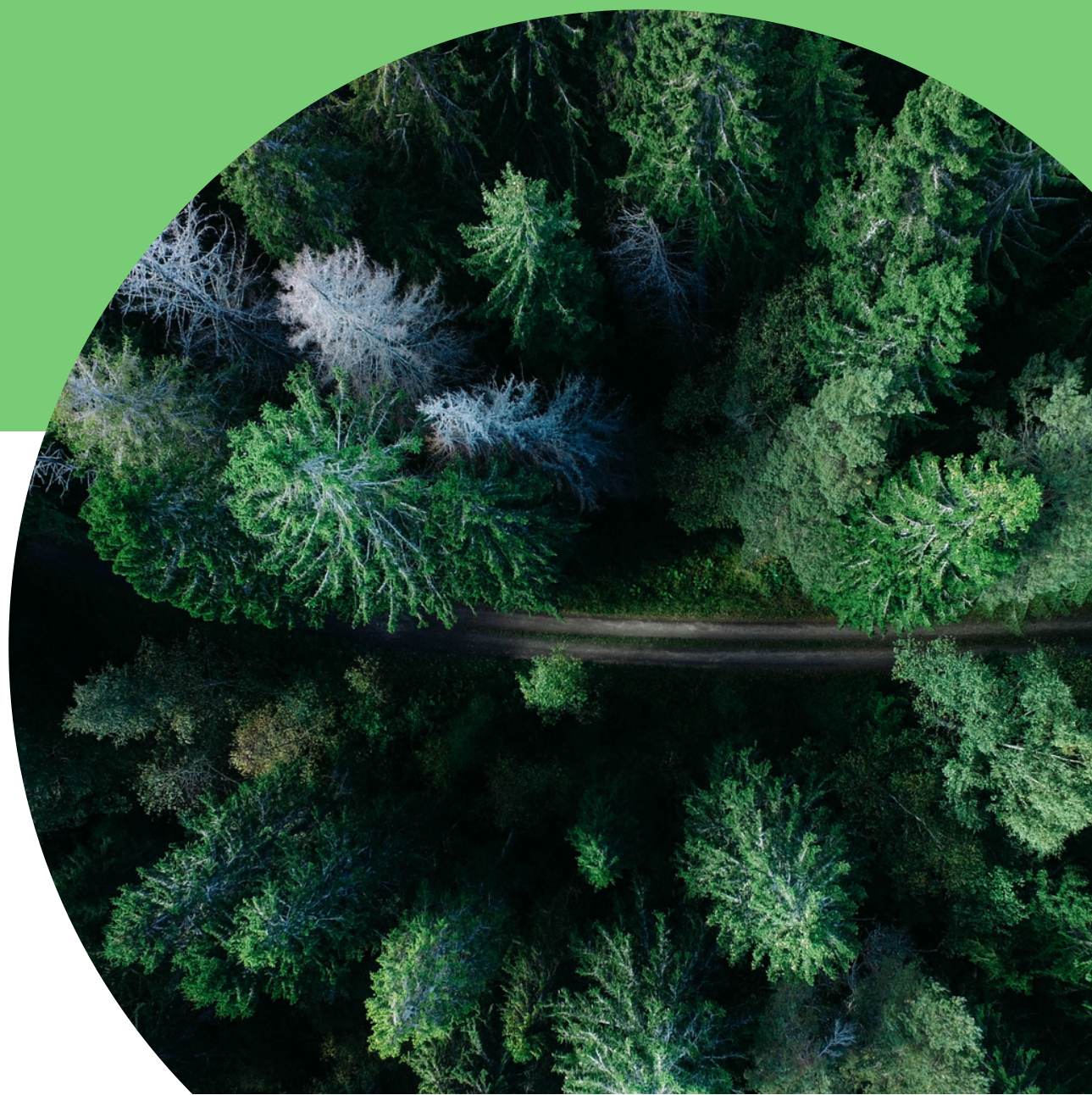


ECO- FRIENDLY SPORTS



ZÁRÓ JELENTÉS
ERASMUS+ SPORT PROJECT
2020-2022



PROJEKT ÖSSZEFOGLALÓ

Elkerülhetetlen, hogy tennünk kell valamit az klímaváltozás ellen. Nemcsak csökkenteni, újrafelhasználni és újrahasznosítani szükséges, hanem aktívan hozzájárulni bolygónk védelméhez, és közvetlen lépéseket tenni a védelme érdekében. A környezetszennyezés óriási probléma, az újrahasznosítás hiánya pedig még nagyobb kihívás.

Az "Eco-Friendly Sports" projekt célja olyan sport és fizikai tevékenységek népszerűsítése, amelyek nemcsak az egészségünk javításához járulnak hozzá, hanem a környezetre is pozitív hatással vannak.

A projekt céljai:

- a sporton keresztüli környezettudatosságra való nevelés, új módszerek népszerűsítése és fejlesztése ebben a témakörben,
- a környezetbarát sportesemények számának növelése,
- felhívni a lakosság figyelmét a sport és a környezetvédelem lehetséges összefüggéseire,
- a lakosság sportba való bekapcsolódásának előmozdítása, és ösztönzése arra, hogy tegyenek lépéseket a jobb környezet érdekében,
- a sportklubok képviselőinek és az ifjúsági munkásoknak az ökosport fogalmával kapcsolatos ismereteinek és tapasztalatainak bővítése,
- lehetőséget teremteni a városi életmódban élő emberek testi-lelki egészségének megőrzésére, a stressz szint jelentős csökkentésére,
- egy olyan társadalom felépítése, amely közel érzi magát a természethez, kötődik hozzá és hozzájárul a természeti erőforrások fenntartható felhasználásához, és ezáltal fenntartható városok építéséhez,
- hozzájárulni a hátrányos helyzetű fiatalok társadalmi befogadásához.



AZ” ECO-FRIENDLY SPORTS” PROJEKTET AZ EURÓPAI UNIÓ ERASMUS+ PROGRAMJA TÁRSFINANSZÍROZTA. A PROJEKT 2020 JANUÁRJÁBAN INDULT, ÉS 8 KÜLÖNBÖZŐ ORSZÁGBÓL SZÁRMAZÓ SZERVEZETET FOGLAL MAGÁBAN:



Különböző háttérű szervezeteket képviselünk: sportszervezeteket és klubokat, oktatási és környezetvédelmi civil szervezeteket. A projekt indításakor az volt a célunk, hogy megtaláljuk a módját, hogyan járulhat hozzá az alulról szerveződő sport, aktív változás előidézéséhez a környezetvédelemben.

Az erős motivációknak, számos tevékenység és esemény lett a gyümölcse amelyek hozzájárultak az ambiciózus célok eléréséhez: példamutató gyakorlatok összegyűjtése, új módszerek és kiadványok kidolgozása, helyi környezetbarát sportesemények, találkozók és konferenciák megszervezése, közösségi média promóció: videók és podcastok készítése és még sorolhatnánk.

RENDEZVÉNYEK ÉS RÉSZTVEVŐK SZÁMA



KÖRNYEZETBARÁT SPORTPROGRAM IFJÚSÁGNAK



Projektünk legfontosabb eredménye az újonnan kifejlesztett módszerek és rendezvények a sporton keresztüli környezetvédelem témájában. Az "Eco-friendly Sports" projekt fiataloknak szóló sportprogramja 24 tréningből és rendezvényből áll – amelyekben a fizikai aktivitást és a nem formális oktatási módszereket kombináljuk, amely 3 részből áll:

SPORT ÉS FIZIKAI TEVÉKENYSÉGEK TANULÁS KÖZBEN...

SPORT ÉS FIZIKAI
TEVÉKENYSÉGEK ÜZÉSE AMI
ALATT A TERMÉSZETRŐL, AZ
ÖKOSZISZTÉMÁKRÓL ÉS A
BIOLÓGIAI SOKFÉLESGÉRŐL,
VALAMINT ANNAK
MEGŐRZÉSÉRŐL TANULUNK

SPORT ÉS FIZIKAI
TEVÉKENYSÉGEK ÜZÉSE AMI
ALATT A GLOBÁLIS ÉS HELYI
KÖRNYEZETI PROBLÉMÁK ÉS
MEGOLDÁSÁIRÓL TANULUNK

KÖRNYEZETVÉDELMI
AKTIVIZMUSRA ÉS EGYÉNI
CSELEKVÉSRE
ÖSSZPONTOSÍTÓ SPORT
ÉS FIZIKAI
TEVÉKENYSÉGEK

Szeretnénk hangsúlyozni, hogy mindezeket a tevékenységeket 8 nagyon eltérő ökoszisztémával és biológiai sokféleséggel rendelkező országban tesztelték és hajtották végre, és több mint 1000 ember vett részt bennünk, több korosztályból, eltérő fizikai képességgel és tudással a klímaváltozásról.

A kiadvány azoknak a trénereknek, sportszakértőknek, szociális munkásoknak, oktatóknak, facilitátoroknak és ifjúsági vezetőknak szól, akik a sporton keresztül szeretnék népszerűsíteni a környezettudatosságot és védelem, illetve szervezni környezetbarát sport rendezvények és tevékenységek közösségeikben, iskoláikban, klubjukban stb.

SPORT- ÉS TERMÉSZETTUDOMÁNYI OKTATÁSI PROGRAM EDZŐKNEK, SPORTSZAKÉRTŐKNEK ÉS IFJÚSÁGI MUNKÁSOKNAK

A Sport és Természettudományi Oktatási Program a projekt egyik eredménye, és célja az oktatók, sportszakértők és ifjúsági munkások ismereteinek bővítése a környezetbarát sport fogalmával kapcsolatban. A kiadvány számos olyan témát ölel fel, amelyek hasznosak minden olyan ember számára, aki a jövőben is szeretne környezetbarát sporttevékenységeket szervezni.



Meggyőződésünk, hogy a sport, és különösen az alulról szerveződő sport jelentős mértékben hozzájárulhat a környezeti kihívások megoldásához helyi és globális szinten is. A sportnak azonban negatív hatásai is lehetnek a természetre és a környezetre, ezért a sportszervezetek képviselőinek törekedniük kell ennek a lábnyomnak a csökkentésére.

Ebben a kiadványban a témához kapcsolódó különféle al-témák állnak rendelkezésre, például:

- Hogyan szervezzünk környezetbarát sporteseményeket,
- Hogyan tegyük környezetbaráttá a meglévő rendszeres sporttevékenységeket vagy sporteseményeket,
- Hogyan lehet a környezetre és a természetre vonatkozó oktatást beépíteni a sportba és a fizikai tevékenységekbe,
- Hogyan segítheti a sport a természetvédelmet és más ehhez kapcsolódó témákat.
- Minden fejezetben elérhető egy elméleti bevezető, majd a gyakorlati rész mindazok számára, akik érdeklődnek a témával kapcsolatos workshopok szervezése iránt, a kollégáiknak vagy civil szervezetek képviselőinek.



PÉLDA MUTATÓ GYAKORLATOK GYŰJTEMÉNY: HOGYAN LEHET ÖSSZEKAPCSOLNI A SPORTOT ÉS A KÖRNYEZETVÉDELMET

A projektet egy elemzéssel indítottuk, és feltártuk a sport, a környezetvédelem és a környezetvédelmi szereplők változatos tevékenységeit, rendezvényeit, nem formális oktatási módszereit, amelyek már ötvözik a sportot és a környezetvédelmet.

A cél a meglévő programokkal kapcsolatos bevált gyakorlatok, ajánlások és források elemzése, beazonosítása és összegyűjtése volt. A kiadvány inspirációként szolgálhat a környezetvédelmi szempontok sportba való integrálásához, különösen alulról szerveződő sport kapcsán.

Emellett felmérést is végeztünk az ilyen rendezvények lebonyolításában tapasztalattal rendelkező sport- és környezetvédelmi egyesületek, klubok és egyéb intézmények körében, és tanácsokat, javaslatokat gyűjtöttünk, illetve beazonosítottuk a rendezvények vagy az alkalmazott módszerek gyengeségeit, erősségeit.



MULTIMÉDIA TANANYAGOK

Podcastek

Podcasteket készítettünk a környezetbarát sporthoz kapcsolódó különböző szempontokról és témákról:

- egy podcast a projektünkről;
- podcast környezetbarát sportesemények példáiról;
- podcast oktatóknak és sportszakértőknek arról, hogy hogyan lehet bevonni a környezetvédelemre való nevelést a sportba;
- podcast a környezetvédelem és az oktatás területén tevékenykedő civil szervezetek számára arról, hogyan vonják be a sportot és a fizikai tevékenységeket tréningeikbe és rendezvényeikbe;
- és még podcastok azoknak, akik aktívak szeretnének lenni és környezetbarát sporteseményeket szeretnének szervezni, olyan témákkal kapcsolatban, mint a szervezés, a források megszerzése stb.



Videók és közösségi média

Videókat és közösségi média csatornákat hoztunk létre, hogy felhívjuk a figyelmet a környezettudatosságra, valamint a sport fontosságára, és motiváljunk másokat is, hogy közösségükben is szervezzenek ilyen jellegű rendezvényeket! Kövess minket @ecofriendlysports



NÉHÁNY TIPP A KÖRNYEZETBARÁT SPORTESEMÉNYEK SZERVEZÉSÉHEZ

Milyen környezetbarát sporteseményeket lehet szervezni? Sokféle környezetbarát sporteseményt lehet szervezni!

- Túrázzon vagy fuss a természetben, és igyekezzen ezeket a fizikai tevékenységeket mindig a hulladékgyűjtéssel összekapcsolni;
- Faültetés;
- Vízi sportolás közben szemétgyűjtés, folyópartok takarítása;
- Javítási és újrahasznosítási workshopok megrendezése;
- Környezetbarát cuccokat gyártani – pl. madárodut, méhviasz kendőket, sziklakerteket stb.
- Madarakat, lepkefajokat, egyéb állatokat megfigyelni és róluk tanulni;
- Kapcsolja össze a környezetvédő workshopokat a sporttevékenységekkel.
...hogyan néhányat megemlítsünk!



A HELYI KÖZÖSSÉG BEVONÁSA

Kérdezze meg az emberek véleményét, és vonja be őket a közelgő események megszervezésébe!

- Mindig jó ötlet megkérdezni az embereket a véleményükről, ami segíthet javítani rendezvénye minőségét. Készíthet értékelő kérdőívet, amelyet megoszthat a facebook eseményben.
- Néha a résztvevők a legaktívabb szervezőkké válnak. Győződjön meg arról, hogy rendezvénye résztvevői csatlakozhatnak szervezetéhez, és aktív tagokká válhatnak. Tapasztalataink szerint a legaktívabb önkéntesek mindig a rendezvény résztvevői közül kerülnek ki.
- Legyen mindig nyitott az új ötletekre, javaslatokra és visszajelzésekre. Értékelje rendezvényét a szervezők csapatával, és foglalja össze a pozitív szempontokat és a javítandó pontokat. Legközelebb még jobban sikerül!

AZ ÖNKÉNTESK A SIKERES SPORTESEMÉNYEK KULCSA

AZ ÖNKÉNTES MENEDZSMENT ALAPJAI

- kezdje meg az esemény előtti tervezést önkéntes koordinátor felvételével vagy toborzásával.
- Hozzon létre egy „Önkéntes Szolgálati Terv-et”. Számos olyan elemet kell szerepeltetni a tervben, mint például: ez esemény mely részeihez szükséges önkéntes és hány darab? Mit fognak csinálni, és rendelkezésre állnak-e írásos munkaköri leírások? Hol kell lenniük, és hogyan juthatnak el oda?
- szervezzon egy önkéntes tréninget, amely akkor a leghasznosabb, ha az esemény előtt, különösen néhány nappal azelőtt történik.
- Gondolj arra, hogy az esemény után az önkénteseidnek szükségük van egy elismerő levél, oklevél vagy ajándék formájában történő lezárásra, esetleg egy partira.



NÉHÁNY PÉLDA A SPORTOT ÉS A KÖRNYEZETT ÖSSZEKÖTŐ NEM FORMÁLIS OKTATÁSI MÓDSZERRE

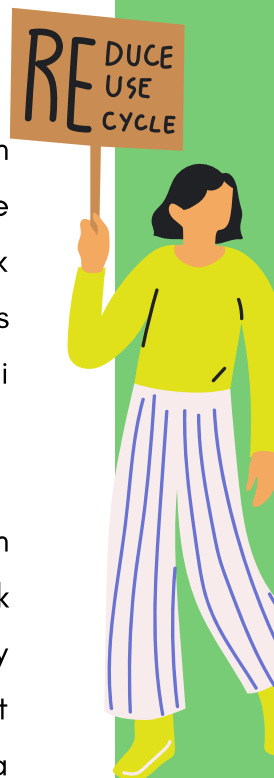
Ha szeretné követni projektpéldáinkat, és környezetbarát sporttevékenységet javasolni klubjának, helyi közösségeinek és ismerőseinek, akkor tudnia kell, hogy minden rendezvényünk célja, hogy megismerjük azokat a napi tevékenységeket, amelyek valóban javíthatnak az életmódunkon és egészségünkön.

A „Circular Gym” – kulcsfontosságú, hogy megértsük, hogyan fogyasztunk és hogyan használjuk mindazt, amit vásárolunk, még a termelési ciklusuk után is, és arra a célra, amelyre az adott tárgyat vásároltuk. Ezzel az eseménnyel tulajdonképpen felhívhatod a közönség figyelmét a túlfogyasztásra a körkörös gazdaság koncepciójának alkalmazásával, a korábbi célra már nem használt anyagok újrahasznosításával, így otthonodba, klubodba vagy munkahelyedre sporteszközöket készíthetsz velük.

Műanyag vadászat – a kövületekhez hasonlóan a műanyagok is hosszú életűek a Földön, és veszélyes hatással vannak a vadon élő állatokra és az ökoszisztémákra. Ennek az anyagnak a helyes kezelése elengedhetetlen. Ezzel a „geocaching” gyakorlatra épülő „vadászattal” lehetőség nyílik a kincsvadászat dinamikájának, tájékozódási és fizikai kihívásainak ötvöztetésére, a mindennapi szokások szénlábnymódojának kompenzálására. A geocaching ládába, a műanyag hulladékokról szóló tájékoztató jellegű megjegyzéseket kell rejteni. Minden megtaláló eltudja olvasni, tanulni belőle és aztán ott hagyni a következő szerencsés megtalálónak.

Emberi Erőház – nem szokás tudni, hogy egy háztartásnak mennyi energiára van szüksége, pedig mindannyiunknak tudnia kell annak fontosságáról, hogy ne pazaroljuk feleslegesen. Ezzel az ambiciózus eseménnyel a résztvevők megszámlálhatják és megismerhetik otthonaik energiafogyasztását, és megpróbálhatják aktívan kompenzálni ezt a szénlábnymódot egészséges fizikai aktivitással.

Vizespalack Fontossága – A víz jelentőségét a mindennapjainkban meglehetősen alábecsüljük. Fontos, hogy ne pazaroljuk el. Ez egy egyszerű de nagyszerű játék szemlélteti a víz fontosságát számunkra. Kell két csapat és versenyezniük kell, hogy kitölt fel előbb egy kis tartályt vízzel úgy hogy merít egy másik tartályból de a csapat minden tagjának egy lyukas palack áll rendelkezésére a merítéshez. Javasolt a természetben megrendezni a játékot és édes és sós vizet használni.



Kézpénzes szemét – még ha mindannyian ismerjük is az újrahasznosítás alapjait, nem mindig csináljuk megfelelően. Ha megtanuljuk, hogyan kell ezt hatékonyan csinálni, bolygónk lesz a fő haszonélvezője. A kézpénzes szemét játék arra készítheti a résztvevőket, hogy megtanulják, hogyan kell tiszteletteljesen újrahasznosítani és a csapatban játszani, a versenysport szellemében.

Move and Learn: Situational Roleplay – a környezetvédelem nem csak a fákkal, növényekkel és növényfajokkal való törődést jelenti, hanem egy sor igazán releváns akciót is magában foglal a vadon élő állatok és állatok védelme érdekében a klímaváltozás és a felelőtlen emberi viselkedés okozta kihalás ellen. Ezért a „Move and Learn” egy olyan játék, amely lehetővé teszi az emberi élethez nélkülözhetetlen állatfajok, például a méhek természetes élőhelyeinek megőrzését a Földön, mivel a résztvevők ideális esetben átérzik milyen is méhenek lenni ha egyre csökken az élettered.

Ez csak néhány példa a sok közül, amelyek célja, hogy a fiatalok és a közvélemény mélyebben megismerjék bizonyos komoly témákat, mint például a hulladékgazdálkodás, a globális felmelegedés, a természeti erőforrások helytelen kiaknázását stb. További információt az „Eco-friendly Sports” fiataloknak szóló sportprogramunkban talál.

VÉGSZÓ

Projektünk egyike azon „hétköznapi” emberek számos nagyszerű kezdeményezésének, amelyek a testmozgás ösztönzésével és növelésével kívánnak hozzájárulni környezetünk és bolygónk védelméhez, valamint az emberek egészségének javításához. Csatlakozzon hozzánk!

Ha érdekli a téma, rendezvényeink, vagy önállóan szeretné megszervezni azokat, mindenképp nézze meg kiadványainkat és multimédiás anyagainkat projektünk weboldalon – WWW.ECOFRIENDLYSPORT.EU, illetve kövesse Facebook oldalunkat és Instagram fiókunkat (@ecofriendllysports).





A HELYI RENDEZVÉNYEKET 8 ORSZÁGBAN BONYOLÍTOTTÁK LE:

AUSZTRIA
BULGÁRIA
MAGYARORSZÁG
PORTUGÁLIA
ROMÁNIA
SZLOVÁKIA
SPANYOLORSZÁG
TÖRÖKORSZÁG

Végezetül szeretnénk köszönetet mondani minden önkéntesnek, résztvevőnek, partnernek és mindenkinek, aki részt vett vagy támogatta tevékenységünket nélkületek, ez nem sikerült volna.

"A kis tettek, ha emberek millióival megsokszorozzák őket, megváltoztathatják a világot." – Howard Zinn

WWW.ECOFRIENDLYSPORT.EU

@ECOFRIENDLYSPORTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

A kiadvány az Európai Unió Erasmus+ Programja által társfinanszírozott „Eco-Friendly Sports” projekt (projektszám: 613590-EPP-1-2019-1-SK-SPO-SCP) egyik eredménye.

Az Európai Bizottság e kiadvány elkészítéséhez nyújtott támogatása nem jelenti a tartalommal való teljes egyetértést, amely csak a szerzők nézeteit tükrözi, és a Bizottság nem tehető felelőssé a kiadványban található információk esetleges felhasználásáért.