

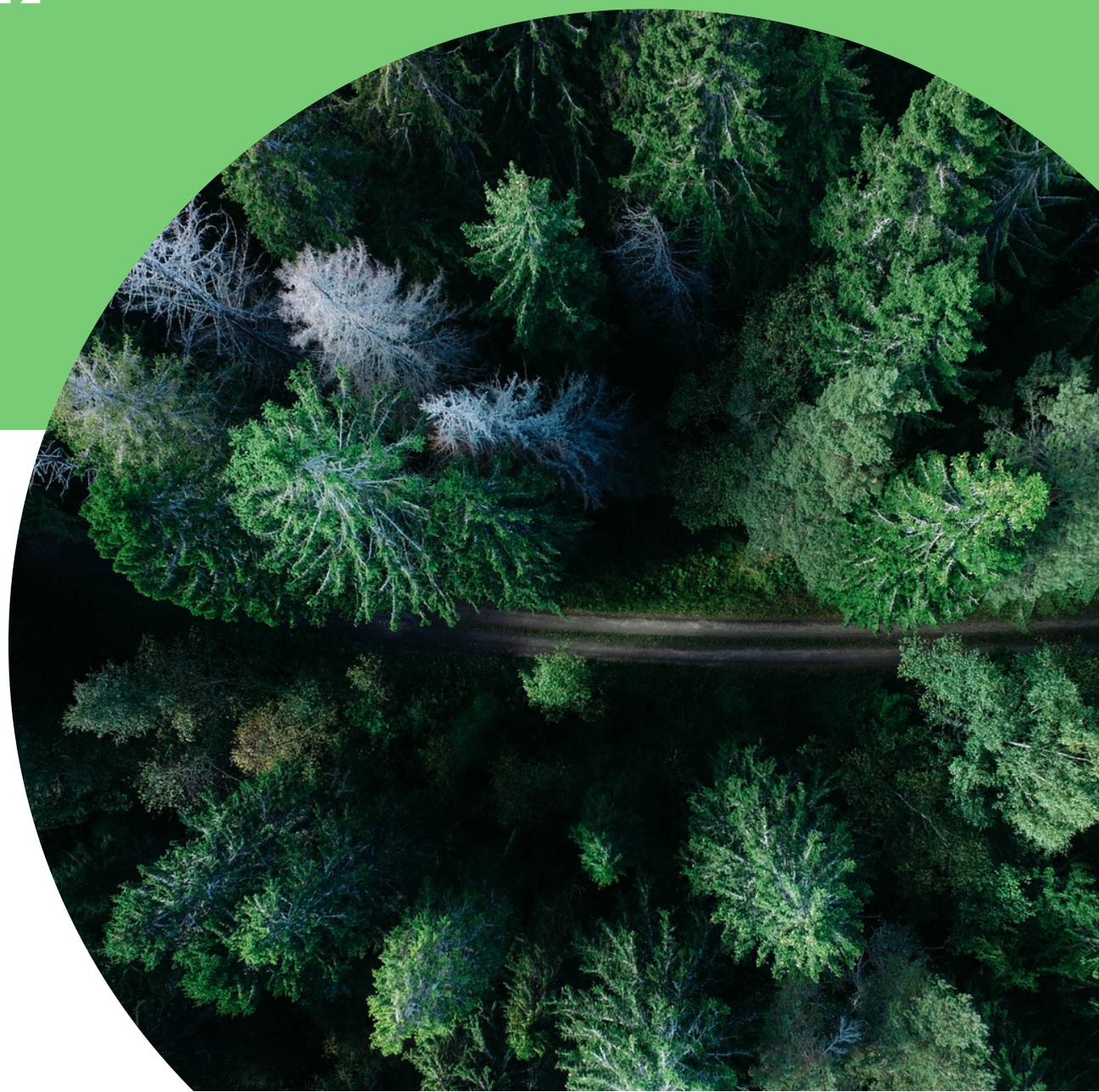
ECO- FRIENDLY SPORTS

(DEPORTES ECOLÓGICOS)

INFORME FINALE

PROYECTO ERASMUS+ SPORT

2020-2022



CONOCE EL PROYECTO

Es inevitable que tengamos que hacer algo con respecto al cambio climático. No solo reducir, reutilizar y reciclar, sino que podemos contribuir activamente a proteger nuestro planeta y tomar medidas directas. La contaminación ambiental es un problema enorme y la falta de reciclaje es un desafío aún mayor.

El proyecto “Deportes Ecológicos” tiene como objetivo promover deportes y actividades físicas que no solo contribuyan a una mejor salud sino que también tengan un impacto positivo en el medio ambiente.

NUESTROS OBJETIVOS:

- promover y desarrollar nuevos métodos de educación ambiental a través del deporte,
- aumentar el número de eventos deportivos ecológicos organizados,
- generar conciencia pública sobre la posible conexión entre el deporte y la protección del medio ambiente,
- fomentar la participación de los ciudadanos en el deporte, pero también alentarlos a tomar medidas para mejorar el medio ambiente,
- mejorar el conocimiento y la experiencia de los representantes de clubes deportivos y trabajadores juveniles sobre el concepto de eco-deporte,
- proporcionar oportunidades en el estilo de vida urbano para mantener la salud física y mental de las personas y disminuir significativamente los niveles de estrés,
- construir una sociedad que se sienta cercana y apegada a la naturaleza contribuirá a utilizar los recursos naturales de manera sostenible y, por lo tanto, a construir ciudades sostenibles,
- contribuir a la inclusión social de jóvenes de entornos desfavorecidos.



EL PROYECTO DE DEPORTES ECOLÓGICOS HA SIDO COFINANCIADO POR EL PROGRAMA ERASMUS+ DE LA UNIÓN EUROPEA.

EL PROYECTO COMENZÓ EN ENERO DE 2020 E INCLUYE 8 ORGANIZACIONES DE 8 PAÍSES DIFERENTES:



Representamos a organizaciones de diversos orígenes: organizaciones y clubes deportivos y ONG educativas y medioambientales. Nuestra ambición al iniciar este proyecto era encontrar formas en las que el deporte de base pueda convertirse en un generador de cambios activo y contribuir a la protección de nuestro entorno natural.

Nuestra gran motivación se ha convertido en muchas actividades y eventos para lograr nuestro ambicioso objetivo: investigación sobre buenas prácticas, desarrollo de nuevos métodos y publicaciones, eventos deportivos locales ecológicos, reuniones y conferencias, promoción en redes sociales, producción de videos y podcasts y muchos otros.

NÚMERO DE EVENTOS Y PARTICIPANTES



PROGRAMA DE DEPORTE ECOLÓGICO PARA JÓVENES



El resultado más importante de nuestro proyecto son los métodos y eventos recientemente desarrollados que involucran la educación ambiental a través del deporte. El Programa de Deportes Ecológicos para Jóvenes consta de 24 talleres y eventos: actividades físicas combinadas con métodos de educación no formal divididos en 3 partes:

DEPORTE Y ACTIVIDADES FÍSICAS MIENTRAS APRENDES SOBRE...

NATURALEZA, ECOSISTEMAS
Y LA BIODIVERSIDAD Y SU
CONSERVACIÓN

PROBLEMAS AMBIENTALES
GLOBALES Y LOCALES Y SUS
SOLUCIONES

ACTIVISMO AMBIENTAL Y
ACCIÓN INDIVIDUAL

Nos gustaría destacar que todas esas actividades también han sido probadas e implementadas en 8 países con ecosistemas y biodiversidad muy diferentes e involucraron a 1041 personas de todas las edades, capacidades físicas y conocimientos sobre el cambio climático.

La publicación está destinada a entrenadores, expertos en deportes, trabajadores juveniles, educadores, facilitadores y líderes juveniles que deseen promover la educación ambiental a través del deporte y organizar eventos y actividades deportivas ecológicas en sus comunidades, escuelas, clubes, etc.



PROGRAMA DE EDUCACIÓN EN DEPORTE Y NATURALEZA PARA ENTRENADORES, EXPERTOS DEPORTIVOS Y TRABAJADORES JUVENILES

El Programa es uno de los resultados del proyecto y tiene como objetivo mejorar el conocimiento de Entrenadores, Expertos en Deportes y Trabajadores Juveniles sobre el concepto de Deportes Ecológicos. La publicación cubre muchos temas que son útiles para todos los interesados en organizar actividades deportivas ecológicas en el futuro.

Creemos firmemente que los deportes, y especialmente los deportes de base, pueden tener una contribución considerable para resolver los desafíos ambientales a nivel local y global. Sin embargo, los deportes también pueden tener impactos negativos en la naturaleza y el medio ambiente, por lo que los representantes de las organizaciones deportivas deben intentar reducir esta huella.

LOS PRINCIPALES TEMAS TRATADOS:

- Cómo organizar eventos deportivos ecológicos,
- Cómo hacer que las actividades deportivas regulares existentes o los eventos deportivos sean más ecológicos,
- Cómo integrar la educación sobre el medio ambiente y la naturaleza en el deporte y las actividades físicas,
- ¿Cómo puede el deporte ayudar a la conservación de la naturaleza y otros temas relacionados?
- En cada capítulo está disponible una introducción teórica seguida de una parte práctica para todos aquellos que estén interesados en organizar talleres sobre el tema para sus colegas o representantes de ONG.



COLECCIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS: CÓMO COMBINAR DEPORTE Y PROTECCIÓN DEL MEDIO AMBIENTE

Comenzamos el proyecto con una análisis y hemos estado explorando diversas actividades, eventos y métodos de educación no formal de varios actores deportivos, ambientales y gubernamentales que ya combinan el deporte y la protección del medio ambiente.

El objetivo ha sido analizar, identificar y recopilar buenas prácticas, recomendaciones y recursos sobre los programas existentes. La publicación puede servir de inspiración para la integración de los aspectos ambientales en el deporte, especialmente a nivel de base.

Además, también realizamos una encuesta entre asociaciones, clubes y otras instituciones deportivas y ambientales que tienen experiencia en la organización de este tipo de eventos, y recopilamos consejos, recomendaciones e identificamos debilidades o fortalezas de los eventos o los métodos utilizados.



PODCAST

Creamos podcasts sobre las diferentes perspectivas y temas relacionados con los deportes ecológicos:

- podcast sobre nuestro proyecto;
- podcast sobre ejemplos de eventos deportivos ecológicos;
- podcast para entrenadores y expertos deportivos sobre cómo involucrar la educación ambiental en el deporte;
- podcast para ONG en el campo del medio ambiente y la educación sobre cómo involucrar el deporte y la actividad física en sus talleres y eventos;
- O podcasts para personas que deseen estar activas y organizar eventos deportivos ecológicos que cubran temas como cómo organizarlos, cómo obtener fondos, etc.



VIDEOS Y REDES SOCIALES

¡Creamos videos y canales de redes sociales para crear conciencia sobre la importancia de la educación ambiental, así como del deporte, y para motivar a otros a organizar este tipo de eventos en sus comunidades también!

Sigue @ecofriendllysports!



SIGUENOS
PARA MÁS CONTENIDO
ECO-FRIENDLY

ALGUNOS CONSEJOS PARA ORGANIZAR EVENTOS DEPORTIVOS ECOLÓGICOS

¿Te sientes inspirado? ¡Hay una variedad de eventos deportivos ecológicos que se pueden organizar!

- Camina o corre en la naturaleza, e intente vincular siempre estas actividades físicas con la recolección de desechos;
 - Planta arboles;
 - Limpia las orillas de los ríos y las costas mientras practica deportes acuáticos;
 - Gestiona talleres de reparación y upcycling;
 - Produce cosas ecológicas, p. nidos para pájaros, envolturas de abejas, jardines de rocas, etc.
 - Observa, camina y aprende sobre aves, especies de mariposas y otros animales;
 - Conecta talleres de conservación del medio ambiente con actividades deportivas.
- ...y muchos otros.



A FEW TIPS TO INVOLVE THE LOCAL COMMUNITY

¡Pregúntale a la gente su opinión e involúcralos en la organización de los próximos eventos!

- Preguntar a la gente su opinión siempre es una buena idea que puede ayudarte a mejorar la calidad de tu evento. Puedes crear un cuestionario de evaluación o seguimiento que puedes compartir en el evento de Facebook.
- A veces, tus participantes se convierten en los organizadores más activos. Asegúrate de dar a los participantes de su evento la oportunidad de unirse a su organización y convertirse en un miembro activo. En nuestra experiencia, los voluntarios más activos siempre provienen del grupo de participantes del evento.
- Esté siempre abierto a nuevas ideas, sugerencias y comentarios. Evalúa tu evento con el equipo de organizadores y resume los aspectos positivos y los puntos a mejorar. ¡La próxima vez lo harás incluso mejor!

LOS VOLUNTARIOS SON LOS INGREDIENTES CLAVE PARA UN EVENTO DEPORTIVO EXITOSO

FUNDAMENTOS DE LA GESTIÓN DE LOS VOLUNTARIOS

- Comienza la planificación previa al evento con la contratación o reclutamiento de un Coordinador de Voluntarios.
- Comenzar a crear el Plan de Servicios Voluntarios. Hay una serie de elementos que deben incluirse en el plan, como ¿Qué comités necesitan voluntarios y cuántos se necesitan? ¿Qué estarán haciendo? ¿Están disponibles las descripciones de trabajo por escrito? ¿Dónde tendrán que estar y cómo llegan allí?
- Organiza la capacitación de voluntarios unos días antes del evento.
- Piensa después del evento, tus voluntarios necesitan un cierre en forma de carta de agradecimiento, certificado o regalo, y posiblemente una fiesta.



ALGUNOS EJEMPLOS DE MÉTODOS DE EDUCACIÓN NO FORMAL QUE COMBINAN DEPORTE Y MEDIO AMBIENTE

Si quieres seguir nuestros ejemplos de proyectos y proponer actividades deportivas ecológicas a tu club, comunidades locales y conocidos, debes saber que todos y cada uno de nuestros eventos están orientados a conocer acciones diarias que realmente pueden mejorar nuestro estilo de vida y salud.

EL GIMNASIO CIRCULAR - es clave entender cómo consumimos y el uso de todo lo que compramos, incluso después de su ciclo productivo, y el propósito para el que compramos ese objeto. Con este evento, de hecho, puedes sensibilizar a tu audiencia sobre el consumo excesivo aplicando el concepto de economía circular a través del reciclaje de materiales que ya no se utilizan para su propósito anterior, para crear equipos deportivos para su hogar, club o lugar de trabajo.

CAZA AL PLÁSTICO - al igual que los fósiles, los plásticos tienen una larga vida en la Tierra y un efecto peligroso en la vida silvestre y los ecosistemas. El tratamiento de este material es imperativo. Con esta "caza", basada en la práctica del geocaching, es posible combinar la dinámica de la búsqueda del tesoro, con orientación, y retos físicos para compensar la huella de carbono de los hábitos diarios, con notas informativas ocultas sobre los residuos plásticos escondidos en pequeños escondites, para volver a ser dejados respectivamente para dar a conocer a la siguiente persona afortunada que lo buscaba.

POTENCIA HUMANA - no es común saber cuánta energía necesita un hogar, a pesar de que todos deberíamos saber sobre la importancia de no desperdiciarla innecesariamente. Con este ambicioso evento, tus participantes podrán contabilizar y reconocer el consumo energético de sus casas, e intentar compensar activamente esa huella de carbono con actividad física saludable.

SESIÓN BOTELLA DE AGUA- la importancia del agua en las actividades de nuestra vida está bastante subestimada, y la necesidad de no desperdiciarla tontamente puede encontrar fácilmente compilación a través de un evento muy simple basado en la creación de un circuito donde dos equipos, en una competición, tienen que llenar un tanque pasando, a cada miembro del equipo, una botella con un agujero en el fondo, ya sea caminando/corriendo o utilizando tablas de remo. Es recomendable un entorno natural con presencia de agua dulce y salada.



ALGUNOS EJEMPLOS DE MÉTODOS DE EDUCACIÓN NO FORMAL QUE COMBINAN DEPORTE Y MEDIO AMBIENTE

BASURA EN EFECTIVO – aunque todos conocemos los fundamentos del reciclaje, no todo el tiempo lo estamos haciendo correctamente. Al aprender a hacerlo de manera eficiente, nuestro planeta será el principal beneficiado. Con este evento, podrás hacer que tus participantes jueguen un juego enfocado a aprender a reciclar de manera respetuosa en los equipos, utilizando el espíritu deportivo competitivo.

MUÉVETE Y APRENDE: JUEGO DE ROLES – la protección del medio ambiente no es sólo cuidar de los árboles, las plantas y las especies de flora en general, sino que incluye una serie de acciones realmente relevantes en favor de la vida silvestre y la defensa de la fauna frente a la extinción provocada por el cambio climático y los comportamientos humanos irresponsables. Muévete y Aprende, es por tanto un evento que puede permitirte preservar los hábitats naturales de especies animales esenciales para la vida humana en la Tierra, como las abejas.

Esos son solo algunos ejemplos de los muchos otros eventos que tienen como objetivo que se conozcan más a fondo ciertos temas serios como la gestión de desechos, el calentamiento global, la explotación incorrecta de los recursos naturales, etc. Puedes obtener más información en nuestro Programa de Deporte Ecológico para Jóvenes.

CONCLUSIONES

Nuestro proyecto es una de las muchas grandes iniciativas de personas “comunes” que quieren contribuir a la protección del medio ambiente y de nuestro planeta, así como a una mejor salud de las personas a través del fomento y el aumento de su actividad física. ¡Únete a nosotros!

Si estás interesado en el tema o en nuestros eventos, o te gustaría organizarlos por tu cuenta, definitivamente debes consultar nuestras publicaciones y multimedia en el sitio web de nuestro proyecto: WWW.ECOFRIENDLYSPORT.EU y seguir nuestra página de Facebook y nuestra cuenta de Instagram (@ecofriendlysports).





LOS EVENTOS LOCALES SE HAN LLEVADO A CABO EN

8 PAÍSES:

AUSTRIA

BULGARIA

HUNGRÍA

PORTUGAL

RUMANIA

ESLOVAQUIA

ESPAÑA

TURQUIA

Por último, queremos agradecer a todos los voluntarios, participantes, colaboradores y a todos los que se involucraron o apoyaron nuestro acto: sin vosotros, no hubiera sido posible.

“Los pequeños actos, cuando se multiplican por millones de personas, pueden transformar el mundo” - Howard Zinn

WWW.ECOFRIENDLYSPORT.EU
@ECOFRIENDLYSPORTS



Cofinanciado por el
programa Erasmus+
de la Unión Europea

Proyecto “Deporte Ecológico” (número de proyecto: 613590-EPP-1-2019-1-SK-SPO-SCP) cofinanciado por el Programa Erasmus+ de la Unión Europea. El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación de los contenidos, que reflejan únicamente los puntos de vista de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en el mismo.