Ημερομηνία

Γονέας

Ημερομηνία

Μοιράσου αυτήν την υπόσχεση με τους ενήλικες στο σπίτι σου. Κατά προτίμηση, ανάρτησε αυτήν την υπόσχεση κοντά στον υπολογιστή του σπιτιού.



Παρουσίαση – Ε΄ Δημοτικού -Λεξιλόγιο όρων Σωματικής Ασφάλειας- Μάθημα 1^ο

1. Κανόνες Σωματικής Ασφάλειας: Πες “ΟΧΙ» δυνατά και καθαρά. Τρέξε μακριά προς ένα ασφαλές μέρος. Μίλα σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι.
2. Καλό άγγιγμα: άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι καλά, όμορφα, ότι σε αγαπούνε.
3. Άσχημο άγγιγμα: άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι άσχημα, άβολα, αμήχανα, φοβισμένα. Μπορεί να σε πονέσει σωματικά και να αφήσει σοβαρές μελανιές, κοψίματα, πρηξίματα, σπασμένα οστά, ή εγκαύματα. Άλλο είδος άσχημου αγγίγματος είναι όταν κάποιος αγγίζει τα ιδιαίτερα μέρη του σώματός σου χωρίς να υπάρχει ιατρικός λόγος..
4. Άγγιγμα που μπερδεύει: άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι μη ασφαλής, σε μπερδεύει, σε κάνει να αισθάνεσαι άβολα. Μπορεί να ξεκινήσει ως κάτι ευχάριστο αλλά καταλήγει δυσάρεστο.
5. Ιδιαίτερα μέρη του σώματος: Μέρη του σώματος που καλύπτονται από το μαγιώ.
6. Καλό μυστικό: Μυστικό που αισθάνεσαι ασφαλής και άνετα να κρατήσεις γιατί δεν πληγώνει εσένα ή κάποιον άλλο.
7. Άσχημο μυστικό: Μυστικό που σε κάνει να αισθάνεσαι άβολα να κρατήσεις διότι μπορεί να πληγώσει εσένα ή κάποιον άλλο.



8. Άγνωστος: Κάποιος που δε γνωρίζεις καθόλου ή τον έχεις δει αλλά δεν έχετε γνωριστεί.

9. Διαδίκτυο: Παγκόσμιο δίκτυο συνδεδεμένων υπολογιστών.

10. E-mail: Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

11. Προσωπικά Δικαιώματα: Κάθε άτομο έχει δικαίωμα στην ασφάλεια, στην υγεία, στην κάλυψη των βασικών αναγκών του.

12. Σωματική κακοποίηση: όταν κάποιος αγγίζει το σώμα σου με τρόπο που προκαλεί σωματική βλάβη (μώλωπες, οιδήματα, εγκαύματα, σπασμένα οστά, εκδορές)

13. Σεξουαλική κακοποίηση: όταν κάποιος σε αγγίζει ή ζητά να τον αγγίξεις στα ιδιαίτερα μέρη του σώματος, χωρίς να συντρέχει λόγος υγείας ή υγιεινής.

14. Παραμέληση: όταν οι γονείς σου δε σου παρέχουν την κατάλληλη ένδυση, υπόδηση, φαγητό, στέγη, επίβλεψη και ιατρική φροντίδα.

15. Σεξουαλική Παρενόχληση: Μη επιθυμητή σεξουαλική συμπεριφορά, η οποία εμποδίζει το δικαίωμά σου στη μάθηση, στη μελέτη, στην εργασία, στην επίτευξη, ή στη συμμετοχή σε δραστηριότητες μέσα σε ένα πλαίσιο άνεσης και στήριξης. (π.χ., αγγίγματα, σχόλια ή σημειώματα που μιλούν για τα ιδιαίτερα μέρη του σώματος, το να λες ή να κάνεις άσεμνα αστεία)

16. Instant Messaging: Μηνύματα που στέλνεις άμεσα προς άλλους με τη χρήση των κατάλληλων εφαρμογών.



17. Chat Room: ένας «χώρος» όπου μιλάς με άλλους μέσα από ανταλλαγή γραπτών μηνυμάτων.

18. SPAM: Άχρηστη αλληλογραφία – Μην την ανοίγεις!

19. Θύτης του Κυβερνοχώρου: Κάποιος με εγκληματική πρόθεση που χρησιμοποιεί τις ηλεκτρονικές συσκευές για να συναντήσει άλλους.

20. Ηλεκτρονικός Εκφοβισμός: Εκφοβισμός που συντελείται μέσα από αποστολή μηνυμάτων από ηλεκτρονικές συσκευές (υπολογιστή, τηλέφωνο, ηλεκτρονικό ταχυδρομείο)



Παρουσίαση Ε΄ Δημοτικού – Ασφάλεια στο Διαδίκτυο - Μάθημα 3^ο

Διαφάνεια 2

Κάθε άτομο έχει προσωπικά δικαιώματα, όπως το δικαίωμα στην ασφάλεια, στην υγεία, και στην κάλυψη των βασικών αναγκών του. Παραδείγματα προσωπικών δικαιωμάτων:

- Δικαίωμα να μη σε χτυπάνε.
- Δικαίωμα ένδυσης, τροφής και στέγης.
- Δικαίωμα ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης.
- Δικαίωμα κατάλληλης επίβλεψης.
- Δικαίωμα να μείνεις μόνος όταν χρειάζεσαι λίγη ηρεμία.
- Δικαίωμα να χρησιμοποιήσεις το μπάνιο μόνος σου.
- Δικαίωμα να ξεντυθείς χωρίς την παρουσία κάποιου άλλου στο χώρο. (Αν κάποιος θέλει να σε βλέπει να ξεντύνεσαι, έχεις το δικαίωμα να του πεις «όχι»)
- Δικαίωμα να πεις ποιος μπορεί και ποιος δε μπορεί να σε αγγίξει.



Διαφάνεια 3 Παραμέληση

Παραμέληση συντελείται όταν οι γονείς σου δε μπορούν να σου παρέχουν:

κατάλληλη ένδυση, φαγητό, στέγη, επίβλεψη και ιατρική περίθαλψη.

*το να μη σου δίνουν αυτό ακριβώς που θέλεις για φαγητό, ή να μη σου αγοράζουν τα ρούχα που θέλεις, ΔΕ θεωρείται παραμέληση. Η παραμέληση συντελείται όταν δεν έχεις ΑΡΚΕΤΟ φαγητό για να χορτάσεις ή δεν έχεις τα ΚΑΤΑΛΛΗΛΑ ρούχα να ντυθείς.

Διαφάνεια 4 Σωματική κακοποίηση

Σωματική κακοποίηση συντελείται όταν κάποιος αγγίζει το σώμα σου με τέτοιο τρόπο που προκαλεί σωματική βλάβη: μώλωπες, οιδήματα, εκδορές, σπασμένα οστά, εγκαύματα.

Διαφάνεια 5 Σεξουαλική κακοποίηση

Σεξουαλική κακοποίηση συντελείται όταν κάποιος αγγίζει τα ιδιαίτερα μέρη του σώματός σου ή ζητά να αγγίξεις τα ιδιαίτερα μέρη του σώματός του, (τα μέρη που καλύπτονται από το μαγιό). Ο λόγος που σε αγγίζει ή τον αγγίζεις δεν είναι ιατρικός ή λόγος υγιεινής.

Διαφάνεια 6 Σεξουαλική Παρενόχληση



Σεξουαλική Παρενόχληση είναι μια μη επιθυμητή συμπεριφορά με σεξουαλικό περιεχόμενο, η οποία παραβιάζει το δικαίωμά σου για:

Μάθηση -Μελέτη -Εργασία –Επίτευξη- Συμμετοχή σε δραστηριότητες

Παραδείγματα σεξουαλικής παρενόχλησης: αγγίγματα, σχόλια ή σημειώματα που μιλούν για τα ιδιαίτερα μέρη του σώματος, άσεμνα αστεία.



Λεξιλόγιο - Γρήγορη Ανασκόπηση

1. Κανόνες Σωματικής Ασφάλειας: Πες “ΟΧΙ» δυνατά και καθαρά. Τρέξε μακριά προς ένα ασφαλές μέρος. Μίλα σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι.
2. Καλό άγγιγμα: άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι καλά, όμορφα, ότι σε αγαπούνε.
3. Άσχημο άγγιγμα: άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι άσχημα, άβολα, αμήχανα, φοβισμένα. Μπορεί να σε πονέσει σωματικά και να αφήσει σοβαρές μελανιές, κοψίματα, πρηξίματα, σπασμένα οστά, ή εγκαύματα. Άλλο είδος άσχημου αγγίγματος είναι όταν κάποιος αγγίζει τα ιδιαίτερα μέρη του σώματός σου χωρίς να υπάρχει ιατρικός λόγος..
4. Άγγιγμα που μπερδεύει: άγγιγμα που σε κάνει να αισθάνεσαι μη ασφαλής, σε μπερδεύει, σε κάνει να αισθάνεσαι άβολα. Μπορεί να ξεκινήσει ως κάτι ευχάριστο αλλά καταλήγει δυσάρεστο.
5. Ιδιαίτερα μέρη του σώματος: Μέρη του σώματος που καλύπτονται από το μαγιώ.
6. Καλό μυστικό: Μυστικό που αισθάνεσαι ασφαλής και άνετα να κρατήσεις γιατί δεν πληγώνει εσένα ή κάποιον άλλο.
7. Άσχημο μυστικό: Μυστικό που σε κάνει να αισθάνεσαι άβολα να κρατήσεις διότι μπορεί να πληγώσει εσένα ή κάποιον άλλο.



8. Άγνωστος: Κάποιος που δε γνωρίζεις καθόλου ή τον έχεις δει αλλά δεν έχετε γνωριστεί.

9. Διαδίκτυο: Παγκόσμιο δίκτυο συνδεδεμένων υπολογιστών.

10. E-mail: Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

11. Προσωπικά Δικαιώματα: Κάθε άτομο έχει δικαίωμα στην ασφάλεια, στην υγεία, στην κάλυψη των βασικών αναγκών του.

12. Σωματική κακοποίηση: όταν κάποιος αγγίζει το σώμα σου με τρόπο που προκαλεί σωματική βλάβη (μώλωπες, οιδήματα, εγκαύματα, σπασμένα οστά, εκδορές)

13. Σεξουαλική κακοποίηση: όταν κάποιος σε αγγίζει ή ζητά να τον αγγίξεις στα ιδιαίτερα μέρη του σώματος, χωρίς να συντρέχει λόγος υγείας ή υγιεινής.

14. Παραμέληση: όταν οι γονείς σου δε σου παρέχουν την κατάλληλη ένδυση, υπόδηση, φαγητό, στέγη, επίβλεψη και ιατρική φροντίδα.

15. Σεξουαλική Παρενόχληση: Μη επιθυμητή σεξουαλική συμπεριφορά, η οποία εμποδίζει το δικαίωμά σου στη μάθηση, στη μελέτη, στην εργασία, στην επίτευξη, ή στη συμμετοχή σε δραστηριότητες μέσα σε ένα πλαίσιο άνεσης και στήριξης. (π.χ., αγγίγματα, σχόλια ή σημειώματα που μιλούν για τα ιδιαίτερα μέρη του σώματος, το να λες ή να κάνεις άσεμνα αστεία)

16. Instant Messaging: Μηνύματα που στέλνεις άμεσα προς άλλους με τη χρήση των κατάλληλων εφαρμογών.



Φύλλο εργασίας – Ε τάξη Δημοτικού –Μάθημα 2ο

Αντιστοίχιση

Προσωπικά Δικαιώματα	Μυστικά που αισθάνεσαι άβολα να κρατήσεις γιατί μπορεί να πληγώσουν εσένα ή κάποιον άλλο
Άγγιγμα που μπερδεύει	Αγγίγματα που σε κάνουν να αισθάνεσαι μη ασφαλής, μπερδεμένος, άβολα.
Καλό μυστικό	Μυστικά που αισθάνεσαι άνετα και ασφαλής να κρατήσεις γιατί δεν πληγώνουν κανέναν
Σωματική Κακοποίηση	Όταν κάποιος αγγίζει το σώμα σου με τρόπο που προκαλεί σωματική βλάβη
Άσχημο μυστικό	Αγγίγματα που σε κάνουν να αισθάνεσαι όμορφα και ότι σε αγαπάνε
Καλό άγγιγμα	Αγγίγματα που σε κάνουν να αισθάνεσαι άσχημα, άβολα, αμήχανα, περίεργα μέσα σου
	Κάθε άτομο έχει το δικαίωμα στην ασφάλεια και στην υγεία



Παραμέληση	Όταν κάποιος αγγίζει τα ιδιαίτερα μέρη του σώματός σου ενώ δε συντρέχει ιατρικός ή λόγος υγιεινής
Άσχημο άγγιγμα	Μη επιθυμητή συμπεριφορά σεξουαλικής φύσης
Σεξουαλική Κακοποίηση	Όταν οι γονείς σου δεν σου παρέχουν κατάλληλη ένδυση, τροφή, στέγη, επίβλεψη και ιατροφαρμακευτική περίθαλψη
Σεξουαλική παρενόχληση	



Φύλλο εργασίας- Ε΄ τάξη Δημοτικού - Μάθημα 2^ο

Ποιο είναι το σχέδιό μου?

Κάρτες καταστάσεων

Κατάσταση #1

Ο Γιάννης είναι δέκα χρονών. Οι γονείς του πήγαν ένα ταξίδι για το Σαββατοκύριακο. Έμεινε στο σπίτι ενός οικογενειακού φίλου. Την Παρασκευή ο Γιάννης έριξε κατά λάθος βυσσινάδα στο πάτωμα. Ένας ενήλικας από την οικογένεια χτύπησε το Γιάννη στο πρόσωπο και του μαύρισε το μάτι. Μετά ζήτησε από το Γιάννη να μην πει τίποτα στους γονείς του.

Κατάσταση #2

Η Ελένη ήρθε μια μέρα στο σχολείο κουτσαίνοντας. Η φίλη της η Καίτη τη ρώτησε τί της συνέβη, και η Ελένη είπε ότι δεν ήθελε να το συζητήσει. Αργότερα την ίδια μέρα, η Ελένη παραδέχτηκε ότι η μητέρα της την έπιασε και την ταρακούνησε δυνατά, την έσπρωξε με δύναμη και έπεσε στο έδαφος όταν έμαθε ότι η Ελένη έπαιζε έξω μετά το σχολείο αντί να κάνει δουλειές του σπιτιού.

Κατάσταση #3

Ενώ ο Δημήτρης περίμενε να ξεκινήσει μια ταινία, αυτός και ο φίλος του προσπάθησαν να απαντήσουν ερωτήσεις γύρω από την ταινία στο κινητό. Κάποιος που δεν ήξερε άρχισε να του κάνει ερωτήσεις για τον ίδιο και αν οι γονείς του τον



έφεραν και τον άφησαν στο σινεμά ή αν ήταν σε άλλη αίθουσα του σινεμά. Ο άγνωστος συνέχισε να κάνει ερωτήσεις που έκαναν το Δημήτρη να αισθάνεται άβολα και του είπε επίσης κάποια άσεμνα αστεία που ο Δημήτρης δε βρήκε καθόλου αστεία. Θα πρέπει να κρατήσει αυτό το περιστατικό μυστικό;

Κατάσταση #4

Η Αλέκα μίλησε στη φίλη της Σόνια για κάποια πράγματα που συμβαίνουν στο σπίτι της. Της είπε πως ο 21 ετών ξάδερφός της έρχεται στο δωμάτιό της τη νύχτα και την αγγίζει στα ιδιαίτερα μέρη του σώματός της. Η Αλεξάνδρα ζήτησε από τη Σόνια να μη μιλήσει σε κανέναν για αυτό γιατί αν και αισθάνεται άβολα, συμπαθεί τον ξάδερφό της και δε θέλει να τον βάλει σε μπελά.

Κατάσταση #5

Η μαμά του Σωτήρη δουλεύει τη νύχτα. Πολλά βράδια μένει μόνος χωρίς να έχει κάτι να φάει. Όταν ξυπνάει το πρωί, η μαμά του Σωτήρη συχνά δεν έχει γυρίσει ακόμη. Ο Σωτήρης πρέπει να ξυπνήσει και να ετοιμαστεί μόνος του για το σχολείο. Πολλές φορές αργεί να φτάσει στο σχολείο. Ο Σωτήρης είναι εννέα χρονών.



Φύλλο εργασίας – Ε΄ τάξη- Μάθημα 2^ο

Ποιο είναι το σχέδιό μου? Διερεύνηση της κατάστασης

Ομάδα (ονόμ. παιδιών) _____

Κατάσταση # _____

1. Είναι καλό ή άσχημο μυστικό?

2. Αποτελεί παράδειγμα για :

☐ Σωματική Κακοποίηση

☐ Σεξουαλική Κακοποίηση

☐ Παραμέληση

☐ Σεξουαλική Παρενόχληση

3. Ποια πληροφορία στην κατάσταση σου το δηλώνει?

4. Τι θα έκανες σε αυτήν την κατάσταση? (Αναπτύξτε ένα πλάνο δράσης)



Παρουσίαση Ε΄ Δημοτικού- Ασφαλής Χρήση Διαδικτύου- Μάθημα 3^ο

Διαφάνεια 1

Καθώς είναι πιθανό ότι θα χρησιμοποιείς όλο και περισσότερο το διαδίκτυο όσο μεγαλώνεις, πρόκειται να αφιερώσουμε λίγο χρόνο για να μάθουμε να το χρησιμοποιούμε με ασφάλεια.

Διαφάνεια 2 Ανασκόπηση

Έχουμε μάθει σχετικά με την σωματική ασφάλεια. Ξέρουμε τη διαφορά ανάμεσα στα καλά, άσχημα και αγγίγματα που μπερδεύουν, και ξέρουμε τι να κάνουμε εάν δεχτούμε άσχημα αγγίγματα ή αγγίγματα που μπερδεύουν (ακολουθούμε τους κανόνες σωματικής ασφάλειας). Έχουμε επίσης μάθει σχετικά με τα καλά και άσχημα μυστικά. Εάν κάποιος μας πει ένα άσχημο μυστικό, το οποίο μας κάνει να αισθανόμαστε άβολα να το κρατήσουμε καθώς κάποιος μπορεί να πληγωθεί, πρέπει να το πούμε σε ενήλικα που εμπιστευόμαστε.

Έχουμε επίσης μάθει για τον «Κίνδυνο από Αγνώστους» Γνωρίζουμε ότι είναι σημαντικό να λέμε «ΟΧΙ», να τρέχουμε προς ένα ασφαλές μέρος, και να μιλάμε σε έναν ενήλικα αν κάποιος άγνωστος μας προσεγγίσει και μας ζητήσει να πάμε κάπου μαζί του ή να κάνουμε κάτι που μας κάνει να νιώθουμε άβολα.

Μιλήσαμε σχετικά με την κακοποίηση, την παραμέληση και τη σεξουαλική παρενόχληση και τι να κάνουμε εάν συμβεί σε εμάς ή κάποιον που ξέρουμε.

Τώρα είναι καιρός να μάθουμε πώς να είμαστε ασφαλείς στον «συνδεδεμένο κόσμο».

Διαφάνεια 3



Ο συνδεδεμένος κόσμος είναι σαν τον υπόλοιπο κόσμο, φτιαγμένος από μια μεγάλη ποικιλία ανθρώπων.

Διαφάνεια 4

Οι περισσότεροι άνθρωποι που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο είναι αξιοπρεπείς και αξιόπιστοι, όμως μερικοί μπορεί να είναι κακοί, αγενείς, προσβλητικοί και να έχουν εγκληματική πρόθεση.

Διαφάνεια 5

Το διαδίκτυο δεν είναι ο εχθρός. Θυμήσου όλους τους ιστότοπους του διαδικτύου που μοιράστηκες μαζί μας στην αρχή του μαθήματος και σου αρέσει να επισκέπτεσαι. Σκέψου όλα τα θετικά που μπορούμε να κάνουμε με το διαδίκτυο:

- να παίζεις παιχνίδια
- να βλέπεις βίντεο
- να βρίσκεις πληροφορίες
 - σε εγκυκλοπαίδειες (επιστημονικές)
 - σε λεξικά
 - σε επιστημονικά έργα
 - σε χάρτες (να βρεις το σπίτι ενός φίλου)
 - σε βιβλία
 - πώς να... (κάνεις φιγούρες skateboard, ανακυκλώνεις, διακοσμείς το δωμάτιό σου κλπ.)
- να διαβάσεις κριτικές (ταινίας, παιχνιδιών, βιβλίου κλπ)
 - να μιλάς με φίλους και οικογένεια (άμεσο μήνυμα, ηλεκτρονικό ταχυδρομείο)

Διαφάνεια 6



Ας εξετάσουμε, τώρα, ορισμένους σημαντικούς κανόνες ασφαλείας χρήσης του διαδικτύου.

Διαφάνεια 7

ΠΟΤΕ μη δίνεις προσωπικές πληροφορίες στο διαδίκτυο:

όνομα,

διεύθυνση,

νούμερο τηλεφώνου ή κινητού,

όνομα ή τοποθεσία του σχολείου σου,

φωτογραφία σου

Αυτές οι πληροφορίες θα μπορούσαν να βοηθήσουν έναν ξένο να ανακαλύψει ποιος είσαι και πού μένεις

Διαφάνεια 8

Μην πιστεύεις ότι αυτοί με τους οποίους μιλάς διαδικτυακά είναι πράγματι αυτοί που σου είπαν ότι είναι . Μερικοί λένε ψέματα για την ταυτότητα τους στο διαδίκτυο έχοντας σκοπό να σε προσεγγίσουν. Μπορεί να σου πουν ότι είναι στην ηλικία σου, συγγενείς σου ή φίλοι με τους φίλους σου με σκοπό να σε κάνουν να τους εμπιστευτείς.

Ποτέ σου μην συναντηθείς με κάποιον που γνώρισες μέσω διαδικτύου!

Διαφάνεια 9



Ένας διαδικτυακός θηρευτής είναι αυτός που μέσω διαδικτύου θέλει να κερδίσει την εμπιστοσύνη σου με το να γίνει φίλος σου. Σκοπός τους είναι να σε συναντήσουν. Θυμάσαι τον «Κίνδυνο από Αγνώστους»; Δεν είναι διαφορετικό ή λιγότερο σοβαρό όταν ένας άγνωστος επικοινωνεί μαζί σου διαδικτυακά

Διαφάνεια 10

Μίλα σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεσαι εάν νιώθεις άβολα με κάτι που είδες στο διαδίκτυο. Δείξε τους την εικόνα, το μήνυμα ή τη σελίδα που σε έκανε να αισθανθείς άβολα.

Διαφάνεια 11

Όπως δε μοιραζόμαστε τους αριθμούς κλειδαριών, έτσι δε δίνουμε τους κωδικούς μας. Οι φίλιες αλλάζουν. Οι φίλοι που εμπιστεύεσαι τώρα μπορεί να μην είναι φίλοι σου στο μέλλον, οπότε μη μοιράζεσαι τους κωδικούς σου. Οι άνθρωποι κάνουνε πράγματα από θυμό και πληγώνουν τα αισθήματα. Υπάρχουν νόμοι κατά της αποστολής αγενών ή κακόβουλων σχολίων σε άλλους μέσω μηνυμάτων κειμένου ή διαδικτυακά με μηνύματα, χώρους συζήτησης, σελίδες δικτύωσης ή άλλες ιστοσελίδες .

Διαφάνεια 12

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι ένα είδος εκφοβισμού που γίνεται με ηλεκτρονικές συσκευές. Θεωρείται διαδικτυακή παρενόχληση. Αυτού του τύπου η παρενόχληση γίνεται όλο και περισσότερο κυρίαρχη, μπορεί να γίνεται όλο το 24ωρο μέσω μηνυμάτων κειμένου, κινητών τηλεφώνων, δικτυακών χώρων συζήτησης, άμεσων μηνυμάτων, ηλεκτρονικών μηνυμάτων, πινάκων ανακοινώσεων του διαδικτύου.

Διαφάνεια 13



Από τη στιγμή που πράγματα (φωτογραφίες, μηνύματα προς άλλους, αναρτήσεις σε blog) αναρτηθούν στο δίκτυο, ο καθένας μπορεί να τα κατεβάσει (αντιγράψει), κρατήσει, τροποποιήσει ή να τα αναδιανέμει.

Διαφάνεια 14

Θυμήσου ότι το δίκτυο θα έπρεπε να είναι ένα διασκεδαστικό, συναρπαστικό μέρος πρόσβασης σε πληροφορίες, επαφής με άλλους και εκμάθησης νέων πραγμάτων. Είναι σημαντικό να ακολουθούμε τους κανόνες ασφαλείας του διαδικτύου και να μιλάμε σε έναν ενήλικα που εμπιστευόμαστε εάν κάτι που βλέπουμε στο δίκτυο ή κάποιος που μιλάμε μαζί του μας κάνει να νιώθουμε άβολα ή ανασφαλείς.

Διαφάνεια 15

Διευθύνσεις από ηλεκτρονικά σάιτ για βοήθεια στο διαδίκτυο

safeLine

Helpline (saferinternet)

SaferInternet4kids.gr

11188 Υποδιεύθυνση Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος

Πρωτοβουλία για το Παιδί- Κέντρο Αναφοράς 23310-23700



Ασφάλεια στο Διαδίκτυο- Λεξιλόγιο

Internet: Παγκόσμιο δίκτυο συνδεδεμένων υπολογιστών

Instant Messaging: Στιγμιαία αποστολή μηνυμάτων σε άλλους μέσα από τις κατάλληλες εφαρμογές

Chat Room: «Χώρος» συνομιλίας με άλλους μέσα από αποστολή στιγμιαίων μηνυμάτων

E-mail: Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

SPAM: Άχρηστη αλληλογραφία-Μην την ανοίξεις!

Διαδικτυακός Θύτης: Κάποιος με εγκληματική πρόθεση που χρησιμοποιεί τα ηλεκτρονικά μέσα για να γνωρίσει άλλα άτομα

Ηλεκτρονικός Εκφοβισμός: Κάποιος παρενοχλεί άλλους μέσα από αποστολή μηνυμάτων με ηλεκτρονικά μέσα (υπολογιστής, τηλέφωνο, ηλεκτρονικό ταχυδρομείο)



Φύλλο Εργασίας Ε΄ Δημοτικού – Μάθημα 3^ο - Επισκόπηση Ασφάλειας στο Διαδίκτυο

Όνομα _____

1) Αντιστοίχιση

Διαδίκτυο	Άχρηστη αλληλογραφία-Μην την ανοίξεις!
Instant Messaging (IM)	«Χώρος» συνομιλίας με άλλους μέσα από αποστολή στιγμιαίων μηνυμάτων
Chat Room	☐ Ποτέ μη δίνεις προσωπικές πληροφορίες
E-mail	☐ Ποτέ μη συναντήσεις κάποιον που γνώρισες διαδικτυακά
SPAM	☐ Μίλησε σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι για οτιδήποτε περίεργο δεις στο διαδίκτυο
Διαδικτυακός θύτης	Παγκόσμιο δίκτυο συνδεδεμένων υπολογιστών
Ηλεκτρονικός Εκφοβισμός	Κάποιος με εγκληματική πρόθεση που χρησιμοποιεί τα ηλεκτρονικά μέσα για να γνωρίσει άλλα άτομα
Κανόνες Ασφάλειας Διαδικτύου	Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο Στιγμιαία αποστολή μηνυμάτων σε άλλους μέσα από τις κατάλληλες εφαρμογές Κάποιος παρενοχλεί άλλους μέσα από αποστολή μηνυμάτων με ηλεκτρονικά μέσα (υπολογιστής, τηλέφωνο, ηλεκτρονικό ταχυδρομείο)



2) Ποια είναι τα πέντε πράγματα που δεν πρέπει ποτέ να μοιράζεσαι με άλλους στον υπολογιστή;

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

3) Τί θα πρέπει να κάνεις αν δεις κάτι στο διαδίκτυο που σε κάνει να αισθανθείς άβολα;

4) Πότε δεν υπάρχει πρόβλημα να βρεθείς από κοντά με κάποιον που γνώρισες διαδικτυακά;



Αξιολόγηση του προγράμματος Σωματικής Ασφάλειας από εκπαιδευτικό (για όλες τις τάξεις)

Όνομα Εκπαιδευτικού

Σχολείο

Τάξη

Συμφωνώ πολύ	Διαφωνώ πολύ
1) Οι δραστηριότητες ήταν σαφείς και απλές στην υλοποίησή τους.	
1 2 3 4	
2) Οι δραστηριότητες παρείχαν ευκαιρίες εκμάθησης για όλους τους μαθητές όλων των γνωστικών επιπέδων	
1 2 3 4	
3) Ο σύμβουλος και το υλικό προς τους μαθητές ήταν υποστηρικτικό και βοηθητικό στην εφαρμογή του προγράμματος.	
1 2 3 4	
4) Σφαιρικά, βρήκα το πρόγραμμα φιλικό ως προς τη χρήση του και υποστηρικτικό.	
1 2 3 4	
5) Προβείτε ελεύθερα σε προτάσεις που θεωρείτε ότι θα βελτιώσουν το πρόγραμμα.	
1 2 3 4	



Ιστορίες Α΄ Δημοτικού προς προβληματισμό και συζήτηση:

Το πρόβλημα της Αθηνάς

Στην Αθηνά αρέσει πολύ το ποδόσφαιρο και εξασκείται σε αυτό με τους φίλους της. Διασκεδάζει να τρέχει και να δίνει πάσες με τη μπάλα. Είναι ακόμα καλύτερα όταν βάζει γκολ! Ωστόσο, υπήρξε ένα διάστημα που δεν της άρεσε το ποδόσφαιρο.

Στην αρχή της χρονιάς είχε ένα πρόβλημα με την προπονήτρια, την κυρία Κατερίνα. Κάθε φορά που η Αθηνά έβαζε γκολ, η κυρία Κατερίνα έτρεχε να την πάρει αγκαλιά και να τη στριφογυρίσει ολόγυρα. Έκανε την Αθηνά να νιώθει περίεργα μέσα της, και δεν ήξερε τί να κάνει. Κάποια μέρα στο σχολείο ήρθε να τους μιλήσει μια κυρία για τη σωματική ασφάλεια. Η κυρία τους έμαθε τις διαφορές μεταξύ αγγιγμάτων, καλών, άσχημων και αγγιγμάτων που σε μπερδεύουν και τους κανόνες Σωματικής Ασφάλειας: Πες «ΟΧΙ» δυνατά και καθαρά, τρέξε μακριά προς ένα ασφαλές μέρος, μίλησε σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι. Τότε η Αθηνά σκέφτηκε το πρόβλημα που είχε με την κα Κατερίνα όμως φοβόταν να πάει να της μιλήσει και για το λόγο αυτό αποφάσισε να μιλήσει στη μητέρα της. Μετά το βραδινό και ενώ βοηθούσε με το πλύσιμο των πιάτων είπε στη μητέρα της πως δεν ήθελε να ξαναπαίξει ποδόσφαιρο με τη σχολική ομάδα. Η μαμά της την κοίταξε ξαφνιασμένη γιατί ήξερε πόσο άρεσε στην Αθηνά το ποδόσφαιρο. Στη συνέχεια της είπε: «Αθηνά ξέρω πόσο σου αρέσει το ποδόσφαιρο, οπότε τί έχει συμβεί;»

Η Αθηνά της απάντησε: «Έχω ένα πρόβλημα με την κυρία Κατερίνα. Έρχεται και με αγκαλιάζει με δύναμη και με στριφογυρίζει κάθε φορά που βάζω γκολ. Δε μου αρέσει καθόλου».

Η μαμά της Αθηνάς την άκουσε προσεκτικά και θέλησε να τη βοηθήσει. Της είπε: «Θα βρούμε τη λύση μαζί. Η κυρία Κατερίνα είναι καλή και μάλλον δεν καταλαβαίνει ότι αυτό που κάνει σε ενοχλεί. Ωστόσο, κανείς δεν έχει το δικαίωμα να σε αγγίζει ή να σε



κρατάει όταν εσύ αισθάνεσαι άβολα. Το σώμα σου σου ανήκει. Θα πρέπει να μιλήσουμε στην κυρία Κατερίνα για το πώς αισθάνεσαι».

«Μα μαμά, η κυρία Κατερίνα είναι μεγάλη. Δε μπορώ να πάω να της μιλήσω μόνη μου».

«Θα πάμε λίγο πιο νωρίς στην προπόνηση και θα σε βοηθήσω να της εξηγήσεις, εντάξει;», είπε η μαμά της Αθηνάς.

Η Αθηνά ήταν νευρική κατά τη διαδρομή μέχρι την προπόνηση γιατί σκεφτόταν πώς θα αντιδράσει η κυρία Κατερίνα. Όταν βγήκαν από το αυτοκίνητο, η μητέρα της την κοίταξε καθησυχαστικά, της έπιασε το χέρι και της είπε πως όλα θα πάνε καλά. Η κυρία Κατερίνα τις είδε και τους χαμογέλασε.

«Ήρθατε νωρίς!» τους είπε. Η μαμά της Αθηνάς της εξήγησε πως υπήρχε κάτι που θα ήθελαν να συζητήσουν μαζί της. Ξεκίνησε εκείνη λέγοντας:

« Η Αθηνά λατρεύει το ποδόσφαιρο, αλλά αισθάνεται άβολα κάθε φορά που την αγκαλιάζετε σφιχτά και τη στριφογυρνάτε όταν βάζει γκολ».

Η κυρία Κατερίνα ξαφνιάστηκε και αμέσως είπε: «Λυπάμαι, πραγματικά! Δεν κατάλαβα ότι σε ενοχλούσε Αθηνά. Ενθουσιάζομαι γιατί δουλεύεις πολύ σκληρά και έχεις βελτιωθεί. Χαίρομαι που μου το είπες και θα προσπαθήσω να μη σε κάνω να αισθανθείς άβολα ξανά».

Η Αθηνά τα έχασε. «Ήταν πιο εύκολο από ό,τι περίμενα». Χάρηκε που είχε μιλήσει στη μαμά της κι εκείνη στην κυρία Κατερίνα. Η μαμά της έμεινε και παρακολούθησε την προπόνηση και διαρκώς την ενθάρρυνε. Τώρα η Αθηνά μπορούσε να χαρεί το παιχνίδι.



Την επόμενη φορά που είδε τη σύμβουλο που τους είχε μιλήσει για τους κανόνες ασφαλείας, πήγε και της είπε πως την είχε βοηθήσει. Ήταν περήφανη που έμαθε τους κανόνες και ήξερε πια πώς να κρατά τον εαυτό της ασφαλή όταν είχε κάποιο ανάλογο πρόβλημα. Ευχαρίστησε τη σύμβουλο και βγήκε χαρούμενη στην αυλή να βρει τους φίλους της και να παίξει ποδόσφαιρο!



Το μυστικό του Ζαχαρία

Γεια σας. Με λένε Ζαχαρία και πηγαίνω στη Γ τάξη του Δημοτικού. Μένω μαζί με τους γονείς μου και την αδερφή μου, την Ειρήνη που είναι 10 χρόνια μεγαλύτερή μου. Θέλω να σας πω μια ιστορία για κάτι που μου συνέβη λίγες μέρες πριν.

Οι γονείς μου έπρεπε να λείψουν το απόγευμα γιατί η γιαγιά μου ήταν άρρωστη και έπρεπε να πάει στο νοσοκομείο για εξετάσεις. Εγώ και η Ειρήνη θα μέναμε για λίγες ώρες μόνοι στο σπίτι και για να περάσουμε την ώρα μας ευχάριστα, η Ειρήνη πρότεινε να δούμε μαζί μια ταινία. Πρότεινε μάλιστα να πει και στον φίλο της τον Κώστα να έρθει να τη δει μαζί μας. Οι γονείς μου δεν έφεραν αντίρρηση και έτσι μέχρι να φύγουν εκείνοι, ήρθε ο Κώστας και καθίσαμε όλοι μαζί να δούμε την ταινία. Κάποια στιγμή η Ειρήνη σηκώθηκε και πήγε στην κουζίνα να φτιάξει ποπ-κορν. Έκλεισε και την πόρτα της κουζίνας για να μη μυρίσει όλο το σπίτι! Την ώρα εκείνη ο Κώστας ήρθε και έκατσε πιο κοντά μου και ακούμπησε το χέρι του στο πόδι μου. Αρχικά δε με πείραξε. Μετά από λίγο όμως άρχισε να με τσιμπάει, στην αρχή απαλά αλλά στη συνέχεια όλο και πιο δυνατά, καθώς έβλεπε ότι εγώ δεν αντιδρούσα. Κάποια στιγμή με πόνεσε πολύ και αντέδρασα. Του ζήτησα να σταματήσει να το κάνει. Εκείνος με κοίταξε κοροϊδευτικά και μου είπε πως φέρομαι σα μωρό. Απομακρύνθηκε από κοντά μου, αφού πρώτα μου είπε: «κοίτα να κάνεις παράπονα στην Ειρήνη πως σε πόνεσα! Μωρό, ε, μωρό!».

Σηκώθηκα και έφυγα. Πήγα στο δωμάτιό μου και περίμενα να ακούσω πότε θα φύγει ο Κώστας. Άκουσα τον Κώστα να λέει στην Ειρήνη πως βαρέθηκα και για το λόγο αυτό πήγα στο δωμάτιό μου να παίξω. Αναστατώθηκα ακόμη περισσότερο. Περίμενα πότε θα φύγει. Ευτυχώς, όταν τέλειωσε η ταινία, ο Κώστας έφυγε αμέσως. Η Ειρήνη τότε ήρθε να με βρει για να δει αν είμαι καλά. Με είδε αναστατωμένο και έκατσε δίπλα μου, ρωτώντας με τί έπαθα. Τότε βρήκα την ευκαιρία να της μιλήσω.



«Ειρήνη, θέλω να σου πω κάτι, αλλά φοβάμαι...», της είπα. «Από την άλλη, η μαμά λέει όταν με ενοχλεί κάτι να το λέω». «Γιατί το λες αυτό; Τι συνέβη;»

«Όση ώρα ήσουν στην κουζίνα, ο Κώστας ήρθε κοντά μου και άρχισε να με τσιμπάει, αρχικά σα να έπαιζε αλλά μετά άρχισε να με πονάει. Στο τέλος, με τσίμπησε πολύ δυνατά και φώναξα. Εκείνος με κορόιδεψε και μου είπε να μη φέρομαι σα μωρό. Με έκανε να αισθανθώ ακόμα πιο άσχημα. Και όταν γύρισες από τον κουζίνα και τον ρώτησες πού πήγα, σου είπε ότι βαρέθηκα και γι' αυτό έφυγα!».

Η Ειρήνη τον άκουσε προσεκτικά και στο τέλος του είπε: «Κοίτα, ξέρω πως ο Κώστας καμιά φορά πειράζει τους άλλους και δεν καταλαβαίνει πότε γίνεται ενοχλητικός. Ωστόσο, εσύ καλά έκανες και μου το είπες γιατί δεν πρέπει να αφήνεις κανένα να σε τσιμπάει, πολύ περισσότερο να σε πονάει. Ούτε είναι σωστό να κοροϊδεύει κάποιος το πώς αισθάνεσαι».

«Και συ τι θα κάνεις με τον Κώστα; Θα του μιλήσεις;»

«Θα του πω ότι ήταν λάθος του να σε πειράζει με αυτόν τον τρόπο και ότι δεν πρέπει να σε κοροϊδεύει. Έκανες καλά που μου μίλησες».

«Ευχαριστώ. Χαίρομαι που στο είπα τελικά. Αισθάνομαι καλύτερα και είναι ωραία να ξέρω ότι μπορώ να σου μιλήσω χωρίς να με παρεξηγείς».

«Έχω την ευθύνη να σε προσέχω όσο λείπουν οι γονείς μας, οπότε φταίω και εγώ και λυπάμαι που δεν πέρασες καλά» του είπε η Ειρήνη και του έκανε μια αγκαλιά.



Βιβλιογραφία

Finkelhor, D. and Strapko, N. (1992). Sexual abuse prevention education: A review of evaluation studies. In D.J. Willis, E.W. Holder, and M. Rosenberg (Eds.), *Prevention of child maltreatment: Developmental and ecological perspectives* (pp. 150-164). New York: John Wiley and Sons.

McKenzie Wood and Carol A. Archbold (2015). Bad Touches, Getting Away, and Never Keeping Secrets: Assessing Student Knowledge Retention of the “Red Flag Green Flag People” Program. *Journal of Interpersonal Violence*, Vol. 30 (17), p.2999– 3021

Tomback, Robert M., Revision – 2010. Personal body safety- Child Abuse and Neglect Prevention Curriculum.

Tutty, L. (1991). Child sexual abuse: A range of prevention options. In B. Thomlison & C. Bagley (Eds.). *Child sexual abuse: Expanding the research base on program and treatment outcomes* [Special issue]. *Journal of Child and Youth Care*, 23-41.