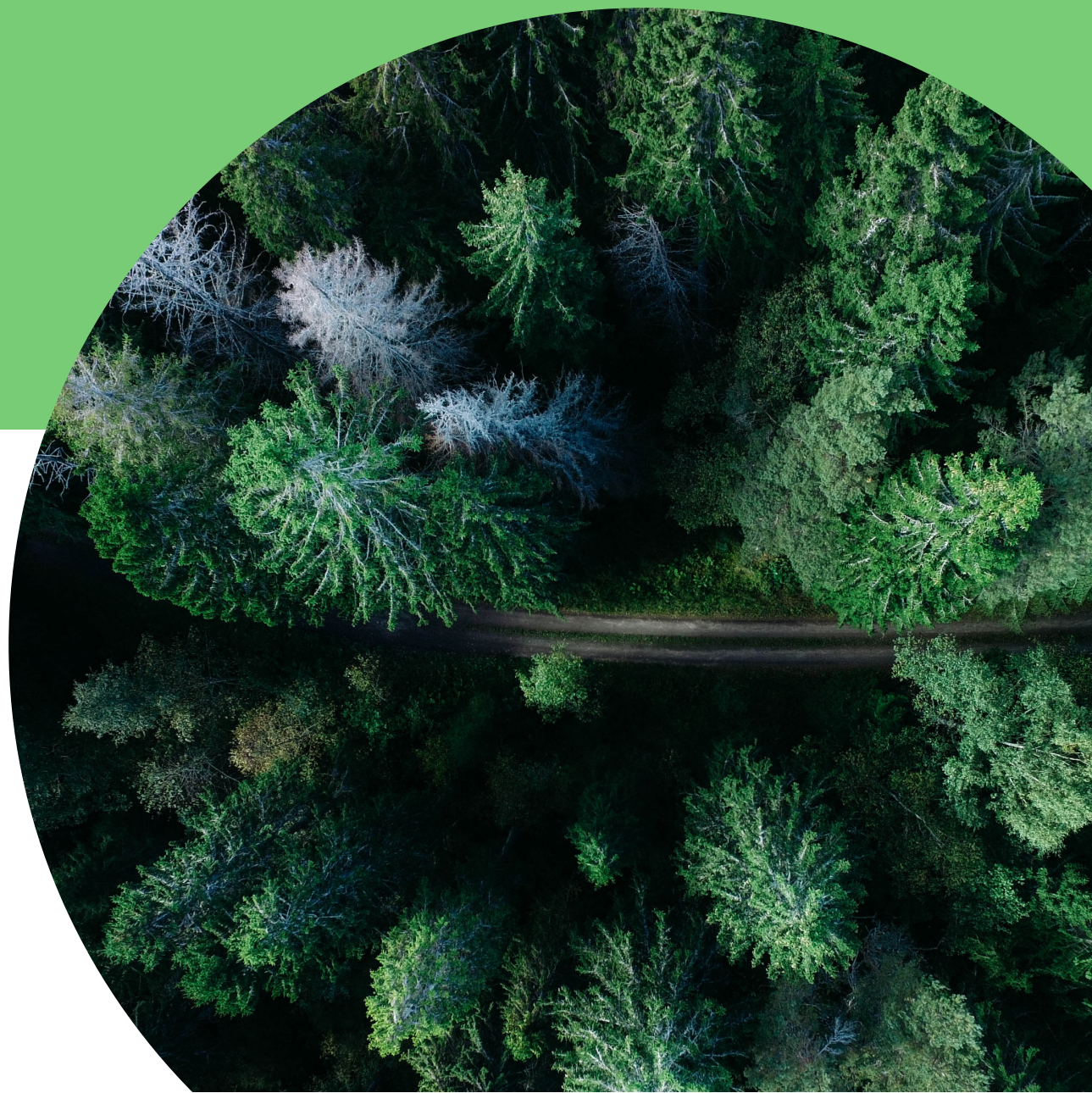


ECO- FRIENDLY SPORTS



ZÁVEREČNÁ SPRÁVA
ERASMUS+ SPORT PROJEKT
2020-2022



O PROJEKTE

Je nevyhnutné, aby sme s klimatickou zmenou niečo robili. Nielen obmedzovať, opätovne používať a recyklovať, ale všetci môžeme aktívne prispieť k ochrane našej planéty a podniknúť priame kroky. Znečistenie životného prostredia je obrovský problém a nedostatočná recyklácia je ešte väčšou výzvou.

Projekt „Eco-Friendly Sports“ je zameraný na podporu športu a fyzických aktivít, ktoré nielen prispievajú k lepšiemu zdraviu, ale majú aj pozitívny vplyv na životné prostredie.

NAŠE CIELE:

- podporovať a rozvíjať nové metódy environmentálnej výchovy prostredníctvom športu,
- zvýšiť počet organizovaných ekologických športových podujatí,
- zvyšovať verejné povedomie o možnom spojení športu s ochranou životného prostredia,
- podporovať zapojenie občanov do športu, ale aj ich povzbudzovať v tom, aby podnikli kroky smerom k ochrane životného prostredia,
- zlepšiť vedomosti a skúsenosti predstaviteľov športových klubov a pracovníkov s mládežou o koncepte eco-friendly sport,
- poskytnúť príležitosti v mestskom životnom štýle na udržanie fyzického a duševného zdravia ľudí a výrazne znížiť úroveň stresu,
- budovať spoločnosť, ktorá bude mať bližšie k prírode, prispeje k udržateľnému využívaniu prírodných zdrojov, a tým k budovaniu trvalo udržateľných miest,
- prispieť k sociálnemu začleneniu mladých ľudí zo znevýhodneného prostredia.



PROJEKT "ECO-FRIENDLY SPORTS" JE
SPOLUFINANCOVANÝ Z PROGRAMU ERASMUS+
EURÓPSKEJ ÚNIE. PROJEKT SA ZAČAL V JANUÁRI 2020 A
ZAHŔŇA 8 ORGANIZÁCIÍ Z 8 RÔZNYCH KRAJÍN:



Zastupujeme organizácie z rôznych prostredí – športové organizácie a kluby, vzdelávacie ale aj environmentálne mimovládne organizácie. Našou ambíciou pri spustení tohto projektu bolo nájsť spôsoby, ako sa amatérsky šport môže stať aktívnym tvorcom zmien a prispievateľom k ochrane nášho prírodného prostredia.

Naša motivácia sa pretavila do mnohých aktivít a podujatí na dosiahnutie nášho cieľa: prieskum osvedčených postupov, vývoj nových metód a publikácií, lokálne ekologické športové podujatia, stretnutia a konferencie, propagácia na sociálnych médiách, produkcia videí a podcastov a mnohé ďalšie.

POČET PODUJATÍ A ÚČASTNÍKOV



Najdôležitejším výstupom nášho projektu sú nové metódy a podujatia v oblasti environmentálnej výchovy prostredníctvom športu. "Eco-Friendly Sports Program" pre mládež pozostáva z 24 workshopov a podujatí – fyzických aktivít kombinovaných s metódami neformálneho vzdelávania rozdelených do 3 častí:

ŠPORTOVANIE A FYZICKÉ AKTIVITY PRI UČENÍ SA O...

PRÍRODA, EKOSYSTÉMY,
BIODIVERZITA A ICH
OCHRANA

GLOBALNE A LOKÁLNE
ENVIRONMENTÁLNE
PROBLÉMY A ICH RIEŠENIA

ENVIRONMENTÁLNY
AKTIVIZMUS A INDIVIDUÁLNE
KONANIE

Radi by sme zdôraznili, že všetky tieto aktivity boli tiež testované a implementované v 8 krajinách s veľmi odlišným ekosystémom, biodiverzitou a zapojilo sa do nich 1041 ľudí všetkých vekových kategórií, fyzických schopností a vedomostí o klimatických zmenách.

Publikácia je určená trénerom, športovým odborníkom, pracovníkom s mládežou, pedagógom, facilitátorom a mládežníckym lídrom, ktorí by chceli podporovať environmentálnu výchovu prostredníctvom športu a organizovať ekologické športové podujatia a aktivity vo svojich komunitách, školách, kluboch a pod.



SPORT AND NATURE EDUCATION PROGRAM PRE TRÉNEROV, ŠPORTOVÝCH EXPERTOV A PRACOVNÍKOV S MLÁDEŽOU

Program výchovy k športu a prírode je jedným z výstupov projektu a jeho cieľom je zlepšiť znalosti trénerov, športových odborníkov a pracovníkov s mládežou o koncepte eco-friendly sport. Publikácia pokrýva množstvo tém, ktoré sú užitočné pre každého, kto má záujem organizovať v budúcnosti ekologické športové podujatia a aktivity.

Pevne veríme, že šport, a najmä šport na miestnej úrovni, môže významne prispieť k riešeniu environmentálnych výziev na lokálnej aj globálnej úrovni. Šport však môže mať aj negatívne dopady na prírodu a životné prostredie, preto by sa zástupcovia športových organizácií mali snažiť túto stopu znížiť.

HLAVNÉ TÉMY:

- Ako organizovať ekologické športové podujatia,
- Ako urobiť už existujúce a pravidelné športové aktivity alebo športové podujatia ekologickejšími,
- Ako zapojiť vzdelávanie o životnom prostredí a prírode do športu a pohybových aktivít,
- Ako môže šport pomôcť ochrane prírody a iným súvisiacim témam.
- V každej kapitole je k dispozícii teoretický úvod, po ktorom nasleduje praktická časť pre všetkých, ktorí majú záujem zorganizovať workshopy na danú tému pre svojich kolegov alebo zástupcov iných organizácií.



SÚBOR OSVEDČENÝCH POSTUPOV: AKO SPOJIŤ ŠPORT A OCHRANU ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA

Projekt sme začali analýzou a skúmali sme rôznorodé aktivity, podujatia a metódy neformálneho vzdelávania rôznych športových, environmentálnych či štátnych aktérov, ktoré už spájajú šport a ochranu životného prostredia.

Cieľom bolo analyzovať, identifikovať a zhromaždiť osvedčené postupy, odporúčania a zdroje už existujúcich programoch. Publikácia môže slúžiť ako inšpirácia pre integráciu environmentálnych aspektov do športu.

Okrem toho sme uskutočnili aj prieskum medzi športovými a ekologickými organizáciami a inými inštitúciami, ktoré majú skúsenosti s organizáciou takýchto podujatí, a zozbierali rady, odporúčania a identifikovali slabé či silné stránky podujatí či použitých metód.



MULTIMEDIÁLNE MATERIÁLY

PODCASTY

Vytvorili sme podcasty o rôznych perspektívach a témach súvisiacich s touto témou:

- podcast o našom projekte;
- podcast o príkladoch ekologických športových podujatí;
- podcast pre trénerov a športových expertov o tom, ako zapojiť environmentálnu výchovu do športu;
- podcast pre mimovládne organizácie v oblasti životného prostredia a vzdelávania o tom, ako zapojiť šport a pohybové aktivity do svojich workshopov a podujatí;
- podcast pre jednotlivcov, ktorí by chceli byť aktívni a organizovať ekologické športové podujatia týkajúce sa otázok, ako ich organizovať, ako získať finančné prostriedky a podobne...



VIDEÁ A SOCIÁLNE MÉDIÁ

Vytvorili sme videá a kanály sociálnych médií, aby sme zvýšili povedomie o dôležitosti environmentálnej výchovy, ako aj športu a motivovali ostatných, aby organizovali takéto podujatia aj vo svojich komunitách!

Sledujte @ecofriendlysports!



NIEKOĽKO TIPOV NA ORGANIZOVANIE EKOLOGICKÝCH ŠPORTOVÝCH PODUJATÍ

Inšpirovali sme Vás? Existuje množstvo ekologicko-športových podujatí, ktoré možno organizovať!

- Vydajte sa na túru alebo beh v prírode a snažte sa tieto fyzické aktivity vždy spájať so zberom odpadu;
- Vysaďte stromy;
- Vyčistite brehy riek počas vodných športoch;
- Zorganizujete tzv. opravárenské a upcyclingové dielne;
- Vyrábajte ekologické veci – napr. hniezda pre vtáky, obaly z včelieho vosku, skalky a pod.
- Zrealizujte náučne prechádzky a vzdelávajte sa o vtákoch, motýľoch či iných zvieratách;
- Prepojte workshopy na ochranu životného prostredia so športovými aktivitami... a mnoho ďalších.



NIEKOĽKO TIPOV, AKO ZAPOJIŤ MIESTNU KOMUNITU

Opýtajte sa ľudí na ich názor a zapojte ich do organizácie pripravovaných podujatí!

- Opýtať sa ľudí na ich názor je vždy dobrý nápad, ktorý vám môže pomôcť zlepšiť kvalitu Vášho podujatia. Môžete si vytvoriť dotazník, ktorý môžete zdieľať vo svojej facebook udalosti.
- Niekedy sa Vaši účastníci stanú najaktívnejšími organizátormi. Uistite sa, že dáte účastníkom Vašej udalosti príležitosť pripojiť sa k vašej organizácii a stať sa aktívnym členom. Podľa našich skúseností najaktívnejší dobrovoľníci vždy pochádzajú zo skupiny účastníkov podujatí.
- Buďte vždy otvorení novým nápadom, návrhom a spätnej väzbe. Zhodnoťte svoje podujatie s tímom organizátorov a zosumarizujte pozitíva či návrhy na zlepšenie. Nabudúce to urobíte ešte lepšie!

DOBROVOĽNÍCI SÚ KLÚČOVÝMI INGREDIENCIAMI PRE ÚSPEŠNÉ ŠPORTOVÉ PODUJATIE

ZÁKLADY MANAŽMENTU DOBROVOĽNÍKOV

- Plánovať začnite už pred udalosťou, náborom koordinátora a dobrovoľníkov.
- Vytvorte plán dobrovoľníctva. Plán musí obsahovať: Aké výbory potrebujú dobrovoľníkov a koľko ich treba? Čo budú robiť a sú k dispozícii písomné popisy práce? Kde budú musieť byť a ako sa tam dostanú?
- Zorganizujte školenie dobrovoľníkov niekoľko dní pred samotným podujatím.
- Odmeňte sa Vaším dobrovoľníkom v podobe ďakovného listu, certifikátu alebo darčeka alebo aj ďakovacej párty.



NIEKOĽKO PRÍKLADOV METÓD NEFORMÁLNEHO VZDELÁVANIA, KTORÉ KOMBINUJÚ ŠPORT A ŽIVOTNÉ PROSTREDIE

V prípade, že by ste sa chceli inšpirovať našimi príkladmi a zorganizovať podobné ekologicko-športové aktivity vo Vašom klube, organizácii či pre Vašich známych, mali by ste vedieť, že každé z našich podujatí sa zameriava na každodenné aktivity, ktoré naozaj dokážu zlepšiť životný štýl a zdravie.

CIRKULÁRNY TRÉNING - je kľúčové pochopiť, ako spotrebúvame a používame všetko, čo kupujeme, dokonca aj po ich produktívnom cykle, a porozumieť účelu, na ktorý sme daný predmet kúpili. Prostredníctvom tejto aktivity môžete v skutočnosti zvýšiť povedomie účastníkov o nadmernej spotrebe uplatnením konceptu obehového hospodárstva prostredníctvom recyklácie materiálov, ktoré sa už nepoužívali na svoj predchádzajúci účel, aby ste vytvorili športové vybavenie pre Váš domov, klub alebo pracovisko.

HONBA ZA PLASTYCKÝM POKLADOM - rovnako ako fosílie, aj plasty majú na Zemi dlhú životnosť a nebezpečný vplyv na život v prírode a okolité ekosystémy. Ošetrovanie tohto materiálu je nevyhnutné. S týmto „lovom“, založeným na princípe geocachingu, je možné spojiť dynamiku hľadania pokladu s orientačným behom a fyzickými výzvami na kompenzáciu uhlíkovej stopy každodenných zvykov, s informatívnymi skrytými poznámkami o plastovom odpade ukrytým v podobe inštalácií v tvare plastového odpadu rôzne po území, ktoré majú byť ponechané nálezcom na mieste kde boli nájdené pre ďalších bádateľov, ktorí ich môžu nájsť.

L'UDSKÁ ELEKTRÁREŇ - len málokto vie, koľko energie domácnosť potrebuje, napriek tomu by sme všetci mali vedieť o dôležitosti zbytočne neplytváť. Vďaka tejto aktivite môžu Vaši účastníci spočítať spotrebu energie svojich domov a pokúsiť sa aktívne kompenzovať túto uhlíkovú stopu zdravou fyzickou aktivitou.

WORKSHOP O VODE - význam vody v našich životných aktivitách je dosť podceňovaný a potreba nemrhať ňou sa dá ľahko kompilovať veľmi jednoduchou aktivitou založenou na vytvorení okruhu, kde sa dva tímy v súťaži musia popasovať o naplnenie nádoby vodou tým, že si členovia tímu medzi sebou navzájom podávajú fľašu s dierou na dne buď chôdzou/behom alebo pomocou paddleboardov.



ĎALŠIE PRÍKLADY METÓD

CASH TRASH – aj keď všetci poznáme základy recyklácie, nie vždy to robíme správne. Tým, že sa naučíme, ako to robiť efektívne, bude z toho profitovať hlavne naša planéta. S podujatím Cash trash budete môcť svojich účastníkov prinútiť zahrať si hru zameranú na to, aby sa naučili, ako v tímoch recyklovať s rešpektom, s využitím súťaživého športového ducha.

HÝB SA A UČ: ROLEPLAY – ochrana životného prostredia nie je len starostlivosťou o stromy, rastliny a druhy flóry vo všeobecnosti, ale zahŕňa sériu skutočne dôležitých opatrení v prospech ochrany voľne žijúcich živočíchov a živočíchov ktorý čelia hrozbe vyhynutia spôsobeného zmenou klímy a nezodpovedným ľudským správaním. Move and Learn (HÝB SA A UČ), je preto podujatie, ktoré vám umožní zachovať prirodzené biotopy živočíšnych druhov nevyhnutných pre život človeka na Zemi, ako sú včely.

To je len niekoľko príkladov z mnohých ďalších podobných podujatí, ktorých cieľom je poskytnúť mládeži a verejnosti hlbšie informácie o niektorých vážnych témach, akými sú odpadové hospodárstvo, globálne otepľovanie, nesprávne využívanie prírodných zdrojov a pod. Viac sa dozviete v našom programe Eco-Friendly Sports pre mládež.

ZÁVER

Náš projekt je jednou z mnohých skvelých iniciatív „obyčajných“ ľudí, ktorí chcú prispieť k ochrane životného prostredia a našej planéty, ako aj k lepšiemu zdraviu ľudí povzbudzovaním a zvyšovaním ich fyzickej aktivity. Pripoj sa k nám!

Ak vás táto téma alebo naše podujatia zaujali, alebo by ste ich chceli zorganizovať na vlastnú päsť, určite by ste si mali pozrieť na publikácie a multimédiá na našej webovej stránke projektu – WWW.ECOFRIENDLYSPORT.EU a sledovať našu facebookovú stránku ako aj náš instagramový účet.

@ECOFRIENDLYSPORTS





AKTIVITY SA KONALI V 8 KRAJINÁCH:

RAKÚSKO
BULHARSKO
MAĎARSKO
PORTUGALSKO
RUMUNSKO
SLOVENSKO
ŠPANIELSKO
TURECKO

Na záver by sme sa chceli poďakovať všetkým dobrovoľníkom, účastníkom a každému kto má akúkoľvek zásluhu na tomto projekte a každému kto tento projekt podporil, pretože bez Vás by to nebolo možné.

"Aj malé skutky, vynásobené miliónmi ľudí, dokážu zmeniť svet."
– Howard Zinn

WWW.ECOFRIENDLYSPORT.EU

@ECOFRIENDLYSPORTS



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

Projekt „Eco-Friendly Sports“ (číslo projektu: 613590-EPP-1-2019-1-SK-SPO-SCP) je spolufinancovaný z programu Erasmus + Európskej únie. Podpora Európskej komisie pri výrobe tejto publikácie nepredstavuje schválenie obsahu, ktorý odráža iba názory autorov, a Komisia nenesie zodpovednosť za akékoľvek použitie informácií v nej obsiahnutých.