

® *European
School Sport
Day*
Hungary

#ESSD2022

Irány a Zöld! – Eszköztár

Az Európa Diáksport Napja koordinátorai részére

Tartalom- jegyzék

Az iskola mint a környezettudatos nevelés legjobb helyszíne / 3

Az eszköztárról / 4

- *Az eszköztár célja / 5*
- *Kinek szól az eszköztár? / 5*
- *Az eszköztár további célkitűzései / 5*
- *Sport #WithoutWaste, a hulladékmentes mozgalom / 6*

Háttérinformációk / 7

- *A zöld nevelés meghatározása / 8*
- *A zöld nevelés összetevői / 9*
- *A sporton keresztül történő nevelés és a zöld nevelés / 10*
- *Környezetvédelem az iskolai testmozgás és sport területén / 11*

Irány a Zöld! a sportban

Mozgásra ösztönző ötletek – Aktív játékok / 13

Hasznos tanácsok / 27

- *Útmutató az újrahasznosítási leckékhez / 28*
- *Színezőkönyv #Hulladékmentesen / 29*
- *A „zöld” téma a beépítése az Európai Diáksport Napjának tevékenységeibe / 30*

Közreműködők / 31

JOGNYILATKOZAT:

E kiadvány tartalma nem tükrözi feltétlenül az Európai Bizottság álláspontját vagy véleményét annak ellenére, hogy a programot támogatja. A kiadvány tartalmáért kizárólag a szerzők felelősek.

Az iskola mint a környezettudatos nevelés legjobb helyszíne



Egy folyamatosan változó világban, ahol töretlen a gazdasági növekedés, az emberek hajlamosak elhanyagolni a környezetvédelmi szempontokat. Egy ország jólétét nemcsak virágzó gazdasága, hanem lakóinak életminősége is meghatározza. A magasabb életminőség eléréséhez nyilvánvalóan nagyobb figyelmet kell fordítani a környezeti szempontokra. Így mára a legtöbb ország határozottan támogatja a környezetbarát gyakorlatok elterjedését, azzal a céllal, hogy csökkentse ökológiai lábnyomunkat.

A változás elindításának legjobb helye az iskola. Mivel a gyerekek idejük nagy részét az iskolában töltik, ezért a környezeti nevelés a tanterv szerves részét kell hogy képezze.

Az UNESCO, ezt felismerve, sürgeti a tagállamait, hogy a környezeti nevelést a tantervek központi elemévé tegyék.

Audrey Azoulay, az UNESCO főigazgatója:

„Az oktatásnak fel kell készítenie a tanulókat arra, hogy megértsék a jelenlegi válságot és képesek legyenek a jövő alakítására. Ahhoz, hogy megmentjük bolygónkat, át kell alakítanunk életmódunkat, termelésünket, fogyasztásunkat és nem utolsósorban a természettel való kapcsolatunkat. Mindenhol természetessé kell válnia, hogy a fenntartható fejlődéssel kapcsolatos ismeretek beépülnek a tananyagba.”

A környezeti nevelés növeli a tudatosságot, valamint szélesíti a környezettel kapcsolatos gondolkodásmódot és tapasztalatokat. A környezettudatosság a természeti környezetre való odafigyelést és annak megértését jelenti, hogy cselekedeteink miként befolyásolják a helyi és a globális környezetet. A környezettudatosság növelésének igénye a

világ folyamatosan jelentkező kihívásaiból fakad, mint például az árvizek, a szárazság, a levegő- és vízszennyezés, a fajok kihalása.

Amikor a figyelemfelkeltésről van szó, vannak egyszerű dolgok, amelyekkel sokat tehetünk, és hozzájárulhatunk a környezetvédelemhez. Íme néhány tipp a tanároknak, amelyeket alkalmazhatnak az iskolában:

- **Tanítsuk meg a szelektíven gyűjteni a hulladékot! (Készítsetek a gyerekekkel különböző színű kukákat a fém- és műanyag, a papír- és az üveghulladéknak.)**
- **Tanítsuk meg a diákokat a víz- és villamosenergia-felhasználás csökkentésére, az újrafelhasználásra és újrahasznosításra!**
- **Tanítsuk meg a diákokat arra, hogy kapcsolják le a lámpákat, amikor nincsenek a teremben, vagy nem indokolt használatuk!**
- **Népszerűsítsük az újrafelhasználható kulacsokat a csapvíz fogyasztásához!**
- **Szervezzünk beszélgetéseket különböző környezetvédelmi témákról!**
- **Indítsunk környezetvédelmi témájú projekteket!**
- **Szervezzünk faültetési napot!**
- **Ösztönözzük a tanulókat, hogy fedezzék fel a környezetüket, és találjanak ki innovatív ötleteket megóvására!**

Az eszköztárról

A BG Be Active csapatát azzal bíztuk meg, hogy állítsák össze az idei Európai Diáksport Nap fókusztemájához – Going Green in Sport (Irány a Zöld!) – kapcsolódó eszköztárat, mivel korábban már sikeresen tesztelték a hulladékmentes sport koncepcióját Bulgáriában. A szervezet 2019-ben több mint 200 bolgár iskola részvételével, kísérleti jelleggel kampányt indított az újrahasznosítás és a hulladékmentesség népszerűsítésére a testmozgás segítségével. A kampányba bekapcsolódó diákok és a részt vevő iskolák száma, valamint a tevékenységek köre is nőtt azóta. A kampány során új partnerségek épültek ki, amelyek új ismeretekkel és képességekkel vértették fel a tanárokat. A program jól érzékelhető módon ösztönözte a diákok környezettudatos elköteleződését.



Az eszköztár célja

Az eszköztár célja, hogy segítse az iskolákat abban, hogy képesek legyenek környezeti szempontból fenntartható programok kidolgozására és fenntartható magatartás kialakítására, többek között a 2022-es Európai Diáksport Napja rendezvényeinek megszervezésékor, ahol a testmozgás, a környezet és az éghajlatváltozás közötti összefüggésekre helyezhetik a hangsúlyt. Az eszköztár középpontjában az iskola áll, amely az iskola és a helyi közösség közötti fenntartható kapcsolatok megteremtésének, valamint a zöld, környezetbarát iskolai sporteseményekkel kapcsolatos fontos üzenetek terjesztésének elsődleges színtere. A szerzők célja az volt, hogy kihasználják a sport erejét a társadalmi értékek alakítására, a környezetünk iránti felelősségtudat hangsúlyozására és a fiatalok társadalmi szerepvállalásának előmozdítására.

Kinek szól az eszköztár?

Ezzel az eszköztárral az a célunk, hogy ötleteket osszunk meg és inspiráljuk az alábbi célcsoportokat:

- **Az iskolákban dolgozók – igazgatók és tanárok, pedagógiai asszisztensek**
- **Iskolai aktivisták és közösségi vezetők**
- **Az Európai Diáksport Napjának (ESSD) nemzeti koordinátorai, hogy támogatni tudják a részt vevő iskolákat a mind aktívabb iskolává válás útján**

Ezenkívül reméljük, hogy a szakértőket is ösztönözni fogjuk arra, hogy az iskolai tantervek kialakításakor beépítik majd a „zöld oktatás” ismereteit is az iskola pedagógiai programjába.

Az eszköztár további célkitűzései

- *Az iskolai környezet fenntarthatóbbá tételének elősegítése: Az iskolai tér olyan fenntartható térré alakítása, amely fizikai aktivitásra ösztönöz.*
- *A meglévő eszközök más, új módon történő használatának elősegítése a kreatív, zöld és a fenntarthatóságra fókuszáló gondolkodás serkentésével.*
- *A diákok környezettudatosságának új módokon való előmozdítása: A diákok környezet iránti felelősségvállalásra való nevelése a testmozgás, a játékok és a sport révén.*
- *A tanulók aktív bevonása a tervezési és szervezési folyamatba az alulról építkező, grassroots modell alapján a „gyermek hangjának” meghallgatásával.*

Sport #WithoutWaste, a hulladékmentes mozgalom

Az ESSD 2022-es fókusz témája a "Going Green in Sport", magyarul az Irány a zöld szorosán kapcsolódik a Sport #WithoutWaste mozgalomhoz. A Sport #WithoutWaste mozgalom a bolgár BG Be Active kezdeményezésére jött létre és partnerszervezetek támogatják 7 másik európai országból International Sport and Culture Association / ISCA (Dánia), Nabolagshager (Norvégia), AJSPT Suceava (Románia), Magyar Diáksport Szövetség (Magyarország), Albanian School Sport Federation / FSHSSH (Albánia), Association Sport for All Serbia / ASFAS (Szerbia), and Envercevko (Törökország). A projekt az Európai Unió Erasmus+ programjának társfinanszírozásában valósul meg.

A BG Be Active arra törekszik, hogy a Bulgáriában már kipróbált nemzeti gyakorlatokat a programban résztvevő partnerországok adaptálják különös tekintettel az alulról építkező szereplők (rendezvényszervezők, sportklubok, iskolák stb.) bevonására. A #WithoutWaste mozgalom átfogó célja, hogy a szabadidősport és a tömegsport területén hulladékmentes események valósuljanak meg az érintett felek kapacitásainak kiépítésével és koordinálásukkal. A Sport #WithoutWaste nemzeti akciók kidolgozása során a projekt konzorciuma azon is dolgozik, hogy kidolgozza és bevezesse a hulladékkezelés megelőzésére és a fenntartható gyakorlatokra vonatkozó javallatokat a tömegsportban, különféle kampányok és rendezvények számára.

A koncepció a BG Be Active 2019-es Plovdiv - Európa Kulturális Fővárosa program a kulturális és tömegsport-rendezvényeinek lebonyolítása során szerzett tapasztalataiból ered. Gyakorlati tapasztalatok és alapos kutatás alapján összegyűjtöttünk minden fontos információt a fenntartható, hulladékmentes rendezvények megszervezéséhez egy rendezvényszervezőknek

szóló útmutatóban. Az útmutató kiemeli, hogyan kell lehet elérni, hogy a rendezvények kevesebb hulladékkal járjanak oly módon, hogy a szervezőket és a résztvevőket a hulladék elkülönített gyűjtésére és újrahasznosításra bátorításával. Az olyan tömegrendezvények, mint a fesztiválok, koncertek és színházi előadások minden városban az év legkellemesebb és legjobban várt események közé tartoznak egy városban. A kellemes hangulat mellett azonban sok hulladékkal is járnak. Hajlamosak vagyunk alig odafigyelni arra hogy hova dobjuk a hulladékot. Gyakran hagyunk magunk után sok üveg- és műanyag palackot, valamint papír- és műanyag csomagolást is. Ha a szelektív hulladékgyűjtési nem áll rendelkezésre, akkor az összes újrahasznosítható hulladékot nem lehet a lehető legjobb módon ártalmatlanítani. Ez azt jelenti, hogy az ilyen események is terhelik, károsítják a környezetet. Hogy ez ne történhessen meg, alaposan meg kell terveznie a rendezvényt. Így nem csak a pazarlás nélküli rendezvény hagy benyomást mind a résztvevőkre, mind a jelenlévőkre, hanem még a környezetbarát életmódot is népszerűsíti.

Itt választ talál a következő kérdésekre:

- **Mi a #WithoutWaste, azaz a Hulladék nélküli esemény definíciója?**
- **Hogyan lehet megtervezni és megszervezni egy ilyen eseményt?**
- **Hogyan lehet kevesebb hulladékkal kommunikálni egy eseményt?**

Kérjük, tekintse meg az [ezen a linken](#) található angol nyelvű kézikönyvet.



Háttérinformációk

A ZÖLD NEVELÉS MEGHATÁROZÁSA

A zöld oktatás a definíciója szerint olyan transzformatív (átalakító) tanulási folyamat, amely a diákokat, tanárokat és az intézményi rendszert olyan új ismeretekkel és gondolkodásmóddal ruházza fel, amelyekre szükségünk van a gazdasági jólét és a felelős állampolgárság eléréséhez, miközben helyreállítjuk azoknak az élő rendszereknek az egészségét, amelyektől életünk függ.

- **A zöld oktatás egyesíti** a formális és a nem formális oktatást, a tudatosságnövelő és a kommunikációs eszközöket olyan területeken, mint a környezetvédelem, a természetvédelem, a biológiai sokféleség megőrzése és az éghajlatváltozás.
- **A zöld oktatás fenntartható termelési módszereket tanít,** valamint azt, hogy a környezettel való kapcsolat és e kapcsolat jelentőségének megértése elengedhetetlen ahhoz, hogy megbirkózzunk korunk ökológiai kihívásaival. Ez magában foglalja – többek között – a környezetszennyezés és az éghajlatváltozás problémáit is.

A fenntarthatóságra nevelés jellemzői. 2022. június 16-án az Európai Unió Tanácsa elfogadta a zöld átállást és a fenntartható fejlődést szolgáló tanulásról szóló ajánlást. Az ajánlás szerint akkor hatékony ez a tanulás, ha az alábbi kritériumok teljesülnek:

- a kora gyermekkori neveléstől és gondozástól kezdődik;
- az egész életen át tartó tanulás szemléletét követi;
- támogató tanulási környezetet hoz létre, amelynek részeként az intézmény egésze aktívan részt vesz a fenntarthatóságban;



- tanulóközpontú, magával ragadó, pozitív és valós tapasztalatokra épül;
- támogatja a pedagógusokat, beleértve a vezetői csoportokat is, hogy a fenntarthatóság érdekében tanítsanak és cselekedjenek;
- elősegíti az együttműködést és a partnerségeket a helyi és a tágabb értelemben vett közösségek között;
- érdeemben bevonja a fiatalokat;
- fenntarthatósági kompetenciákat épít;
- erős szakpolitikákon alapul.



Az iskolai környezeti nevelés középpontjában három fő összetevőre koncentrálunk: tantervek, zöld létesítmények és a képzés.

- Az iskolák beépíthetik a környezeti nevelést a tantervükbe. Ez a megközelítés – a környezet „integráló kontextusként” való használata a tanulásban – a helyi környezetet használja a nemzeti és regionális oktatási normák tanításának keretében. A környezeti nevelés magában foglalja a gyakorlatias, szabadtéri tanulást, mivel ezek a tevékenységek és tanórák segítenek a „természethiányos zavar” kezelésében és enyhítésében, valamint az egészségesebb életmódra való ösztönzésben.
- A környezeti nevelés másik fő elemét a zöld iskolák jelentik. A gyerekek sokféleképpen tanulhatnak a környezetről. Az iskolaudvaron tartott élményszerű tanórák, a nemzeti parkokba szervezett kirándulások, az iskolán kívüli zöld klubok és az egész iskolára kiterjedő fenntarthatósági projektek segítenek abban, hogy a környezet(védelem) könnyen hozzáférhető témává váljon. A hatékony programok holisztikus megközelítést támogatnak és példát is mutatnak egyben.
- A környezeti nevelés utolsó szempontja a fenntartható társadalomban való boldogulásra való nevelés.

A környezeti nevelésben alkalmazott különböző módszerek. A felsorolás nem teljes:

- A **vita, illetve megbeszélés** a csoportos tanulás módszerének egyik legegyszerűbb formája, ahol a tanár megvitathat néhány környezetvédelemmel kapcsolatos kérdést, például a városok vízhiányát, a tengerek vízszennyezését, a szemét elhelyezését, stb.

- A **projektmódszer** célirányos tevékenység. A projekt egy a tanulók által egy probléma megoldása érdekében végzett tevékenység. A tanár szerepe a projektmódszerben az, hogy segítse a diákokat a megfelelő téma kiválasztásával, a projekt céljainak megfogalmazásával, a diákok előrehaladásának rendszeres ellenőrzésével, kiigazítási javaslatokkal, stb.
- A **problémamegoldó módszer** során a diákoktól elvárják, hogy megfigyeljenek, megértsenek, elemezzenek, értelmezzenek és találjanak megoldásokat, valamint olyan alkalmazásokat hajtsanak végre, amelyek a fogalom holisztikus megértéséhez vezetnek.
- A **megfigyelési módszer** segít megismerni és harmóniát teremteni a természettel. Ez hozzájárul ahhoz, hogy a fiataloknak felismerjék a környezet fontosságát és azt, hogy hogyan előzhetjük meg a katasztrófákat.
- A **drámapedagógia** számos különböző típusú tantervbe beépül, különösen az alsó tagozaton. Széles módszertani eszköztárra épül, amelyben kiemelt helyet kapnak a hagyományos drámatechnikák, mint az improvizáció, a történetmesélés, a szerepjáték és a játékok.
- A **tanulmányi kirándulás (vagy terepgyakorlat)** olyan kirándulás, amelyet diákok és tanárok tesznek, hogy megnézzenek és tanulmányozzanak valamilyen természeti, kulturális, társadalmi vagy földrajzi szempontból jelentős képződményt, alkotást, eseményt. A terepgyakorlatok fejlesztik a diákok azon képességét is, hogy értékeljék a természeti környezetet, és értelmezzék saját tapasztalataikat, megfigyeléseiket.

A SPORTON KERESZTÜL TÖRTÉNŐ NEVELÉS ÉS A ZÖLD NEVELÉS

Nelson Mandela:

„Az oktatás a legerősebb fegyver, amely a világ megváltoztatására használható.”

„A sport ereje képes megváltoztatni a világot. Inspiráló hatása van, és olyan módon képes egyesíteni az embereket, mint semmi más. A faji korlátokat erősebben dönti le, mint bármely kormány.”

A gyerekeket mozgásra teremtették. Már korán elkezdik felfedezni a környezetüket, és folyamatosan kutatják a tudást. Nem tudnak egy helyben állni, folyton nyüzsögnek és játszanak. Mivel a mozgás a gyermekek életének szerves részét képezi, a sporton keresztül történő nevelés koncepciója egyre népszerűbb. A technológiai fejlődés mozgásszegény életmódra kényszerít bennünket. Ez a fizikai aktivitás csökkenéséhez vezet, különösen a fiatalabb generációk esetében, továbbá hozzájárul az elhízáshoz és a rossz fizikai állapothoz.

A sport általi oktatás olyan koncepció, amelynek célja, hogy a sportot a minőségi oktatás elsődleges támogatójaként használja. A fizikai aktivitás általában, ha az iskolában alkalmazzák, pozitív hatással van a tanulókra. Az átlagos iskolai napok aktívabbá tétele növelheti a gyermekek a fizikai aktivitásának szintjét.

- Az aktív szünetek szervezése hozzájárul az egészségesebb testhez, javítja a teljesítményt, és elősegíti a stabil kapcsolatokat a társakkal. Az aktív tanulási foglalkozások költséghatékonyak, szórakoztatóak és egyszerűek.
- A fizikai aktivitás érdekesebbé és szórakoztatóbbá teszi az órát. A gyerekek gyorsabban tanulnak, könnyebben

megértik az összetett és érzékeny témák tartalmát, emellett könnyebben kapcsolatot teremtenek a különböző tantárgyak között, és fontos szociális készségeket sajátítanak el. A sport a különböző korosztályok közötti információátadásban is hatékonynak bizonyult.

- A sport fegyelemre nevel. A tanulók megtanulják, hogyan tartsák be a szabályokat, hogyan maradjanak figyelmesek és aktívak egész nap. A sport fokozza a koncentrációképességet is.
- Azok, akik valamilyen sportot űznek, fontos értékekre tesznek szert. A csapatmunka, a szociális készségek, a szimpátia és a lojalitás csak néhány a fontos készségek közül, amelyeket a diákok megtanulnak. A sport növelheti az önbecsülést és az önbizalmat is, ami hasznos lehet a karrierépítés során.
- A sport általi hálózatépítés kitágítja az ember világképét. A sport révén a diákok könnyebben barátkoznak egymással. A különböző társadalmi háttérrel rendelkező emberekkel való interakció révén ismerik meg a különböző kultúrákat. A sport jó hatással van a közösségre is, továbbá fenntartható társadalmi átalakulást és a közösségek összefogását idézi elő. A sport által egyesített emberek egy zöldebb és tisztább jövőért dolgoznak.
- Különböző sporttevékenységek szervezése az iskolában – például faültetési nap vagy kerékpáros nap – hozzájárul a környezetvédelemhez. A kerékpározás és a gyaloglás mint aktív közlekedési módok pozitívan hatnak a környezet megóvására. Csökkentik a környezetszennyezést, és egy zöldebb világ elérését célozzák.

Tudj meg többet: www.moveandlearn.org



KÖRNYEZETVÉDELLEM AZ ISKOLAI TESTMOZGÁS ÉS A SPORT TERÜLETÉN



A környezetvédelem globális, illetve európai szinten is beépült a legfontosabb politikai dokumentumokba, és számos ilyen dokumentum a helyi politikák számára is viszonyítási alapként szolgál. E dokumentumok általános célja, hogy hangsúlyozzák a zöld, fenntartható oktatás szükségességét, és az iskolát a zöld agenda középpontjába helyezik.

(1) GLOBÁLIS SZAKPOLITIKAI DOKUMENTUMOK

A WHO 2018–2030-as cselekvési terve a testmozgásról (2.4. intézkedés)¹ azzal a céllal született, hogy a városi, városkörnyéki és vidéki közösségekben minden korosztály és különböző képességű ember számára elérhető legyenek a minőségi nyilvános zöld- és szabadidős területek, illetve hálózatok (beleértve a folyami és part menti területeket is), valamint a sportlétesítményekhez való hozzáférés. E célokat olyan tervek mentén kell elérni, melyek tekintetbe veszik a biztonságos, életkori sajátosságoknak megfelelő és méltányos hozzáférés elveit, valamint azokban az egyenlőtlenségek csökkentése prioritásként jelenik meg, más kötelezettségvállalásokkal összhangban.

Az ENSZ fenntartható fejlődési célkitűzései:

- 11. számú célkitűzés: Fenntartható városok és közösségek 2030-ig, a nemzeti és regionális fejlesztési tervezés megerősítése révén a zöld- és közterületekhez való biztonságos és egyetemes hozzáférést, valamint a városi, városkörnyéki és vidéki területek közötti pozitív gazdasági, társadalmi és környezeti kapcsolatok támogatását irányozza elő. A városi projektek mindenki számára egyformán hozzáférhető gyalogos létesítményekkel rendelkeznek majd, és hozzájárulnak az aktív közlekedéshez, a kerékpározáshoz,

lehetővé téve a fenntartható urbanizációt. Az épített környezet zöld környezetet biztosít a sportoláshoz és a fizikai aktivitáshoz, emellett dinamikus szerepet játszik az aktív, egészségesebb és biztonságosabb városok megteremtésében.²

- 13. számú célkitűzés: Éghajlatvédelmi intézkedés. Az éghajlatváltozás mérséklése kombinált oktatási és környezeti beavatkozások a fizikai aktivitást támogató közösségi közlekedés, gyaloglás és kerékpározás formájában. Szakpolitikai intézkedések az éghajlatváltozáshoz való alkalmazkodással kapcsolatos tudatosság növelése érdekében az oktatás, az intézményi és emberi kapacitás révén. Az ENSZ kiemeli a sport szerepét a fenntartható fejlődésben, és ezzel összefüggésben kidolgozta a „Sport az éghajlatvédelemért” cselekvési tervet, hogy a zöld infrastruktúra kiépítésével, valamint a testmozgás és az egészséges életmód népszerűsítésével valamennyi sportszervezetet képessé tegye arra, hogy döntő szerepet játsszon a globális éghajlatváltozási célok elérésében.³



¹ <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>

² <https://www.undp.org/sustainable-development-goals>

³ <https://www.globalgoals.org/goals/13-climate-action/>

KÖRNYEZETVÉDELLEM AZ ISKOLAI TESTMOZGÁS ÉS A SPORT TERÜLETÉN

(2) A SPORTHOZ ÉS A TESTMOZGÁSHOZ KAPCSOLÓDÓ, KÖRNYEZETVÉDELMERE VONATKOZÓ UNIÓS POLITIKÁK

Az EU környezetvédelmi politikájának célja 2050-re, hogy a levegőminőségre, a vegyi anyagokra, az éghajlatra, a természetre, a hulladékra és a vízre vonatkozó jogszabályok révén törekedjen az alacsony szén-dioxid-kibocsátású, erőforrás-hatékony gazdaságra való áttérésre, a biológiai sokféleség megőrzésére és az emberi egészség védelmére. 2014 óta számos területen történtek erőfeszítések, többek között a **hulladékgazdálkodás** (új újrahasznosítási célok, a műanyag hordtáskákra vonatkozó korlátozások, a műanyagokkal szembeni fellépés, a tengeri szemét felszámolását célzó intézkedések); az **éghajlat** (az üvegházhatású gázok kibocsátására vonatkozó 2030-as célkitűzések és a közlekedési ágazat szén-dioxid-mentesítésére irányuló intézkedések); a **természet** (elsősorban a biológiai sokféleség védelmére vonatkozó uniós szabályok végrehajtásának javítása érdekében); és a **levegőminőség** (új szabályok az 5 kulcsfontosságú légszennyező anyag maximális mennyiségére vonatkozóan, amelyet az uniós tagállamok kibocsáthatnak a légkörbe) területén. Az Európai Parlament ambiciózus politikákat szorgalmazott az említett témákat érintően.

Az EU sportra vonatkozó munkatervének (2021–2024) céljai a következők

- A sportban és az egészségmegőrző testmozgásban való részvétel növelése az aktív és környezetbarát életmód előmozdítása érdekében, valamint annak biztosítása, hogy

az EU más szakpolitikai területei is tudatában legyenek annak, hogy a sport jelentősen hozzájárulhat Európa társadalmi és környezeti szempontból fenntartható növekedéséhez, a digitalizációhoz, valamint a COVID-19 világjárványból való kilábaláshoz.

- Az uniós szintű párbeszéd és együttműködés fokozása a sportmozgalommal és más érdekelt felekkel és intézményekkel, mind a sport és a testmozgás területén belül, mind azon kívül. Az EU munkaterve olyan kiemelt területekkel foglalkozik, mint a sport integritásának és értékeinek védelme, a sport társadalmi-gazdasági, illetve környezeti dimenziói, valamint a sportban való részvétel és az egészségjavító testmozgás előmozdítása.⁴

Tartui felhívás az egészséges életmódról

A felhívás célja, hogy Európa-szerte következetesebb és hatékonyabb fellépésre ösztönözzön az egészséges életmód népszerűsítésére vonatkozóan, felhasználva az uniós kezdeményezéseket és finanszírozást, ahol az a polgárok egészségének javítása érdekében rendelkezésre áll. A felhívás 15 cselekvési pontot tartalmaz a testmozgás ösztönzésével kapcsolatban, és kiemeli a Bizottság szilárd elkötelezettségét az európai intézmények és az EU-tagállamok közötti együttműködés fokozása mellett. A javaslatok között szerepel, hogy növelni szükséges az olyan projektek finanszírozását, amelyek a sportokat, testmozgást népszerűsítene (esetleg olyan speciális helyszínekre összpontosítva, mint például az iskolák), valamint az egészséges életmód előnyeinek tudatosítására irányuló innovatív megközelítések ösztönzése az EU innovációs és technológiai hálózatain keresztül.⁵



⁴ [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX:42020Y1204\(01\)](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX:42020Y1204(01))

⁵ <https://healthystadia.eu/tartu-call-healthy-lifestyle/>

Irány a Zöld! a sportban

Mozgásra ösztönző ötletek – aktív játékok

Az iskola kulcsfontosságú helyszínt biztosít ahhoz, hogy már fiatal korban kialakuljon a megfelelő hulladékkezelés és a környezetvédelem kultúrája. Ha az embereket már gyermekkoruktól kezdve arra neveljük, hogy lelkiismeretesen viszonyuljanak a különböző típusú hulladékok szelektálásához és ártalmatlanításához, akkor olyan felelős felnőttekké válnak, akik korlátozzák a környezetre gyakorolt káros hatásukat. Ezért fontos, hogy a tanulókat célzottan megtervezett tevékenységek révén bevonják a szelektív hulladékgyűjtési tevékenységekbe, a hulladék ártalmatlanításába és az újrahasznosításba. Az ilyen és ehhez hasonló kezdeményezések katalizátorként szolgálhatnak ahhoz, hogy több osztályfoglalkozást tartsanak a #WithoutWaste, #Hulladékmentes élet témakörében.

Az Aktív játékok #Hulladékmentesen olyan szórakoztató tevékenységek, amelyekkel a tanárok felvilágosíthatják a gyerekeket arról, hogyan és hol szabaduljanak meg a hulladéktól. Ezekkel a játékokkal szeretnénk megmutatni az embereknek, hogy nem is olyan nehéz apró változtatásokat eszközölni a mindennapi életünkben, hogy csökkenthessük a környezetünkbe kerülő hulladék mennyiségét és javíthassuk városaink minőségét. A következő oldalakon bemutatunk 12 olyan aktív, közösségi játékot, amelyek ötvözik a testmozgást és a környezeti nevelést, és amelyek tökéletesen alkalmazhatók iskolai környezetben.



Fotó: Shopify Partners

SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- színes kréta

IDŐTARTAM: 5-10 perc

NEHÉZSÉGI FOK: könnyű

LEÍRÁS:

Használjatok kék, sárga és zöld krétát (vagy más színeket, az ország gyűjtési színkódolási rendszerének megfelelően), hogy a gyerekek által követendő nyomvonalat rajzoljatok a talajra. Jelöljétek a kezdőpontot és a nyomvonal végét. Alakítsatok ki a pálya vonalán olyan helyeket, ahol a játékosnak nagy körben kell ugrálniuk, szaggatott vonalak jelölik azokat a szakaszokat, ahol egy lábon kell ugrálni, és folyamatos vonalat húzzatok oda, ahol sétálni/futni kell. A nyomvonal minden egyes részéhez válasszatok más-más színt. Amikor a játékos új színezésű szakaszához ér a pályának, akkor haladás közben meg kell mondania, hogy milyen típusú újrahasznosítható hulladékot kell az adott színű hulladékgyűjtőbe dobni (pl. „műanyag” vagy „fém” a nyomvonal sárga részénél). A színeknek meg kell felelniük az országokban érvényes, a műanyag, fém, papír és üveg újrahasznosítására vonatkozó színkódolási rendszerének. A diákok egyesével mennek végig az ösvényen. A játék kezdete előtt végezhetek egy „tesztfutást” a nyomvonalon, hogy megmutassák a tanulóknak, hogyan kell teljesíteni a feladatot. Hogy még aktívabbá tegyék a játékot, labdákat/köteleket/karikákat is beépíthettek a nyomvonal mentén, amelyekkel a játékosoknak kölcsönhatásba kell lépniük.

SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- Kréta (opcionális)

IDŐTARTAM: 5-10 perc

NEHÉZSÉGI FOK: könnyű

LEÍRÁS:

Rajzolj egy hosszú vonalat (vagy használj egy meglévő vonalat, amely egy sportpályának, futópályának vagy akár az előző játékból származó pályának a része). Magyarázd el, hogy a vonal a műanyagot, a tőle balra eső terület a papírt, a jobbra eső pedig az üveget jelképezi. A diákok egy oszlopban állva, a vonalra lépve kezdik a játékot. A tanár vezényszavára („papír”, „műanyag” vagy „üveg”) a megfelelő pozícióba kell elmozdulniuk (papír esetén balra, műanyag esetén a vonalra, üveg esetén jobbra). Ha egy tanuló rossz pozícióba ugrik, akkor, valamilyen általa választott fizikai aktivitást kell végeznie (ugrás, guggolás, nyújtás). Az a győztes, aki a legkevesebbszer hibázik.

A játék nehézségét többféleképpen is növelheted: Az egyszerű parancsokat (papír-műanyag-üveg) cseréld ki ezekből az anyagokból készült tárgyakra (sörösüveg, régi újságpapír, élelmiszercsomagolás, palackkupak, befőttesüveg, cipősdoboz stb.) vagy az újrahasznosító tartályok megfelelő színeire. Tedd aktívabbá a játékot azáltal, hogy megváltoztatod a tanulók mozgásának módját (pl. egy lábon ugrálva, ugrással és guggolással).





SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- festék, színes kréta, papír
- nyitott tetejű újrahasznosító kuka / műanyagtartály
- kartonpapír
- tapétavágó kés (sniccer)
- ragasztószalag

IDŐTARTAM: 1 nap

NEHÉZSÉGI FOK: könnyű

LEÍRÁS:

Használjatok színezőanyagokat, hogy az osztályteremben vagy az iskolaudvaron lévő szemetesek érdekesebbé váljanak. Rajzoljatok kosárlabdagyűrűt az egyes tárolókra, míg a másokhoz vezető talajra rajzoljon ugróiskola mintát (oldalukkal kapcsolódó négyzetek sorozata, amelyek között két négyzetből álló blokkok vannak; a négyzeteket az ugrálás sorrendjében számozzátok meg) és/vagy egy skálát a távolugráshoz. Nyugodtan vonjátok be a diákokat a rajzolási, festési folyamatba is.

Miután a kukák elkészültek és megszáradtak, bátorítsátok a diákokat, hogy játsszanak velük minden alkalommal, amikor hulladékot kell kidobniuk. Ezt megtehetik úgy, hogy versenyeznek abban, hogy a hulladékot a „kosárlabdapalánk”

szemetesbe dobják egy, a szemeteshez közelebbi vagy távolabbi helyről, hogy ugróiskolát játszva közelítik meg a megfelelő szemetest, vagy versenyeznek abban, hogy ki ugrik a legmesszebbre a szemetes felé. Egy harmadik módon a szemeteskukákat még izgalmasabbá tehetitek. Kartonpapír és ragasztószalag segítségével szűkítsetek a bedobónyílását néhány tárolóedénynek (a Cornhole játékhoz hasonlóan). A Cornhole egy olyan játék, amelyben a játékosok vagy csapatok felváltva dobják a babzsákokat egy megemelt, ferde deszkára, amelynek a túlsó végén van egy lyuk. A játék célja az, hogy a babzsák a deszkán maradjon (egy pont) vagy a zsákok a lyukon átdobva (három pont) pontokat szerezzen. Babzsákok helyett itt a diákok üres műanyag palackokkal dobáljanak a lyukakat célozva.



SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- Újrahasznosítható hulladék (műanyag palackok, konzervdobozok, tejes- vagy gyümölcsledobozok, édességek csomagolása). Győződj meg róla, hogy mindegyik tárgy üres és tisztára mosott. A hulladék ne tartalmazzon éles / könnyen törhető csomagolást.
- 2-3 db színes szelektív hulladékgyűjtő (az ország színkódolási rendszere szerinti színek – műanyag, fém, papír)
- kréta

IDŐTARTAM: 5-10 perc

NEHÉZSÉGI FOK: közepes

LEÍRÁS:

Rajzoljatok három csíkot/útvonalat a talajra krétával, és mindegyikre helyeztetek el ugyanannyi újrahasznosítható hulladékot. Az ösvények végére állítsatok két újrahasznosítható kukát (egyét a papírnak, egyét a műanyagnak és a fémnek). A nehézség fokozása érdekében egy harmadik, az üvegnek megfelelő színnel jelölt kukát/ dobozt is elhelyezhettek, de üvegpalackokat ne tegyetek a pályákra, mert fennáll a törés és a vágás okozta sérülés veszélye).

A játék váltójátékként játszható. A diákokat osszátok három csapatra. Minden csapat egy sorban áll az egyes pályák mögött, az első csapattag a saját csapata pályájának

elején áll. A tanulónak össze kell gyűjtenie az ösvényéről a hulladékot, és azt az anyagának megfelelően kell elhelyeznie a kukákban. Egy diák egyszerre legfeljebb egy darab hulladékot vihet a kukákhoz. Ezután visszamegy a csapatához, megérinti a következő diákot, és beáll a sor végére. A következő csapattagok addig ismétlik a műveleteket, amíg a csapat az összes hulladékot össze nem gyűjti.

Az a csapat nyer, amelyik elsőként végez. Ha egy hulladékdarabot nem megfelelő helyre dobnak, akkor vagy 1) 10 másodpercet adnak hozzá a csapat idejéhez, vagy 2) a hulladékdarabot visszarakják ugyanannak a csapatnak a nyomvonalára.

A játék nehézségét többféleképpen is növelhetitek. Változtassátok a játékot két vagy három játékos közötti versennyé – minden játékos a nyomvonal kezdeténél kezd, és egyszerre egy-egy hulladékdarabot szed fel és dob ki a nyomvonaláról, majd visszazalad a kiindulási ponthoz. Bonyolítsátok az útvonalat, tegyétek hosszabbá vagy kanyargóssá (jól láthatóan vázoljátok fel az útvonalat, és győződjetek meg arról, hogy a játékosok nem hagyják el azt). Tegyétek még aktívabbá a játékot. Meghatározhatjátok a haladás módját (például szökdelni kell), kialakíthattok pályarészeket, ahol másképpen kell haladni (például kötél alatt átbújni), és – ha a játékterület lehetővé teszi – elhelyezhettek a nyomvonal mentén különféle eszközöket is (labda, karika, gumikötél), amelyeket a játékosoknak használniuk kell.

SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- papír
- toll

IDŐTARTAM: 30–60 perc

NEHÉZSÉGI FOK: közepes

LEÍRÁS:

Vigyétek ki az osztályotokat a játszótérre, a helyi parkba vagy egy közeli erdőbe, és keressék meg a különböző természeti látványosságokat, kincseket. Előzetesen készítsenek egy listát a különböző természeti látnivalókról, amelyeket a helyszínen találhatnak (pl. madár, hangya, kék virág, toboz, barna levél, zöld levél, gomba, pitypang, Y betűre hasonlító ág, katicabogár, magas fű, fatörzs stb.). A diákok extra pontokat szerezhetnek, ha megtalálják a legnagyobb fát vagy a leggazdagabb gyűjteményt különféle levelekből.

A természetben tett séta fizikai egészségre gyakorolt jótékony hatásával együtt a kincsvadászat elgondolkodtatja a diákokat a szomszédságukban élő különböző növényekről és állatokról, és ösztönzi őket a környezetvédelemre.





SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- papír
- toll

IDŐTARTAM: A kérdések (állítások) számától függ

NEHÉZSÉGI FOK: közepes

LEÍRÁS:

Készítsetek egy listát az újrahasznosítással kapcsolatos igaz és hamis állításokból.

Íme néhány ötlet:

1. Egy újrahasznosított üvegpalack elég villamos energiát takarít meg ahhoz, hogy 1,5 órán keresztül működtessük a televíziót. (Igaz)
2. Egy zsíros pizzásdobozt úgy tudok újrahasznosítani, hogy bedobom a papírnak szánt kék konténerbe. (Hamis, maszatos karton/papírt nem lehet újrahasznosítani.)
3. Egy műanyag palack újrahasznosításához ki kell ürítenem, le kell vennem a kupakot, ki kell nyomnom belőle az összes levegőt, a kupakot vissza kell tennem a palackra, amíg biztonságosan rögzül, és a műanyag (sárga) kukába kell dobnom. (Igaz)

4. Két műanyag palackból származó poliészter szálak elegendőek egy baseball sapka elkészítéséhez. (Igaz)

5. Egy műanyag palack lebomlása 50 évig tart a hulladéklerakókban. (Hamis, kb. 450 év alatt bomlik le.)

6. Az üveg újra és újra, gyakorlatilag a végtelenségig újrahasznosítható, minőségromlás nélkül. (Igaz)

Jelölj ki egy diákot, aki felolvassa sz állításokat, vagy olvasd fel te magad. Magyarázd el a tanulóknak, hogy amikor olyan állítást hallanak, amelyről azt hiszik, hogy igaz, akkor ugraniuk kell. Ha viszont olyan állítást hallanak, amely hamis, akkor le kell guggolniuk. Ha nem biztosak a helyes válaszban, állva maradhatnak. Az a győztes, aki a legtöbbször mozdul helyesen.

SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- 2-4 kis edény (pl. műanyag pohár, fémdoboz – Győződjetek meg arról, hogy a tárolóedények azonos méretűek, és nem törnek el könnyen.)
- víz
- kréta (opcionális)

IDŐTARTAM: 10-15 perc

NEHÉZSÉGI FOK: közepes

LEÍRÁS:

Készítsetek elő üres edényeket, és töltsétek meg őket vízzel teljesen. Alakítsatok a tanulókból két vagy több csapatot. Nyomvonal kijelölésével minden csapat előtt alakítsatok ki egy-egy, egymással megegyező pályát, megjelölve a két végét. A csapatok a pályájuk kezdetén sorba állnak, és minden csapat első játékosa kap egy megtöltött edényt. A jelre a csapat első játékosa a célba fut, megfordul, visszamegy a csapatához, és átadja a tartályt a soron következő játékosnak. Az a csapat győz, amelynek a végén a legtöbb víz marad az edényében.

A játék nehézségét többféleképpen is növelhetitek. Bonyolítsátok az útvonalat, tegyétek hosszabbá vagy kanyargóssá (jól láthatóan vázoljátok fel az útvonalat, és győződjetek meg arról, hogy a játékosok nem hagyják el azt). Tegyétek még aktívabbá a játékot. Meghatározhatjátok a haladás módját (például szökdelni kell), kialakíthattok pályarészeket, ahol másképpen kell haladni (például kötél alatt átbújni), és – ha a játékterület lehetővé teszi – elhelyezhettek a nyomvonal mentén különféle eszközöket is (labda, karika, gumikötél), amelyeket a játékosoknak használniuk kell.





Fotó: Unsplash.com

SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- 7-10 műanyag palack
- kis labdák
- matricák/festőanyagok
- homok/víz

IDŐTARTAM: 30 perc

NEHÉZSÉGI FOK: közepes

LEÍRÁS:

Egy rövid kreatív foglalkozás keretében matricákkal vagy más színezőanyagokkal díszítsenek a tanulók üres műanyag palackokat, hogy úgy nézzenek ki, mint a bowlingbábuk. Minden palackot töltsenek meg 2-3 cm magasságig homokkal vagy vízzel, hogy nehezebbek legyenek. Állítsátok fel őket az osztályterem egyik végében úgy, hogy legyen előttük elég hely egy „bowlingpálya” kialakítására. A tanulók felváltva bowlingozzanak: az a játékos nyer, aki a legtöbb bábút dönti le.

SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- újrahasznosítható hulladék (műanyag palackok, konzervdobozok, tejes-/gyümölcsleves dobozok, édességek csomagolása – Győződjetek meg róla, hogy mindegyik tárgy üres és tisztára mosott! A hulladék ne tartalmazzon éles könnyen törhető csomagolást!)
- 2 db színes szelektív hulladékgyűjtő (az ország színkódolási rendszere szerinti színek – műanyag, fém; papír)

IDŐTARTAM: 5-10 perc

NEHÉZSÉGI FOK: közepes

LEÍRÁS:

Készítsetek elő többféle újrahasznosítható hulladékot. Alakítsatok csapatokat a tanulókból, és állítsátok őket egy-egy sorba, amely a két szelektív hulladékgyűjtőhöz vezet (műanyag és papír). A csapattagoknak tovább kell adniuk az újrahasznosítható tárgyakat a sorban, és meg kell mondaniuk, hogy milyen tárgyról van szó. A sor végén álló személy a megfelelő kukába dobja a hulladékot. A sorban való továbbítás során minden tagnak másképpen kell átadnia a tárgyat, mint ahogyan megkapta, pl. átadhatja a lábak alatt, az egyik karja alatt, a másik karja felett, a feje fölött, vagy a háta körül. Az a csapat nyer, amelyik elsőként helyezi el megfelelően a tárgyait gyűjtőedényben. Ha egy tárgyat nem a megfelelő kukába dobna, 10 másodpercet adnak a csapat idejéhez.





SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- papír
- toll
- újrahasznosítható hulladék (műanyag palackok, konzervdobozok, tejes-/gyümölcsleves dobozok, édességek csomagolása – Győződjetek meg róla, hogy mindegyik tárgy üres és tisztára mosott! A hulladék ne tartalmazzon éles vagy könnyen törhető csomagolást!)
- 2-3 db színes szelektív hulladékgyűjtő (az ország színkódolási rendszere szerinti színek – műanyag, fém; papír)

IDŐTARTAM: 15–20 perc

NEHÉZSÉGI FOK: haladó

LEÍRÁS:

Rejtsétek el a különböző újrahasznosítható hulladékdarabokat az osztályteremben vagy az iskolaudvaron. Készítsetek egy listát a tárgyak számáról és típusáról, valamint három kukát (egyét a műanyag és fém, egyét a papír, egyet pedig az üveghulladék számára). Üvegpalackok azonban ne legyenek az elrejtett tárgyak között, mivel fennáll a törés és a vágás veszélye. Az üvegcsomagolás szemetese csak figyelemelterelésül szolgál, hogy növelje a játék nehézségét.

Alakítsatok egy vagy két csapatot a gyerekekből, és hagyjátok, hogy válasszanak egy csapatkapitányt és egy nevet a csapatnak. Adjatok minden csapatkapitánynak egy papírlapot a megkeresendő tételek listájával, és szabjatok meg nekik egy időkorlátot (pl. 10 perc) a tárgyak megtalálására. A csapatoknak ezután meg kell találniuk és össze kell gyűjteniük minél több tárgyat a listáról. A megadott idő letelte után gyűjtsd össze a csapatokat a tárolók köré. Az egyes csapatok játékosai felváltva dobják a csapatuk által összegyűjtött tárgyakat a megfelelő kukába (játékosonként egy tárgy). Az a csapat, amelyik a legtöbb tárgyat dobja ki megfelelően, megnyeri a játékot.

A játék egy másik módja, hogy a csapatok felváltva „elrejtik és keresik” az újrahasznosítható tárgyakat. Mivel a tanulók két csapatra vannak osztva, az egyik csapat kimegy az osztályteremből, amíg a másik csapat elrejteti a tárgyakat a teremben. Az első csapat ezután összegyűjti és helyesen kidobja őket. Eközben az a csapat, amelyik elrejtette a tárgyakat, nyomokat adhat a kereső csapatnak.

SZÜKSÉGES ANYAGOK: –

IDŐTARTAM: 10–15 perc

NEHÉZSÉGI FOK: haladó

LEÍRÁS:

Állítsátok a diákokat körbe egymással szemben. Valaki úgy kezdi a játékot, hogy megnevez egy újrahasznosítható tárgyat (pl. műanyag palack, régi újságpapír, befőttesüveg), majd kiválaszt és bemutat egy mozdulatot (ugrás, pörgés, taps, mindkét karját a levegőbe emeli, vagy bármi más mozdulatot végez, ami eszébe jut). Sorban haladva a kör következő tagjának meg kell mondania, hogy a tárgyat milyen színű kukába kell dobni (a színek itt is országfüggők), meg kell ismételnie az eddigi lépéseket, hozzá kell adnia a saját mozdulatát, és végül meg kell neveznie egy másik újrahasznosítható tárgyat. Például, ha az első játékos azt mondja, hogy „műanyag palack” és ugrik, a következő játékosnak azt kell mondania, hogy „sárga kuka”, ugrania kell, majd hozzá kell adnia egy új mozdulatot (pl. taps), és meg kell neveznie egy új tárgyat (pl. újság). A következő személy aztán kimondja, hogy „kék kuka”, ugrik egyet, tapsol és hozzáad egy mozdulatot, majd kimond egy új elemet. A következő személy szintén színt mond, elvégzi a mozdulatsort, hozzáteszi a saját mozdulatát, és mond egy hulladéktípust. A játék addig folytatódik, amíg a folyamat újra el nem éri az első játékos, akinek meg kell mondania, hogy hova kell eldobni az utolsó tárgyat, és meg kell ismételnie a játék során mutatott összes mozdulatot.



SZÜKSÉGES ANYAGOK:

- üres műanyag palackok
- üres tejesdobozok
- 2 db színes szelektív hulladékgyűjtő (az ország színkódolási rendszere szerinti színek – műanyag, fém; papír)
- kréta (opcionális)

IDŐTARTAM: 10–20 perc

NEHÉZSÉGI FOK: haladó

LEÍRÁS:

Alakítsatok a gyerekekből két vagy több csapatot. Adjatok minden csapatnak egyenlő számú üres műanyag palackot és üres tejesdobozt. Jelöljétek ki mindegyik csapat előtt egy-egy egymással megegyező hosszúságú pályát, kijelölve rajtuk a két végét (használhatjátok a már meglévő jelöléseket is, például a sportpálya végét). A pályák végéhez állítsátok fel a két újrahasznosító edényt, egyet a papírnak, egyet a műanyagnak, a csapatok pedig sorakozzanak fel a kijelölt pályájuk elején. A játék kezdetét adó jelre a csapat első játékosának le kell vennie a tárgya (műanyag palack vagy tejesdoboz) kupakját, az összes levegőt kipréselve csökkentenie kell a térfogatát, ezután vissza kell tennie a kupakot, majd a tárgyat a célba kell vinnie, és a megfelelő tartályba kell helyezni. A játékosnak ezután vissza kell futnia a csapatához, és meg kell érintenie a soron következő játékost.

A játékot változatosabbá tehetitek a következő módon: tegyétek lehetővé a csapatok számára, hogy bizonyos feladatokat felosszanak egymás között, hogy hatékonyabbak legyenek, pl. egy személy vegye le az összes tárgy kupakját, egy másik pedig tegye fel.

Az a csapat nyer, amelyik elsőként helyezi el megfelelően a tárgyait. Ha egy tárgyat nem a megfelelő szemetesbe dobnak, 10 másodperc hozzáadódik a csapat idejéhez. Ha egy tárgy a megfelelő kukában van, de nincs összenyomva / hiányzik a kupakja, 5 másodpercet adjatok a csapat idejéhez.

A játék nehézségét többféleképpen is növelheti:

- Bonyolítsátok az útvonalat, tegyétek hosszabbá vagy kanyargóssá (jól láthatóan vázoljátok fel az útvonalat, és győződjétek meg arról, hogy a játékosok nem hagyják el azt).
- Tegyétek még aktívabbá a játékot. Meghatározhatjátok a haladás módját (például szökdelni kell), kialakíthattok pályarészeket, ahol másképpen kell haladni (például kötél alatt átbújni), és – ha a játékterület lehetővé teszi – elhelyezhettek a nyomvonal mentén különféle eszközöket is (labda, karika, gumikötél), amelyeket a játékosoknak használniuk kell.

Fotó: BG Be Active Association



Hasznos tanácsok



A gyermekek környezetvédelemre való oktatása fontos ahhoz, hogy felelős felnőtté váljanak. Az olyan fogalmak, mint a hulladékcsökkentés, az újrafelhasználás és az újrahasznosítás napjainkban kulcsszerepet játszanak társadalmunkban, és már kisgyermekkortól kezdve tanítani kell ezeket mind otthon, mind az iskolában. Az újrahasznosítás – amellett hogy megmutatja a tanulóknak a környezetszennyezés hatásait – olyan készségeket is fejleszt, mint a tisztelet, a szimpátia, a türelem, a felelősségvállalás. Megismerteti velük a fenntarthatóságot, és megérteti velük, hogy a jövő generációi érdekében meg kell védeni a környezetünket.

Bár a környezeti nevelés számos módszerrel lehetséges, a gamifikáció (játékosítás) gyakran az egyik legszórakoztatóbb és legvonzóbb módszernek bizonyul. A „Hasznos akarok lenni. Hasznosíts újra!” elnevezésű, a szervezet hosszú távú _Spot Bulgaria programja keretében a BG Be Active egy rövid útmutatót dolgozott ki tanárok számára, hogy ezzel is támogassa az újrahasznosítás népszerűsítését az országos iskolahálózatában. Az útmutató a szervezet azon törekvésének folytatását szolgálja, hogy a fiatalokat a környezet iránti felelősségvállalásra ösztönözze, ennek keretében pedig lépésről lépésre könnyen kivitelezhető és gyermekbarát óravázlatokat nyújt az olvasónak. Az „Újrahasznosítási leckék” című útmutató célja, hogy a gyerekek felelősségteljesebbé váljanak a környezet iránt, hiszen a jövőnk tőlük függ. Azzal hogy kreativitásra ösztönözzük őket, úgy gondoljuk, hogy példát mutatunk a #Hulladékmentes iskolák és a hulladékmentes jövő felé.

Az útmutatóban megtalálod:

- **Tippek arra vonatkozóan, hogyan lehet a diákokat különböző tevékenységekbe való bevonásával felelősségteljessé tenni.**
- **Lépésről lépésre leckék a fenntarthatóságról gyakorlati újrahasznosítási tevékenységekkel**
- **Az egyes leckék témáját alátámasztó érdekes tények**

Kérjük, tanulmányod az ezen a [linken](#) található útmutatót (angol nyelvű).

Ha szeretnéd tovább bővíteni a tanórákat olyan tevékenységekkel, amelyek a fenntarthatóságot és a környezetvédelemre való odafigyelést tanítják, miközben a tanulók kreativitását is fokozzák, akkor a színezést és a rajzolást is alkalmazhatod tanítási módszerként. A BG Be Active által a Punkt grafikai stúdióval együttműködésben létrehozott #WithoutWaste színezőkönyv lehetőséget nyújt a szórakoztató kérdések és a színes képek tanulmányozására. Ugyanakkor megtanítja a gyerekeket arra, hogy felelősek legyenek a hulladékukért, és arra ösztönzi őket, hogy vigyázzanak a környezetükre, mind a városi, mind a természeti környezetben. A kifestőkönyv a _Spot Bulgaria - Partnership for a Beautiful and Waste-Free Urban Environment kezdeményezés részeként készült, és letölthető pdf formátumban vagy különálló oldalaként, hogy a diákokkal együtt színezhessük ki, akár nyomtatott formában, akár digitálisan.

A kifestőkönyvben a következőket találod:

- **mókás színező és rajzfeladatok gyerekeknek,**
- **fenntarthatósággal és környezetvédelemmel kapcsolatos kérdések,**
- **megfejtések és gyakorlati tippek a környezettudatosabb életmód kialakításához.**

A kifestőkönyvet ezen a [linken](#) találod.





Fotó: BG Be Active Association

Az Európai Diáksport Napján részt vevő iskolai dolgozókat arra kérjük, hogy merítsenek ötleteket a fentiekben bemutatott tevékenységekből. Nem szükséges túl bonyolult dolgokra gondolni, az aktivitások „zölddé” tétele nem igényel nagy erőfeszítést. Könnyen megoldható például a hulladékgyűjtés beépítése a már meglévő tevékenységekbe, vagy az iskolai sporttevékenységek zöld területekre való áthelyezése.

LEGYEN AZ ISKOLAI SPORT ÚJRA ZÖLD! - EGYSZERŰ ÖTLETEK:

- Fedezd fel az iskolád körüli zöld területeket a sporttevékenységek számára!
- Tedd hulladékmentessé a tevékenységedet!
- Próbáljátok ki a ploggingot! Ez a környezetbarát kocogás. (Menet közben szedjétek össze a szemetet!)
- Tegyétek együtt jobba iskolátok környezetét - gyűjtsétek össze és válogassátok szét a hulladékot az iskola területén, vagy készítsétek elő a talajt új növények, fák ültetéséhez!
- Oszd meg tevékenységeidet a Going Green in Sport tematikus közösségimédia-posztokkal #ESSD2022 és #BeActive megjelöléssel.

Nézd meg a videót (az ISCA szerkesztette és írta a forgatókönyvét), és érezzétek jól magatokat ezen az Európai Diáksport Napon!

https://youtu.be/PT_KrcD8EyA

Közreműködők

SZERZŐK (BG BE ACTIVE TEAM):

- *Laska Nenova*
- *Vlad Fedorov*
- *Kera Staneva*
- *Vladislava Pichurova*
- *Oksana Kirsanova*

KURÁTOROK / SZERKESZTŐK:

- *Laska Nenova - laska.nenova@gmail.com*
- *Vlad Fedorov - vlad@bgbeactive.org*

LEKTOROK (ISCA):

- *Rachel Payne - rpa@isca-web.org*
- *Maria Malyshkina - mm@isca-web.org*

DESIGN (ISCA):




- *Kristine Onarheim - ko@isca-web.org*

® *European*
School Sport
Day.
Hungary

#ESSD2022

KAPCSOLAT

Szeretnél többet megtudni az ESSD-ről?
Nézd meg a weblapunkat: **www.essd.eu** !

 @mdsz_hssf
 essdeurope
 @european_school_sport_day



BG BE ACTIVE

EUPEA
EUROPEAN PHYSICAL EDUCATION ASSOCIATION

ISCA
International Sport and
Culture Association

**YOUTH
SPORT
TRUST**
INTERNATIONAL

VI sport
movement for the future

DES
DEPORTE PARA
LA EDUCACIÓN Y LA SALUD

 Az Európai Unió
Erasmus+ programjának
társfinanszírozásával

#BEACTIVE
EURÓPAI SPORHÉT

Ha kérdésed van, itt
érdeklődj: **info@essd.eu** !