



GREEN LEAGUE
Sport Alliance for the Environment

Ferilsathuganir

Hagnýt dæmi um umhverfisvænni íþróttaiðkun



Þakkir

Þessi bók er afurð *Erasmus+sport* projekts “Green League – sport Alliance for the Environment”

Samstarfsaðilar:

- CESIE, Ítalía, Vivi Sano Onlus, Ítalía,
- Zavod APGA, Slóvenía,
- Kentro Merimnas Oikogeneias Kai Paidiou (KMOP), Grikkland,
- EINURÐ EHF, Ísland,
- Cardet- Centre For The Advancement Of Research & Development In Educational Technology Limited (CARDET), Kýpur,
- Out of the Box International (OTB), Belgía.

Ritstjórn: APGA

Höfundar:

- APGA, Agenija za promocijo gibalnih aktivnosti, Slóvenía,
- CARDET, Kýpur,
- ESIE, Ítalía,
- EINURÐ, Ísland,
- KMOP, Grikkland,
- OTB, Belgía
- VIVI SANO ETS, Ítalía

Eintak: rafrænt

Tilvísunarnúmer verkefnis: 101050262-Green League-ERASMUS-SPORT-2021-SP



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).



ÍÞRÓTTA- OG UMHVERFISFRAMTAK KÝPURS



VERKEFNI 1: MARKAVERKEFNIÐ

MARKMIÐ

Markmiðið er að nýta sýnileika knattspyrnunnar til að takast á við umhverfisvanda. Þetta er gert með því að gróðursetja einu tré fyrir hvert mark sem lið skorar.

Markhópur

Knattspyrnulið á Kypur.

LANDSVÆÐI

Kypur.

HREYFING VERKEFNIS

Knattspyrna.

Hagsmuna- og samstarfsaðilar

Megin markhópur verkefnisins eru þau knattspyrnulið sem spila á Kypur í öllum deildum. Félögin taka þátt með því að ákveða hversu mörg tré skulu vera gróðursett fyrir hvert mark skorað. Valmöguleikarnir voru 1, 5, 10 eða 20.

Þetta framtak hefur áhrif á það svæði sem brann í júlí 2021 sem endurskógrækt.

Þar að auki hafa nokkrir hluthafar (ráðuneyti, KOA, fjölmiðlar o.f.l.) stutt verkefnið.

HEIMILDIR

<https://www.facebook.com/thefootballprojectcy/>

INNGANGUR OG AÐFERÐAFRÆÐI

Markaverkefnið byrjaði árið 2021 og er enn í gangi á vegum *The Football Project*. Það er stofnun sem er rekin af ungu fólki og í hagnaðarskyni. Þetta fólk hefur það að leiðarljósi að nýta sér möguleika knattspyrnunnar býður upp á og getur hagnast samfélaginu, einkum ungu fólki. Stofnunin var sett á fót árið 2016 og hefur séð um annars konar verkefni.

“Við hjá *The Football Project* trúum á mátt knattspyrnunnar. Við trúum því að knattspyrna geti verið nýtt á fleiri vegu en bara sem skemmtun og þjálfun, t.a.m. sem kennslutól og til að vekja athygli á ýmsum málefnum.

Máttur knattspyrnunnar kemur frá jákvæðu sjónarhorni þeim gríðarlega fjölda fólks sem fylgist með og iðkar íþróttina, sér í lagi börn og ungt fólk. Við erum sannfærð um að hægt sé að nýta knattspyrnu á praktískan og auðveldan hátt svo það nýtist ungu fólki og samfélaginu okkar. *The Football Project* vinnur að því að vekja athygli á samfélagsmálum, s.s. jafnréttis-, þjóðflutnings- og umhverfismálum.”

The Football Project bauð öllum knattspyrnufélögum á Kypur til að styðja verkefnið og stuðla að endurskógrækt á því svæði sem brann 3.-4. júlí 2021. Ætlunin var að koma á fót samstarfi við eins mörg félög úr öllum deildum á Kypur og hægt var til að snúa við þeirri þróun og takast á við þau vandamál sem fylgdu slysinu.

Nafn verkefnisins sem er á ensku GOAL Project var valið vegna tengingar sinnar bæði við knattspyrnuna en einnig við önnur svið. Líkt og á íslensku þýðist *goal* á grísku bæði mark og markmið og með þessu verkefni er sameiginlegt markmið að bæta umhverfið, gróðursetja ákveðið mörgum trjám o.s.frv., samofið þeim mörkum sem skoruð eru í fótbolta.

Næsta skref verkefnisins tengist skipulagningu og gróðursetningu trjáa og verður unnið í sameiningu með skógræktarfélagi á Kypur. Búið er að hafa samband við skógræktarfélagið til að sækja um þau leyfi sem þarf og biðja um aðstoð við verkefnið.

Aðferðafræði verkefnisins inniheldur m.a. eftirfarandi skref:

- Samning á milli Markaverkefnisins og þeirra knattspyrnufélaga sem hafa áhuga á því.

- Skipuleggja gróðursetningu trjána.
- Fá aðra hluthafa til að taka þátt (umhverfissamtök, knattspyrnufélög, almenna borgara)
- Útdeila og auglýsa verkefnið á meðal fólks í gegnum samfélagsmiðla á meðan verkefninu stendur. Uppfæra síðu verkefnisins á samfélagsmiðlum fyrir hvern leik sem leikinn er af liðum sem taka þátt í verkefninu

ÁSKORANIR

- Þátttaka hluthafa í vinnu verkefnisins.
- Þátttaka almennings við gróðursetningu.
- Samstarf við yfirvöld vegna gróðursetningar.
- Vatnsskortur er ein sú áskorun sem þarf að komast yfir en vegna skorts á vatni til vökvunar þurfti að aflýsa gróðursetningu næstu 2-3 árin á Pótamíu svæði á Kýpur.

ÁHRIF

Verkefnið fékk almennt góðar viðtökur frá samfélaginu og hluthöfum. Vegna þess hvernig staðið var að verkefninu gat fólk séð þátttöku síns liðs í verkefninu og áttað sig á mikilvægi umhverfisins.

SJÁLFBÆRNI

Félögin greiða sjálf fyrir gróðursetningu, gefa þannig til samfélagsins og gera verkefnið um leið sjálfbært.

YFIRFÆRSLA

Verkefnið spannaði alla eyjuna en það er vel hægt að endurtaka og stækka það með því koma því á fót í fleiri og stærri löndum. Fótbolti er gríðarlega vinsæl íþrótt og ef knattspyrnufélög í stærri deildum taka þátt í verkefninu er hægt að vekja enn meiri athygli á umhverfinu.

Hægt er að yfirfæra verkefnið yfir á aðrar íþróttir en það gæti reynst erfitt í þeim íþróttum þar sem markatala er mjög há að jafnaði.

NIÐURSTÖÐUR OG LÆRDÓMUR

Markaverkefnið á Kýpur var mjög góð æfing í slíku verkefni sem gefur til baka til samfélagsins. Það tækifæri sem myndaðist í kjölfar skógarelda var nýtt, með aðstoð íþróttahreyfingarinnar, til að hjálpa náttúrunni að jafna sig.

Þau skilaboð og lexíur verkefnisins eru:

- Auka umhverfisvitund með aðstoð íþróttar
- Koma á fót menningu gróðursetningar og að fylgjast með trjánum vaxa
- Íþróttahreyfingin hefur með þátttöku sinni bent á þær hættur sem steðja að umhverfinu og vakið fólk til umhugsunar.

VERKEFNI 2: SJÁLFBÆRNI OG ÍPRÓTTIR

MARKMIÐ

Markmið verkefnisins er þróun æfinga sem hægt er að stunda utandyra, sett saman af sjálfbóðaliðum sem nýta endurunnin eða undurnýtanleg efni. Búnaðurinn var búinn til og settur á almenningssvæði sem allir hafa aðgang að.

MARKHÓPUR

Ríkisborgarar.

LANDSVÆÐI

Dali, Nicosia.

HREYFING VERKEFNIS

Ýmis hreyfing.

Hagsmuna- og samstarfsaðilar

Hagsmunaaðilar eru ríkisborgarar, sér í lagi þeir sem búa á svæðinu

HEIMILDIR

<https://www.facebook.com/7RsSports>

INNGANGUR OG AÐFERÐAFRÆÐI

Verkefnið er byrjaði sem ES (European Solidarity corps) verkefni sem snýr að því að skapa svæði utandyra fyrir fólk til að stunda líkamsrækt.

Verkefnið tók sér stað á svæði fyrir utan Nicosia á Kýpur. Umhverfissjónarmið verkefnisins var að nota sjálfbær tæki og tól til að stunda líkamsrækt í náttúrunni.

Hluti verkefnisins voru svokallaðir umhverfisþjálfarar sem kynntu almenningi fyrir verkefninu. Þá veittu íþróttþjálfarar aðstoð við hvernig best væri að búa til þau íþróttatæki og tól, og úr hvaða efni væri best að framleiða þau.

1. Sjálfbóðaliðar hittast og skipuleggja framleiðslu tækjanna.
2. Leiðbeinendur þjálfuðu sjálfbóðaliða í hvernig hægt væri að nota þau efni til framleiðslunnar.
3. Skipulagsfundur fyrir verklag.
4. Sjálfbóðaliðarnir hittust á fundum mánaðarlega og hófu innleiðingu verkefnisins.
5. Þátttakendur verkefnisins biðlaði til fólks að útvega efni til framleiðslu á tækjunum.
- 6.

ÁSKORANIR

Sumar af áskorunum eru:

1. **Öflun efnis:** Eins og nefnt var hér að ofan var fólk beðið um að útvega efni (gefa). Sumir komu með klæði, aðrir dekk eða við. Hins vegar náðist ekki að afla alls sem þurfti og eitthvað þurfi að kaupa, s.s. málma.
2. **Sveitarstjórn:** Önnur áskorun var að fá leyfi sveitarstjórna fyrir uppsetningu á æfingasvæðinu.

ÁHRIF

Verkefnið var ekki eins vel auglýst og skyldi. Flestir sem lærðu um verkefnið voru þeir sem tóku þátt í uppsetningunni sjálfri. Skipuleggjendur vinna að því að vekja athygli á verkefninu á því svæði sem verkefnið var unnið.



3. **Fjárlög:** takmarkað fjármagn varð til þess að þeir sjálfbóðaliðar sem tóku þátt gátu ekki verið frá vinnu í 6 mánuði í samfelldri vinnu.

SJÁLFBÆRNI

Verkefnið var unnið með aðstoð sjálfbóðaliða en þeir voru grundvöllur verkefnisins.

YFIRFÆRSLA

Hægt er að stækka verkefnið þannig það sé unnið á landsvísu, en vandinn við það er öflun sjálfbóðaliða. Þar að auki þarf stuðning sveitarstjórna.

NIÐURSTÖÐUR OG LÆRDÓMUR

Verkefnið er frábær byrjun fyrir Kypverja að átta sig á mikilvægi sjálfbærni og uppbyggingu almenningsvæða, endurvinnslu og endurnýtingu, og verndun síns nærumhverfis. Verkefnið þjappaði saman því fólki sem býr á svæðinu þar sem vinnan fór fram og bjó til almenningsvæði fyrir það fólk til að stunda líkamsrækt, samhliða því að vernda sitt nærumhverfi.



VERKEFNI 3: UMHVERFIÐ OG SJÁLFBÆR ÞRÓUN

MARKMIÐ

Á meðal markmiða verkefnisins má nefna:

- Að kenna nemendum að bera ábyrgð á því að vernda umhverfið og stuðla að sjálfbærum lífnaðarhætti.
- Að innleiða kennslufni þar sem alhliða kerfislegri og þverfaglegri nálgun er beitt á sjálfbæra þróun og þá vanda sem steðja að náttúrunni.
- Að nálgast umhverfisvanda, bæði út frá einstaklingnum og frá sjónarmiði samfélagsins í heild sinni.
- Að nýta sér þau tækifæri í sínu nærumhverfi til að vekja athygli á mikilvægi þess að vernda náttúruna, auka lífskjör og hvetja til sjálfbærs lífnaðarháttar.

Sértæk markmið göngu eru:

- Læra um náttúru gönguleiðarinnar í Troodos og skilja mikilvægi slíkra slóða; bæði sem náttúrulegri og sem menningarlegri auðlind.
- Efla gagnrýna hugsun.
- Skilja þá ábyrgð sem einstaklingurinn ber fyrir verndun umhverfisins.

MARKHÓPUR

Skólar; nemendur, kennarar og foreldrar

LANDSVÆÐI

Kýpur

HREYFING VERKEFNIS

Ýmis hreyfing

HAGSMUNA- OG SAMSTARFSADILAR

Uppeldisstofnanir, sveitarstjórn, grunn- og háskólar, rannsóknarsetur, og stofnanir sem ekki eru reknar í hagnaðarskyni.

Í þessu verkefni tóku grunnskólanemendur þátt.

HEIMILDIR :

<https://elearning.schools.ac.cy/index.php/el/meno-spiti-ucy/video/3-spiti-sti-fysi2>

<https://elearning.schools.ac.cy/index.php/el/meno-spiti-ucy/video/12-spiti-sti-fysi4>

<https://mepaa.moec.gov.cy/index.php/el/>

<https://peead.schools.ac.cy/index.php/el/>

<https://elearning.schools.ac.cy/index.php/el/monada-perivallontikis-ekpaidefsis>

INNGANGUR OG AÐFERÐARFRÆÐI

Fræðslueining EESD (The Unit of Education for the Environment and Sustainable Development), sem sett var á fót 2018 er sjálfstæð eining innan Mennta- íþróttá- og ungmenna ráðuneytisins. Einingin sér um kynningu umhverfismála og sjálfbærni með formlegu, óformlegu og formlausu námi.

Meginábyrgð EESD er innleiðing umhverfisverkefnis (National Strategic Plan for Environmental Education and Sustainable Development), viðhaldi og sjálfbærni þess á kerfislægan hátt.

Markmið EAPA er innleiðing EESD á öllum námsstigum menntastofnana landsins.

Umhverfismenntastofnun Tahe (Tahe Environmental Education Unit) sér um innleiðingu ýmissa verkferla; neti umhverfisstofnana (Pedoulas entre, Athalassa centre, Akrotiri community centre, Salamis centre, Kavó-Greko centre, Koilan centre, Panagia centre); þróunar umhverfis- og sjálfbærni verkefna á öllum námsstigum; auglýsingum á rannsóknum umhverfissviðs; umsýsla tengslamyndunar og samskipta við sveitarstjórnir.

Þetta verkefni einblínir á fjallgöngu á Troodos fjalli og hvernig líkamsrækt utandyra getur hjálpað nemendum að skilja umhverfið betur.

1. stig: Innleiðing verkefnisins

Undirbúningur vettvangsrannsóknarinnar og fræðilegi hluti verkefnisins. Nemendur hafa tækifæri til að skilja hugtök sem tengjast verkefninu sem þeir taka þátt í og hvernig hægt er að skoða málefni. Þetta er gert með hópverkefnum í bland við önnur kennsutól (s.s. hljóð- og myndmiðlunarefni, vinnublöð, umhverfisleikir, glærur, o.s.frv.).

2. stig: Vettvangsrannsókn

Vettvangsrannsóknirnar geta verið margvíslegar og er það undir þátttakendum komið. Þær skulu innihalda einhverja öflun gagna á vettvangi rannsóknarinnar. Nemendur kynnast verknámi og rannsóknaraðferðum. Vettvangurinn er nýttur sem námsefni.

3. stig: phase: Innleiðing verkefnisins í skólakerfið

Á þessu stigi hefst innleiðing verkefnisins í skólakerfið en vert er að nefna að aðferð kennslunnar og nýtingu efnisins er undir skólunum og kennurunum sjálfum komið. Kennarar leggja grundvallarreglur fyrir gönguna. Kennarar ákveða hvaða leið skuli fara (hér skiptir máli að gæta aldurs þátttakenda þegar gönguleiðir eru valdar), og ráðleggingar varðandi klæðnað í göngunni, hvað skuli taka með og hvernig skuli fylla út vinnublöð fyrir verkefnið.

ÁSKORANIR

Ein áskorun verkefnisins er að fá nemendur til að fylgja því sem þeir hafa lært og kynna fjölskyldum sínum fyrir því. Þar að auki þarf að uppfæra námsefnið þegar nýjar upplýsingar berast.

Áhrif

Áhrif verkefnisins á nemendur hafa reynst jákvæð; þeir lærðu ýmislegt um umhverfið sitt í gegnum verklega kennslu en ekki bara fræðilega og höfðu færi á að kanna náttúruna á eigin spýtur.

Verkefnið nær til allra hópa og nemendur fá að læra nýja hluti eftir því sem þau eldast. Þetta stuðlar að því að skólinn sé meðvitaður um náttúruna þar sem það hefur bein áhrif á kennslu.

SJÁLFBÆRNI

Verkefnið er styrkt af menntamálaráðuneytinu og gætir þess að það geti haldið áfram.

YFIRFÆRSLA

Hægt er að yfirfæra verkefnið á önnur svæði og önnur lönd. Það er með þeim fyrirvara að verkefnið sé styrkt, t.d. af menntamálaráðuneytum þeirra landa sem verkefnið á að færa yfir á.

NIÐURSTÖÐUR OG LÆRDÓMUR



GREEN LEAGUE
Sport Alliance for the Environment

www.green-league.eu

Flestir nemendur Kýpur fengu að taka þátt í verkefninu og var í flestum tilfellum þeirra fyrstu kynni við umhverfismál. Göngur á gönguleiðum Troodos hefur reynst lykilatriði í því að skilja umhverfið á ólíka vegu.

Þá stuðlaði verkefnið að aukinni umhverfisvitund og mikilvægi þess að vernda náttúruna.



**Funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. [Project Number: 101050262]

VERKEFNI 4: HREINSUN MIÐJARÐARHAFS

MARKMIÐ

Clean up the Med er verkefni sem átti sér stað árið 2020. Markmiðið var að hreinsa ákveðna strönd og nýta tækifærið og tengja það við hreyfingu sem í þessu tilfelli var jóga.

Markhópur

Ríkisborgarar.

LANDSVÆÐI

Lady's Mile strönd, Limassol, Kýpur.

Líkamleg æfing

Hreyfing verkefnis

HAGSMUNA- OG SAMSTARFSADILAR

Þátttakendur þessa verkefnis voru ýmsar stofnanir sem ekki eru reknaðar í hagnaðarskygni, s.s.:

- Center for Social Innovation (SI),
- Ecological cyprus Movement,
- Cyprus Girls an,
- Youth Cyprus Greens,
- Youth Board of Cyprus.

HEIMILDIR

<https://www.facebook.com/events/2603373516640068>

INNGANGUR OG AÐFERÐARFRÆÐI

Viðburðurinn var einn af mörgum sem áttu sér stað á eyjunni til þess að hreinsa stendur hennar. Hann átti sér stað í kjölfar sumarsins sem var góð tímasetning til að hreinsa til eftir mikla aðsókn yfir sumartímann.

Verkefnið tengir saman hreinsun umhverfis, æfingu og hugleiðslu. Að geta hugað að umhverfinu og sér sjálfum á sama tíma er bæði mjög aðlaðandi og gefandi. Hreinsunin átti sér stað á 2ja tíma tímabili (milli 16:00 og 18:00) og í kjölfar þess var yoga á ströndinni, "BeActive Against Plastic Beach Yoga Sunset Session" og fagnaður fylgdi því.

ÁSKORANIR

Þær helstu áskoranir er tími og fjármagn en það erfiðasta er að finna sjálfbóðaliða til að taka þátt í verkefninu. Þó má nefna að á Kýpur eru margar umhverfisstofnanir sem taka títt þátt í slíkum verkefnum.

Sveitarstjórn þarf einnig að samþykkja slíkt verkefni sem getur reynst áskorun.

ÁHRIF

Verkefnið skilaði því að umhverfið - ströndin - var í frábæru ástandi og vakti fólk til umhugsunar. Þar að auki hafði jóga tíminn góð áhrif á þátttakendur verkefnisins.

SJÁLFBÆRNI

Þar sem verkefnið stólar á sjálfbóðaliða er það í sjálfu sér sjálfbært. Þó þarf einhver að taka að sér skipulagningu, sveitarstjórn þarf að samþykkja slíkt verkefni, einhver þarf að taka að sér að sjá um jógakennslu (eða sambærilegt) sem þó fellur einnig undir sjálfbóðaliðastarf.

YFIRFÆRSLA

Þetta framtak hefur verið endurtekið í mörgum öðrum löndum en hefur tekið á sig aðra mynd en þá sem er í Kýpur. Það er því með sanni hægt að segja að verkefnið má yfirfæra og hægt að framkvæma það hvar sem er.



GREEN LEAGUE
Sport Alliance for the Environment

www.green-league.eu

NIÐURSTÖÐUR OG LÆRDÓMUR

Nokkur lykilskilaboð sem birtast úr þessum ferilsathugum eru eftirfarandi: sjálfböðavinna fyrir umhverfið, hreinsa innan hverfi þíns og stunda íþróttir.

Viðburðurinn "Hreinsaðu upp Miðjarðarhaf" gerir fólki kleift að tengja umhverfismeðvitund við íþróttarverkefni. Annar mikilvægur þáttur við viðburðinn er þessi hagnýtustu hlið, þar sem hann skilar beint til samfélagsins og er ekki bara kenning.



**Funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. [Project Number: 101050262]



EINURÐ



CARDET



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. [Project Number: 101050262]