

**Deliverable D2.1-Output Number 2:
DIALECT4 Needs assessment, guidelines
and toolkits for children (10-12)**

DIALEKT Priručnik

za decu od 10 do 12 godina

Iznad ciljeva: Priručnik za trenere i edukatore

DIALECT4

Širenje zajednica tolerancije kroz dijalog, uz pomoć fudbala, s posebnim fokusom na mlađu decu.

Broj projekta: 101184384

Finansira Evropska unija. Izraženi stavovi i mišljenja su, međutim, samo stavovi i mišljenja autora i ne odražavaju nužno stavove Evropske unije ili Evropske izvršne agencije za obrazovanje i kulturu (EACEA).
Ni Evropska unija ni EACEA ne mogu biti odgovorni za njih.

Sadržaj

O ovom alatu	1 -
Uvod: Izgradnja zajednica pripadnosti kroz fudbal	2 -
Deo 1: Olakšavanje socijalne inkluzije.....	4 -
Deo 2: Šta je fudbal3?.....	6 -
Ciljevi fudbala3.....	6 -
Igra 3 "polovine" - Struktura fudbala3	7 -
Pravila fudbal3	8 -
Bodovanje u fudbalu3.....	10 -
Evaluacija fudbal3 sesije	15 -
Deo 3: Unutar igre: Ključne uloge u fudbalu3	17 -
Treneri / edukatori	17 -
Igrači.....	23 -
Organizovanje Fudbal3 turnira i programa.....	24 -
Roditelji i staratelji	25 -
Deo 4: Korišćenje fudbala3 u borbi protiv rasizma, ksenofobija i isključenost	26 -
Deo 5: Aktivnosti za izgradnju inkluzije i razumevanja	28 -
Tema: Timski rad.....	34 -
Tema: Interkulturalna komunikacija.....	36 -
Tema: Različitost i pripadnost	38 -
Tema: Empatija i poštovanje prema drugom timu.....	40 -
Tema: Uključivanje/isključivanje	43 -
Tema: Samorefleksija	46 -
Tema: Prevazilaženje izazova i izgradnja upornosti	47 -
Tema: Anksioznost treninga	49 -
Tema: Upravljanje frustracijom i ljutnjom.....	51 -
Tema: Rešavanje sukoba.....	54 -
Tema: Rodno zasnovani stereotipi	58 -
DEO 6: Trening sa pažnjom: saveti, energija i uloga trenera	61 -
Zaključak	63 -
Prilozi	64 -
Aneks 1-Obrazac medijatora	64 -

Aneks 2-Otvorena pravila	- 65 -
Aneks 3- Kartice emocija	66
Aneks 4 - Obrazac "Hajde da razmislimo"	- 68 -
Aneks 5-Ljudski bingo	- 69 -
Aneks 6 - DRES radni list	- 70 -
Izvori.....	- 71 -
Priznanja.....	- 72 -
Izjava o odricanju od odgovornosti	- 72 -

O ovom alatu

Ovaj alat je dizajniran kao praktični vodič za trenere i edukatore koji rade sa decom uzrasta od 10 do 12 godina koristeći football3 metodologiju. Prilagođava osnovne ideje football3 kako bi odgovarale mlađim igračima, fokusirajući se na strategije koje odgovaraju uzrastu, pojednostavljeni jezik i razigrane načine za istraživanje važnih vrednosti kao što su timski rad, pravičnost i poštovanje.

Umesto da zameni originalne football3 materijale, ovaj vodič deluje kao komplementarni resurs. Oslanja se na temelje utvrđene u:

1. fudbal3 Priručniku za obuku

2. fudbal3 Priručnik

Kompletne dokumente i informacije mozete dobiti na
<https://dialectproject.eu/>

3. DIALECT Priručnik

Kompletne dokumente i informacije mozete dobiti na
https://dialectproject.eu/wp-content/uploads/2022/02/DIALECT_Integrated-Training-Toolkit.pdf

Treneri / edukatori se podstiču da koriste ovaj priručnik zajedno sa ovim resursima. Za dublju pozadinu, teoriju i napredne primene football3, pogledajte kompletne materijale, koji nude detaljna objašnjenja metodologije, obuke medijatora i tematske integracije.

Pored toga, uključili smo primere aktivnosti vezane za gore navedene društvene teme, nudeći zabavne i iskustvene načine za angažovanje dece. Ove aktivnosti su osmišljene da pomognu djeci da aktivno iskuse i razmisle o ovim vrednostima, čineći učenje ne samo smislenim, već i ugodnim. Korišćenjem igara i interaktivnih vežbi, deca mogu da se povežu sa temama na dubljem nivou dok se zabavljaju!

Uvod: Izgradnja zajednica pripadnosti kroz fudbal

Poslednjih godina mnoge zajednice širom Evrope doživele su društvene promene i izazove vezane za rastuću raznolikost. Ove smene, iako obogaćujuće, ponekad su praćene društvenim tenzijama i podjelama, posebno među mladima. Deca i mladi mogu biti izloženi negativnim porukama koje promovišu isključenost, netoleranciju ili čak mržnju, što ga čini još važnijim za negovanje razumevanja, empatije i inkluzije.

Projekti DIALECT istraživali su kako fudbal može biti moćan način da se razbiju barijere sa kojima se deca suočavaju. Kroz intervjue, ankete i fokus grupe sa decom, adolescentima, roditeljima, radnicima u zajednici i lokalnim liderima u Grčkoj, Mađarskoj, Italiji i Srbiji, saznali smo da fudbal ima moć da okupi različite grupe, posebno kada se rukovodi snažnim vrednostima kao što su fer-plej, poštovanje i timski rad.

Ovaj alat koristi to istraživanje kako bi trenerima / trenerima pružio jednostavne načine koji odgovaraju uzrastu:

- Podrška inkluziji i raznolikosti
- Razgovarajte o poštovanju i pripadnosti kroz igru
- Pomozite deci da formiraju veze između kultura

U ovom alatu istražićete kako se metodologija football3 može koristiti za stvaranje inkluzivnih prostora u kojima se svako dete oseća viđenim, vrednovanim i delom tima. Takođe ćete naći praktične načine za rešavanje tema kao što su rasizam, isključenost i stereotipi kroz igru.

Šta smo naučili: Uvidi iz našeg istraživanja

Pre nego što smo razvili ovaj priručnik, sprovedi smo primarno istraživanje sa trenerima / koučevima, mladim igračima i sportskim stručnjacima kako bismo bolje razumeli kako se fudbal3 može prilagoditi mlađoj deci. Ovi uvidi oblikovali su način na koji je ovaj priručnik napisan i vrste aktivnosti uključene. Evo snimka identifikovanih potreba i predloženih predloga da bolje odgovaraju starosnoj grupi od 10 do 12 godina, navedenim slučajnim redosledom.

Predlozi za prilagođavanje fudbala3 deci uzrasta od 10 do 12 godina

- **Fudbal3 bi trebalo da bude deo većeg procesa učenja.** Football3 ne treba posmatrati kao samostalnu sportsku aktivnost ili "samo igru", već treba da bude povezan sa širim obrazovnim i pedagoškim okvirima, pomažući deci da nauče o vrednostima kao što su poštovanje, empatija i inkluzija kroz svaki deo aktivnosti.

- **Deci je potrebna veća struktura i razigrano učenje.** Deca u ovoj starosnoj grupi dobro reaguju na jasne rutine i kreativne vizuelne alate. Metode kao što su vreme kruga, crteži, igranje uloga, kartice emocija smatraju se efikasnim u pomaganju deci da razmisle o sukobu, empatiji i inkluziji čineći koncepte opipljivijim tokom faza dogovora i razmišljanja.
- **Diskusija je i dalje moćna, ali mora biti kraća.** Kratke, zanimljive diskusije funkcionišu bolje od dugih razgovora. Kratki raspon pažnje dece u dobi od 10 do 12 godina, zahtevaju diskusije pre i posle utakmice da budu kratke i razigrane.
- **Neka bude zabavno, nije bitno samo pobediti.** Zabava mora biti na prvom mestu, tako da deca ne izgube interesovanje. Aktivnosti kao što su pripovedanje, izmišljanje novih pravila, korišćenje nekih kockica za nasumično biranje ko deli ili o kojoj temi da razgovaraju i kratke igre ili korišćenje metafora (npr. Pozivanje odbrane "našim domom") povećavaju motivaciju i osećaj vlasništva pomažući deci da ostanu angažovani i uspostave emocionalne veze.
- **Pozitivni uzori mogu pomoći.** Treneri su predložili korišćenje poznatih sportista i priča koje ističu vrednosti kao što su timski rad, radost i inkluzija. Kada deca vide da čak i vrhunski igrači brinu o poštovanju i fer-pleju, to pomaže da se ojača poruka da fudbal nije samo za pobedu.
- **Podržite inkluziju devojaka.** Imati žene u trenerskim ulogama viđeno je kao važan način promovisanja rodne ravnopravnosti. Kada devojke vide ženske uzore na terenu, verovatnije je da će se pridružiti i osetiti da je fudbal i za njih. Takođe šalje snažnu poruku svoj deci o pravičnosti i inkluziji.
- **Trenerima / koučevima je potrebna i podrška.** Mnogi su rekli da nemaju dovoljno vremena tokom aktivnosti ili im nedostaje specijalizovana obuka da u potpunosti vode reflektujuće delove fudbala³. Više podrške, alata i obuke pomoglo bi trenerima / koučevima da se osećaju sigurnije, posebno u pomaganju deci sa emocionalnim ili bihevioralnim izazovima, podržavajući njihov emocionalni i psihološki razvoj.
- **Male grupe i dugoročni angažman čine razliku.** Kada treneri / edukatori rade sa istom grupom dece tokom vremena, uticaj je jači. Poverenje se postepeno gradi i deca su otvorenija za učenje i razmišljanje.
- **Jasna pravila pomažu deci da se ponašaju bolje.** Deca su potrebne smernice o tome šta je u redu, a šta nije, na primer, ne ruganje drugima, izbegavanje psovanja i pokazivanje poštovanja. Postavljanje ovih očekivanja jasno od početka pomaže u stvaranju sigurnog i poštovanja prostora za sve.
- **Treneri / edukatori moraju da vode primerom.** Deca gledaju kako se treneri ponašaju. Kada treneri pokazuju poštovanje, pravičnost i mirno rešavanje sukoba, oni modeliraju osnovne životne veštine, a ne samo kako igrati igru.
- **Pomozite svoj deci da se osećaju uključeno.** Koristite strategije i razigrane alate kako biste podstakli ravnopravno učešće, posebno od tiše dece i pobrinite se da svi imaju glas, na primer, koristeći kockice da nasumično izaberete ko govori ili o kojoj temi će razgovarati.

- **Uključivanje roditelja.** Porodice igraju veliku ulogu u oblikovanju stavova dece. U nekim slučajevima, roditelji ometaju očekivani uticaj, posebno u zajednicama u kojima i dalje postoje jake predrasude. Podrška roditeljima da shvate o čemu se radi i zašto je važno, mogla bi napraviti veliku razliku u jačanju vrednosti koje se uče na terenu.

Deo 1: Olakšavanje socijalne inkluzije

Fudbal kao sredstvo za socijalnu inkluziju

Fudbal je moćno sredstvo za okupljanje ljudi. Ona prelazi jezik, pozadinu i granice, stvarajući prostor u kojem svako može da se igra, poveže i oseća da pripada. Širom sveta, deca bez obzira na njihovu kulturu, religiju, pol, sposobnost ili ekonomsku pozadinu igraju fudbal. To čini sport prirodnim prostorom za podučavanje poštovanja, jednakosti i inkluzije.

Deca i mladi koji se presele u novu zemlju često se suočavaju sa velikim izazovima, kao što su učenje novog jezika, pronalaženje prijatelja i prilagođavanje nepoznatim običajima. Mnogi takođe doživljavaju isključenje, nesporazum ili čak nepravedan tretman zbog svog porekla, religije ili izgleda. Ovi izazovi mogu se pojaviti na terenu baš kao i u svakodnevnom životu, kada se deca ne osećaju dobrodošlo, izostavljena su ili se tretiraju drugačije.

Za decu koja su nova u zemlji ili zajednici, fudbal može ponuditi siguran prostor za povezivanje sa drugima i sklapanje prijateljstava, kako bi povećali svoje samopouzdanje i blagostanje i otvorili vrata novom učenju i mogućnostima. Kada deca igraju u mešovitim timovima sa decom iz različitih kultura, jezika ili porekla, oni formiraju prijateljstva koja razbijaju predrasude. Jednostavna dela, kao što su rukovanje nakon utakmice ili navijanje za oba tima, pomažu u izgradnji empatije i osećaja pripadnosti.

Na terenu, deca takođe uče da rade kao tim, rešavaju probleme i podržavaju jedni druge, bez obzira na njihovo poreklo. Teškoće igre često odražavaju stvarni život, što čini fudbal idealnim okruženjem za podučavanje vrednosti kao što su poštovanje, tolerancija, timski rad i pravičnost.

Koristeći fudbal³, treneri / edukatori mogu aktivno stvoriti inkluzivno okruženje u kojem sva deca razumeju perspektive jedni drugih, uče o pravednosti i podržavaju jedni druge kao jednaki. fudbal³ podstiče timski rad i daje deci ne samo šansu da igraju, već i šansu da rastu zajedno, nauče da slušaju druge i zalažu se za ono što je ispravno, kako na terenu, tako i van njega.

Stvaranje socijalne inkluzije znači prepoznavanje da se neka deca mogu suočiti sa izazovima na osnovu toga odakle dolaze, jezika koji govore, njihovog izgleda ili životnih okolnosti. Kao treneri / edukatori i medijatori, možete voditi primer koristeći fudbal da proslavite različitost i pomognete svakom detetu da se oseća kao da pripada timu.

Savet treneru: Zapamtite, teren je više nego samo teren. To je mesto gde mladi ljudi

mogu da nauče kako da žive i rastu zajedno. Svako dete ima nešto da donese timu. Kroz fudbal, možemo im pomoći da to vide i vide jedni druge.

Kao što je izrazila F.N., 15-godišnja devojka iz Pakistana koja je igrala fudbal 3 4 godine: *"Nije bitno odakle ste ili vaše poreklo ... Svi smo isti, sve dok možemo da radimo zajedno i poštujemo naše razlike kako bismo stvorili svet bez maltretiranja."*

Prepoznavanje i rešavanje rasističkog, diskriminatornog i ksenofobičnog ponašanja

Kao trener koji radi sa mladim igračima, važno je razumeti kako se rasizam, diskriminacija i ksenofobija mogu pojaviti na očigledne i suptilne načine:

- Ova ponašanja su često usmerena na pojedince na osnovu njihove rase, etničke pripadnosti, religije ili nacionalnosti.
- Ova ponašanja se mogu javiti kroz nepravedne politike (kao što su nejednake mogućnosti zapošljavanja) ili kroz svakodnevne radnje (kao što je isključivanje nekoga ili odbijanje usluge).
- Ksenofobija, strah ili mržnja prema strancima takođe se pojavljuju u štetnim stereotipima, nepravednom tretmanu migranata / izbeglica i pristrasnim sistemima.
- Čak i društveni mediji doprinose problemu širenjem mržnje ili normalizacijom štetnih stavova.

Zašto je to važno u sportu: Deca mogu da odražavaju predrasude koje vide oko sebe. Kada se diskriminatorno ponašanje normalizuje, ono može eskalirati od pristrasnih šala ili isključenja do ozbiljnije štete.

Vaša uloga kao trenera:

- Stvorite inkluzivnu i poštovanu timsku kulturu.
- Intervenirati kada primetite nepravedno ili isključivo ponašanje.
- Koristite treću polovinu fudbala 3 da vodite otvorene razgovore o pravičnosti, poštovanju i raznolikosti.

Aktivnim promovisanjem jednakosti, empatije i kritičkog razmišljanja, treneri / edukatori mogu pomoći u oblikovanju generacije igrača koji izazivaju diskriminaciju, a ne doprinose tome.

Pitanja za razmišljanje trenera

Razmislite o igračima u vašem timu.

- Ko bi se mogao osećati kao autsajder ili manje samouveren?
- Koju malu akciju možete da preduzmete ove nedelje da bi se osećali više uključeni na terenu i van njega?

Inkluzija počinje sa primećivanjem.

Podsetnik trenera:

Inkluzija znači da se svako dete oseća viđeno, vrednovano i kao deo igre. Postavljate ton, modelirate poštovanje, slavite trud i stvarate prostor za sve da pripadaju.

Deo 2: Šta je fudbal3?

Fudbal 3 je jedinstven pristup koji koristi fudbal ne samo kao sport, već i kao moćno sredstvo za angažovanje, obrazovanje i osnaživanje mladih ljudi. Ona prevazilazi samu igru rešavanjem važnih društvenih pitanja kao što su inkluzija, jednakost, rodna ravnopravnost i izgradnja mira. Kroz aktivno učešće, mladi igrači uče da preuzmu odgovornost za svoje postupke, efikasno komuniciraju i tretiraju druge sa pravičnošću i poštovanjem. Metodologija im takođe pomaže da razviju osnovne životne veštine kao što su timski rad, empatija i rešavanje problema, sve kritično za uspeh u današnjem svetu. Svaki meč je strukturiran i uključuje pravila fer-pleja i vreme za razmišljanje, tako da igrači nauče važne vrednosti i tokom i posle utakmice.

Ciljevi fudbala3

Glavni cilj metodologije fudbala3 je da nauči važne životne veštine i pomogne mladim ljudima da postanu lideri u svojim zajednicama. Fokusira se na podsticanje otvorenog razgovora i mirno rešavanje sukoba. Kroz fudbal3, igrači i medijatori mogu lično rasti i steći vredne veštine, kao što su:

- Bolja komunikacija i donošenje odluka
- Poboľšane veštine u rešavanju sukoba i pomaganju drugima da se slažu
- Liderske i facilitacijske sposobnosti
- Aktivnije učešće u zajednici
- Veće poštovanje devojaka i žena i razumevanje rodne ravnopravnosti
- Jaća spremnost da se uključe svi, bez obzira na pol, sposobnost, starost ili poreklo
- Źelja da bude pozitivan uzor drugima
- Dublje razumevanje pravičnosti, odgovornosti i poštovanja
- Povećano samopouzdanje i otpornost
- Osećaj pripadnosti i povezanosti sa vršnjacima

Kako objasniti deci zašto je fudbal3 stvoren

Kada objašnjavate deci zašto je fudbal3 stvoren, neka bude jednostavan i fokusiran na pozitivan uticaj koji ima. Može se reći da je fudbal3 dizajniran da pomogne deci:

- Govorite u grupama
- Slušajte druge

- Rešavajte probleme zajedno
- Saznajte više o pravičnosti, poštovanju i inkluziji

To je više od igre, to je način da se izgradi bolja zajednica.

Na primer, možete reći:

"Fudbal3 nije samo igranje fudbala, već i učenje kako da radimo zajedno, pokazujemo poštovanje i rešavamo probleme kao tim. Pomaže vam da rastete, izgradite samopouzdanje i postanete lider koji vašu zajednicu može učiniti boljim mestom!"

Savet trenerima: Koristite fudbal3 da razgovaraju o stvarnim životnim vrednostima, kao šta da rade kada je neko izostavljen, ili kako da reši problem mirno.

Igra 3 "polovine" - Struktura fudbala3

Svaki fudbal3 meč se sastoji od **tri dela**, zato se zove *fudbal3*:

1. Prvo poluvreme: diskusija pre utakmice

Oba tima sede zajedno u krug, a pridružuje im se trener ili medijator.

- Igrači se slažu o pravilima koja žele da prate na današnjoj utakmici.
- Pravila su dizajnirana da promovišu važne vrednosti (timski rad, poštovanje itd.).
- Obučeni medijator * olakšava diskusiju i koristi obrazac medijatora da dokumentuje pravila dogovorena od strane igrača.

**Pogledajte više o ulozi medijatora na strani 21 i odgovarajućem obrascu u ANEKSU 1*

2. Drugo poluvreme: fudbalska utakmica

Fudbal3 metodologija je inspirisana uličnim fudbalom i kao rezultat toga, oni dele mnoge zajedničke karakteristike:

- Uključite manje timove (npr. 5-7 igrača po strani)
- Kratko trajanje utakmica (15-20 minuta)
- Mali ili često improvizovani tereni (fudbalski tereni, ulice, parkovi itd.)

- Mešoviti timovi (pol, kulturna pozadina)
- Nema sudija
- Igrači preuzimaju kolektivnu odgovornost za igru

Tokom meča, igrači treba da zapamte da igraju po pravilima koja su dogovorili ranije u 1. poluvremenu.

U ovom delu fudbala3, uloga medijatora / trenera je:

- Nadgledajte igru
- Intervenirati samo ako igrači ne mogu sami da reše spor
- Posmatrajte i zabeležite na obrascu medijatora da li igrači poštuju pravila i pokazuju fer-plej.

3. Treće poluvreme: diskusija posle meča

Posle meča, trener / medijator okuplja oba tima tako da igrači mogu:

- Razmislite o igri i podelite svoje misli i osećanja
- Procenite koliko su dobro pratili pravila
- Dajte fer plej poene i svom timu i svojim protivnicima

Tokom trećeg poluvremena, trener / medijator:

- Olakšava diskusiju
- Osigurava da su svi poštjeni i odgovorni prilikom davanja poena
- Uzima beleške o rezultatima koje predlažu igrači
- Izračunava ukupan broj bodova svakog tima dodavanjem fer-plej poena i meč poena koristeći formu medijatora

Pravila fudbal3

Ne postoji samo jedan način da se igra fudbal3. Organizacije koje koriste fudbal3 metodologiju širom sveta prilagodile su pravila svojim specifičnim potrebama i lokalnim kontekstima. Možete učiniti svoj program edukativnijim i uticajnijim prilagođavanjem pravila kako biste podržali svoje uloge, kao što je promovisanje ženskog učešća ili podsticanje inkluzije među učesnicima iz različitih sredina. Samo se pobrinite da svaka adaptacija ostane usklađena sa osnovnim principima fudbal3 metodologije: format tri

polovine, mali i mešoviti rodni timovi, kraće utakmice na manjim terenima, i imaju medijatore umesto sudija.

Fiksna i otvorena pravila

Fudbal3 ima specifičan sistem pravila koji se razlikuje od konvencionalnog fudbala. Postoje dve vrste pravila: fiksna pravila i otvorena pravila. Fiksna pravila su osnovna pravila koja važe za svaku igru, kao što su koliko igrača ima u svakom timu, veličina terena i trajanje meča. Ova pravila ostaju ista u svim utakmicama i pomažu da igra bude organizovana i fer. Otvorena pravila, s druge strane, su fleksibilna i kreirana od strane samih igrača pre početka utakmice. To može uključivati stvari kao što su kako proslaviti ciljeve, kako se nositi sa prekršajima ili kako pokazati poštovanje.

Fiksna pravila

Ona su uvek ista, postavljena od strane organizatora.

Kao trener, izaberite fiksna pravila na početku fudbal3 meča ili turnira i primenite ih u svakom meču. U kontekstu turnira, neki primeri fiksnih pravila mogu biti:

1. Klizni napadi i uvredljiv jezik nisu dozvoljeni.
2. Utakmice se igraju *pet-a-side* i traju 12 minuta svaka.
3. Broj devojčica i dečaka na terenu mora biti jednak.
4. Ako igrač padne, drugi bi trebalo da im pomognu da se vrati.
5. Igrači mogu biti zamenjeni bez ikakvog ograničenja.
6. Ofsajd pravilo se ne primenjuje.

Preporuka trenera:

Ako radite sa timom na duži rok koristeći fudbal3 metodologiju, fiksna pravila mogu poslužiti kao "ugovor" tima.

Primeri:

1. Slušamo jedni druge i poštujemo svačije mišljenje.
2. Stižemo na vreme za utakmice i treninge.
3. Tokom treninga nisu dozvoljeni pametni telefoni.
4. Ne tolerišemo maltretiranje ili diskriminaciju bilo koje vrste.
5. Igramo iskreno i ne varamo, čak i ako možemo da se izvučemo sa tim.

Napomena treneru: Ohrabrite decu da glasaju o pravilu za koje veruju da je najvažnije i objasnite zašto. To je sjajan način da započnete smislenu diskusiju.

Otvorena pravila

Ona su zabavna i fleksibilna. Deca odlučuju o njima zajedno pre svakog treninga ili utakmice. Otvorena pravila uče poštovanju, jednakosti i kreativnosti.

Primeri:

- Svi se pridružuju slavlju kad god se postigne gol.
- Golovi moraju biti postignuti naizmenično od strane dečaka i devojčica.
- Gol se može postići samo nakon završetka određenog broja prolaza.
- Oba tima slave svaki gol, bez obzira koji tim postigne gol.
- Postoje tri opcije za pravilo golmana: fiksni golman, bez golmana uopšte, ili dozvoljavajući samo poslednjem braniocu da koristi svoje ruke unutar kaznenog prostora.
- Dozvoljeni su samo prolazi koji se igraju duž terena. Nema lopti iznad visine struka.

Savet treneru: Imajte vizuelnu listu otvorenih pravila koja deca mogu da biraju. (Aneks 2 - Otvorena pravila).

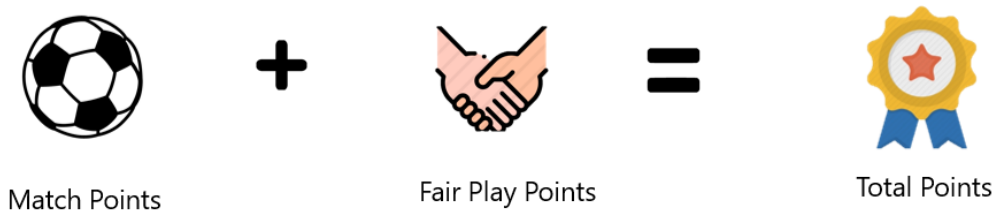
Bodovanje u fudbalu3

Sada kada igrači razumeju pravila, fer-plej i kako da se izraze u dijalogu, vreme je da razgovaramo o tome kako bodovanje funkcioniše u fudbalu3.

Za razliku od redovnog fudbala, fudbal3 ne samo da nagrađuje golove, već i vrednuje timski rad, pravičnost i poštovanje ponašanja.

Hajde da pogledamo kako se dodeljuju bodovi i kako deca mogu da pomognu u odlučivanju šta čini porednički tim, a ne samo tim koji postigne najviše golova!

Kako funkcioniše bodovanje



U fudbalu3, bodovanje nije samo o golovima, fer-plej je takođe bitan. Nakon meča, timovi dobijaju poene na dva načina: meč poeni (*na osnovu rezultata: pobeda, nerešeno ili poraz*) i fer-plej poeni (*na osnovu toga koliko su dobro poštovali pravila, pokazali poštovanje itd.*). Igrači razgovaraju i slažu se o fer plej poenima tokom trećeg poluvremena. U zavisnosti od fer plej sistema bodova koji se koristi (vidi fudbal3 priručnik, str. 14-19), timovi mogu dati poene samo svojim protivnicima ili i svom timu i drugom timu. Zatim, meč poeni i fer plej poeni se sabiraju zajedno da bi dobili ukupan rezultat svakog tima. Ponekad, tim koji izgubi utakmicu, ali igra pošteno, može da pobedi u celini jer fer-plej je bitan koliko i ciljevi.

Timovi zarađuju:

1. Utakmica poena:

1. Pobeda = 3 poena
2. Žreb = 2 boda
3. Učešće = 1 bod

2. Fair play bodovi (za ponašanje i timski rad):

1. Raspon bodova može da varira u zavisnosti od sistema bodovanja koji izaberete (vidi fudbal3 priručnik, str 17-19).
2. Većina timova koristi skalu od 0-2 ili 0-5.
3. Bodovi se dodeljuju od strane igrača tokom trećeg poluvremena u zavisnosti od sistema bodovanja koji izaberete, na primer, i svom timu i protivničkom timu.

Prilagođavanje fudbala3 za uzrast od 10 do 12 godina

Evo tri ključna načina da se prilagodi fudbal3 da bolje odgovara mlađim igračima, a da zadrži duh igre živ:

1. Izmenite sesije dijaloga

Dijalog je ključni deo fudbala³, ali sa decom uzrasta od 10 do 12 godina, pomaže da stvari budu kratke, vizuelne i relativne. Evo kako da razgovore pre i posle utakmice učinite zanimljivijim i prikladnijim za uzrast:

- **Neka bude kratko i fokusirano** — 5 do 7 minuta za dijaloge pre i posle meča.
- **Koristite tajmer ili zabavni prelaz** (*kao pljesak ili navijanje*) da signalizira kada je vreme za razgovor i vreme za igru.
- **Koristite vizuelna pomagala** - Donesite jednostavne rekvizite kao što su emoji kartice, znakovi palca ili obojeni čunjevi kako biste pomogli deci da pokažu kako se osećaju. Vizuelni efekti olakšavaju stidljivim ili mlađim igračima da se pridruže.
- **Postavljajte pitanja koja su jednostavna i smislena, kao što su:**

"Zbog čega ste se danas osećali ponosno?"

"Koja je jedna stvar koju je vaš tim uradio zaista dobro?"

"Da li je bilo lako biti fer danas? Zašto ili zašto ne?"

"Da li ste pomogli nekome ili dobili pomoć od nekoga?"

Preporuka treneru:

Važno je razumeti kako se učesnici osećaju kada stignu na obuku kako bi ih efikasnije podržali. Možete pronaći datoteku sa karticama emocija u Aneksu 3. Pošto ih ima dosta, slobodno izaberite one koje su najpogodnije za vaš tim. Igrači mogu da ukažu kako se osećaju izborom kartice. Ponovite postupak nakon treninga kako biste posmatrali bilo kakve promene u njihovom emocionalnom stanju.

Napomena treneru: Ako se dete bori da odgovori, to je u redu. Neka prođu ili se vrate kasnije. Cilj je da se stvori prostor u kojem se svi osećaju bezbedno i saslušano.

2. Prilagodite donošenje pravila fer-pleja

Kreiranje Fair Play pravila je veliki deo fudbala³, ali mlađim igračima će možda trebati malo dodatne strukture i kreativnosti da bi izvukli maksimum iz toga. Evo kako voditi proces, a da ga zadrži zabavno i smisleno:

- Dajte vođene izbore: Umesto da tražite od dece da smisle pravila od nule, ponudite kratku listu jasnih primera koje mogu da biraju ili modifikuju. To im daje vlasništvo bez da ih preplavljaju.
- Koristite kartice sa pravilima koje sadrže slike, ikone ili emotikone, umesto da pravila budu napisana samo rečima, kako bi bila zanimljivija i lakše razumljiva.
- Podstaknite decu da zajedno kreiraju 1 ili 2 pravila za svaku utakmicu.
- Neka deca glasaju ili dele pravila kako bi im pomogli da se osećaju uključeni i pamte ih.
- Za mlade igrače, preporučljivo je ograničiti broj fudbal3 pravila, jer bi mogli imati problema sa njihovom primenom. Skup od 3 pravila je obično dovoljan da stvari budu jednostavne i efikasne. Ako su učesnici glasali i postoji izjednačenje između dva pravila, koristite ih oba.
- Prikažite pravila dogovorena od strane tima na "Plakatu za pravila igre" vidljivom tokom igre.

3. **Podesite tok igre**

- Stvarna utakmica (drugo poluvreme) bi trebalo da traje 15-20 minuta.
- Uključite redovne pauze za vodu, piće, odmaranje ili razmišljanje.
- Iskoristite poluvreme kao šansu za igrače da razmisle i razgovaraju o tome kako mogu da se poboljšaju u drugom poluvremenu.
- Koristite pohvale ili nagrade zasnovane na timu (*kao što su nalepnice ili zabavni naslovi*) da podstaknete napor i fer plej.
- Koristite zabavna ažuriranja: "Jedna reč za danas?", "Koja životinja je bila naš tim danas i zašto?"

4. **Prilagodite fer-plej sistem bodovanja**

Predlažemo prilagođavanje originalnom fudbal3 bodovnom sistemu, jer mlađoj deci može biti izazov da procene fer-plej na osnovu ukupne primene svih pravila. U ovom uzrastu, igrači imaju koristi od jasnijih i konkretnijih smernica.

Iz tog razloga, predlažemo da igrači postignu svako pravilo posebno. Pojedinačni rezultati se zatim mogu sabirati kako bi se formirao ukupan fer-plej poen za utakmicu.

Medijatori mogu da koriste obrazac "Hajde da razmislimo" zajedno sa obrascem medijatora kako bi se olakšao proces bodovanja (naći ga u Aneksu 4).

Za svako pravilo, igrači biraju jedan od tri emotikona kako bi pokazali koliko dobro veruju da su poštovali ili primenjivali pravilo. Svaki emotikon odgovara određenoj vrednosti tačke:

- 😞 Uopšte ne = 0 bodova
- 😐 Delimično = 1 bod
- 😊 Potpuno = 2 boda

Važna napomena: Ako fer-plej sistem bodovanja koji koristite uključuje i samoprocenu i evaluaciju od strane protivničkog tima (pored meč poena, naravno), trebaće vam 2 forme po timu, 4 ukupno. **Primer** (sa samovrednovanjem i evaluacijom protivničkog tima)

U fudbal3 utakmici, igrači su se složili oko sledeća tri pravila:

- Ako neko padne, zaustavljamo igru i pomažemo mu da se vrati.
- Slavimo svaki gol zajedno, bez obzira na to koji tim je postigao.
- Tim mora da napravi najmanje tri prolaza pre nego što postigne gol.

Pretpostavimo da je tim A samo delimično pratio 1. i 2. pravilo i u potpunosti primenjivao 3. pravilo. Oni bi se nagradili:

1 poen (Pravilo 1) + **1 poen** (Pravilo 2) + **2 poena** (Pravilo 3) = **5 poena** fer-pleja.

Ovih 5 fer-plej poena iz samovrednovanja se dodaju fer-plej poena koje daje tim B, kao i njihovim meč poena na osnovu rezultata iz igre.

5. Alati za podsticanje pozitivnog ponašanja

- Treneri / edukatori mogu dodeliti ili koristiti zelene karte ili "timske tokene" za dela pravičnosti, ohrabrenja ili dobrog slušanja.

- Deca mogu da nominuju jedni druge posle mečeva za nagrade kao što su "Najpoštovaniji igrač" ili "Najbolji ohrabrivač".
- Napravite "tablu timskih vrednosti" na kojoj deca prikupljaju grupna dostignuća (npr. 5 mečeva sa punim timskim radom).

6. Koristite priče i likove

- Predstavite fudbalske 3 principe kroz kratke priče, stripove ili igranje uloga. Likovi iz priča mogu "naučiti" pravila ili se pojaviti kao deo igara zagrevanja.

7. Rutine za bezbednost i inkluziju

- Započnite svaku sesiju sa poznatim "check-in pitanje" (npr, "Kako se osećate danas?") pomoću emotikon kartica (Aneks 3).

Napravite "drugarski sistem" tako da se tiši ili novi igrači osećaju podržani od strane vršnjaka.

8. Promovišite mešovite timove i rotaciju

- Redovno mešajte timove kako biste podstakli nove društvene veze i smanjili isključenost.
- Obezbedite jednako vreme za igru za svu decu, bez obzira na nivo veštine.

Evaluacija fudbal3 sesije

Da biste pratili napredak vaših igrača i izveštavali o uticaju vaših sesija i programa, važno je da prikupite **povratne informacije** igrača na kraju svake sesije.

- Za **jednokratne sesije**, možete koristiti naš jednostavan primer u nastavku da biste prikupili povratne informacije.

Na kraju svake sesije, okupite decu u krug i postavite kartice emocija iz Aneksa 3 (npr. Srećni, zbunjeni, ponosni, frustrirani, uzbuđeni). Zamolite svako dete da izabere jednu karticu koja najbolje pokazuje kako su se osećali tokom sesije i držite je.

Zatim, pozovite nekoliko volontera da objasne svoj izbor:

"Zašto si izabrao tu emociju?" Ili

"Koji trenutak je učinio da se tako osećáš?"

Ova zabavna i vizuelna prijava pomaže deci da razmisle o svom iskustvu i daje treneru dragocene uvide u to kako je sesija primljena, emocionalno i socijalno. Takođe podstiče emocionalno izražavanje i podržava empatiju slušajući kako se i drugi osećaju.

- Za **dugoročne fudbal3 programe**, preporučujemo da koristite logički **model** za dizajniranje programa i definisanje strategije evaluacije. To će vam pomoći da vidite koliko dobro postizete svoje ciljeve! Više informacija o logičkom modelu možete pronaći u priručniku **za trenere fudbal3** (stranice 54-71) i priručniku **fudbal3** (stranice 40-41).

Deo 3: Unutar igre: Ključne uloge u fudbalu3

Prvo, moraćete da pronađete i obučite svoje trenere/edukatore i medijatore za fudbal3. U sledećem delu, mi ćemo vas provesti kroz sve što treba da znate o članovima tima koji će pomoći uspehu fudbala3.

Treneri / edukatori

Treneri / edukatori igraju ključnu ulogu u fudbalu3. Oni vode sesije, vode turnire, organizuju radionice i podržavaju stalnu obuku i razvoj medijatora.

Treneri / edukatori kao uzori

Treneri / edukatori ne samo da podučavaju o fudbalu3, oni su takođe uzori za igrače, pouzdan kontakt i izvor podrške. Kao fudbalski treneri / edukatori, oni vode sesije koje se fokusiraju na određenu društvenu temu ili životne veštine. Oni će takođe voditi i podržavati timove tokom fudbal3 turnira i događaja, pomažući im da rastu i na terenu i van njega. Treneri / edukatori koji mogu biti pozitivni uzori pomažu u pružanju podrške i smjernica koje su mladim ljudima potrebne.

Šta čini uspešnog trenera?

Veliki trener poznaje fudbal3 iznutra i spolja, i kao igrač i kao medijator. Oni takođe razumeju jedinstvene potrebe svoje zajednice i moć fudbal3 mora da inspiriše promene, i lično i kolektivno.

Treneri / edukatori treba da budu u stanju da:

- Upoznaju igrače sa fudbalom3
- Dizajniraju fudbal3 sesije koje se fokusiraju na poboljšanje životnih veština
- Pomognu u razvoju igrača u svojim timovima, podstičući timski rad i rast
- Pomognu igračima da razviju svoje tehničke veštine

Štaviše, uspešan trener može da:

- Komunicira jasno
- Sluša pažljivo
- Olakši učenje na otvoren, dinamičan i interaktivan način za grupe mladih

Gde pronaći metode obuke i aktivnosti za trenere / edukatore?

U priručniku **fudbal3**, se opisuje kako treneri/edukatori mogu da se pripreme za svoju ulogu (vidi stranu 26).

Medijatori

Medijatori igraju ključnu ulogu u stvaranju fudbal3 uspeha. Oni vode razgovore između dva tima pre i posle utakmice, pomažu u rešavanju problema i podržavaju timove u dogovoru o pravilima i fer-plej tačkama. Predlaže se da se posredovanje dešava u parovima, tako da je važno da medijatori odražavaju raznolikost zajednica u kojima se odvijaju fudbal3 igre.

Ključne odgovornosti medijatora

1. **Priprema i pokretanje sesija:**
Postavite i vodite fudbal3 sesije sa učesnicima, osiguravajući da su angažovani i zabavni.
2. **Olakšavanje diskusija:**
Vodite timove kroz diskusije pre i posle utakmice, pomažući im da se dogovore o fer-pleju i pravilima.
3. **Praćenje i posredovanje utakmice:**
Pažljivo pratite utakmicu i reagujte ukoliko dođe do bilo kakvih problema ili sukoba između igrača.
4. **Obrazac za utakmicu i ocenjivanje:**
Popunite formular za utakmicu i procenite kako je sesija prošla kako bi se poboljšala za sledeći put.
5. **Biti pozitivan uzor:**
Vodite primer i inspirišite igrače i zajednicu pozitivnim stavovima i fer-plejem.

Njihova uloga uključuje:

Ulogu medijatora mogu preuzeti različite osobe iz vaše zajednice – poput socijalnih radnika, trenera, edukatora, pa čak i mladih lidera koji su se razvijali unutar vaše organizacije. Iskusni fudbal3 igrači takođe mogu preuzeti ovu ulogu i posredovati kada je to potrebno.

Međutim, kao i svaka druga veština, posredovanje zahteva odgovarajuću obuku i stalni razvoj. Medijatori su obično između 16 i 30 godina, ali stariji učesnici su dobrodošli! Idealno je imati dobar balans polova. Iako jake fudbalske veštine nisu potrebne za medijatora, iskustvo u vođenju grupa može biti od velike pomoći.

Beleška:

Važno je pažljivo odabrati medijatore koji su željni i sposobni da ohrabre igrače i pohvale pozitivno ponašanje, umesto da se fokusiraju na kažnjavanje negativnih radnji ili lošeg učinka. Posrednik koji pokazuje dominantno ponašanje mogao bi učiniti da se učesnici osećaju neprijatno i manje je verovatno da će otvoreno deliti ili se u potpunosti uključiti u aktivnosti.

Obuka medijatora

Kada ste odabrali svoje medijatore, vreme je da ih pripremite za svoju ulogu. Obuka medijatora može trajati od nekoliko sati do nekoliko dana, u zavisnosti od toga koliko vremena imate. Što više obuke dobiju, to će biti bolji u vođenju igara.

Ciljevi obuke

Medijatori imaju ključnu ulogu u tome da fudbal3 utakmice teku glatko i bez problema. Oni mogu posredovati u pojedinačnim utakmicama, ali i tokom cele lige ili turnira. Važno je da prođu adekvatnu obuku, jer su odgovorni za to da se igrači osećaju sigurno i podržano – kako fizički, tako i emocionalno – tokom celog meča.

Nakon obuke, medijatori treba da budu u stanju da:

- Identifikuju i razviju ključne veštine medijatora
- Objasne fudbal3 jasno igračima
- Posreduju fudbal3 meč, preuzimajući odgovornost za sve neophodne radnje tokom tri polovine

Gde pronaći metode obuke i aktivnosti za medijatore?

Korisne metode obuke i aktivnosti za medijatore možete pronaći u **priručniku fudbal3** (stranice 22-25) i priručniku **za trenere fudbal3** (stranice 24-36). Ovi resursi nude praktične smernice o tome kako da trenirate svoje medijatore. Preporučujemo vam da pogledate oba alata i koristite predviđene planove sesija.

Posredovanje u fudbalu3 utakmicama

Rešavanje rasizma, ksenofobije i isključenosti kroz tri poluvremena

Kao medijator, imate značajan uticaj na fudbal3 utakmicu i odgovorni ste za fizičko i mentalno blagostanje igrača. Možete usmeriti diskusije u smislenom pravcu podstičući igrače da razmisle o pravilima vezanim za određene društvene teme. Na ovaj način možete ih voditi da razmišljaju o važnim pitanjima kao što su rasizam, ksenofobija, isključenost i kako se oni odnose na vrednosti pravičnosti, poštovanja i inkluzije u igri.

Kada radite sa decom iz nemigrantskog, migrantskog i izbegličkog porekla, neophodno je da medijator pruži adekvatnu podršku:

- Budite svesni sopstvenih stereotipa kako bi se osiguralo da ne utiču na njihovu neutralnost
- Smanjite jezičke barijere kako biste osigurali jasnu komunikaciju
- Stvorite siguran prostor i reagujte ako dođe do bilo kakvog rasističkog ponašanja
- Bavite se socijalnom inkluzijom u prvoj i trećoj polovini kako biste podstakli poštovanje i jedinstvo

Neutralnost medijatora

Svi mi imamo stereotipe, jer ih naši mozgovi prirodno koriste za pojednostavljenje složenih informacija. Međutim, nesvesni stereotipi mogu biti štetni, što dovodi do diskriminatornih ili rasističkih akcija ako se ne priznaju. Samosvest je ključna za sprečavanje ovih predrasuda da utiču na vašu ulogu medijatora.

Razmislite o svojim stereotipima

Odvojite trenutak da razmislite o bilo kakvim stereotipima koje biste mogli držati. Zapišite ih bez filtriranja ili ograničavanja misli. Možda ćete biti iznenađeni koliko stereotipa pronađete! Evo nekoliko kategorija koje treba razmotriti:

- Migranti
- Hrišćani
- Muslimani
- Nacionalnosti (npr. Mađari, Srbi, Grci, Italijani)
- Rasne grupe (npr. crni, beli)
- Izbeglice
- Pol (devojčice/dečaci/LGBTQ+)
- Fudbaleri

Nakon što ih zapišete, razmislite o kontra-primerima, ljudima koje poznajete koji razbijaju ove stereotipe. Razgovarajte o svojim nalazima sa prijateljima i podelite kontra-primere kako biste osporili svoja početna uverenja.

Vežba samorefleksije

Probajte ledolomac koji se ne oslanja na jezik da bi se svi uključili, bez obzira na jezičke barijere. Ovo pomaže u podsticanju inkluzivnosti i podstiče aktivno učešće.

Stvaranje sigurnog prostora

Siguran prostor je onaj u kome se ljudi osećaju zaštićeno od presude, kritike ili štetnih radnji. Kako bi fudbal3 bio inkluzivan za sve, važno je postaviti jasna pravila koja će svi pratiti. Igrači treba da se obavežu da će ih poštovati:

- Nema rasističkog ili diskriminatornog ponašanja
- Poštovanje svačijeg mišljenja i ne ruganje drugima
- Poverljivost: Sve lične priče podeljene tokom razgovora moraju ostati među učesnicima i ne treba ih deliti dalje.
- Aktivno slušanje: Nema prekidanja dok drugi govore

Kao medijator, možete zamoliti igrače da predlože pravila ponašanja za diskusiju, a zatim dodati neka dodatna pravila kako biste zajedno stvorili bezbedno i puno poštovanja okruženje.

U multietničkom kontekstu, medijator mora odmah reagovati na bilo kakvo rasističko ili diskriminatorno ponašanje, jer takvo ponašanje može ozbiljno ugroziti emocionalno blagostanje učesnika.

Identifikovanje nepoštovanja i diskriminatornog ponašanja

Nepoštovanje može izgledati ovako:

- Biti tretiran sa manje poštovanja od drugih
- Primanje lošije usluge u poređenju sa drugima
- Biti tretiran kao da niste inteligentni
- Osećaj ugroženosti ili uznemiravanja
- Prozivanje ili uvrede
- Biti isključen ili ignorisan iz igara, na terenu ili u školi

Diskriminacija može uključivati:

- Verbalne uvrede ili ruganje
- Nepravedan tretman zbog rase, etničke pripadnosti, jezika ili izgleda
- Fizička agresija
- Socijalna isključenost u različitim okruženjima kao što su škola ili sport

Smanjenje jezičkih barijera

Kada radite sa različitim grupama, ne mogu svi govoriti istim jezikom. Da biste osigurali inkluzivnost u diskusijama, sledite ove savete:

- Govorite polako i jasno, koristeći jednostavan rečnik kako biste bili sigurni da svi razumeju
- Koristite vizuelna pomagala da objasnite koncepte kao što su tri polovine, tačke i pravila

- Imajte volontere za prevođenje među igračima da pomognu onima koji možda ne govore srpski jezik
- Držite diskusije kratkim i jasnim kako biste smanjili potrebu za prevođenjem

Rešavanje socijalne inkluzije u prvoj i trećoj polovini

Kao medijator, igrate ključnu ulogu u podsticanju socijalne inkluzije kroz diskusije pre i posle utakmice. Podsticanje igrača da razmisle o socijalnoj inkluziji je od suštinskog značaja za stvaranje fer i podržavajućeg okruženja u kojem svi mogu da učestvuju i osećaju se cenjenim.

Diskusija pre utakmice: Podsticanje inkluzivnih pravila

Pre nego što utakmica počne, ohrabrite timove da smisle pravila koja osiguravaju da svi, bez obzira na boju kože, religiju, poreklo ili pol, mogu da učestvuju i budu uključeni. Razmišljanje o potencijalnom isključenju unutar grupe omogućava igračima da aktivno oblikuju okruženje koje promoviše pravičnost.

Pitanja koja treba postaviti tokom diskusije pre utakmice:

1. Ko u grupi može da se oseća isključeno tokom igre, i zašto?
2. Kako možemo sprečiti bilo koga da se oseća isključeno?
3. Možemo li doći do pravila koja promovišu socijalnu inkluziju?

Neki primeri inkluzivnih pravila:

1. Svaki igrač treba da dodirne loptu pre nego što se postigne gol.
2. Najmanje **X** različitih nacionalnosti treba da budu zastupljeni na terenu u svakom trenutku.
3. Lopta mora da se dodaje naizmenično devojčicama i dečacima.
4. Postizanje golova mora da se smenjuje između devojčica i dečaka

Kolektivnim dogovorom o ovim pravilima, osnažujete igrače da stvore uravnoteženo, inkluzivno okruženje za igru koje postavlja ton za fer-plej i poštovanje.

Refleksija nakon utakmice: Analiza socijalne inkluzije

Nakon meča, razmislite sa igračima o tome koliko su se pridržavali inkluzivnih pravila i šta ih je iskustvo naučilo o socijalnoj inkluziji. Postavljanje pravih pitanja može produbiti njihovo razumevanje i pomoći im da primene ove lekcije izvan terena.

Pitanja koja treba postaviti tokom razmišljanja posle meča:

- Kako ste se osećali tokom utakmice?
- Da li su svi imali priliku da učestvuju?
- Kako ste osigurali da svi imaju priliku da igraju?
- Zašto mislite da su neki igrači možda učestvovali manje?
- Šta vas je iznenadilo tokom igre?

Dovođenje diskusije u stvarni život

Nakon razmišljanja o igri, premostite razgovor sa stvarnim situacijama socijalne inkluzije postavljanjem pitanja koja čine vezu jasnom:

- Gde i kada vidite ljude koji nemaju jednake šanse da učestvuju u društvu?
- Zašto mislite da se to dešava?
- Kako možemo osigurati da su svi ljudi uključeni u zajednički život-baš kao što smo to radili na terenu?

Ova pitanja podstiču igrače da razmisle o širim društvenim pitanjima, kao što su razizam, rodna ravnopravnost, diskriminacija i isključenost, i pomažu im da pronađu načine za podsticanje inkluzije u svojim zajednicama.

Ključni načini preuzimanja

- Ohrabrite igrače da razviju pravila koja promovišu inkluziju i na terenu i van njega.
- Koristite ciljana pitanja za razmišljanje kako biste podstakli dublje razmišljanje o socijalnoj inkluziji i njenom značaju za svakodnevni život.
- Shvatite da igrači koji su novi u fudbalu3 mogu u početku da se bore da se uključe u diskusije, ali što više igraju, to će postati bolji u razmišljanju i izražavanju svojih misli.

Prateći ove korake, pomoći ćete igračima ne samo da razviju svoje fudbalske veštine, već i da postanu šampioni inkluzije u svojim zajednicama.

Za više informacija o ulozi medijatora, pogledajte fudbal3 priručnik (stranice 22-35)

Igrači

Pre nego što počnu bilo kakve utakmice, neophodno je da se igrači upoznaju sa konceptom football3 i razumeju njegove osnovne vrednosti. Za mnoge, posebno one koji su upoznati samo sa tradicionalnim fudbalom, prilagođavanje fudbalu3 može zahtevati promenu u načinu razmišljanja, onaj koji obuhvata dijalog, fer-plej, rodnu ravnopravnost i ličnu odgovornost.

Kada su vaši medijatori i treneri / treneri obučeni, oni bi trebalo da vode uvodnu sesiju kako bi pomogli igračima da upoznaju kako football3 funkcioniše. Ova sesija se može

održati ili pre početka football3 turnira ili kao prva aktivnost u novom football3 programu. Do kraja ove sesije, igrači bi trebalo da imaju jasno razumevanje ciljeva football3-a, kako funkcionišu tri polovine, specifična pravila i njihovu ulogu u igri.

Takođe je važno osigurati da igrači odražavaju raznolikost zajednice. Pošto je football3 sve o inkluziji, posebnu pažnju treba posvetiti kako bi se osiguralo da igrači dolaze iz različitih sredina. Timovi treba da imaju i devojčice i dečake i trebalo bi da se fokusiramo na uključivanje, kada je to moguće, igrača iz migrantskih, nemigrantskih i marginalizovanih grupa.

Igrači koji su bili aktivno uključeni u football3 metodologiju tokom vremena i stekli iskustvo mogu preduzeti sledeći korak obukom da postanu medijatori. Ova prilika im omogućava da se dalje bave igrom u vodećoj ulozi, a istovremeno razvijaju osnovne životne veštine. Kroz obuku medijatora, oni poboljšavaju svoje komunikacijske sposobnosti, jačaju svoje tehnike rešavanja sukoba i poboljšavaju svoje ukupne međuljudske veštine. To je moćan način da rastu i na terenu i van njega, pretvarajući se u samopouzdanu mlade lidere koji mogu pozitivno uticati na svoje vršnjake i zajednice.

Napomena: Bez odgovarajuće obuke, igrači mogu da se bore da shvate metodologiju iza football3, što dovodi do konfuzije i gubitka interesa. Obuka je ključna za pozitivno i smisljeno iskustvo.

Organizovanje Fudbal3 turnira i programa

Fudbal3 turniri i programi su obično planirani i vođeni od strane članova osoblja, uključujući menadžere programa, menadžere projekata, medijatore i trenere / edukatore. Da biste stvorili zabavne, uticajne i smislene događaje, važno je dobiti neku obuku i smernice.

Gde pronaći smernice o organizovanju turnira i programa?

Možete pronaći korisne smernice za organizovanje fudbal3 turnira i planiranje fudbal3 programa u fudbal3 priručniku (stranice 36-37, 40-41) i fudbal3 trener priručnik (stranice 37-71). *Streetfootballworld* pruža detaljne savete o organizovanju turnira i implementaciji fudbal3 programa.

Preporučujemo da proverite alate za detaljnije informacije!

Roditelji i staratelji

Roditelji, staratelji i porodice igraju ključnu ulogu u tome kako deca pristupaju novim iskustvima. Da bi se stvorile inkluzivnije zajednice, važno je da se roditelji uključe u metodologiju football3. Ako imaju priliku da ga sami isprobaju, verovatnije je da će podržati program i razumeti njegovu vrednost.

Na primer, razmislite o organizovanju football3 utakmice za roditelje u zajednici. Što su više angažovani roditelji, veća je verovatnoća da ćete uspešno angažovati igrače.

Podržite roditelje i članove zajednice u postavljanju sopstvenih utakmica ili turnira. Ohrabrite ih da pomognu u stvaranju novih prostora za igru i promociju vaših događaja deljenjem letaka ili pozivanjem prijatelja da gledaju.

Da biste angažovali roditelje / staratelje u Football3, možete organizovati ...

- **Izložbu fudbal3 utakmice** u zajednici, gde mogu da igraju i učesnici i roditelji/staratelji
- **Informativne sastanke** za roditelje / staratelje da objasne ciljeve i strukturu football3 programa
- **Događaje za upoznavanje** na kojima možete upoznati roditelje / staratelje u prostorima zajednice kako biste predstavili program i istaknuli kako to koristi njihovoj djeci

Smernice za angažovanje roditelja / staratelja

Da biste osigurali poštovanje i inkluzivnost, imajte na umu ove savete kada radite sa roditeljima:

- Tretirajte sve roditelje / staratelje kao partnere koji žele najbolje za svoju decu i zajednicu.
- Pozovite roditelje / staratelje da podele svoje porodične kulture i tradicije.
- Prepoznajte i poštujujte razlike u porodičnim strukturama.
- Priznajte ulogu koju identitet i pozadina igraju u oblikovanju odnosa između igrača, medijatora i trenera / edukatora.

Deo 4: Korišćenje fudbala3 u borbi protiv rasizma, ksenofobija i isključenost

Fudbal3 je fleksibilan alat koji se može koristiti za rešavanje važnih društvenih tema i podučavanje životnih veština. U ovom odeljku ćemo istražiti kako se fudbal3 može prilagoditi kako bi pomogao mladim ljudima da se bore protiv **rasizma, ksenofobije i isključenosti**.

Kao trener koji radi sa mladim igračima, važno je razumeti kako se rasizam, diskriminacija i ksenofobija mogu pojaviti na očigledne i suptilne načine:

1. Ova ponašanja su često usmerena na pojedince na osnovu njihove rase, etničke pripadnosti, religije ili nacionalnosti.
2. Ova ponašanja se mogu javiti kroz nepravedne politike (kao što su nejednake mogućnosti zapošljavanja) ili kroz svakodnevne radnje (kao što je isključivanje nekoga ili odbijanje usluge).
3. Ksenofobija, odnosno strah ili mržnja prema strancima, takođe se manifestuje kroz štetne stereotipe, nepravedan tretman migranata i izbeglica, kao i pristrasne sisteme.
4. Čak i društveni mediji doprinose problemu širenjem mržnje i čineći štetne stavove prihvatljivim.

Zašto je to važno u sportu: Deca mogu da usvajaju predrasude koje vide u svojoj okolini. Kada se diskriminatorno ponašanje prihvati kao normalno, ono može eskalirati – od pristrasnih šala i isključenja do ozbiljnijih posledica.

Vaša uloga kao trenera:

1. Stvorite inkluzivnu i poštovanu timsku kulturu.
2. Intervenirati kada primetite nepravedno ili isključivo ponašanje.
3. Koristite treću polovinu fudbala3 da vodite otvorene razgovore o pravičnosti, poštovanju i raznolikosti.

Aktivnim promovisanjem jednakosti, empatije i kritičkog razmišljanja, treneri / edukatori mogu pomoći u oblikovanju generacije igrača koji izazivaju diskriminaciju, a ne doprinose tome.

Priprema za fudbal3 utakmice

Timovi

Kada se pripremate za fudbal3 utakmicu, turnir ili ligu, važno je da posrednici i organizatori osiguraju da timovi predstavljaju raznolikost ciljne grupe. Timovi bi trebalo da budu:

- Mešovite nacionalnosti
- Mešovita nacionalna pripadnost
- Timovi mešanog pola, po mogućstvu sa jednakim brojem dečaka i devojčica

Od ključnog je značaja da se formiraju različiti timovi kako bi se izbegla segregacija i isključenost. Umesto toga, promovišite interkulturalnu komunikaciju, podstičite nova prijateljstva i podstaknite dijalog okupljanjem igrača iz različitih sredina.

Pravila

Možda ćete želiti da unapred odlučite koje društvene teme ili životne veštine treba da se rešavaju kroz otvorena pravila. Na primer, možete podesiti sledeće:

- Pravilo o **jednakosti**
- Pravilo o **inkluziji**
- Pravilo o **proslavi**

Cilj ovih pravila je da usmere igrače ka stvaranju inkluzivnog i međusobno uvažavajućeg okruženja.

Bezbedan i zabavan prostor

Kako biste probili led, izgradili poverenje i stvorili osećaj pripadnosti, važno je da svaki dan turnira — ili prvu polovinu dana — započnete zabavnim aktivnostima. To pomaže učesnicima da se opuste, osećaju prijatno i budu spremni za učešće u utakmicama.

Struktura fudbal 3 sesije

Da biste bili sigurni da igrači zaista razumeju i integrišu ove važne lekcije, predlažemo da koristite sledeću strukturu:

1. **Prva polovina:** Počnite sa kratkom aktivnošću fokusiranom na društvenu temu ili životnu veštinu. Ovo je mesto gde će igrači razmišljati o ovoj temi.
2. **Drugo poluvreme:** Fudbal3 utakmica treba da se igra po pravilima koja proizilaze iz učenja u prvom poluvremenu, čime sama igra postaje sredstvo za praktičnu primenu stečenih znanja i vrednosti.
3. **Treće poluvreme:** Posle meča, završna analiza sa igračima. Razgovarajte o tome šta su naučili i kako da to primenite u stvarnim situacijama. Tada se

razmišljanja produbljuju. Uključivanjem igre u kojoj igrači mogu razmišljati o temi u prvom poluvremenu, stvarate jaku osnovu za sesiju. Budite sigurni da održite analizu brzo nakon prvog poluvremena i imaju dublju diskusiju u trećem poluvremenu na kraju sesije.

Nakon fudbalskih sesija, igrači bi trebalo da budu u mogućnosti:

- **Razumeti društvene teme** vezane za rasizam i ksenofobiju kroz igru
- **Steknite životne veštine** koje pomažu u stvaranju inkluzivnijih zajednica
- **Odražavaju učenja** u fudbal3 pravilima
- **Prenesite lekcije** sa terena u stvarni život

Deo 5: Aktivnosti za izgradnju inkluzije i razumevanja

DIALECT priručnik za decu 10-12 godina, opisuje planirane sesije za svaki tim / grupu u okviru programa, fokusirajući se na životne veštine i socijalne veštine kroz fudbal3 metodologiju. Za postizanje maksimalnog uticaja u ciljnoj grupi, preporučujemo sprovođenje:

- **Nedeljne sesije:**
 - Jedna sesija nedeljno sa svakim timom, gde treneri / edukatori uključuju društvene teme i životne veštine, nakon čega sledi jedna ili više fudbal3 utakmica.
 - Treneri / edukatori vode igrače u razmišljanju o ovim veštinama tokom sesije.

Igrači će istražiti svaku životnu veštinu i društvenu temu tokom dve uzastopne fudbal3 sesije:

Nedelja 1: Trener se fokusira na obraćanje i razmišljanje o društvenoj temi ili životnoj veštini.

Nedelja 2: Trener pomaže timu da uvedu društvenu temu ili životnu veštinu na teren stvaranjem specifičnih fudbal3 pravila.

- Svaki trening treba da traje oko 1 sat.
- **Dvomesecne prijateljske utakmice:**
 - Jedna fudbalska prijateljska utakmica na svaka 2 meseca u kojoj se timovi takmiče, primenjujući ono što su naučili.
 - Treneri / edukatori olakšavaju utakmicu i obezbeđuju poštovanje principa inkluzije i fer-pleja.

1. **Lokalni turniri** na kojima deca slave svoja dostignuća sa zajednicom, promovišući kontra-narative o različitosti, stereotipima i nediskriminaciji.

Ova struktura pomaže u postizanju maksimalnog uticaja, obezbeđujući igračima ne samo da nauče važne vrednosti, već imaju i priliku da vežbaju i razmišljaju o njima u podržavajućem okruženju.

U sledećem odeljku naći ćete skup zabavnih i promišljenih aktivnosti osmišljenih da pomognu deci da istraže važne teme kao što su timski rad, inkluzija, diskriminacija, empatija i upravljanje emocijama, na načine koji su sigurni, prilagođeni uzrastu i zanimljivi. Naravno, postoji mnogo više tema koje možete istražiti, pa slobodno potražite dodatne ideje i uključite ih u svoj nastavni plan i program obuke. Na kraju svake aktivnosti, naći ćete i listu predloženih otvorenih pravila koja treba uzeti u obzir prilikom vođenja fudbal3 sesija sa decom. Ovo su samo polazne tačke, slobodno dodajte još kako biste najbolje odgovarali potrebama i idejama vaše grupe.

Ove aktivnosti koriste fudbal i timski rad kako bi otvorili razgovore, izgradili empatiju i stvorili jače, inkluzivnije timove. Kroz igru, deca mogu početi da primećuju nepravednost, slave razlike i otkrivaju kako da se zauzmu jedni za druge i na terenu i van njega.

Iskustvene aktivnosti su moćno sredstvo koje pomaže mladim ljudima da razmisle o važnim društvenim temama. Oni omogućavaju igračima da iskuse situacije, analiziraju ih, a zatim razgovaraju o tome šta su naučili. Igre podstiču maštu, izgrade motivaciju i uvek su zabavne. Oni takođe omogućavaju da se uključe sva deca, bez obzira na njihove intelektualne sposobnosti, osiguravajući da svi mogu da se angažuju, dele svoje utiske i izraze svoja osećanja.

Kao trener, vaša uloga je da podstaknete sve da razmisle o svom iskustvu postavljanjem pitanja koja podstiču promišljene diskusije. Vi igrate ključnu ulogu u oblikovanju načina na koji deca uče o poštovanju, pravičnosti i pripadnosti. Ove aktivnosti i diskusije su alati koji će to učenje učiniti aktivnim, razigranim i moćnim.

Pregled nedeljnih sesija	
Nedelje	Fokus
NEDELJA 1	„Icebreaker“ aktivnosti / Izgradnja tima
NEDELJA 2	Zagrevanje aktivnosti / Izgradnja tima
NEDELJA 3	Uvod u fudbal3
NEDELJA 4	Uvod u fudbal3
NEDELJA 5	Timski rad
NEDELJA 6	fudbal3 utakmice sa pravilima timskog rada
NEDELJA 7	Interkulturalna komunikacija
NEDELJA 8	Fudbal3 utakmice sa pravilima komunikacije
NEDELJA 9	Raznolikost / Pripadnost
NEDELJA 10	fudbal3 utakmice sa pravilima o pripadnosti
NEDELJA 11	Empatija i poštovanje prema drugom timu
NEDELJA 12	fudbal3 utakmice koje se fokusiraju na empatiju i poštovanje
NEDELJA 13	Uključivanje / isključivanje
NEDELJA 14	fudbal3 utakmice sa pravilima uključivanja
NEDELJA 15	Samorefleksija
NEDELJA 16	fudbal3 utakmice sa pravilima samorefleksije
NEDELJA 17	Prevazilaženje izazova i izgradnja istrajnosti / priča o uzoru
NEDELJA 18	fudbal3 utakmice sa pravilima o ohrabrenju i bez okrivljavanja
NEDELJA 19	Anksioznost
NEDELJA 20	fudbal3 mečevi sa pravilima upravljanja anksioznošću tokom treninga
NEDELJA 21	Upravljanje frustracijom i besom / bajkama-stripovima - simbolikom itd
NEDELJA 22	fudbal3 utakmice sa pravilima o upravljanju emocijama
NEDELJA 23	Rešavanje sukoba
NEDELJA 24	fudbal3 utakmice sa pravilima o rešavanju sukoba
NEDELJA 25	Rodno zasnovani stereotipi
NEDELJA 26	fudbal3 utakmice sa pravilima koja se suprotstavljaju stereotipima

Napomena trenera: Stvaranje sigurnog prostora

Pre nego što započnete bilo koju od sledećih aktivnosti, odvojite nekoliko trenutaka da stvorite prostor u kojem se deca osećaju bezbedno, poštovano i saslušano.

Podsetite ih da:

- Svako ima pravo da deli ili čuti ako mu tako više odgovara
- Svi glasovi su jednako važni
- Slušamo da razumemo, a ne da sudimo
- Greške su u redu, mi smo tu da učimo zajedno

Možete podesiti jednostavne grupne sporazume kao što su:

"Jedan mikrofon" (samo jedna osoba govori u isto vreme, ostali slušaju)

"Poštujte sve odgovore" "Potrudite se da slušate"

Savet: Počnite sa sastankom tima, koristite prijateljski govor tela i postavite ton sopstvenom otvorenosti. Ako pokažete radoznalost i brigu, deca će vas pratiti.

Zagrevanje i aktivnosti za izgradnju tima

Aktivnost 1.

Upoznajte se kroz igru „Ljudski bingo“

Cilj: Da podstakne učesnike da komuniciraju sa što više ljudi moguće pronalaženjem drugih koji odgovaraju specifičnim izjavama vezanim za fudbal i lični život.

Trajanje: 15 minuta

Materijali: 1 ljudski bingo list (Aneks 5) i 1 olovka po osobi, 1 lopta po osobi (*opciono ako pratite varijaciju*)

Kako igrati:

1. Distribuirajte bingo kartice tako da svaki učesnik dobije list „Ljudski bingo“ sa mrežom 5x5 polja
2. Objasnite cilj: Igrači se kreću i razgovaraju sa drugima da pronađu nekoga ko odgovara izjavu u svakom kvadratu. Kada pronađu podudaranje, pišu ime te osobe na kvadratu.
3. Pravila:
 - Ne možete odmah koristiti isto ime više od jednom. Morate razgovarati sa svima ostalima pre nego što ponovo pitate istu osobu.

- Postavljajte jasna, konkretna pitanja na osnovu onoga što je napisano na kvadratima.
- Prva osoba koja završi puni red, kolonu, dijagonalu ili ceo list može vikati "Bingo!"

Varijacija: Kako bi tokom aktivnosti vežbali tehničke fudbalske veštine, učesnici bi, na primer, trebalo da driblaju loptu dok se kreću ka sledećoj osobi sa kojom razgovaraju.

4. Završetak diskusije:

- Šta ste naučili o svojim saigračima?
- Da li vas je nešto iznenadilo?
- Zašto je važno učiti jedni o drugima u fudbalu?

Aktivnost 2.

"Pomeri se ako..."

Cilj: Pomoći učesnicima da se upoznaju na razigran i inkluzivan način otkrivanjem zajedničkih interesa, navika ili preferencija.

Trajanje: 10 minuta

Materijali: čunjevi (1 manje od broja učesnika)

1. Kako igrati:

Postavite čunjeve u krug. Koristite jedan čunj za svakog igrača, ali ostavite jedan čunj slobodnim, tako da uvek postoji jedna osoba bez mesta. Jedan igrač stoji u centru kruga, dok svi ostali sede ili stoje iza svojih čunjeva okrenuti prema unutra. Osoba u sredini izgovara izjavu koja važi za nju. Na primer:

- „Volim da igram odbranu.“
- „Imam kućnog ljubimca.“
- „Mogu da vozim bicikl.“

Svi igrači za koje izjava takođe važi brzo ustaju, kreću se i pokušavaju da zauzmu drugi slobodni čunj. Osoba u sredini takođe pokušava brzo da zauzme prazni čunj. Igrač koji ostane bez čunja postaje sledeći koji stoji u centru i izgovara izjavu.

Pravila i saveti

Igrači moraju da se pomere na drugo mesto (poželjno ne odmah pored svog prethodnog mesta). Koristite pozitivne i inkluzivne izjave koje omogućavaju što većem broju ljudi da učestvuju. Zabranjeno je guranje ili blokiranje drugih igrača prilikom zauzimanja čunja. Podstičite izjave koje se odnose na fudbal, hobije ili zanimljive činjenice (npr. „Postigao sam gol glavom“ ili „Volim picu“).

Tema: Timski rad

"Dodaj i izgradi"

Ciljevi: Promovisati komunikaciju, saradnju i kolektivno donošenje odluka u zabavnom fudbalskom okruženju.

Trajanje: 20–30 minuta

Materijali: 1 fudbalska lopta po timu, čunjevi ili markeri (5–6 po timu za ocrtavanje zona)

Kako igrati:

1. Podijelite igrače u timove od 4-6 dece.
2. Postavite malu "prolaznu zonu" koristeći čunjeve (oko 10x10 metara).
3. Na drugoj strani, postavite cilj ili ciljno područje (mogu biti dva čunja kao golovi).
4. Izazov:

Tim mora da prođe loptu među sobom u zoni najmanje 3 puta bez gubitka kontrole. Nakon 3 uspešna prolaza, oni mogu pokušati da postignu gol radeći zajedno kako bi premestili loptu u ciljno područje. Ako se lopta izgubi, tim ponovo pokreće broj prolaza.

Varijacija (opciono): Dodajte "tihi krug" u kojem igračima nije dozvoljeno da govore i moraju se osloniti na neverbalnu komunikaciju ili da igraju rundu u kojoj svaki igrač može dodirnuti loptu samo jednom po posedu.

Razgovor ili refleksija (nakon aktivnosti):

Pitajte grupu nekoliko brzih pitanja za razmišljanje:

- "Šta je pomoglo vašem timu da dobro radi zajedno?"
- "Da li je bilo teško uključiti sve? Zašto?"
- "Šta možete da uradite sledeći put da pomognete svom timu da bude još bolji u zajedničkom radu?"

Timski rad – Primeri otvorenih pravila:

- Gol će se računati kao dva ako tim uspešno doda loptu svakom igraču pre nego što postigne gol.
- Cilj će vredeti onoliko bodova koliko i broj prolaza koje tim čini pre nego što postigne gol. Na primer, ako tim napravi 6 prolaza, cilj će se računati kao 6 bodova.
- Cilj važi samo nakon najmanje 3 uzastopnih prolaza između različitih saigrača.
- Svaki igrač treba da kaže bar jednu pozitivnu stvar saigraču na kraju meča.
- Posle svakog gola, igrač koji je postigao zamenjuje poziciju sa golmanom.
- Timovi se podstiču da uključe manje iskusne ili stidljive igrače u svakoj napadačkoj igri.
- Tokom meča, bonus poen se dodeljuje ako igrač pomaže saigraču u teškoćama.

Tema: Interkulturalna komunikacija

"Govori u boji"

Ciljevi: Podići svest o jezičkoj i kulturnoj raznolikosti kao vrednosti, podstaći saradnju i uzajamno poštovanje i podstaći pažnju, koordinaciju i motoričku spremnost.

Trajanje: 20 minuta

Materijali: 4 obojena čunja ili kruga: tj plavi, crveni, žuti, zeleni, jedna meka lopta za svaki tim, Pisana lista sa imenima boja na različitim jezicima (da se pripremi unapred), Veliki prostor (teretana, dvorište, ili teren).

Kako igrati:

Uvodno vreme kruga (5 minuta)

Učesnici sede u krugu. Edukator uvodi temu:

"Postoji mnogo jezika i različitih načina komunikacije širom sveta. Danas ćemo se igrati bojama kako bismo otkrili kako se reči menjaju iz jedne zemlje u drugu, ali značenje ostaje isto. "

Odabrano je četvoro dece sa različitim kulturnim pozadinama (ili se dodjeljuju jezici ako nema dece iz različitih sredina). Svako dete kaže imena 4 boje (plava, crvena, žuta, zelena) na svom ili dodeljenom jeziku.

Grupa ponavlja imena boja zajedno 1-2 puta da bi se upoznala sa njima.

Timska divizija (1 minut)

Deca su podeljena u 2 uravnotežena tima. 4 obojena čunja su postavljena oko 5 metara od startne linije svakog tima.

Igra: "Pogodi pravu boju" (10 minuta)

Jedan igrač iz svakog tima se smenjuje počevši od linije bacanja sa loptom u ruci. Edukator izgovara jednu boju, ali svaki put koristeći drugi jezik (sa pripremljene liste). Igrač mora slušati, prepoznati boju na datom jeziku, ciljati i pogoditi ispravan obojeni čunj sa loptom. Prolazak se nastavlja sve dok svaki član tima nije imao najmanje dva okreta. Tim koji završi najispravnije bacanja pobeđuje.

Varijacija: Ako je grupa veoma raznovrsna, saigrači mogu da pomognu jedni drugima prevođenjem boje pre bacanja (podsticanje jezičke saradnje).

Vreme završnog kruga (4 minuta)

Kratka diskusija za jačanje poruke o vrednosti i bogatstvu jezičke raznolikosti. Možete odgovoriti na pitanja ispod:

"Kakav je osećaj čuti reči na različitim jezicima? Da li je bilo teško? Zašto je važno znati reči na drugim jezicima da bi se bolje komuniciralo?"

Ohrabrite grupu da razmisle o tome kako je bilo čuti i koristiti različite jezike. Neka deca mogu da smatraju da je to zbunjujuće ili uzbudljivo, obe reakcije su validne i otvaraju prostor za razgovor. Podsetite grupu da učenje čak i nekoliko reči na drugom jeziku može da nam pomogne da se bolje povežemo, pokažemo poštovanje i dublje razumemo jedni druge. Iskoristite ovaj trenutak da istaknete kako je jezička raznolikost snaga, a ne barijera.

Interkulturalna komunikacija – primeri otvorenih pravila:

- Svaki igrač treba da više ime svog saigrača prilikom dodavanja lopte
- Svaki igrač mora da čuti tokom cele igre
- Svaki igrač mora komunicirati na jedinstven i drugačiji način. Na primer: verbalna komunikacija na drugom jeziku; neverbalna komunikacija, kao što je korišćenje ručnih signala ili pljeskanje dva puta da zatraži loptu kada nije obeležen.
- Koristite pozdrav sa drugog jezika pre početka meča.
- Svaki tim mora da kreira i koristi navijanje ili timsku reč na jeziku koji nije njihov.
- Svaki igrač deli jednu stvar o svojoj kulturi tokom kruga pre utakmice
- Golman svakog tima ohrabruje igrače i organizuje formaciju.
- Na poluvremenu pauze, timovi razgovaraju o tome šta ide dobro do sada i o kojim aspektima treba da se poboljšaju.
- Za 3 minuta, timovi moraju igrati bez govora, koristeći samo gestove za komunikaciju.
- Na kraju meča, svaki tim uči lepu reč (npr. "hvala", "bravo") na svom jeziku.

Tema: Različitost i pripadnost

"Korak unazad, korak zajedno"

Ciljevi: Da pomognemo deci da istraže kako smo svi različiti, a ipak, svi dele mnoge zajedničke stvari. Zabavan, fizički način da se podstakne diskusija o inkluziji, timskom radu i empatiji.

Trajanje: 10–15 minuta

Materijali: Samo otvoreni prostor

Kako igrati:

- Zamolite dva volontera da dođu napred i stoje leđa uz leđa u sredini prostora.
- Pitajte ostatak grupe:
"Šta je to što izgleda drugačije između njih?"
(Primeri: "Jedan je viši", "Različita kosa", "Nosi različite cipele", itd.)
Za svaku imenovanu razliku, dva volontera se udaljavaju jedan korak jedan od drugog.
- Kada ne mogu da se udalje, recite: *"Sada hajde da nađemo ono što im je zajedničko!"*

(Primeri: "Obojica vole fudbal", "Obojica su ljubazni", "Obojica nose naočare" itd.) Za svaku imenovanu sličnost, oni se približavaju korak zajedno dok se ponovo ne sretnu.

Refleksija na čelu sa trenerom:

Nakon što se sretnu u sredini, okupite grupu u krug za kratak razgovor:

- *Da li su razlike lako uočiti? Zašto?*
- *Da li su sličnosti ponekad teže videti? Zašto?*
- *Zašto su oboje bitni kada gradimo tim?*
- *Kako možemo biti sigurni da se svi u našem timu osećaju uključenim, čak i ako izgledaju drugačije?*

Savet trenera: Ako je grupa stidljiva, aktivnost možete prvo modelirati sa drugom odraslom osobom ili starijim detetom. Držite ton lagan, razigran i pozitivan. Cilj je da se proslavi jedinstvenost i povezanost.

Raznolikost i pripadnost – primeri otvorenih pravila

- Svaki igrač mora igrati na najmanje dve različite pozicije tokom meča.
- Pre utakmice, svaki igrač kaže jednu stvar koja mu se sviđa u tome što je deo ovog tima.
- Koristite imena igrača prilikom donošenja lopte.
- Svako poluvreme mora da počne sa dodavanjem od igrača koji još nije govorio tokom razgovora pre utakmice.
- Svaki igrač deli jednu pozitivnu reč o saigraču pre nego što utakmica počne.
- Nijedan igrač ne može da postigne više od dva uzastopna gola.
- Pre utakmice, svi kažu jednu pozitivnu stvar o sebi timu.
- Gol koji je postigao igrač koji ranije nije postigao gol u igri računa se dvostruko.

Tema: Empatija i poštovanje prema drugom timu

"Igra emocija: dribling, podelite i povežite"

Ciljevi: Da se poboljša emocionalna svest, poverenje i saradnja unutar tima i da se promoviše fer-plej, inkluzivnost i poštovanje.

Trajanje: 40 minuta

Materijali: lopte, čunjevi, mali cilj, bilo koja oprema koja se može koristiti u driblingu

Kako igrati:

Zagrevanje (8 minuta)

U krugu ili slobodno oko terena, igrači prolaze loptu rukama ili nogama. Prolaznik imenuje jednu emociju (Radost-Tuga-Ljutnja-Strah-Iznenadenje-Gađenje-Ponos-Ljubomora). Primalac mora da kaže reč povezanu sa pomenutom emocijom.

Npr. Radost – Sladoled/ Tuga – Zima/ Bes – Crvena

Dribling i emocije (7 minuta)

Igrači slobodno dribla oko mreže. Na zvižduku, oni se uparuju i dele vreme kada su se osećali nervozno, ponosno ili frustrirano u igri. Ponovite postupak 5 puta sa 5 različitih emocija.

Empatija Dribling & Odgovor (20 minuta)

Postavite stazu driblinga sa preprekama – razmislite o slalomskoj stazi. Na kraju kursa stavite vrlo mali cilj ili dva čunja (udaljena oko 1,5 metara) kako biste ukazali na cilj. Pored cilja cilja staviti na zemlju scenario kartice (vidi dole).

1. Jedan igrač u isto vreme počinje kurs, dribling kroz čunjeve ili obavljanje jednostavnih izazova veština (npr, prst dodiruje, iznutra-spolja driblinga, prolazi sa zida / konusa).
2. Kada stignu do kraja kursa, moraju uspešno da postignu loptu do cilja u cilju.
3. Ako postignu, oni izaberu kartu i zadrže je.

Primeri scenarija kartica:

- "Propustio si otvoreni gol."
- "Napravio si sjajnu asistenciju, ali niko ništa nije rekao."
- "Ti si najmanji igrač na terenu i ne dobijaš mnogo dodavanja."
- "Tvoji roditelji gledaju kako igraš sa tribina i daju ti uputstva kako da igraš."
- "Novi ste u timu i ne govorite isti jezik."

Ponovite postupak dok svi igrači ne obave kurs najmanje dva puta.

Sedite u krug na zemlji. Svaki igrač koji je "osvojio" karticu scenarija čita je naglas. Ako neki igrači imaju više karata, dok drugi nemaju, ohrabrite ih da dele tako da svaki igrač može da pročita naglas scenario.

Za svaku karticu scenarija, saigrači odgovaraju na sledeća pitanja:

- *"Kako biste se osećali da vam se to desi?"*
- *"Šta bi saigrač mogao da uradi da pomogne u tom trenutku?"*

Neka svi stoje u krugu. Idite okolo i zamolite svakog igrača da završi rečenicu:

"Jedna stvar koju ću uraditi drugačije sa svojim saigračima posle danas je..."

Svako može da izabere da prođe ako ne želi da deli.

Sa decom možete podeliti nešto poput sledećeg zaključka:

"Danas smo naučili da fudbal nije samo o pobedama ili postizanju golova, već i o tome kako se odnosimo jedni prema drugima, kako na terenu tako i van njega. Kada slušamo, delimo i podržavamo naše saigrače, pomažemo svima da se osećaju uključeni i poštovani. To je ono što čini pravi tim. Zato nastavimo da igramo sa empatijom, poštovanjem i ljubaznošću, jer kako igramo je jednako važno kao i rezultat. "

Empatija i poštovanje prema drugom timu – Primeri otvorenih pravila:

- Pre početka igre, svaki igrač mora da kaže nešto pozitivno o saigraču ili protivniku.
- Svaki prekršaj ili neprikladan jezik zaustavlja igru na 60 sekundi, a svako izvršava kaznu (npr. Sklekovi, čučnjevi, itd.).
- Svaki prekršaj ili neprikladan jezik daje protivničkom timu slobodan udarac.
- Ako igrač koristi neprikladan jezik, oni ostaju van meča za 3 minuta.
- Svaki put kada se postigne gol, obe ekipe se okupljaju u krug i recituju zajednički moto.
- Na početku i na kraju meča, dva tima pozdravljaju jedni druge sa visokom peticom.
- Nakon svakog gola, strelac mora zahvaliti igraču koji je dodao loptu gestom ili rečju.
- Ako igrač pomogne protivniku nakon faula (npr. fer-plej), njihov tim dobija dodatni slobodan udarac koji će se koristiti tokom utakmice.
- Svaki tim bira "ljubaznog igrača" na kraju utakmice i objašnjava zašto.

Tema: Uključivanje/isključivanje

"Šta je ispod mog dresa?"

Ciljevi: Da pomogne deci da istražuju i dele delove svog identiteta koji možda nisu vidljivi na površini i da otvore siguran razgovor o rasizmu, diskriminaciji i isključenosti. Da podstakne decu da razmišljaju o sopstvenim iskustvima i vrednostima dok uče da poštuju tuđe razlike.

Trajanje: 20–30 minuta

Materijali: Papir, olovke/markeri, opciono dres za štampanje (Aneks 6).

Kako igrati:

1. Koristite obrazac (Aneks 6) (10 minuta)

Dajte svakom detetu crtež dresa podeljenog na dva dela:

- Vidljiva strana – Ova polovina predstavlja ono što drugi mogu da vide (*npr. izgled, ponašanje, postupke, kako se ponašam, kako se oblačim, kako govorim*)
- Nevidljiva strana – Ova polovina simbolizuje ono što je skriveno ili unutrašnje (*npr. misli, osećanja, brige, moja kultura, tradicija, strahovi, snovi, jezik, iskustva osećanja isključenosti, nade za tim*)

Ohrabrite decu da pišu na obe strane kako bi izrazili i "vidljive" i "nevidljive" delove sebe.

2. Krug refleksije (10 minuta)

Sedite u krug i pustite decu da dele jednu ili dve stvari na koje su ponosni, a koje su "ispod njihovog dresa". Niko nije u obavezi da podeli sve.

Pitanja za timsku diskusiju:

- Zašto mislite da se ljudi ponekad tretiraju nepravedno samo zbog toga kako izgledaju ili govore?
- Koji su načini na koje možemo uključiti i poštovati svakoga – kako na terenu, tako i van njega?
- Kako nam razumevanje onoga što se „krije ispod nečijeg dresa“ može pomoći da budemo bolji saigrači?

Podsticaj za refleksiju trenera

"Zamislite vreme kada vas je neko osuđivao, a da nije znao vašu priču. Kako možete biti sigurni da se niko u vašem timu ne oseća tako?"

Sesiju možete zaključiti sa sledećim:

„Ponekad svi prolazimo kroz trenutke kada nas drugi osuđuju, i pre nego što zaista saznaju ko smo i kroz šta smo prošli. To može biti bolno i nepravedno. Kao saigrači, važno je da zapamtimo da svako ima svoju priču. Kada odvojimo vreme da zaista razumemo i poštujemo jedni druge – i ono što se ne vidi na prvi pogled – gradimo snažniji i saosećajniji tim. Zato hajde da se zajedno obavežemo da niko u našem timu neće biti izostavljen ili osuđivan. Jer kada se međusobno poštujemo i podržavamo, svi igramo bolje – i kao tim, i kao ljudi.“

Saveti treneru za osetljive teme:

- Izbegavajte da tražite od dece da dele nešto previše lično.
- Normalizujte razliku: *"U redu je biti drugačiji, to je ono što čini tim jakim."*
- Koristite fudbalske metafore da bi bio prizemljen i siguran:

"Baš kao što ne pobedimo meč sa jednim igračem, ne gradimo sjajan tim sa samo jednom vrstom osobe."

BONUS IDEJA:

Kreirajte "Zid identiteta tima"

Ako se deca osećaju prijatno, pozovite ih da dodaju svoj kompletan dres na zajednički zid identiteta tima u vašem prostoru za trening. Ovaj kolektivni prikaz postaje proslava i individualnosti i pripadnosti, vizuelni podsetnik da je svaki deo nas, vidljiv i nevidljiv, važan.

Uključivanje/isključivanje – primeri otvorenih pravila:

- Svaki igrač mora da igra najmanje 5 minuta u centralnoj ulozi (npr. Napadač ili golman.
- Ako igrač nije dobio pas u 3 minuta, tim mora da se uverite da dobije sledeći.
- Tokom pauza, timovi moraju da se prijave sa nekim ko još nije govorio
- Svaki tim mora imenovati "kapetana za uključivanje" koji proverava da li se svi uključe.
- Svaki tim mora naučiti saigrača jednu reč na drugom jeziku pre nego što utakmica počne.

- Ako tim uspe da prođe loptu svim svojim igračima pre nego što postigne gol, gol će se računati kao dva.
- Nakon gola, tim mora da napravi proslavu koja uključuje sve.
- Izmislite "proslavni ples" koji oba tima rade zajedno na kraju.
- Igrači mogu zatražiti tajm-aut ako se osećaju nesigurno ili isključeno.
- Igrači se naizmenično izvršavaju situacije (npr. Ubačaji, kazne, uglovi, slobodni udarci), nakon unapred određenog redosleda.

Tema: Samorefleksija

"Moj meč, moje ogledalo"

Cilj: Pomoći deci da razmisle o svom ponašanju, odlukama i timskom radu tokom igre, gradeći svest o svojim postupcima i kako utiču na druge.

Trajanje: 30–40 minuta

Materijali: Obojeni čunjevi (ili bilo šta za označavanje prostora), "kartice za refleksiju" (opciono – mogu biti samo verbalni upiti), lopta.

Kako igrati:

Mini-meč (15-20 minuta)

Podelite igrače u 2-3 mala tima i pustite ih da igraju kratke utakmice u stilu fudbal3 (5-7 minuta svaki). Ovog puta nema otvorenog pravila, samo normalna igra, ali zamolite ih da se fokusiraju na to kako se ponašaju: "Kako da tretiram saigrače? Jesam li fer? Da li pomažem drugima?"

Krug refleksije (15–20 minuta)

Podesite 3 obojena čunja sa oznakom: "Ponosan", "Može da se poboljša", "Još uvek razmišlja".

Nakon utakmice, postavite pitanje poput "Kako sam danas komunicirao?" Deca trče do čunja koji odražava kako se osećaju. Zatim zamolite nekoliko igrača da objasne svoj izbor.

Možete pomoći sa podsticanjem pitanja kao što su sledeća:

- *"Kako sam danas pomogao svom timu?"*
- *"Da li je postojao trenutak kada sam postao frustriran? Kako sam reagovao?"*
- *"Koju sam odluku doneo na koju sam ponosan?"*
- *"Ako bih mogao da promenim jednu stvar koju sam uradio, šta bi to bilo?"*
- *"Da li sam poštovao druge, i saigrače i protivnike?"*

Samorefleksija – Otvoreno pravilo primer_(Ideja za sledeći meč):

Neka igrači rade zajedno kako bi stvorili pravilo kao što su:

- "Na kraju meča, svako daje jedan pozitivan komentar saigraču."
- "Ne možete vikati osim ako to nije da ohrabrite."
- "Pre nego što igra počne, svaki tim će izabrati jednu ključnu reč ili vrednost (*kao što su timski rad, poštovanje, hrabrost, komunikacija ili liderstvo*) koja predstavlja stav ili ponašanje na koje će se fokusirati tokom aktivnosti. Ova reč će poslužiti kao tema za razmišljanje na kraju, pomažući učesnicima da identifikuju šta je vodilo njihove akcije i oblikovalo njihovo iskustvo".

Tema: Prevazilaženje izazova i izgradnja upornosti

"Izazov prihvaćen!"

Ciljevi: Da ojača upornost sa promišljenim razmišljanjem i da podrži saigrače pod pritiskom.

Trajanje: 40 minuta

Materijali: Lopte, čunjevi, užad (*u zavisnosti od izazova koje ćete izabrati da koristite*)

Igra izazova izdržljivosti (15–20 minuta)

Podelite u male timove. Napravite mini kurs prepreka koristeći čunjeve ili jednostavne predmete:

Na primer:

-cik-cak dribling → puži ispod konopca (ili pretvarati konopac) → balansira loptu za 5 sekundi → pucati u mali gol.

-10 dodira prstima → 10 kotrljanja lopte → 5 slabog dodirivanja stopalima → 3 žonglira → 1 no-bounce udarac u vazduh

Svaki tim mora da završi izazov što je više puta moguće u 5 minuta, podržavajući jedni druge. Svaki put kada "ne uspeju", kažu naglas: "Sledeći put!" i ponovo pokreću.

Nakon prvog kruga, dodajte malu "neočekivanu poteškoću" (*npr. Koristite slabiju nogu ili vežite noge dva igrača zajedno kako biste predstavili kako nam život ponekad postavlja izazove*).

Nagalsiti: "Nije stvar u pobedi — već u tome da podržavaš svoje saigrače i da ne odustaješ!"

Timska refleksija (5–10 minuta)

Pitajte decu:

"Koji deo izazova je bio težak?"

"Kakav je bio osećaj da nastavim?"

Krug priča (10 minuta)

Okupite decu u krug. Pročitajte ili ispričajte ovu kratku priču:

"Kada je Angel Di Marija bio klinac, njegova porodica je naporno radila u skladištu uglja kako bi ga izdržavala. Imali su vrlo malo novca, ali Di Marija je sanjao da postane fudbaler. Trčao je na trening, igrao na grubim terenima i mnogo puta mu je rečeno da nije dovoljno dobar. Ali on je nastavio dalje. Čak i kada je propustio finale Svetskog kupa zbog povrede, nije odustao. Godinama kasnije, postigao je pobjednički gol u Kopa Amerika i pomogao Argentini *da osvoji Svetsko prvenstvo. Njegova priča nas uči da nastavimo da pokušavamo čak i kada su stvari teške.* "

Sa kojim izazovima se suočio Angel di Maria?

Šta mu je pomoglo da uspe?

Kako suočavanje i prevazilaženje izazova može da nam pomogne da rastemo i postanemo bolji ljudi?

Da li ste se ikada trudili u nečemu, čak i kada se osećao teško?

Prevazilaženje izazova i upornost– primeri otvorenih pravila:

- Svaki put kada saigrač napravi grešku (promaši pas, promaši gol, izgubi loptu), tim mora da ih bodri pozitivnom rečju ili peticom.
- Igračima nije dozvoljeno da kritikuju ili krive saigrača tokom igre — dozvoljeni su samo konstruktivni ili podržavajući komentari.
- Ako igrač napravi grešku, mora odmah da napravi još jedan potez (još jedno dodavanje, dribling ili pokušaj ponovo) bez zaustavljanja ili odustajanja.
- Igrači moraju da pronađu "prijatelja za podršku" pre meča. Tokom igre, oni ohrabruju jedni druge kad god se jedan od njih bori.
- Bonus poen se može dodeliti ako tim pokaže istrajnost nastavljajući da igra dobro čak i kada gube.
- Na poluvremenu, svaki tim mora da podeli jednu stvar koja im je bila teška — i jednu stvar koju će uraditi drugačije u drugom poluvremenu.

Tema: Anksioznost treninga

"Šetnja za brigu – Pas poverenja"

Cilj: Pomoći deci da imenuju i oslobađaju brige vezane za trening pretvarajući ih u snage, kroz pokret i timski rad.

Trajanje: 15–20 minuta

Potrebni materijali: Mali komadići papira i bojice / olovke, jedan veliki prazan kontejner ili kutija sa oznakom "Kutija za brige", fudbal za svaku malu grupu (3-5 dece po lopti)

Kako igrati:

Tiho pisanje brige (3 min)

Svako dete uzima komad papira i privatno piše ili crta nešto što ih čini nervoznim ili anksioznim tokom treninga ili igranja (npr. Propuštanje šuta, gledanje, glasni saigrači). Oni savijaju svoje papire i drže ih u ruci.

Šetnja za brigu (3–5 minuta)

Deca zajedno polako hodaju po terenu, svako drži svoju presavijenu brigu tiho u rukama, bez govora ...

Trener kaže: "Sa svakim korakom, zamislite da briga postaje lakša. Nisi sam, svako nosi nešto. "

Pas poverenja (5 min)

Grupa formira krug i počinje da dodaje loptu okolo, pazeći da svi dobiju red. Svaki put kada dete primi loptu, oni izgovaraju frazu naglas (primeri dati unapred):

1. "Mogu da pokušam ponovo."
2. "U redu je biti nervozan."
3. "Svakim danom sam sve bolji."
4. "Moj tim me podržava."

Ohrabrite decu da ponove ili izmisle svoje kratke fraze podrške.

Kutija za brigu (2-3 min)

Kada svako dete deli bar jednom, oni idu do "Kutije za brige" i bacaju svoj presavijeni papir za brigu.

Trener kaže: "Prošao si kroz svoju brigu. Ostavimo ga u kutiji kako bismo se mogli fokusirati na zabavu i učenje. "

Opcioni Pitanja za razmišljanje:

- *"Kakav je osećaj reći nešto ohrabrujuće?"*
- *"Da li ste primetili da se vaša osećanja menjaju tokom šetnje ili prolaza?"*
- *"Šta možemo da uradimo kada je neko drugi nervozan?"*

Anksioznost zbog treninga – primeri otvorenih pravila:

- Igrači mogu zatražiti tajm-aut ako se osećaju nesigurno ili pod stresom.
- Greške su dozvoljene. Niko nije savršen. Saigrači podstiču napor, a ne samo rezultate.
- Nema vikanja, okrivljavanja ili pritiska. Svi govore mirno i s poštovanjem.
- Male pobede (kao što je dobar pas ili prvi dodir) slavi ceo tim.
- Igrači se međusobno prijavljuju pre utakmice, tokom poluvremena i posle utakmice da vide da li se neko oseća nelagodno ili pod stresom
- Pre svake utakmice, igrači moraju da kažu jednu pozitivnu frazu naglas kao tim.
- Nakon propuštenog gola ili greške, saigrači moraju dati povratne informacije, a ne kritike.

Tema: Upravljanje frustracijom i ljutnjom

"Vatra ili led"

Cilj: Da pomogne igračima da identifikuju šta izaziva njihov bes i istražuju strategije za upravljanje besom kroz diskusiju i kretanje.

Trajanje: 60 minuta

Materijali: crveni i plavi konusi, kuglice, papir i olovke, prsluci

Kako igrati:

Nefer meč (7 minuta)

Započnite fudbalsku utakmicu i donesite nepravedne odluke / dajte nepravedne instrukcije. Igrajte 5 minuta. Zaustavite igru i posvetite sledeća 2 minuta diskusiji. Pitajte igrače kako su se osećali tokom igre. Da li su osećali frustraciju ili bes?

Zagrevanje diskusija (8 minuta)

Pitajte igrače:

- *"Da li postoje drugi razlozi da vas naljute tokom igre ili uopšte u životu?",
"Kako razumete da ste ljuti (crveno lice, stisnute pesnice, ubrzan rad srca itd.)".*
(Zapišite njihove odgovore)
- *"Šta vam pomaže da se ohladite?"*
(Duboko udahnite? Razgovaram sa nekim? Fizička aktivnost? Muzika?)

Objasnite da je bes normalan, ali ono što radimo sa njim je važno. Razgovarajte o tome kako je bes kao vatra. Može dati energiju, ali ako se ne kontroliše može spaliti nas ili druge.

Vatra ili led (15 minuta)

- Napravite dve zone udaljene oko 20-30 metara. Jedan od njih će biti označen crvenim konusima koji predstavljaju VATRU, a drugi plavom bojom koja predstavlja LED.
- Uputite igrače da stoje u sredini te udaljenosti u liniji.

- Objasnjavate da vatra predstavlja ljutnju, dok led ne predstavlja evociranje bilo koje emocije.
- Štaviše, recite im da ćete pročitati neke scenarije, a oni će morati da izaberu da li će trčati * do vatre ili ledenog područja u zavisnosti od toga da li ih scenario izaziva bes ili ne.

Da biste obogatili aktivnost, možete uputiti igrače da se presele na određena područja tako što ćete raditi vežbu sa loptom umesto trčanja, kao što je voziti loptu desnom / levom nogom, pomerati loptu radeći "zvona" itd.

- Izaberite i pročitajte naglas jedan od scenarija koji su navedeni u tabeli ispod.

Izjave o situacijama koje izazivaju ljutnju

Saigrač vas krivi za propuštanje gola.
Sudija pravi poziv za koji mislite da je potpuno nepravedan.
Sedite na klupi i stvarno želite da igrate.
Drugi igrač vas gura tokom igre.
Upropastiš igru koju si vežbao cele nedelje.
Saigrač viče na vas ljutito nakon greške.
Drugi tim igra prljavo i ne dobija poziv za to.
Osećate se kao da vam niko ne dodaje loptu.
Neko na marginama te dobacuje.
Osećate se kao da trener ne primećuje vaš trud. Vaši roditelji viču sa tribina da ne igrate dobro / ne postižete nikakav gol.

- Pitajte neke volontere da objasne svoj izbor.
- Počnite ispočetka. Uradite ovaj proces ukupno 4-5 puta.
- Podsetite igrače tehnike hlađenja koje su pomenuli tokom diskusije o zagrevanju i izaberite troje od njih da vežbaju na licu mesta (tj, da 5 puta duboko udahnu, legnu i zatvore oči za 20 sekunda, sprint, potražite savet od drugih itd.).

Fudbalska utakmica (20 minuta)

Nastavljate sesiju igrajući fudbalsku utakmicu. Upućujete igrače da imaju na umu na čemu ste već radili i da bi trebalo da pokušaju da ih primene ako je potrebno.

Bonus ideja: Možete tajno dodeliti jednog učesnika da se ponašaju provokativno ili nepravedno namerno, nudeći drugima priliku da praktikuju upravljanje besom.

Refleksija (10 minuta)

Posle meča možete svi da sednete u krug i možete postaviti sledeća pitanja: Kako ste se osećali u vezi sa ovom sesijom? Šta ste naučili? Zašto je važno naučiti kako kontrolisati svoj bes?

Zatvorite aktivnost objašnjavajući da upravljanje besom zahteva stalnu praksu i samosvest. Možete podeliti primere uspešnog i neuspešnog upravljanja besom od profesionalnih sportista. Uspešan primer bi mogao biti kada poznati fudbaleri poput Ronalda ili Mesija, u određenim utakmicama, odlučili da ne reaguju na provokativno ili agresivno ponašanje protivnika. Umesto toga, oni su ostali fokusirani na igru i kanalisali svoje emocije u stvaranju prilika za postizanje golova ili vođenju svojih timova.

Nasuprot tome, primer neuspešnog upravljanja besom je slučaj Bobana Jankovića, koji je, frustriran nakon što je dobio peti faul, udario glavom u podstavljeni betonski stub – akcija koja ga je tragično ostavila doživotno paralizovanog.

!!! Uvek proverite da li su primeri koje izaberete prikladni za uzrast, nivo zrelosti i potrebe vaših igrača!!

Upravljanje frustracije i besa-otvorena pravila Primeri:

- Ako se igrač oseća frustrirano, mora da podigne ruku i tri puta duboko udahne pre nego što nastavi.
- Ako se igrač oseća preplavljeno, oni mogu da naprave "pauzu gest" da predahne. Svi poštuju gest i prave kratku pauzu.
- Ako saigrač pokazuje znake besa, drugi igrač mora da ponudi ohrabrenje pozitivnim gestom (kao što je pet ili palac gore).

- Nema svađe sa sudijama, posrednicima, ili drugim igračima — sporovi moraju biti rešeni timskim okupljanjem.
- Nakon prekršaja ili greške, igrači moraju da koriste umirujuću reč (kao što je "reset" ili "fokus") da podseti tim da ostane pozitivan.
- Svaki tim ima "dobrobit saveznika" koji posmatra kako se svi osećaju tokom igre.
- Ako dođe do sukoba, kapiteni iz oba tima se brzo sastaju u sredini i dogovaraju se o fer rešenju bez krivice.

Tema: Rešavanje sukoba

"Problem magičnog fudbala"

Ova aktivnost je inspirisana klasičnim scenarijem pregovora "Ugli Orange", prvobitno razvijenim za obuku o rešavanju sukoba.

Cilj: Da podstakne decu da mirno rešavaju sukob razgovorom, slušanjem i pronalaženjem rešenja u kojem svi dobijaju.

Trajanje: 30-40 minuta

Materijal:

- Štampane kartice uloga (*po jedna za svaki tim ili napisano na indeksnim karticama*)
 - Tajne informacije o timu „Munjeviti igrači“
 - Tajne informacije o timu Zlatnih golmana
- Skripta ili list edukatora (*podešavanje scenarija koje čitate naglas*)
- Tajmer ili sat
- Prostor za grupni rad i pregovore (*samo područja na podu*)

Kako igrati:

Podešavanje priče (10-15 minuta)

1. Okupite decu i predstavite aktivnost:

"Pozdrav svima! Danas ćemo igrati zabavnu igru pod nazivom "Čarobni fudbalski problem". Bićete podeljeni u dva tima i svaki tim će imati poseban problem za rešavanje. Cilj je da radimo zajedno, razgovaramo i pronađemo način da oba tima mogu da pobeđu!"

2. Podelite decu u dva tima:

- Možete ih ravnomerno podeliti odbrojavanjem brojeva ("1, 2, 1, 2 ...") ili odabrati timove tako što ćete dozvoliti deci da izaberu svoja omiljena imena fudbalskih timova.
- Nazovite timove: Tim munjevitih igrača, Tim zlatnih golmana.

3. Dajte svakom timu karticu sa njihovom tajnom ulogom:

"Svaki tim će dobiti karticu sa nekim tajnim informacijama o problemu vašeg tima. Zapamtite, ne pokazujte drugom timu svoju karticu! Pročitajte ga tiho i ne delite ga još. "

- Kartica tima munjeviti igrači: Vaš tim ima stare, istrošene dresove, a potrebna vam je posebna tkanina iz Magic Kit (super lepljiva traka)-da biste napravili nove. Bez toga, ne možete udobno igrati u svom velikom meču.
- Kartica tima Zlatni Golmani: Vaše golmanske rukavice se raspadaju, a potreban vam je super-grip materijal i super lepljiva traka- da biste ih popravili. Bez toga, vaš golman ne može da zaustavi nikakve šuteve.

4. Objasnite scenario:

Dva fudbalska tima, Munjeviti Napadači i Zlatni Golmani, imaju važnu utakmicu ovog vikenda. Oba tima su čula da trener Marija ima jedini preostali poseban „Magic Football Kit“ i da će ga dati samo jednom timu — osim ako ta dva tima ne uspeju da zajedno smisle nešto.

!! Obrt (skriven od sve dece u početku)!!

Magični Priručnik sadrži oboje:

5. Tkanina za dresove
6. Materijal za golmanske rukavice

Dakle, ako timovi razgovaraju i dele ono što im je zapravo potrebno, shvatiće da mogu podeliti komplet i oba tima pobeđu.

Faza pregovora (10 minuta)

Spojite oba tima.

Recite i jednom i drugom timu: *"Sada možete da razgovarate sa drugim timom i pokušate da rešite problem. Ne zaboravite da pažljivo slušate, budite poštovani i pokušajte da pronađete način koji pomaže i jednom i drugom timu. "*

Podesite tajmer za 10 minuta.

Vi posmatrate tiho. Samo podstičite razgovor i slušanje s poštovanjem. Kao edukator, ne vodite decu ka rešenju tokom faze pregovora. Samo posmatrate.

Zašto je ovo važno:

Učenje dolazi iz samostalnog shvatanja, naročito u trenutku kada shvate: „Oh! Zapravo nam ne treba isti deo kompleta, obojica možemo pobediti!“

Ako im nagoveštavate ili ih direktno vodite (na primer: „Možda bi trebalo da kažete drugom timu tačno šta vam treba...“), oduzimate im taj aha-momenat, koji je najvažniji deo aktivnosti.

Primeri šta NE treba raditi tokom pregovora:

- „Zašto ih ne pitate koji deo kompleta im treba?“
- „Oni oboje žele istu stvar... ili ti?“
- „Možda postoji način da obojica pobedite...“

Šta možete da radite:

- Posmatrajte tiho,
- Podsetite ih na vreme ako je potrebno,
- Uključite se samo ako se počnu svađati bez poštovanja ili ako skrenu sa pravog puta.

Deljenje rešenja (3–5 minuta)

Timovi dele ono što su odlučili i kako su to rešili.

Razgovor i refleksija (10–15 minuta)

Grupna diskusija o tome šta su naučili o komunikaciji, timskom radu i rešavanju sukoba. Tada im pomažete da razmisle.

Pitanja za razmatranje (nakon što pregovaraju):

Ako su timovi pronašli rešenje / sporazum, pitajte:

- *Šta se desilo kada ste prvi put počeli da govorite?*
- *Da li ste mislili da samo jedan tim može da pobedi u početku?*
- *Kakav je bio osećaj pronaći rešenje koje je pomoglo oba tima?*
- *Šta vam je pomoglo da postignete dogovor?*
- *Kakav je osećaj da pronađe način da oba tima mogu da pobede?*
- *Možete li se setiti stvarnih problema u kojima bi to moglo pomoći?*

Ako timovi nisu pronašli rešenje / sporazum, pitajte:

- Šta se desilo kada ste prvi put počeli da govorite?
- Šta je otežalo dogovor ili pronalaženje rešenja?
- Da li ste pažljivo slušali šta je drugom timu potrebno?
- Kako mislite da je deljenje vaših stvarnih potreba moglo pomoći?
- Šta biste mogli da uradite drugačije sledeći put da biste bolje radili kao tim?
- Možete li se setiti vremena kada vam je razgovor pomogao da rešite problem?
- Zašto je važno da ostanete poštovani čak i kada se ne slažete?

Ako su timovi postigli rešenje, ali samo jedna strana zaista "pobedila"..

Ako deca pronađu rešenje, ali to nije dobitna kombinacija (npr. jedan tim je "odustao" ili napravio sve kompromise), ovo je sjajan trenutak za učenje. Želećete da ih vodite da dublje razmisle o pravičnosti, saradnji i propuštenim prilikama. Možete postaviti neka od sledećih pitanja:

- Da li su oba tima dobila ono što im je potrebno ili je jedan tim dobio više?
- Šta mislite kako se drugi tim osećao zbog ishoda?
- Da li je postojao drugi način na koji ste mogli da rešite problem tako da su oba tima bila srećna?
- Šta možete da uradite sledeći put da potražite rešenje gde svako dobije nešto što im je potrebno?

Dodajte zabavan obrt (opciona bonus ideja!)

- Mali "Magic Football Kit" rekvizit (kutija ili torba sa tkanine ostataka i rukavica komada) da dodate na praktični, vizuelni element.
- Tabla ili papir za pregled (npr. Da navedete šta im je pomoglo da reše sukob).
- Male nagrade ili sertifikati za timski rad ili kreativnost.
- Deca ovog uzrasta vole malo igranja uloga i kreativnosti. Razmislite o tome da im date značke sa imenom tima ili da im dozvolite da nacrtaju svoj logo tima pre nego što počnu kako bi izgradili angažman.

Rešavanje sukoba – Primeri otvorenih pravila:

- Podignite ruku ako postoji neslaganje ili nejasna situacija. U slučaju neslaganja, napravite "fer-plej pauzu": svaki tim predlaže rešenje i svi glasaju zajedno.
- Podignite ruku i zaustavite igru ako počinite faul.
- Govorite mirno i s poštovanjem svima.
- Zaustavite igru ako se neko povredi ili uznemiri.
- Koristite pauzu u igri ako emocije postanu prenatrpane.
- Pomozite drugima da se smire. Trudite se da se stvari ne pogoršaju.

Tema: Rodno zasnovani stereotipi

"Igra imena: Razbijanje stereotipa!"

Ova aktivnost je inspirisana radionicama "Making Rights a Realnost" koje je razvio Amnesty International, a koje su prvobitno osmišljene da poboljšaju razumevanje i promovišu diskusije o rodnoj ravnopravnosti.

Cilj: Uvesti i istražiti rodno zasnovane stereotipe na zabavan, jednostavan način, pomažući deci da shvate kako jezik može da oblikuje način na koji gledamo na druge.

Trajanje: 35-40 minuta

Potrebni materijali:

3. Nijedan (samo fudbalska ili bilo koja lopta za bacanje, po želji)
4. Tabla i marker (ako želite da zapišete neke beleške koje dolaze iz diskusije sa decom)

Kako igrati:

1. Igra imena: Stereotipi (10 minuta)

Počnite objašnjavajući da su stereotipi ideje ili misli koje ljudi imaju o drugima na osnovu stvari kao što su njihov pol, starost, etničko poreklo ili izgled. Na primer, ponekad ljudi misle da samo dečaci mogu biti dobri u fudbalu ili da devojke uvek treba da budu ljubazne i nežne.

Formirajte krug sa decom. Igra počinje sa osobom koja izgovara svoje ime, ali oni moraju da smisle pridev koji počinje istim slovom kao i njihovo ime i odnosi se na to da je devojka ili žena. Ove reči mogu biti i pozitivne i negativne. Primeri odgovora mogu biti: "Lepa Paula", "Dosadna Nora", "Naređivačka Bella", "Mila Kelli", "Jaki Steven", "Divlji Will", "Lenji Luke".

Napomena za trenera: Ovo može biti odličan način da započnete razgovor o stereotipima. Aktivnost pomaže deci da vide kako se određene reči koriste za opisivanje devojčica i dečaka.

2. Grupna diskusija o stereotipima (10 minuta)

Nakon što su svi podelili svoje ime i pridev, vodite diskusiju sa sledećim pitanjima:

- *"Koliko reči koje se koriste opisuju devojke na pozitivan način?"*
- *"Šta mislite da bi se desilo ako bismo koristili prideve koje smo koristili za devojčice da opišete dečake i one koje smo koristili za dečake da opišete devojčice?"*
- *"Zašto mislite da ljudi koriste reči kao što su "šef" za devojčice ili "težak" za dečake?"*
- *"Može li način na koji razgovaramo dovesti do nepravednog postupanja prema ljudima?"*

Napomena trenera koju treba podeliti sa decom: *"Reči mogu biti moćne i mogu oblikovati način na koji se ljudi vide. Stereotipi često koriste reči koje čine da neki ljudi izgledaju jači ili bolji od drugih, na osnovu njihovog pola. Čak i pozitivni stereotipi, kao što je rekavši da su devojke uvek ljubazne ili dečaci su uvek jaki, mogu biti štetni. Ove ideje čine da se ljudi osećaju kao da moraju da se ponašaju na određen način i da ne mogu biti sami. Važno je zapamtiti da svako treba da bude slobodan da izrazi ko je, a da ga se ne osuđuje, čak i ako stereotip izgleda lepo".*

4. Izazovni stereotipi (10 minuta)

- Zamolite grupu da smisli reči koje bi se mogle koristiti za opisivanje i dečaka i devojčica na pozitivan način. Napišite ove reči na tabli.
- Na primer: "Pametna", "Hrabar", "Ljubazan", "Jak", "Samouveren", "Kreativan"
- Objasnite da ovakve reči ne bi trebalo da budu vezane za jedan ili drugi pol. Svako može biti pametan, snažan ili hrabar, bilo da je dečak ili devojčica.

5. Završetak diskusije (5 minuta)

Pitajte decu:

- *"Šta se može dogoditi kada ljudi veruju stereotipima?" (Objasnite da verovanje stereotipa može dovesti do nepravednog tretmana, povrediti osećanja i sprečiti ljude da isprobavaju nove stvari ili pokazuju ko su zaista.)*
- *"Šta mislite, odakle dolaze stereotipi? (Objasnite da se stereotipi često uče iz stvari kao što su TV emisije, društveni mediji, a ponekad iz onoga što nam ljudi govore kod kuće ili u školi.)*
- *Šta možemo da uradimo da ograničimo stereotipe? (Podstičite ideje kao što su korišćenje fer jezika, prepoznavanje da dečaci i devojčice mogu da rade iste stvari i tretiranje svih jednako.)*

Zaključak: Naglasite da niko ne bi trebalo da bude ograničen stereotipima i da svako treba da bude slobodan da radi ono što voli, bilo da igra fudbal, čita ili bilo šta drugo. Stereotipi mogu učiniti da se ljudi osećaju manje kao oni, kao da se ne tretiraju kao pravi ljudi. Kada počnemo da vidimo druge kao samo deo grupe ili etikete, lakše je da ih tretiramo nepravedno. Svi zaslužujemo da budemo viđeni zbog onoga što zaista jesmo, a ne samo zbog etikete.

Rodno zasnovani stereotipi – Primeri otvorenih pravila:

- Svaki uzastopni gol koji je postigao tim mora da se menja između devojčica i dečaka.
- Trebalo bi da postoje jednaki dečaci i devojčice u timu (ako je broj devojaka u timu adekvatan da podrži takvo pravilo).
- Svaki igrač mora da napravi najmanje jedan pas do saigrača suprotnog pola pre šutiranja na gol.
- Golovi devojaka se računaju dvostruko (tj. ako devojka postigne gol, to se računa kao dva gola).
- Medijacijsku rundu (posle igre) svaki put vode jedan dečak i jedna devojčica.

VAŽNA NAPOMENA:

Gore pomenuta pravila u fudbalu³ su dizajnirani da podstaknu inkluziju i poboljšaju učešće devojaka, ali mogu nenamerno stvoriti pozitivnu diskriminaciju. U idealnom slučaju, pravičnost ne bi trebalo da zavisi od pola. Treneri / edukatori treba da kritički procene potrebe svoje grupe i odluče da li takva pravila podržavaju ili ometaju inkluzivnu igru. Na primer, ako dečaci u timu imaju jake stereotipe o devojčicama i imaju tendenciju da ih isključe iz igre, onda ova pravila mogu poslužiti kao efikasno sredstvo za osporavanje tog ponašanja.

DEO 6: Trening sa pažnjom: saveti, energija i uloga trenera

Saveti trenerima: Čuvanje pažnje i upravljanje energijom

Rad sa decom uzrasta od 10 do 12 godina znači puno energije, kratak raspon pažnje i mnogo radoznalosti. Evo nekoliko korisnih saveta kako bi vaše sesije bile zabavne, fokusirane i pune pozitivnih vibracija:

1. Neka bude kratak i aktivan

- Razdvojite aktivnosti na kratke delove (10–15 minuta).
- Koristite brze prelaze između vežbi kako biste zadržali zamah.

2. Koristite jasna, jednostavna uputstva

- Dajte jednu po jednu instrukciju. Pokažite, recite i onda to uradite.
- Koristite ručne signale ili vizuelne znakove kako biste ojačali ono što govorite.

3. Pomešajte fizičke i mentalne aktivnosti

- Nakon utakmice visoke energije, uradite nešto sporije, poput kruga za diskusiju.
- Balansirajte vreme za mentalni odmor i pokret kako biste deci omogućili da se osveže.

4. Postavite vremenska ograničenja

- Koristite odbrojavanje ("još 5 sekundi!") da bi se stvari kretale.
- Deca dobro reaguju na predvidljivo vreme; Pomaže u fokusu i prelazima.

5. Uključite decu u vođenje

- Neka demonstriraju zagrevanje, predlažu vežbe ili pomognu u postavljanju opreme.
- Davanje odgovornosti povećava fokus i timski rad.

6. Koristite poziv i odgovor da biste povratili pažnju

Primeri:

- Trener: *"Spremni da slušate?"* Deca: *"Spremni za učenje!"*
- Trener: *"1-2-3..."* Deca: *"Oči na mene!"*

7. Pohvalite pozitivno ponašanje glasno

- Obratite pažnju kada deca donose dobre izbore i slave svoje napore
- Koristite fraze kao što su: *"Odličan timski rad!"* ili *"Odličan fokus!"*

8. Znajte kada da se okrenete

- Ako se energija ruši ili haos raste, prebacite ga.
- Brza igra, pauza za vodu ili grupno navijanje može resetovati vibraciju.

9. Držite mirno prisustvo

- Ostanite pozitivni i dosledni, čak i ako stvari postanu bučne ili haotične.
- Deca odražavaju vašu energiju - mirno samopouzdanje je zarazno.

Završno razmišljanje: Sprečavanje i zaustavljanje rasističkog, diskriminatornog i ksenofobičnog ponašanja

Od suštinskog je značaja da treneri / edukatori razmisle o većoj ulozi koju igraju u oblikovanju okruženja za igrače. Aktivnim sprečavanjem i rešavanjem rasističkog, diskriminatornog i ksenofobičnog ponašanja, obezbeđujemo da se svi, bez obzira na njihovo poreklo, osećaju bezbedno, cenjeno i poštovano u vašim timovima.

Evo nekoliko ključnih koraka koje možete preduzeti:

1. Identifikujte sopstvene nesvesne predrasude

Svi mi imamo predrasude, od kojih su mnoge nesvesne. Vrlo je važno da razmislimo o tome kako su naša sopstvena uverenja i stavovi prema ljudima koji su različiti od nas možda oblikovani. Biti svestan tih predrasuda pomaže nam da pristupimo svakoj situaciji sa otvorenim i neosuđujućim stavom.

2. Govorite protiv rasističkog ili ksenofobičnog jezika

Ako čujete bilo kakve rasističke šale, komentare ili ksenofobični jezik, bilo od igrača ili drugih odraslih, obavezno ga prozovete. Ove primedbe, iako se ponekad smatraju bezopasnim, mogu produžiti štetne stereotipe i stavove. Tišina se može tumačiti kao dogovor, tako da je važno odmah se pozabaviti ovim ponašanjem.

3. Podrška kulturnoj raznolikosti

Ohrabrite svoj tim da prihvati i uči o različitim kulturama. To bi moglo značiti prisustvovanje kulturnim događajima, istraživanje kuhinja, čitanje knjiga ili gledanje filmova / animacija iz različitih zemalja. Kada igrači vide da podržavate i slavite kulturnu raznolikost, verovatnije je da će učiniti isto.

Vaša uloga kao trenera:

Ne morate biti stručnjak za svaku kulturu ili imati napredne fudbalske veštine. Ono što vam je potrebno je da vodite primerom. Stvaranje inkluzivnog okruženja odnosi se na empatiju, svest i otvorenu komunikaciju. Vodite svoje igrače da shvate važnost pravičnosti i poštovanja, ne samo u igri, već i u načinu na koji komuniciraju sa drugima u svakodnevnom životu. Podsticanjem empatije, svesti i inkluzivnosti, možete pomoći u oblikovanju igrača koji će postati ne samo veliki sportisti, već i bolji pojedinci, doprinoseći mirnijem društvu.

Zaključak

U vreme kada se deca širom Evrope kreću kroz svet oblikovan društvenim tenzijama, promenama zajednica i rastućim digitalnim uticajima, važnije je nego ikada stvoriti sigurne, inkluzivne prostore u kojima mladi ljudi osećaju da pripadaju. Ovo je mesto gde fudbal kada se koristi namerno može biti više od igre.

Fudbal3 pristup nas podseća da fudbal može da podstakne empatiju, saradnju i poštovanje. Ovaj alat prilagođava tu moćnu metodologiju za decu uzrasta od 10 do 12 godina, dajući trenerima / edukatorima i medijatorima razigrane, kreativne načine da otvore razgovore o važnim društvenim temama, istovremeno podržavajući emocionalni rast i društvenu povezanost.

Kombinovanjem sporta sa dijalogom, pripovijedanjem i timskim izazovima, možemo pomoći deci da nauče životne veštine koje prevazilaze teren. Aktivnosti u ovom vodiču podržavaju samorefleksiju, emocionalnu regulaciju, kritičko razmišljanje i veštine aktivnog građanstva koje mladi ljudi trebaju da bi napredovali u sve složenijem svetu.

Organizacije u zajednici, edukatori i treneri / medijatori imaju jedinstvenu priliku da transformišu fudbal u prostor koji izaziva isključenost, pristrasnost i diskriminaciju, istovremeno promovišući pravičnost, timski rad i uzajamno poštovanje. Ovaj alat je samo polazna tačka. Neka vas inspiriše da se prilagodite, proširite i izradite sopstvene kreativne i razigrane puteve ka inkluziji.

Prilozi

Aneks 1-Obrazac medijatora

Obrazac medijatora

Medijator(i):

Mesto:

Datum:

Rezultat utakmice

_____ Timovi _____

Golovi
Meč poeni
Fer plej poeni (samoevaluacija)
Fer plej poeni (dati od strane drugog tima)
UKUPNO BODOVA

PRAVILA

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

BELEŠKE

Aneks 2-Otvorena pravila

Vizuelne otvorene kartice pravila

Ovo su jednostavna, razigrana otvorena pravila koja su laka za decu da razumeju i zabavno glasaju ili rotiraju nedeljno. Možete ih staviti na kartice ili male postere i pustiti decu da izaberu one koje žele.

Vizuelna tema	Otvoreno pravilo	Vrednost koju uči
 Top za konfete	Svi slave svaki gol, bez obzira ko postigne gol.	Inkluzivnost, radost, zajednički uspeh
 Ikona rukovanja	Igrači se pozdravljaju rukovanjem ili tapšanjem rukom (high-five) pre i nakon meča.	Poštovanje, povezanost
 Strelice petlje	Morate dodati loptu najmanje dvojici saigrača pre nego što postignete gol.	Timski rad, ravnopravnost
	Dečaci i devojčice moraju da se menjaju -koji postižu rezultate.	Rodna ravnopravnost, pravičnost
	Nema vikanja ili ljutih reakcija. Samo mirni glasovi.	Upravljanje konfliktima, regulacija emocija.
 Krunu	Tim mora da izabere „kapetana ljubaznosti“ koji će tokom igre davati komplimente.	Liderstvo, ohrabrenje
 Duga	Osmislite timsku proslavu ili ples koji ćete izvesti posle utakmice.	Kreativnost, timsko vezivanje
	Svaki gol donosi onoliko poena koliko je tim napravio dodavanja pre nego što je postigao gol. (Na primer, šest dodavanja znači šest poena.)	Timski rad, Saradnja



RADOSTAN



SREĆAN



TUŽAN



LJUT



MIRAN



UMORAN



ZBUNJEN



POSPAN



ZABRINUT



USAMLJEN



PONOSAN



GLADAN



HLADNO



TOPLO



UZBUĐEN



ZADOVOLJAN



Hajde da razmislimo!

Datum: _____

Tema: _____

Mesto: _____

Tim: _____

Pravila

Uopšte ne

tako-tako

100%

1.



2.



3.



4.



5.



Ukupni bodovi: (Uopšte ne = 0, tako i tako = 1, 100% = 2)

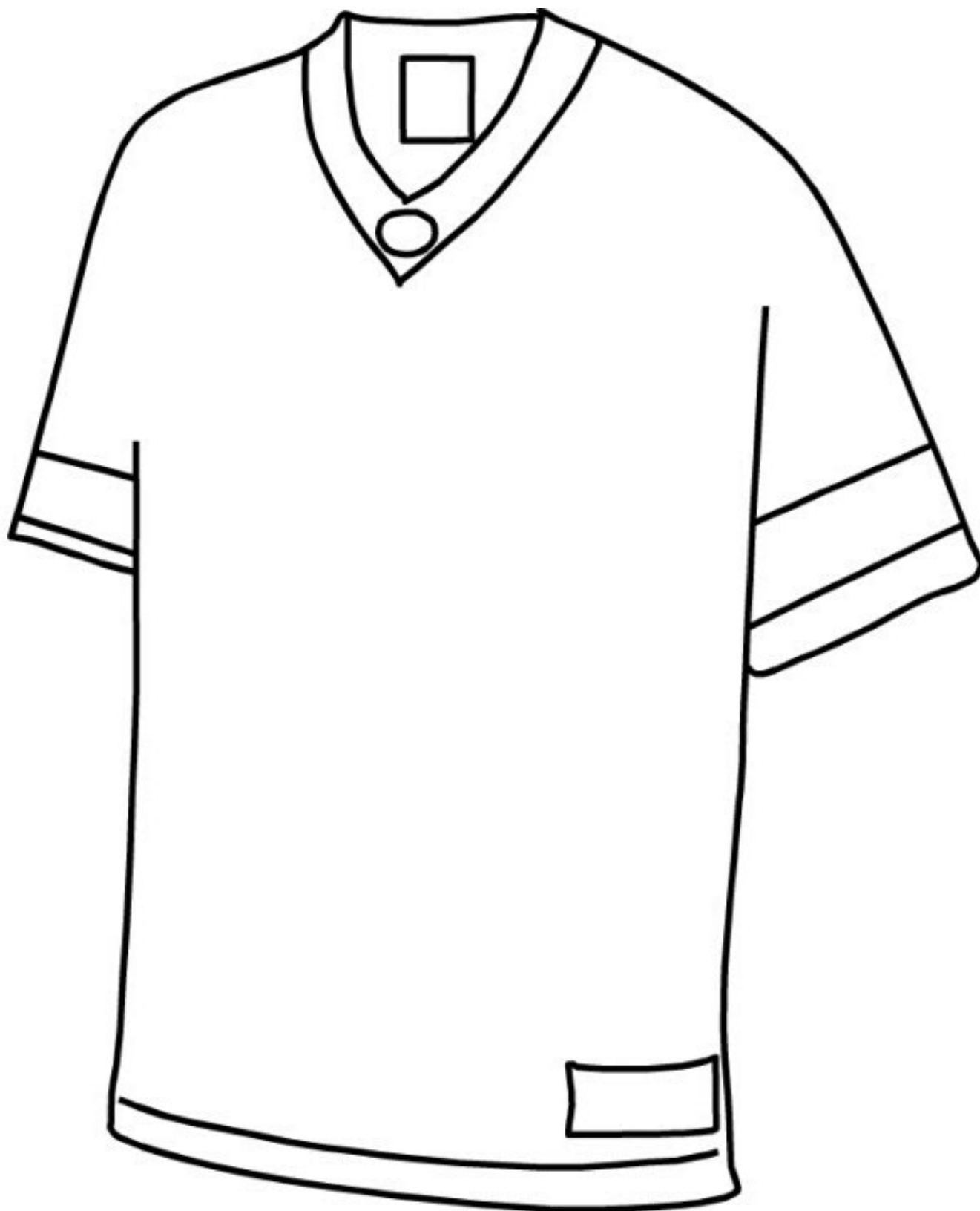
Komentari:

Aneks 5-Ljudski bingo

Pronađi nekoga ko ...

Može da uradi biciklistički udarac	Ima dvoje braće i sestara	Bavio se sportom koji nije fudbal	Može da pokaže proslave ciljeva potpisa dva poznata fudbalera	Može imenovati 10 zemalja za 10 sekundi
Rođen je u drugoj zemlji	Zna rođendan poznatog fudbalera	Govori drugačiji jezik kod kuće	Voli picu	Ima kućnog ljubimca kod kuće
Može imenovati 3 fudbalske pozicije	Ima zastavu iz druge zemlje u svom domu	Može da kaže "zdravo" na pet različitih jezika	Rođen je u istom mesecu kao i vi	Igrao je kao golman
Može zvižduk	Putovao je u inostranstvo	Može da uradi najmanje 5 žongliranja loptom	Da je levoruk	Pozna je sudijski signal
Ima prijatelje iz različitih kulturnih sredina	Probao je hranu iz druge zemlje	Može da izgovori jezičku zavrzlamu (brzalicu)	Stvarno je dobar u video igrama	Želi da bude trener jednog dana

Aneks 6 - DRES radni list



Izvori

- Horne, M., & Thiele, V. (n.d.). *DIALECT Toolkit: Disrupting polarisation – Building communities of tolerance through football* [PDF]. streetfootballworld.
https://dialectproject.eu/wp-content/uploads/2022/02/DIALECT_Integrated-Training-Toolkit.pdf

- streetfootballworld (2018): football3 trainer manual. Available at: <https://www.streetfootballworld.org/sites/default/files/football3%20for%20respect%20Toolkit.pdf>.

- streetfootballworld (2014): football3 handbook. Available at: <https://www.streetfootballworld.org/sites/default/files/football3%20Handbook.pdf>

- National Center of Social Research (EKKE). (2020). *Primary and secondary research findings report*. Retrieved from <https://dialectproject.eu/dialect-4/news/>

- Amnesty International. (2021). Making rights a reality: Gender awareness workshops. <https://www.amnesty.org/ar/wp-content/uploads/2021/05/ACT770352004ENGLISH.pdf>

Priznanja

Razvoj ovog alata omogućen je zahvaljujući finansiranju Evropske unije.

ActionAid Hellas je kreirao ovaj priručnik uz dragocenu podršku partnera projekta DIALECT 4.

Dostignuća ovog projekta odražavaju kolektivne napore konzorcijuma DIALECT 4 i globalne zajednice organizacija koje koriste football3 za otključavanje moći fudbala za društvene promene.

Posebno se zahvaljujemo partnerima koji su deo projekta DIALECT i koji rade na izgradnji inkluzivnih zajednica u Evropi: ActionAid Hellas (Grčka), ActionAid Italy, EKKE (Grčka), Football Friends (Srbija), Second Chance Sports Association (Mađarska) i našim pridruženim partnerima, UEFA fondaciji za decu i Common Goal, na njihovoj neprocenjivoj podršci.

Izjava o odricanju od odgovornosti

Finansira Evropska unija. Izraženi stavovi i mišljenja su, međutim, samo stavovi i mišljenja autora i ne odražavaju nužno stavove Evropske unije ili Evropske izvršne agencije za obrazovanje i kulturu (EACEA). Ni Evropska unija ni EACEA ne mogu biti odgovorni za njih.