

«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

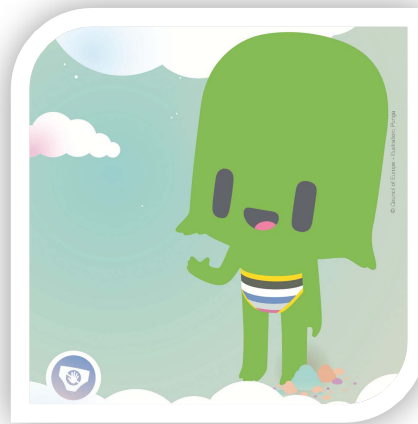
«Ο Κανόνας των Εσωρούχων»

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

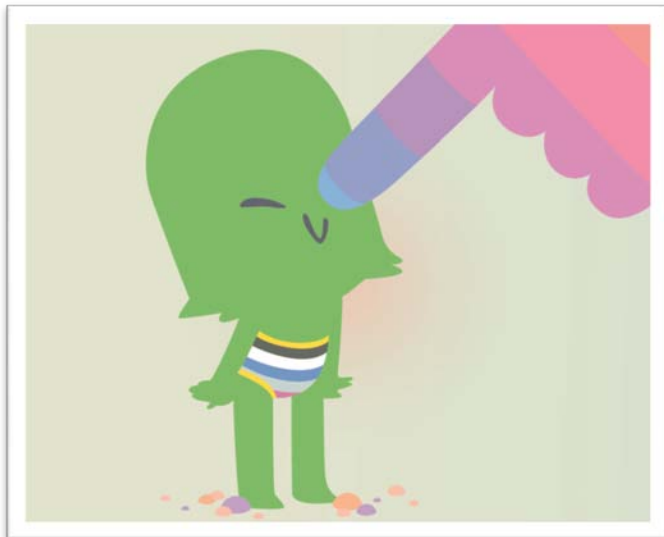
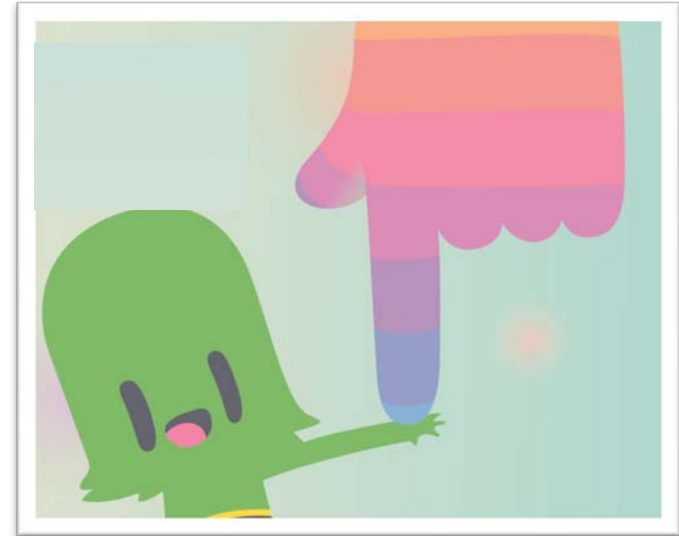
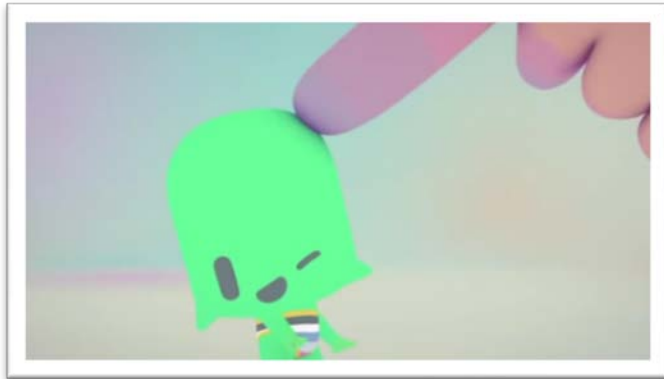




Ο Κανόνας του Εσώρουχου

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».

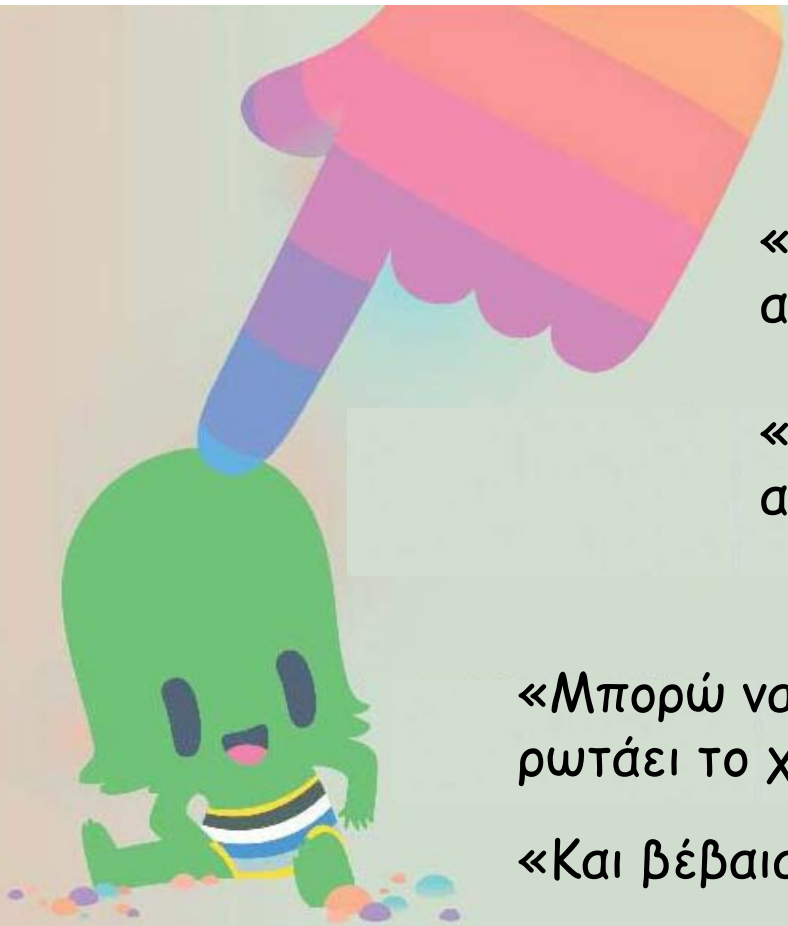
ΠΛΙΓΚ, ΠΛΟΓΚ, ΠΛΙΓΚ κάνει το πιάνο.



«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».



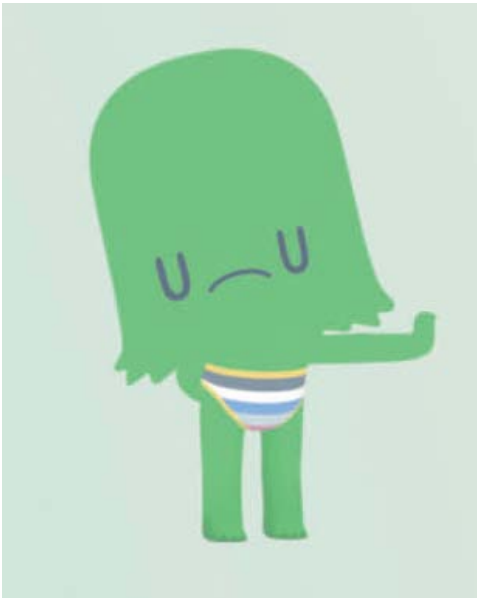
ZZZZZZZZ, αποκοιμήθηκε η Κίκο.

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.

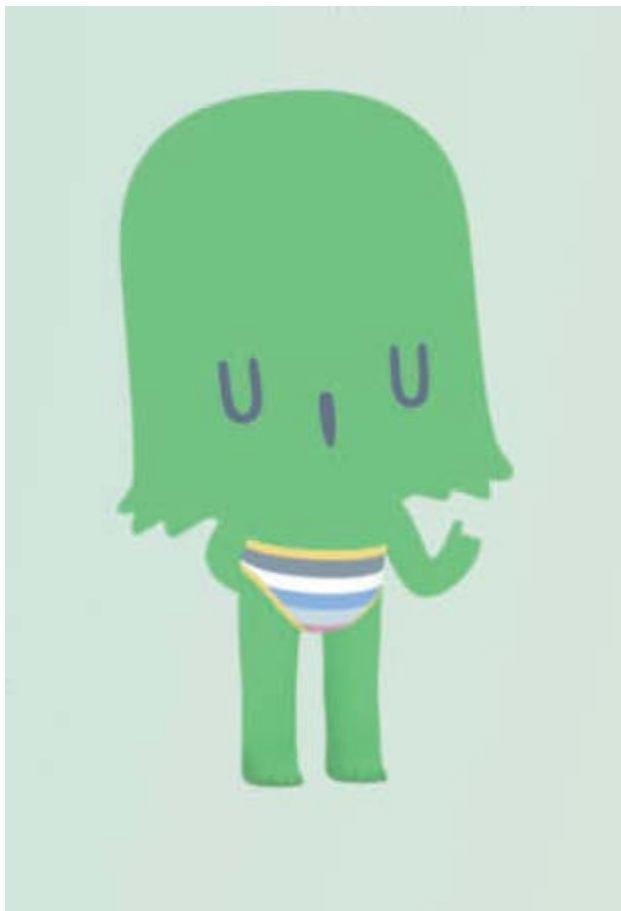
**Πάρτι έκπληξη
στη μαμά!**



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



Όχι μυστικά
που με
στενοχωρούν!



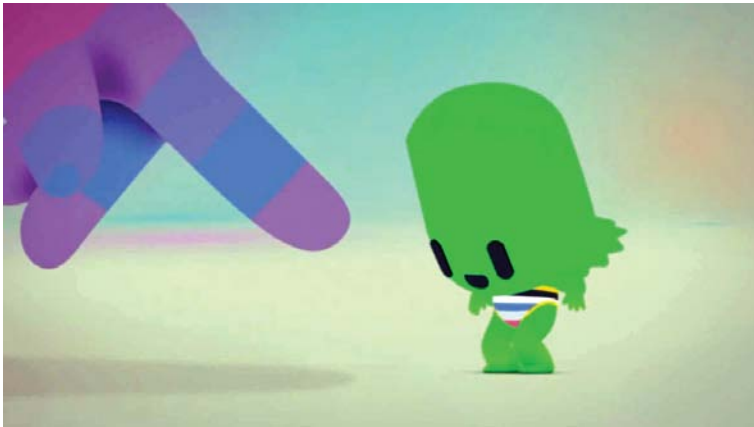
Και πρέπει
αμέσως να το πω
σε κάποιον μεγάλο
που εμπιστεύομαι!

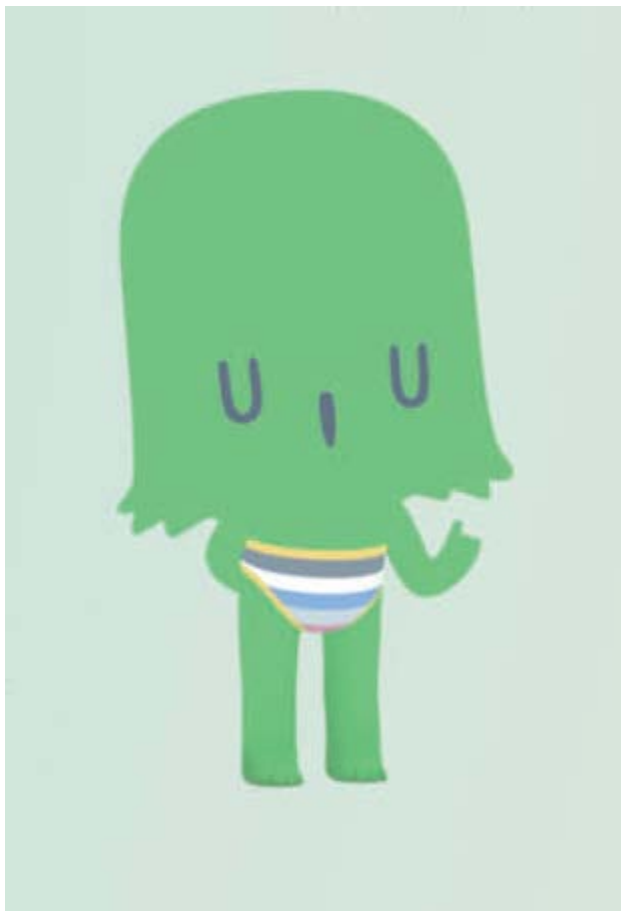
3. Καλό και κακό άγγιγμα

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.