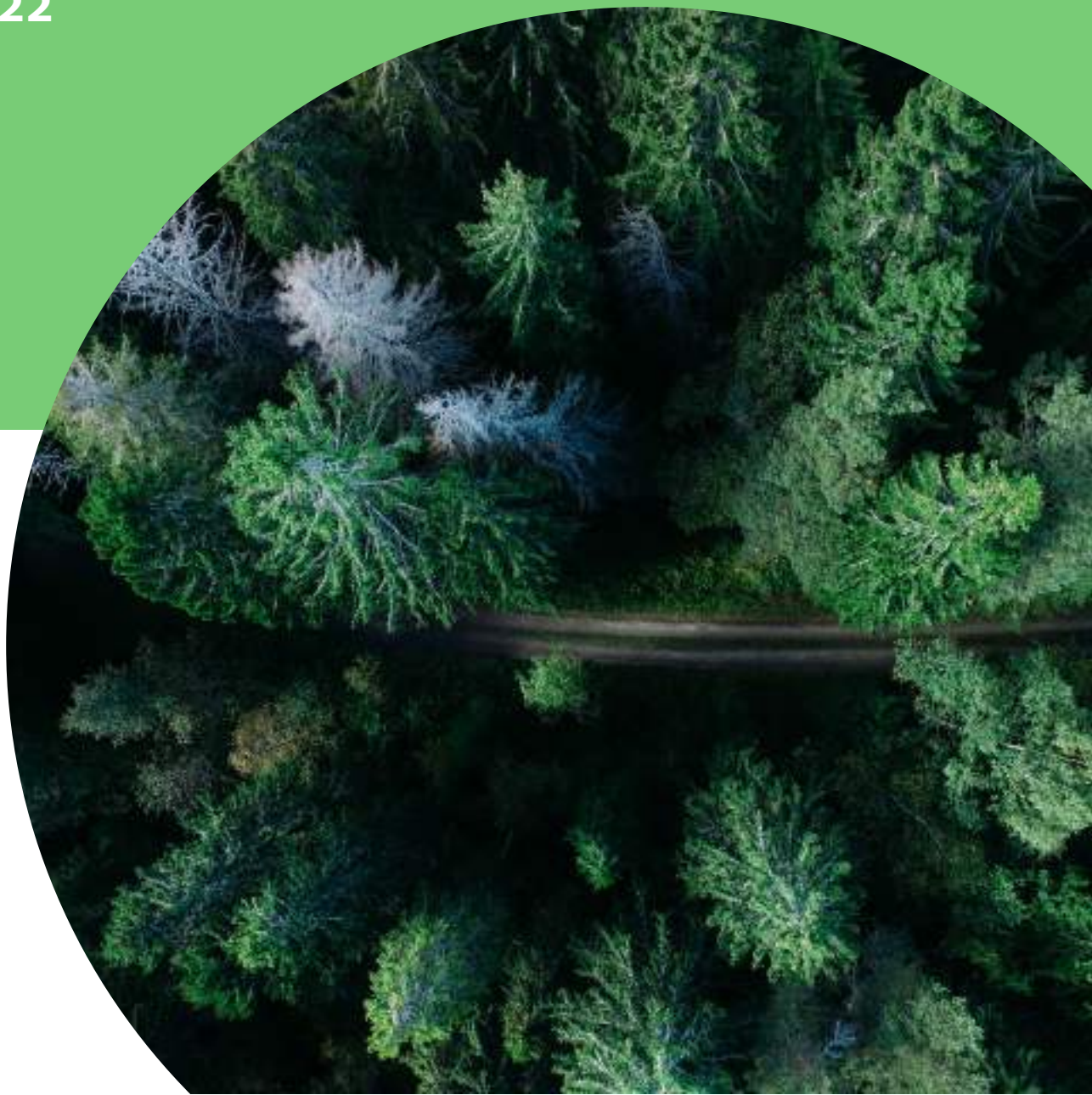
DOĞA DOSTU SPORLAR

Sonuç Raporu
Erasmus+ Spor Projesi
2020-2022



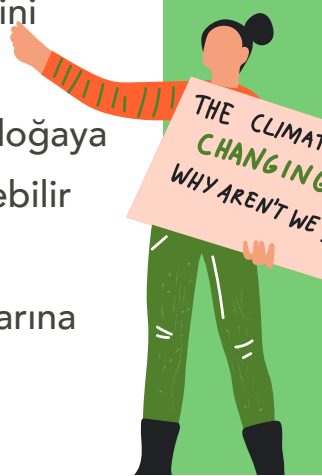
PROJENİN ÖZETİ

İklim değişikliği konusunda bir şeyler yapmaktan başka çaremiz yok, gezegenimiz tehdit altında. Sadece atıklarımızı azaltmak, yeniden kullanmak ve geri dönüştürmek yetmez, doğa korumayla ilgili çalışmalar yürütmeye ve bu konuda aktif katılımla hareket geçmeye mecburuz. Atıklardan kaynaklı kirlilik çok büyük bir sorun ve geri dönüşümün istenilen oranda yapılamaması daha da büyük bir zorluk.

"Doğa Dostu Sporlar" projesi, sadece sağlığa katkıda bulunmakla kalmayıp aynı zamanda doğa üzerinde de olumlu etkisi olan spor ve fiziksel aktiviteleri teşvik etmeyi amaçlamaktadır.

Projenin Hedefleri:

- Spor yoluyla yeni doğa eğitimi yöntemlerini teşvik etmek ve geliştirmek, doğa dostu spor etkinliklerinin sayısını artırmak,
- Spor etkinliklerinin sağlayacağı bağlantılar aracılığıyla doğa koruma konusunda kamuoyunda farkındalık yaratmak,
- Vatandaşların daha çok spor yapmasınıı teşvik etmek, aynı zamanda onları ekolojik onarım konusunda harekete geçirmek,
- Spor kulüpleri temsilcilerinin ve gençlik çalışanlarının eko-spor ya da yeşil spor kavramları hakkında bilgi ve deneyimlerini artırmak,
- Kentsel yaşamda, beden ve ruh sağlığını korumak ve stres düzeyini önemli ölçüde azaltmak için insanlara fırsatlar sunmak,
- Doğal kaynakların sürdürülebilir kullanılmasına katkı sağlayacak doğaya yakın ve doğayla ilişkili bir toplum yaratmak ve böylece sürdürülebilir şehirler inşa etmek,
- Dezavantajlı geçmişe sahip gençlerin doğa dostu sporlar yapmalarına katkıda bulunmak.



Doğa Dostu Sporlar Projesi, Avrupa Birliği'nin Erasmus+ Spor programı tarafından finanse edilmiştir. Ocak 2020'de başlayan proje 8 farklı ülkeden 8 farklı kuruluş içermektedir.

Spor organizasyonları ve kulüpleri, eğitim ve doğa koruma STK'ları gibi farklı geçmişlere sahip kuruluşların temsil edildiği projeye başlarken amaç, sporun aktif bir değişime ve doğayı korumaya nasıl yapıcı katkıda bulunabileceğinin yollarını aramaktı.

Bu doğrultuda proje ortağı her ülkede, yerel doğa dostu spor organizasyonları, kampanyalar düzenledi, sosyal medya üzerinden paylaşımlarda bulundu, videolar ve podcast'ler hazırlandı, toplantılar ve konferanslar yapıldı, iyi uygulamalar araştırıldı, yeni yöntem ve yayınlar geliştirildi.

ETKİNLİK VE KATILIMCI SAYISI

GENÇLER İÇİN DOĞA DOSTU SPOR PROGRAMI

Projenin en önemli çıktısı, spor yoluyla doğa eğitimi içeren etkinlikler ortaya koymaktır. Gençler için Doğa Dostu Spor Programı **24 atölye** ve etkinlikten oluşur; üç bölüme ayrılmış yaygın eğitim yöntemleriyle birleştirilmiş fiziksel aktiviteler şunlardır:

Spor ve Fiziki Aktiviteler Hakkında Öğrenirken...

- Doğayı, ekosistemleri ve biyolojik çeşitliliği öğrenirken ve korunmasına katkıda bulunurken yapılabilecek spor ve fiziki aktiviteler
- Doğayı, ekosistemleri, çevre sorunları ve çözümlerini öğrenirken yapılabilecek spor ve fiziki aktiviteler
- Çevresel aktivizm ve bireysel eylem odaklı yapılabilecek spor ve fiziki aktiviteler

Tüm bu aktiviteler çok farklı ekosistemlere ve biyolojik çeşitliliğe sahip 8 ülkede test edildi ve uygulandı ve iklim değişikliği hakkında her yaştan ve bilgi birikiminden 1000'den fazla insana ulaşıldı.

Yayın, doğa eğitimini spor yoluyla teşvik etmek isteyen, öğrenci toplulukları, okullar, kulüpler vb. kurumlarda doğa dostu spor etkinlikleri düzenlemek isteyen eğitmenler, spor uzmanları, gençlik çalışanları, eğitimciler, kolaylaştırıcılar ve gençlik liderlerine yöneliktir.

ANTRENÖRLER, SPOR UZMANLARI VE GENÇLİK ÇALIŞANLARI İÇİN SPOR VE DOĞA EĞİTİMİ PROGRAMI

Projenin çıktılarından biri olan Spor ve Doğa Eğitimi Programı, eğitmenlerin, spor uzmanlarının ve gençlik çalışanlarının doğa dostu spor kavramı hakkındaki bilgilerini artırmayı amaçlamaktadır. Yayın, doğa dostu spor etkinlikleri düzenlemek isteyen herkes için faydalı olacak birçok konuyu kapsamaktadır.

Sporun ve özellikle topluma yönelik her yaştan insanın katılabileceği eğlenceli spor etkinliklerinin yerel ve küresel düzeyde ekolojik sorunları çözmede önemli katkısı olacaktır. Ancak sporun doğa üzerinde olumsuz etkileri de vardır, bu nedenle spor organizasyonlarının bir yandan da ekolojik ayak izlerini azaltmaya çalışmaları gerekmektedir.

Yayında bu konuda aşağıdaki başlıklara yer verilmiştir:

- Doğa dostu spor etkinlikleri nasıl organize edilir?
- Mevcut spor etkinlikleri nasıl daha doğa dostu hale getirilir?
- Doğa eğitimi spor ve fiziki aktivitelere nasıl entegre edilir?
- Spor, doğanın korunmasına ve diğer ilgili konulara nasıl yardımcı olabilir?
- Her bölümde, uzmanlar ve STK temsilcilerine yönelik etkinlik ve çalıştay düzenlemelye yarayan teorik bir giriş ve ardından pratik bir bölüm mevcuttur.

İYİ UYGULAMALAR: SPOR YAPARKEN DOĞA NASIL KORUNUR?

Projenin çıktılarından biri de halihazırda sporu ve doğanın korunmasını birleştiren çeşitli spor ve doğa etkinliklerini, bu konuda devlet aktörlerinin neler yaptıklarını ve yaygın eğitim yöntemlerini araştırmak şeklinde olmuştur.

Amaç, mevcut programlarla ilgili iyi uygulamaları, önerileri ve kaynakları analiz etmek, belirlemek ve toplamaktı. Bununla ilgili ortaya koyulan yayın, özellikle vatandaşların eğlenceli şekilde spor yapmasını sağlayacak etkinlikler düzeyinde, ekolojik konuların spora entegrasyonu için bir ilham kaynağı olabilir.

Ayrıca, bu tür etkinliklerin düzenlenmesi konusunda deneyimi olan spor ve çevre dernekleri, kulüpleri ve diğer kurumlar arasında bir anket çalışması yürütüldü ve bu konudaki öneriler, etkinliklerde kullanılan yöntemlerin zayıf veya güçlü yönleri tespit edildi.

MULTİ MEDYA ÖĞRENİM MATERYALLERİ

Podcast'ler

Doğa Dostu Sporlarla ilgili farklı bakış açılarını ortaya koyacak çeşitli konularda podcast'ler oluşturuldu:

- Proje hakkında podcast;
- Doğa Dostu Spor etkinlikleri örnekleri hakkında podcast;
- Doğa eğitiminin spora nasıl dahil edileceği konusunda eğitmenler ve spor uzmanları için podcast;
- Doğa ve eğitim alanındaki STK'lar için spor ve fiziki aktivitelerin çalıştaylara ve etkinliklere nasıl dahil edileceğine ilişkin podcast;
- Aktif olmak ve doğa dostu spor etkinlikleri düzenlemek isteyen bireyler için önerileri kapsayan podcast'ler

@ecofriendlysports hesabını takip et.

Videolar ve Sosyal medya

Sporun yanı sıra doğa eğitiminin önemi hakkında farkındalık yaratmak ve başkalarını kendi topluluklarında bu tür etkinlikler düzenlemeye motive etmek için videolar ve @ecofriendlysports adlı sosyal medya kanalları oluşturuldu.

DOĞA DOSTU ETKİNLİK DÜZENLEMEK İSTEYENLERE FİKİRLER

Ne tür çevre dostu spor etkinlikleri düzenleyebilirsiniz? İşte birkaç fikir:

- Doğada yürüyüş yapın ya da koşun ve bu fiziki etkinlikleri atıkları toplamayla ilişkilendirmeye çalışın;
- Ağaç dikme etkinliklerine katılın;
- Su sporları yaparken nehir, göl, deniz kıyılarını temizleyin;
- Onarım ve ileri dönüşüm atölyeleri yönetin;
- Doğa dostu projeler yapın – Örneğin; kuşlar için yuvalar, arı örtüleri, kaya bahçeleri vb.
- Kuşları, kelebek türlerini ve diğer hayvanları gözlemleyin, yürüyerek öğrenin; Doğa koruma atölyelerini spor aktiviteleriyle birleştirin.

ETKİNLİK DÜZENLEMEKLE İLGİLİ İPUÇLARI

Çevrimiçi platformları (örneğin sosyal medya kanallarını) kullanın ve yerel topluluklara ulaşın! Aşağıdaki öneriler size ilham kaynağı olabilir:

- Etkinliğe uygun kelimeler/hashtag'ler içeren herkese açık bir Facebook etkinliği oluşturun (Bu, Google aramalarında da görünmelidir),
- Etkinliği diğer Facebook gruplarında ve farklı sosyal medya platformlarında da paylaşın,
- Etkinliği kendi kanallarında paylaşmak isteyen kişi veya kuruluşlarla bağlantıya geçin,
- Farklı yaş gruplarına ulaşmak için broşür, poster hazırlayın ve bunları stratejik yerlere yerleştirin: Topluluk salonları, üniversite avluları, yerel marketlerdeki reklam panoları vb. Dağıtımdan önce bunu yapmak için izin istemeniz yeterlidir.

YEREL TOPLUMU DAHİL ETMEK

İnsanlara fikirlerini sormak, etkinliğinizin kalitesini artırır. Facebook'tan duyuracağınız etkinliklerde bir değerlendirme veya takip anketi oluşturabilirsiniz. Bazen katılımcılarınız en aktif organizatörler haline gelir. Etkinliğinizin katılımcılarına kuruluşunuza katılma ve aktif bir üye olma fırsatı verdiğinizden emin olun. Deneyimlerimize göre en aktif gönüllüler her zaman etkinlik katılımcılar havuzundan gelir. Her zaman yeni fikirlere, önerilere ve geri bildirimlere açık olun. Organizatör ekibiyle etkinliğinizi değerlendirin ve olumlu yönleri ve iyileştirme olanaklarını araştırın. Bir dahaki sefere daha iyisini yapacaksınız!

GÖNÜLLÜLER İLE ÇALIŞMAK

Başarılı bir spor etkinliğinin temel bileşenlerinden biri de gönüllülerdir, onlarla iletişimi iyi kurmak gerekir:

- Gönüllüler için bir koordinatör bulun ve onunla etkinlik öncesi bif plan yapmaya başlayın,
- Gönüllü çalışma planını oluşturun. Onlardan neler beklediğinizi iyi anlatın. Kaç komite var, hangi komitenin kaç gönüllüye ihtiyacı var, iş bölümü nasıl olacak? Ne yapacaklar ve yazılı iş tanımları mevcut mu? Nerede olmaları gerekecek ve oraya nasıl ulaşacaklar?
- Etkinlikten önce, özellikle birkaç gün önce bir gönüllü eğitimi düzenleyin. Etkinlikten sonra bir değerlendirme toplantısı yapın, gönüllülerinizin bir takdir mektubu, sertifika veya hediye ve muhtemelen bir parti şeklinde kapanışa ihtiyacı olduğunu unutmayın.

SPOR VE DOĞAYI BİRLEŞTİREN YAYGIN EĞİTİM YÖNTEMLERİNE ÖRNEKLER

Yaşam tarzımızı iyileştirmek ve sağlığımızı korumak için, hem doğa dostu spor etkinlikleri yapabilir hem de tanıdıklarımızla bu önerileri paylaşıp birlikte spor yapabilir, böylece doğa korumaya etkin katılınabilir:

Döngüsel spor salonu: Satın aldığımız, tükettiğimiz her şeyi, üretim ve tüketim döngüsünden sonra bile nasıl kullanabileceğimizi ve bir nesneye neden ihtiyaç duyduğumuzu irdelemek çok önemlidir. Dolayısıyla eviniz, kulübünüz veya iş yeriniz için spor malzemeleri yaratmak üzere ömrü bitmiş ya da kullanılmayan malzemeleri ileri dönüşüm yoluyla döngüsel ekonomi konseptini uygulayarak tekrar kullanıma sokabilirsiniz.

Plastik yakalama avı: Tıpkı fosiller gibi, plastiklerin de gezegenimizde uzun bir ömrü vardır. Üstelik plastikler vahşi yaşam ve ekosistemler üzerinde tehlikeli bir etkiye sahiptir. Doğaya atılan plastikler avlanabilir. Geocaching uygulamasına dayanan bu "av" ile, hem bir hazine avının dinamiğini, oryantiringin eğlenceli yanını yaşamak hem de günlük alışkanlıkların karbon ayak izini telafi etmek hem fiziksel zorlukların üstesinden gelerek, plastik atıklar hakkında bilgilendirici gizli notlar ile küçük kutulara gizlenmiş gizli notları bulmaya çalışmak ile sağlanabilir.

İnsan gücü evi: Tasarrufun önemini bilmemize rağmen, bir evin ne kadar enerjiye ihtiyacı olduğunu çok da bilmeyiz. Katılımcıların evlerinin enerji tüketimini hesaplamalarını ve basit, sağlıklı fiziksel aktiviteler ile karbon ayak izlerini öğrenmeleri ve bunu telafi etmek üzere aktif olmaları sağlanabilir.

Su şişesi seansı: Suyun yaşam aktivitelerimizdeki önemi oldukça hafife alınmıştır. Boşa su harcamanın önüne geçecek takım yarışmaları bu konuda farkındalığın gelişmesini sağlayabilir. Bunun için çok basit bir düzenek kurulabilir. Oyuncular, altında delik olan şişeleri yürüyerek/koşarak belirli bir yere ulaştırmaya çalışırlar.

Nakit çöp: Geri dönüşümün temellerini bilsek bile, bunu her zaman düzgün yapmıyoruz. Bunu verimli bir şekilde yapmayı öğrenebiliriz. Katılımcıları rekabetçi sportif ruhla takımlar halinde geri dönüşüm yapmayı öğrenmeye odaklı oyunlar oynamaya yönlendirmek bu öğrenmeyi sağlayabilir.

Hareket et ve öğren: Doğa koruma yalnızca ağaçlar, bitkiler ve diğer canlı türleri ile ilgilenmekle kalmaz, aynı zamanda iklim değişikliği ve sorumsuz insan davranışlarının neden olduğu yok olmaya karşı yaban hayatı ve faunayı koruyacak eylemleri de içerir. Hareket et ve öğren, arılar gibi tozlaşmayı sağlayarak doğaya önemli hizmet veren canlı türlerini ve bunların yaşam alanlarını korumaya yönelik bir eylemdir.

Bunlar, atık yönetimi, küresel ısınma, doğal kaynakların kullanımı gibi ekolojik krizlerle ilgili konularda gençleri ve halkı bilgilendirmeyi amaçlayan diğer birçok etkinliğe sadece birkaç örnektir. Gençler için Doğa Dostu Spor Programında daha fazlası bulunmaktadır.

SONUÇ

Proje, fiziki aktiviteyi teşvik ederek ve artırarak sağlıklarını korumayı ve aynı zamanda doğanın ve gezegenimizin korunmasına katkıda bulunmayı amaçlayan "sıradan" girişimlerinden biridir. Siz de bu girişimin bir parçası olabilirsiniz. Konuyla ve etkinliklerle ile ilgileniyorsanız veya bunları kendi başınıza organize etmek istiyorsanız, proje web sitesi www.ecofirendlysport.eu bağlantısındaki yayınları, sosyal medya ve ve multimedya hesaplarını kontrol edebilirsiniz.

YEREL ETKİNLİKLER

DOĞAYI DİNLE

YEREL ETKİNLİKLER

EYMİR GÖLÜNDE PLOGGING

YEREL ETKİNLİKLER

TÜR SAY

YEREL ETKİNLİKLER

AĞAÇLARI TANIMAK İÇİN PEDALLA

YEREL ETKİNLİKLER

EKO-KAMP

ATÖLYELER

DOĞA DOSTU SPORLAR NEDİR?

ATÖLYELER

DOĞA DOSTU SPORLAR ETKİNLİKLERİ NASIL DÜZENLENİR?

KONFERANS

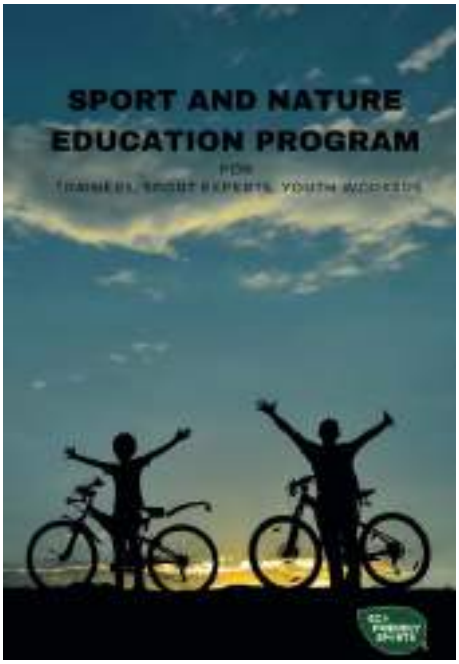
YEŞİL ULAŞIM

YAYINLAR

Yayınlara buradan ulaşılabilir: https://www.ecofriendlysport.eu/publications/

DOĞA DOSTU SPORLAR ALANINDA İYİ ÖRNEKLER DOĞA KORUMA VE SPOR NASIL BİRBİRİYLE İLİŞKİLENDİRİLEBİLİR?

EĞİTİMCİLER, SPOR UZMANLARI VE GENÇLİK ÇALIŞALANLARI İÇİN SPOR VE DOĞA EĞİTİMİ PROGRAMI



GENÇLİK İÇİN DOĞA DOSTU SPORLAR PROGRAMI

ECO-FRIENDLY SPORTS

YEREL ETKİNLİKLER 8 ÜLKEDE GERÇEKLEŞTİRİLDİ:
AVUSTURYA
BULGARİSTAN
İSPANYA
MACERİSTAN
SLOVAKYA
PORTEKİZ
ROMANYA
TÜRKİYE

Son olarak tüm gönüllülerimize, katılımcılarımıza, ortaklarımıza ve eylemimize katılan veya destek veren herkese teşekkür ederiz, siz olmasaydınız bu mümkün olmazdı.

"Küçük eylemler, milyonlarca insanla çarpıldığında dünyayı değiştirebilir"
Howard Zinn

WWW.ECOFRIENDLYSPORT.EU

@ECOFRIENDLYSPORTS

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

Tüm bu yayınlar, Avrupa Birliği Erasmus + Programı tarafından finanse edilen 613590-EPP-1-2019-1-SK-SPO-SCP nolu, "Dostu Dostu Sporlar" projesinin çıktılarıdır. Avrupa Komisyonu'nun bu yayının üretimi sağladığı destek yansıtan içeriklerin onaylandığı anlamına gelmeyip, yalnızca yazarların görüşlerini yansıtmaktadır ve burada yer alan bilgilerin herhangi bir şekilde kullanılmasından Komisyon sorumlu tutulamaz.