



GREEN LEAGUE
Sport Alliance for the Environment

Primeri športnih dogodkov v Evropi

Športni dogodki “štirje elementi narave”
Povezovanje športnih aktivnosti in okoljske refleksije



**Financira
Evropska unija**

Financirano s strani Evropske unije. Izražena stališča in mnenja so zgolj stališča in mnenja avtorja(-ev) in ni nujno, da odražajo stališča in mnenja Evropske unije ali Evropske izvajalske agencije za izobraževanje in kulturo (EACEA). Zanje ne moreta biti odgovorna niti Evropska unija niti EACEA. [Referenčna št. projekta: 101050262]

Kolofon

To poročilo je nastalo v okviru Erasmus+ športnega projekta “Green League – sport Alliance for the Environment”.

Partnerji:

- CESIE (koordinator), Italija,
- Vivi Sano Onlus, Italija,
- Zavod APGA, Slovenija,
- Social Action and Innovation Center (KMOP), Grčija ,
- EINURD (Einurd), Islandija,
- Center for the Advancement of Research & Development in Educational Technology (CARDET), Ciper,
- Out of the Box International (OTB), Belgija.

Urednik: KMOP

Avtorji:

- APGA, Agencija za promocijo gibalnih aktivnosti, Slovenia,
- CARDET, Cyprus,
- CESIE, Italy,
- EINURD, Iceland,
- KMOP, Greece,
- VIVI SANO ETS, Italy.

Publikacija: Elektronska, nelektoriran tekst

Referenčna št. projekta: 101050262Green League-ERASMUS-SPORT-2021-SCP



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



Kazalo

Kolofon	2
Uvod	5
Športni dogodki »štirje elementi narave«	7
Primeri športnih dogodkov v Evropi	9
Italija	10
Orientacijski tek: poišči svojo pot!	11
Treking: na vrhu sveta	14
Odbojka na travi: kjer se začne kopno	17
SUP: deskanje po svetu!	20
Plezanje: dosežite vrh	22
Zmajev čoln: med morjem in veslom	24
Spust po jeklenici: uravnovesite svoje telo	26
Lokostrelstvo: hitro kot veter	29
Grčija	31
Nogometne zgodbe za Zemljo!	32
Misija zemlja: navigacija v naravi, zaščita pred ognjem	34
Odplujte stran od onesnaževanja vode: jadranje in zbiranje smeti za okolje	37
Sredozemska odiseja: izziv obmorskih ovir	39
Naravna preproga: združevanje generacij skozi jogo	42
Trajnostna igra na mivki: odbojka na mivki in povezava zrak-voda-zemlja	45
»Plogging« za preprečevanje gozdnih požarov	48
Igra dodgeball (med dvema ognjema) na temo ognja	51
Cyprus	54
Veslanje in osvežitev: kanu-kajak in čiščenje	55
Onkraj morja	58
Joga v naravi	61
Kolesarjenje po Zemlji	63
Pohodništvo za naravo	66
Tek in ogenj	68
Dih Narave	70

Vdih, izdih	72
Iceland	74
Sprehod po goszu v Elliðarársdalur	75
Pohod po polju lave	76
Plogging na obali.....	78
Plavanje v morju	80
Planinarjenje	81
Orientacijski tek	83
Sprehod po naravi	85
Joga	87
Slovenia	89
Eko-orientacijska avantura	90
»Zeleni« šolski športni dan	93
-Frizbi-golf eko izziv	96
Pohod na čist zrak.....	99
Plavanje z »delfini«	101
Plogging	103
Eko-treking.....	106
8. Zeleni dan športa	108
Zaključne misli	111

Uvod

V stalnem prizadevanju za trajnostno in okoljsko ozaveščeno prihodnost se projekt »Green League – šport za okolje« pojavlja kot svetilnik upanja in inovativnosti. Ta vizionarska pobuda si prizadeva za svet, v katerem se športni profesionalci in amaterski športniki združujejo v boju za okoljsko trajnost z izkustvenim učenjem in športnimi dejavnostmi. Osrednji cilj je izkoristiti moč športa kot katalizatorja za dvig okoljske ozaveščenosti. V ta plemeniti namen se je konzorcij partnerjev, ki ga sestavljajo CESIE, Vivi Sano ETS, Zavod Apga, KMOP, Einurð, OTB in CARDET, združil z neomajno predanostjo organizaciji športnih dogodkov v svojih državah. Rezultat je vsestransko in vključujoče prizadevanje, ki je sprejemljivo za različne zainteresirane strani, od športnih strokovnjakov in klubov do lokalnih skupnosti in okoljskih navdušencev.

Ta priročnik je premišljeno zasnovan in nagovarja širok spekter uporabnikov. To vključuje športne strokovnjake, športne klube, učitelje in voditelje skupnosti, ki bodo v njem odkrili dragocen vir za organizacijo športnih dogodkov, ki učinkovito spodbujajo okoljsko ozaveščenost in trajnost. Ne glede na to, ali gre za uspešnega športnika, ki si prizadeva doseči pomembne spremembe, ali predanega organizatorja skupnosti, ki želi pritegniti širšo medgeneracijsko publiko, ta projekt ponuja obsežen nabor orodij in smernic za lažje doseganje njihovih ciljev.

S primernim obravnavanjem potrebe po boju proti podnebnim spremembam in hkratnim spodbujanjem trdnega zdravja in dobrega počutja za vse. Z izkoriščanjem dinamičnega vpliva športa, zagotavlja privlačen in učinkovit medij za ustvarjanje okoljske zavesti in spodbujanje trajnostnih praks. Uporaba športa kot orodja vzpostavlja globoko povezavo med posamezniki in njihovim okoljem ter pomembno prispeva k bolj zdravemu načinu življenja. V bistvu ta pobuda predstavlja vzajemno koristen pristop, ki nagovarja potrebe planeta, hkrati pa izboljšuje kakovost življenja njegovih prebivalcev.

Največja moč projekta je v njegovi prilagodljivosti in vključevanju. Ob upoštevanju številnih variacij okoljskih in meteoroloških razmer v različnih državah, projekt premišljeno naslavlja potrebno prilagodljivost za učinkovito izvajanje teh pobud. Uporabnike spodbuja, da prilagodijo športne dejavnosti tako, da jih uskladijo z okoljskim kontekstom njihovega okolja,

s čimer zagotavljajo ustreznost in praktičnost. Ta prilagodljivost omogoča organizatorjem dogodkov, da oblikujejo privlačne, izobraževalne in trajnostne dogodke, ki pustijo trajen vpliv na udeležence. Posledično projekt Green League služi kot zgleden model za prihodnje dogodke namenjene dvigu ozaveščenosti o odnosu med športom in okoljem, s ciljem spodbuditi globljo povezavo med športom in okoljsko zavestjo na svetovni ravni.

Če povzamemo, predstavljeni dogodki predstavljajo platformo, prek katere lahko posamezniki in organizacije zagovarjajo okoljsko trajnost skozi prizmo športa. Zaradi zavezanosti k vključevanju, prilagodljivosti in dvigu okoljske ozaveščenosti je neprecenljiv vir, dostopen različnim deležnikom. Z izkoriščanjem športa kot orodja za doseganje sprememb, ta projekt obravnava pereč izziv podnebnih sprememb in spodbuja bolj zdravo življenje ter globljo povezavo med posamezniki in njihovim okoljem. Predstavlja svetilnik upanja za prihodnost, ki jo določata okoljska zavest in trajnost.

Športni dogodki »štirje elementi narave«

V okviru projekta Zelena liga je ena izmed ključnih aktivnosti izvedba osmih dogodkov »Športni dogodki štirje elementi narave«.

Ta dokument je zasnovan tako, da usmerja in podpira športne strokovnjake, športne klube in zainteresirane strani pri organizaciji in izvedbi športnih dogodkov z vključevanjem okoljske tematike, z uporabo izkustvenega učenja, katerega cilj je ozaveščanje o povezavi med športom in okoljem ter na splošno okolju prijaznih praks.

Z zagotavljanjem jasnih navodil, dodatnih virov in neomajne podpore želi ta dokument zagotoviti, da lahko športni strokovnjaki, športni klubi in zainteresirane strani učinkovito organizirajo izobraževalne in vzpodbujevalne dogodke, ki pustijo trajen vtis na udeležence.

S temi dogodki, ki jih navdihujejo štirje naravni elementi, želimo poudariti moč športa pri okoljski vzgoji. S po dvema športnima dogodkoma, posvečenima vsakemu od štirih elementov, želimo nagovoriti raznoliko občinstvo ter ponuditi privlačen in celosten pristop k vzpodbujanju okoljski ozaveščenosti.

7

Metodologija

Ključnega pomena za uspeh teh športnih dogodkov je metodologija, uporabljena pri njihovem načrtovanju in izvedbi. Vsak dogodek je izveden trajnostno in družinam prijazno ter spodbuja medgeneracijski dialog med udeleženci. Proces se drži načel izkustvenega učenja, pri čemer uporablja naravo kot prostor in učitelja. Udeleženci se vključijo v dogodke, ki jih navdihujejo štirje elementi narave, kar jim omogoča, da se ukvarjajo s športi na prostem, medtem ko posamezno in v skupinah razmišljajo o zapletenem odnosu med okoljem in športom.

Skozi ta izkustveni učni proces lahko mladi in starejši udeleženci povečajo svojo zavest o okolju, ki nas obkroža. Razvijejo lahko poglobljeno razumevanje presečišča med športom in okoljem ter stkejo vez, ki presega zgolj šport in sega v njihovo vsakdanje življenje.

Spremenljivost in prilagodljivost

Predlagane vsebine/primeri spodbujajo spremenljivost s prepoznavanjem različnih okoljskih in vremenskih razmer v različnih okoljih. Vsakdo, ki jih uporablja, se spodbuja, da prilagodi športne aktivnosti edinstvenemu kontekstu svojega okolja. Ta pristop zagotavlja, da dogodki ostanejo relevantni in učinkoviti, ter poskrbijo za posebne potrebe in pogoje vsake lokacije.

Smernice in vsebine

Da bi uporabnike opremili s potrebnimi orodji in znanjem, je projekt Zelena liga razvil nabor vsebin športnih dogodkov v naravi, ki združujejo športno aktivnost in okoljsko refleksijo. Te vsebine so zasnovane tako, da zagotavljajo, da so dogodki izvedeni trajnostno in družinam prijazno. Poleg tega spodbujajo medgeneracijski dialog med udeleženci in zagotavljajo mehanizme za zbiranje povratnih informacij za oceno učinkovitosti aktivnosti.

Primeri športnih dogodkov v Evropi

Z danimi primeri želimo pomagati pri izvedbi športnih dogodkov v naravi, ki se združujejo z okoljsko refleksijo skozi izkustveno učenje, ozaveščanje o okoljskih vprašanjih ob telesni aktivnosti na prostem.

Vsak primer vsebuje naslednje komponente:

1. **Sklicevanje na naravni element in utemeljitev:** podrobna razlaga naravnega elementa, izbranega za dogodek, in utemeljitev njegovega izbora.
2. **Značilnosti dogodka, logistika in zahteve za udeležence:** celovit opis logistike dogodka, vključno s krajem, datumom in morebitnimi posebnimi zahtevami, s katerimi se morajo udeleženci seznaniti.
3. **Predlagane športne aktivnosti in povezava z izbranim elementom:** pregled načrtovanih športnih aktivnosti v okviru dogodka in razlaga povezanosti z izbranim naravnim elementom.
4. **Izobraževalne dejavnosti in povezava z izbranim elementom:** predstavitev izobraževalnih in izkustvenih učnih dejavnosti, ki spremljajo športno komponento, s poudarkom na njihovi pomembnosti za izbrani naravni element.

9

V nadaljevanju se bomo seznanili z edinstvenimi pristopi vsake sodelujoče države in predstavili te prilagodljive športne dogodke. Skupaj ti primeri potrjujejo pomen sodelovanja in zavezanosti okoljski trajnosti skozi šport v okviru projekta Green League.



Italija

Orientacijski tek: poišči svojo pot!

Orientacijski tek: poišči svojo pot!	
Naravni element	Ogenj
Utemeljitev dogodka	<p>Cilj akcije "Orientacijski tek: poišči svojo pot!" je pritegniti amaterske športnike, mlade in njihove družine z zanimivo športno dejavnostjo, ki poteka v naravi, jim omogočiti izkušnjo športne aktivnosti v gozdu in razmisliti o ekosistemu, v katerem poteka aktivnost, njegovi vlogi za naš planet in vsakdanje življenje, negativnih vplivih in možnostih zaščite. Izboljšali bodo svoje orientacijske sposobnosti in znanje o ekosistemu.</p> <p>Izbira športa temelji na ideji, da bo zблиževanje mladih z občutljivim naravnim okoljem, kot je gozd, vzpodbudilo razmišljanje o tem naravnem okolju, medtem ko bodo v njem doživljali športno aktivnost.</p>
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Obiščite kraj, kjer se bo aktivnost izvajala, in določite območje, kjer jo boste izvajali. Glede na izbrano aktivnost je pomembno, da območje razmejite z nečim vidnim, da se udeleženci ne izgubijo. 2. Določite dan, čas in trajanje. 3. Začnite promovirati dogodek in vključevati udeležence. 4. Zberite vse potrebne materiale za dogodek (zemljevide, zastave, kompas, itd...) 5. Nekaj ur pred dogodkom je treba prostor urediti tako, da se postavijo vsi materiali, potrebni za orientacijsko dejavnost, pri čemer pazite, da ne poškodujete ekosistema. 6. Izvedite dejavnost
Minimalno število udeležencev	8 oseb (2 ekipe po 4 osebe)



Zahteve za udeležence	Osnovna telesna pripravljenost za gibanje po neravnem terenu
Spodbujanje medgeneracijskega vidika	Ekipe bodo organizirane tako, da bodo imele starostno mešane skupine, tako da bo v vsaki skupini vsaj ena odrasla oseba.
Predlagana športna aktivnost	Orientacija
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none">• zemljevidi kraja• zastave• kompas• primerna obutev• udobna oblačila
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Orientacijski tek je šport, ki vključuje tudi orientacijo v gozdu ali v naravnem okolju. Ker se izvaja neposredno v naravnem okolju, vzpodbuja razmišljanje o tem določenem ekosistemu, medtem ko ga neposredno doživljamo, in o naravnem elementu, ki ga naslavljamo, v tem primeru o zemlji.
Izobraževalna dejavnost	<p><u>Refleksija med aktivnostjo</u></p> <p>Med športno aktivnostjo prosite udeležence, naj bodo pozorni na okolico in na to, kaj pritegne njihovo pozornost; ti elementi se lahko uporabijo za začetno refleksijo med aktivnostjo in/ali za končno skupinsko refleksijo.</p> <p><u>Končna skupinska refleksija</u></p> <p>Ob koncu športne aktivnosti se opravi skupna refleksija, kjer lahko razmislimo o:</p> <ul style="list-style-type: none">• kako bi lahko s tem športom ali športom nasploh povzročili škodo okolju ipd.,• vloga tega ekosistema za naš planet in naše življenje,• grožnje za ekosistem: vprašanje gozdnih požarov. Tveganja za ljudi, živali in okolje. Razlogi, zakaj ljudje namerno zažigajo.• majhne stvari, ki jih počnemo, imajo lahko majhen ali velik, negativen ali pozitiven vpliv na ekosistem,



	<ul style="list-style-type: none">• odnos med človeškimi dejanji, podnebnimi spremembami in okoljem,• kako lahko ohranjamo in varujemo okolje.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Izobraževalna dejavnost je neposredno povezana s problematiko gozdnih požarov, kako jih človek lahko povzroča, kako bi jih preprečili itd.



Treking: na vrhu sveta

Treking: na vrhu sveta	
Naravni element	Ogenj
Utemeljitev dogodka	Namen tega dogodka je mladim športnikom, drugim mladim in njihovim družinam omogočiti raziskovanje naravnih območij v bližini mesta, s poudarkom na vlogi tega ekosistema, pomenu njegovega ohranjanja in negativnem vplivu, ki ga lahko imamo nanj, medtem ko doživljamo in uživamo v naravi.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Določite pot, ki naj ne bo pretežka ali predolga. 2. Določite dan, čas in trajanje. 3. Začnite promovirati dogodek in vključevati udeležence 4. Zberite vse potrebne materiale za dogodek (zemljevide, druge potrebne stvari) 5. Izvedite dejavnost
Minimalno število udeležencev	6 udeležencev
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • treking čevlji ali športni copati • voda • prigrizek • klobuk • sončna zaščita • nahrbtnik (oprema je odvisna od lokacije, vremena in temperature)
Medgeneracijski vidik	Združevanje različnih starostnih skupin na trekingu
Predlagana športna aktivnost	Treking
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • izbira terena • zemljevid z načrtom poti • izkušen vodnik (zaželeno)

<p>Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Treking je šport, ki se izvaja v naravi. Ker se izvaja neposredno v naravnem okolju, omogoča pristno doživetje tega ekosistema in razmislek o njem in o povezanih naravnih elementih.</p>
<p>Izobraževalna dejavnost</p>	<p><u>Refleksija med aktivnostjo</u> Med trekingom je priložnost za razmislek o vlogi tega ekosistema in njegovih značilnostih. Med dejavnostjo lahko naravo in stvari, ki jih najdemo v naravi, uporabimo kot osnovo za razmislek o ekosistemu in njegovih vlogah. V povezavi z elementom »ogenj« se med aktivnostjo razmišlja o tem, kako lahko nastanejo gozdni požari, kako jih preprečiti, kakšno škodo in tveganja prinašajo gozdni požari itd.</p> <p><u>Končna skupinska refleksija</u> Na koncu dejavnosti se lahko začetna refleksija nadaljuje v razpravo in končno skupinsko refleksijo o:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grožnjah naravnemu okolju, • vplivu na okolje, pri čemer se posebej nanašamo na to, kar smo videli med trekingom (tj.: če je najden kos plastike, lahko razprava preide na to, kako je plastika prispela tja, koliko let bo tam ostala, koliko škode povzroči na okolje in tam živeče živali itd.) <p>Dejavnost lahko zaključimo s splošnim razmišljanjem o</p> <ul style="list-style-type: none"> • odnosu med človeškimi dejanji, podnebnimi spremembami, okoljem, • kako lahko ohranjamo in varujemo okolje, • kako bi lahko povzročili škodo okolju pri izvajanju tega športa ali športa nasploh itd.
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Dejavnost je neposredno povezana s problematiko gozdnih požarov, njihovim izvorom, načinom preprečevanja in škodo, ki jo lahko povzročijo ekosistemom in divjadi. Poleg tega lahko aktivnost pripomore tudi k razmisleku o problemu plastike in odpadkov, ki jih človek pušča v naravnem okolju, ter negativnih posledicah teh odpadkov v kopenskih ekosistemih. Izobraževalna dejavnost lahko obravnava tudi problem spreminjanja takšnih okolij zaradi antropogenih pritiskov (t.j. odmetavanje organske hrane, ki lahko spremeni sestavo flore in predstavlja grožnje ekosistemu – tujerodne</p>



	<p>vrste itd.).</p> <p>Ta ugotovitev lahko služi kot izhodiščna podlaga za razpravo o posledicah onesnaževanja okolja, zlasti v povezavi z onesnaževanjem drugih elementov, kot so voda (reke), zrak, zemlja itd.</p> <p>Aktivnost se lahko prilagodi vsakemu od izbranih poudarkov naravnega elementa glede na kombinacijo različnih elementov, ki jih je mogoče srečati med trekingom, odvisno od tega, kje se izvaja (tj.: voda-reke; zemlja-gore; zrak-veter; ogenj-gozd)</p>
--	--



Odbojka na travi: kjer se začne kopno

Odbojka na travi: kjer se začne kopno!	
Naravni element	Zemlja
Utemeljitev dogodka	Namen dogodka je ozaveščanje o krhkem ravnovesju naših kopenskih ekosistemov in vseh negativnih posledicah, ki jih lahko na naše ekosisteme pusti sprememba njegovih naravnih značilnosti ali človeški odpadki v njem. Z aktivnostjo odbojke na travi mladim in njihovim družinam približamo tematiko onesnaževanja in posredujemo znanje o pomembni vlogi, ki jo ima vsak ekosistem za planet in tudi za življenje ljudi.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izberite prostor, kjer je tovrstna dejavnost dovoljena in kjer je igrišče za odbojko že postavljeno ali kjer je možno postaviti novega brez škode za okolje. 2. Določite dan, čas in trajanje. 3. Začnite promovirati dogodek in vključevati udeležence 4. Izvedite dejavnost
Minimalno število udeležencev	10 (2 ekipe po 5)
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • osnovna telesna pripravljenost za igranje odbojke • športni copati • udobna oblačila
Medgeneracijski vidik	Ekipe bodo organizirane tako, da bodo imele starostno mešane skupine.
Predlagana športna aktivnost	Odbojka na travi
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • žoga • mreža • sodnik

	<ul style="list-style-type: none"> • Semafor • voda • krema za sončenje • sončna očala • klobuk
<p>Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Dejavnost odbojka na travi daje možnost pogovora o onesnaženosti ekosistema in naravnega elementa »zemlje«. Lahko tudi ozavešča o nevarnosti, da lahko odpadki na kopnem zaradi dežja in vetra končajo v morju ali da zamašijo ulične odtočne rešetke, kar povzroči poplavljanje cest. To tudi omogoča ljudem, da razumejo, da so vsi ekosistemi med seboj povezani in da lahko majhno dejanje kjerkoli povzroči škodo drugje.</p>
<p>Izobraževalna dejavnost</p>	<p>Ta športni dogodek daje možnost izvedbe več kot ene izobraževalne dejavnosti.</p> <p><u>Začetna čistilna dejavnost</u></p> <p>Pred aktivnostjo očistimo okolico, kar bo udeležencem omogočilo razumeti, koliko odpadkov se dnevno odvzre v naravo, kar bo ustvarilo prostor za razmislek o vseh vrstah najdenih odpadkov (plastika, cigarete, steklo itd.) in tveganjih za ljudi, druga bitja in tudi za okolje.</p> <p><u>Končna skupinska refleksija</u></p> <p>Na koncu dejavnosti še zadnji razmislek o vlogi dreves pri uravnavanju temperatur poleti in pri proizvodnji kisika za naše preživetje ter o škodi, ki jo lahko povzročijo odpadki, ne samo naravnemu okolju in divjim živalim, ampak tudi za človeško življenje, ozaveščanje o povezavi med onesnaževanjem in poplavljanjem ulic.</p> <p>Poleg tega je mogoče narediti razmislek o povezavi med različnimi naravnimi elementi in ekosistemi ter o tem, kako lahko onesnaževanje enega vpliva na druge.</p>
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Športna dejavnost je neposredno povezana s problematiko odpadkov v kopenskih ekosistemih in v medsebojni povezanosti vseh ekosistemov ter posledično v tem, kako onesnaževanje lahko škoduje tudi drugim (tj.: podzemna voda, deževje, veter, ki odpadke prinaša v morja, oceane oz. zaprite drenažne rešetke na mestnih ulicah), pri čemer</p>



GREEN LEAGUE
Sport Alliance for the Environment

www.green-league.eu

	poudarjamo pomen izogibanja takšnemu vedenju, da preprečimo negativne posledice za naravo, prosto živeče živali in življenje ljudi.
--	---



SUP: deskanje po svetu!

SUP: deskanje po svetu!	
Naravni element	Voda
Utemeljitev dogodka	Namen aktivnosti SUP (veslanje stoje) je omogočiti mladim in vsem udeležencem izkušnjo športne aktivnosti v morju ter ozaveščati o onesnaženosti morja in ga povezati s škodo za divje živali in tudi za življenje ljudi.
Logistics / Preparations	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izberite kraj, kjer boste organizirali športno aktivnost. 2. Zberite vse potrebne materiale. 3. Začnite promovirati dogodek in vključevati udeležence 4. Izvedite aktivnost.
Minimalno število udeležencev	Za takšen šport ni minimalnega števila udeležencev, vendar več kot je udeležencev, večji učinek bo imela aktivnost
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Dobro zdravje • Znanje plavanja
Medgeneracijski vidik	Mlajši udeleženci, ki imajo običajno več izkušenj s SUP-anjem, bodo skozi aktivnost podpirali starejše odrasle.
Predlagana športna aktivnost	SUP Dejavnost je namenjena razumevanju osnov tega športa in plovbe po morju ter razmišljanju o njihovi vlogi in značilnostih.
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • sup deske • krema za sončenje • sončna očala • voda • kopalke • brisača
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	SUP je neposredno povezan z vodo in morskim življenjem, saj je glavni element, v katerem se izvaja.
Izobraževalna dejavnost	Končna skupinska refleksija. Dejavnost pomaga pri razmisleku o vprašanjih, povezanih z



	<p>onesnaževanjem vode, spremembo ravnovesja oceanov in morij ter posledicah, ki jih ima to na divje živali in človeško življenje.</p> <p>Omogoča tudi povezavo med vprašanjem podnebnih sprememb in globalnega segrevanja s spremembo morij/oceanov ter vsemi drugimi negativnimi posledicami. Nenazadnje pomaga tudi bolje razumeti, kako lahko šport vpliva na divje živali.</p> <p>Izvajanje aktivnosti na plaži pomaga pri razmišljanju o pomenu sipin in drugih naravnih elementov, kot so npr. mangrove.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	SUP aktivnost je neposredno povezana z onesnaženjem vode, morij, oceanov, s posledicami za morske živali in spremembo vodnega ekosistema. Omogoča razmislek o povezavi med onesnaženostjo zemlje, zraka, vode, globalnim segrevanjem in posledicami ne le za okolje in divje živali, ampak tudi za ljudi.



Plezanje: dosežite vrh

Plezanje: dosežite vrh	
Naravni element	Zemlja
Utemeljitev dogodka	Cilj dejavnosti je omogočiti udeležencem, da se povežejo z zemljo, medtem ko izvajajo aktivnost v njej. Vzpon na goro omogoča udeležencem, da ne samo doživijo zemljo samo, ampak tudi začutijo zrak, povezanost z zemljo in spremenijo svoj zorni kot gledanja na svet skozi pogled »z vrha«.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Poiščite lokalno športno organizacijo, ki vas lahko podpre in vam zagotovi profesionalne plezalce ter varno in profesionalno športno opremo. 2. Poiščite kraj, kjer je ta šport dovoljen in kjer ni nevaren za naravno okolje in lokalne divje živali. 3. Določite dan in uro ter preverite vremenske razmere (obvezno je, da ni dežja ali močnega vetra, zaželeno je, da tega ne počnete v najbolj vročem dnevu). 4. Začnite promovirati dogodek in vključevati udeležence 5. Izvedite aktivnost.
Minimalno število udeležencev	Minimalno število za ukvarjanje s športom ni določeno, vendar je za namene izobraževalne dejavnosti potrebno najmanj 8 udeležencev
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • ne bojte se višine • splošno zdravje osnovna telesna pripravljenost • kratki nohti • udobna oblačila
Medgeneracijski vidik	<ul style="list-style-type: none"> • Več-generacijske skupine • Mladoletne osebe s starši/zakonitim skrbnikom
Predlagana športna aktivnost	Plezanje po skalah
Equipment/Material required	<ul style="list-style-type: none"> • plezalni čevlji • jermen • zaščitna čelada • vrv



	<ul style="list-style-type: none">• voda.
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Plezanje v naravi je zelo naravno, saj omogoča stik s seboj in okoliško naravo, predvsem z zemljo, pa tudi z naravnim elementom zraka.</p> <p>Plezanje omogoča udeležencem razmišljanje o elementu zemlja, v katerem poteka športna vadba, hkrati pa omogoča doživetje narave ob neposrednem stiku z njo.</p>
Izobraževalna dejavnost	<p><u>Začetni razmislek</u></p> <p>Glede na to, da je plezanje individualna športna aktivnost, lahko medtem ko nekateri plezajo, drugi opravijo razmislek o tem, kaj so videli na poti, ki so jo prehodili do plezalne točke, kaj vidijo z gore, na kateri so, ali so našli kaj kar ni značilno za te ekosisteme itd.</p> <p><u>Končna skupinska refleksija</u></p> <p>Na koncu aktivnosti, potem ko se vsak udeleženec povzpne na goro, se lahko izvede končna refleksija, ki se osredotoča na vlogo gora in gozdov na našem planetu, tveganja zanje zaradi človekovega pritiska in dejanj ter možne negativne posledice v drugih ekosistemih, ozaveščanje o medsebojni povezanosti različnih ekosistemov.</p> <p>S tega izhodišča je mogoče narediti več razmišljanj o erozijah gora zaradi človekovih dejanj, o uničevanju gora in gozdov zaradi človeških odpadkov (tj.: tujerodne vrste, gozdni požari, poškodbe divjih živali zaradi plastičnih ali drugih odpadkov itd.).</p> <p>Še zadnji razmislek o povezavi med plezanjem in varovanjem okolja oziroma na splošno med športom in kopenskimi ekosistemi, če in kako jih lahko poškodujemo ter kako lahko športi manj ogrožajo naravo.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Izobraževalne dejavnosti vzpodbujajo razmislek o naravnem elementu zemlji in ker gre za šport, ki se izvaja v gorah, lahko razpravljamo, ne le o gorah, temveč tudi o gozdovih, s čimer se ozavešča o pomenu tako za naš planet kot tudi za človeka.</p> <p>Dejavnost lahko prilagodimo tudi refleksiji drugih naravnih elementov, kot so zrak, voda, ogenj.</p>

Zmajev čoln: med morjem in veslom

Zmajev čoln: med morjem in veslom	
Naravni element	voda
Utemeljitev dogodka	Cilj vkrcanja na čoln in odhoda na morje je omogočiti skupini ljudi, da doživijo morje/ocean na varen in okolju prijazen način, pri tem pa razpravljajo o vlogi slane vode in morskega ekosistema in o tem, koliko je onesnažen. S tem izboljšamo ozaveščenost o številnih in nevarnih negativnih posledicah onesnaževanja voda ter podnebnih sprememb in dvigovanja temperatur.
Logistika / Priprave	<ul style="list-style-type: none"> • Obrnite se na športno organizacijo, ki ima zmajev čoln, varnostne jopiče in profesionalne športne trenerje. • Poiščite kraj, kjer je varno izvajati aktivnost in skupaj s športnim trenerjem določite pot in trajanje. • Določite dan in uro, pri čemer pazite, da vreme ni vetrovno ali deževno. • Začnite promovirati dogodek in vključevati udeležence • Izvedite aktivnost.
Minimalno število udeležencev	18-20 (najmanj in največ) Odvisno od števila veslačev v čolnu
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • znanje plavanja • osnovna telesna pripravljenost
Medgeneracijski vidik	<ul style="list-style-type: none"> • Več generacijske ekipe • Mladoletne osebe s starši/zakonitimi skrbniki
Predlagana športna aktivnost	Zmajev čoln
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • zmajev čoln • lesena vesla • rešilni jopiči • udobna oblačila

<p>Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Zmajev čoln je skupinska aktivnost, ki se izvaja neposredno v naravnem, vodnem elementu in je okolju prijazen šport, zato pomaga pri razmisleku o pomenu spoštovanja naših ekosistemov, ohranjanju vodnih ekosistemov in o tem, kako lahko šport ogroža okolje.</p>
<p>Izobraževalna dejavnost</p>	<p><u>Začetni razmislek</u></p> <p>Pred aktivnostjo so udeleženci povabljeni, da so pozorni na svojo okolico in na to, kar vidijo med športno aktivnostjo. Ta začetni del bo služil kot osnova za končno skupinsko refleksijo.</p> <p>OPOMBA: če se aktivnost izvaja v bližini plaže, je lahko začetna aktivnost tudi čiščenje plaže, ki bo pripomogla tudi k končni refleksiji z uporabo zbranega kot osnove za refleksijo.</p> <p><u>Končna skupinska refleksija</u></p> <p>Na koncu dejavnosti lahko to, kar so udeleženci videli med aktivnostjo, uporabijo za razmislek o vodnem elementu, o njegovem onesnaženju, o tem, kako ga ohraniti in o tem, kaj je mogoče storiti, da ga obnovimo.</p> <p>Skupinski razmislek se lahko nadaljuje s pogovorom o onesnaževanju morja, ki ga povzročajo človekova dejanja, kot npr. ljudje, ki mečejo odpadke na plaže, ladje, ki nenehno plujejo.</p> <p>Pomemben del razmišljanja je lahko namenjen tudi povezavi različnih naravnih elementov in naravnih ekosistemov, o tem, kako ima lahko onesnaževanje enega negativne posledice tudi pri drugih (metanje odpadkov na ulice ali plaže lahko onesnaži morja in oceane).</p>
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Razmislek o onesnaževanju morja/oceana in o odgovornosti vsakega od nas do morskega ekosistema je bistveno orodje za spodbujanje drugačne miselnosti, izogibanje onesnaževanju in zaščito teh ekosistemov. Za vzpodbujanje novega življenjskega sloga, ki spoštuje naravo in morje, so pomembna majhna dejanja.</p>

Spust po jeklenici: uravnesite svoje telo

Spust po jeklenici: uravnesite svoje telo	
Naravni element	Zrak
Utemeljitev dogodka	<p>Cilj aktivnosti je omogočiti udeležencem razmislek o naravnem elementu zraku, medtem ko so »na zraku«.</p> <p>Ravnovesje, potrebno za dejavnost, je lahko tudi metafora za ravnovesje, ki je potrebno med vsemi ekosistemi za pravilno delovanje.</p>
Logistika / Priprave	<ul style="list-style-type: none"> • Obrnite se na profesionalnega trenerja/osebo z izkušnjami spusta po jeklenici. • Poiščite kraj, kjer so velika, močna drevesa, ki niso preveč oddaljena drug od drugega, kjer ni nevarnosti zloma in izumrtja. • Prepričajte se, da imate vso športno opremo in zaščito za drevesa, da jih ne poškodujete. • Določite dan in uro, pri čemer upoštevajte, da ne sme biti deževno ali vetrovno. • Začnite promovirati dogodek in vključevati udeležence • Izvedite aktivnost.
Minimalno število udeležencev	6
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Osnovna telesna pripravljenost
Medgeneracijski vidik	<ul style="list-style-type: none"> • Več generacijske ekipe • Mladoletne osebe s starši/zakonitimi skrbniki
Predlagana športna aktivnost	Spust po jeklenici
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • jeklenica • kljuke • varnostna zaščita dreves • podloge (po potrebi pod jeklenico, še posebej, če so



	tla mokra od dežja)
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Spust po jeklenici je športna aktivnost, ki se izvaja v zraku in zahteva ravnotežje, da ne padeš.</p> <p>Dejavnost omogoča razmislek o elementu zraka, njegovi onesnaženosti, kako preprečiti onesnaženje, kaj je lahko nevarno itd.</p>
Izobraževalna dejavnost	<p><u>Začetni razmislek</u></p> <p>Glede na to, da je spust po jeklenici individualna športna aktivnost, lahko medtem ko se nekateri z njo ukvarjajo, drugi že začnejo razpravljati o tem, kaj so videli na poti, ki so jo prehodili do plezalne točke, kaj vidijo v kraju, kjer so, če so našli kaj, kar ni značilno za ta ekosistem itd.</p> <p>Ovisno od kraja, kjer se izvaja dejavnost, se lahko izvede začetna dejavnost čiščenja kraja, da se spodbudi razmislek o onesnaženju in kot podlaga za končni razmislek.</p> <p><u>Končna skupinska refleksija</u></p> <p>Na koncu dejavnosti, ko vsi sedijo v krogu, lahko razpravljamo o onesnaženosti zraka. Predvsem o tem, kaj onesnažuje zrak, katera človekova dejanja so nevarna za ta element, kaj je mogoče storiti, da ga preprečimo in/ali obnovimo.</p> <p>Ker gre za dejavnost, ki se izvaja v naravi, kjer so drevesa, se lahko razmišljanje osredotoči tudi na pomen dreves in njihovo vlogo za naše preživetje.</p> <p>Nenazadnje, ker je šport povezan z naravnim elementom zrakom, je pomembno razmisliti o podnebnih spremembah in še posebej o globalnem segrevanju.</p> <p>Če se aktivnost izvaja v mestnem parku, je koristno razmisliti tudi o onesnaženem zraku zaradi avtomobilov, o pomenu uporabe javnega prevoza in/ali okolju prijaznih prevoznih sredstvih.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim	Izobraževalne dejavnosti so povezane z onesnaženostjo zraka, podnebnimi spremembami in globalnim



GREEN LEAGUE
Sport Alliance for the Environment

www.green-league.eu

elementom

segrevanjem.



Lokostrelstvo: hitro kot veter

Lokostrelstvo: hitro kot veter	
Naravni element	Zrak
Utemeljitev dogodka	Cilj dejavnosti je vzpodbuditi udeležence k razmisleku o naravnem elementu zraku, medtem ko preizkušajo nov šport, ki neposredno vključuje zrak: puščica.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Poiščite lokalno športno organizacijo, ki ima izkušnje z lokostrelstvom in ima vso športno opremo ter izkušenega trenerja. 2. Poiščite prostor v naravi, kjer boste aktivnost izvajali na varen način (v primeru, da ima lokostrelska šola samo notranje prostore) 3. Določite dan in uro, pri čemer upoštevajte, da je aktivnost bolje izvajati v sončnih in ne vetrovnih dneh. 4. Začnite promovirati dogodek in vključevati udeležence 5. Izvedite aktivnost.
Minimalno število udeležencev	10 Število udeležencev je odvisno od razpoložljivosti lokov. Uporablja se lahko en lok na 2 ali 3 udeležence.
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Udobna oblačila • Osnovna fizična pripravljenost
Medgeneracijski vidik	<ul style="list-style-type: none"> • Več generacijske ekipe • Mladoletne osebe s starši/zakonitimi skrbniki
Predlagana športna aktivnost	Lokostrelstvo v naravi
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • loki • puščice • tarče
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Lokostrelstvo je športna aktivnost, ki vključuje puščico, ki jo izstrelimo v zrak, da bi zadeli tarčo, zato v tem primeru obstaja povezava med športom in naravnim elementom

	<p>zrak, ki pomaga pri razmisleku o elementu zraka, njegovem pomenu v našem ekosistemu in za naša življenja.</p>
<p>Izobraževalna dejavnost</p>	<p><u>Začetni razmislek</u></p> <p>Glede na to, da je lokostrelstvo individualna športna aktivnost, lahko medtem ko se nekateri ukvarjajo z njim, drugi že začnejo razpravljati o tem, kaj vidijo v kraju, kjer so, če so našli kaj netipičnega iz tega ekosistema, kaj vedo o okolju, v katerem se nahajajo glede na lastnosti in vloge itd.</p> <p>Za udeležence, ki čakajo na vrsto, lahko organiziramo senzorične dejavnosti v naravi s posebnim poudarkom na sluhu, tipu in vohu.</p> <p><u>Končni razmislek</u></p> <p>Na koncu dejavnosti se usedite v krog in začnite skupno razpravo.</p> <p>Če so med začetnim razpravljanjem nekateri udeleženci ugotovili, da nekaj ni značilno za naravo, začnite razpravo z uporabo teh elementov za razmišljanje o okolju in naravnem elementu zraka.</p> <p>Nato vsi skupaj razmislite s postavljanjem usmerjenih vprašanj, ki udeležencem omogočijo razmislek o tem, kaj je lahko nevarno in/ali onesnažujoče za zrak, kaj lahko storimo, da preprečimo njegovo onesnaženje, kaj lahko storimo, da ponovno vzpostavimo njegovo stanje.</p> <p>Končni razmislek naj poveže tudi šport in okolje, zato je mogoče navesti nekaj primerov onesnaževanja v športu in nato vprašati, ali so to že vedeli, če poznajo kakšne druge športe, kateri športi se jim zdijo manj onesnažujoči, zaključiti z vprašanjem, kako lahko šport pozitivno vpliva na naravo.</p>
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Vse izobraževalne dejavnosti so usmerjene v razmislek o onesnaženosti zraka in o tem, kako ga preprečiti, kako ga lahko obnovimo, kateri športi lahko negativno vplivajo na zrak oziroma divjad.</p>



Grčija



Nogometne zgodbe za Zemljo!

Nogometne zgodbe za Zemljo!	
Naravni element	Zemlja
Utemeljitev dogodka	Ta dogodek želi povezati element zemlje z nogometnimi aktivnostmi. Poudariti želimo povezavo nogometa z zemljo in deliti dobre prakse o tej medsebojni povezanosti.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sodelovanje z nogometnim klubom in izbira nogometnega igrišča. 2. Določanje datuma in časa. 3. Komunikacija dogodka in razširjanje na družbenih medijih in ustreznih kanalih 4. Varnostni ukrepi (npr. komplet prve pomoči) 5. Urnik in načrt dogodkov (npr. vaje za ogrevanje, nogometna tekma, ohlajanje, izobraževalne dejavnosti, zbiranje materiala)
Minimalno število udeležencev	22 oseb → 2 ekipe – 11 igralcev/ekipo
Zahteve za udeležence	Dobro telesno zdravje, sposobnost igranja nogometa
Medgeneracijski vidik	<p>Mešane ekipe z mladimi športniki in njihovimi skrbniki</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vadba je odprta za vse starosti, saj lahko sodelujejo tako otroci/mladostniki kot njihovi starši/skrbniki.
Predlagana športna aktivnost	Nogomet
Potrebna oprema/material	Žoge
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Športna aktivnost se izvaja v naravnem okolju in je močno povezana z zemljo, podlago, tlemi.



Izobraževalna dejavnost	<p>Uporabimo lahko metodologijo pripovedovanja zgodb in ustvarimo nogometne zgodbe, ki so pomembne za okolje in element zemlje.</p> <p>Udeleženci bodo povabljeni k razmisleku, kreiranju ali iskanju nogometnih zgodb po vsem svetu (npr. zgodb o tveganjih za ekosistem zaradi nogometnih turnirjev), ki bi lahko bile pomembne za zemljo in njeno zaščito.</p> <p>Nato sledi skupinska razprava za razmislek o zgodbah. Razpravo vodi moderator.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Omenjena izobraževalna dejavnost spodbuja razmislek o okolju in medgeneracijski dialog.



Misija zemlja: navigacija v naravi, zaščita pred ognjem

Misija zemlja: navigacija v naravi, zaščita pred ognjem	
Naravni element	Zemlja
Utemeljitev dogodka	Aktivnost združuje pohodništvo in kartiranje hidrantov, spodbuja telesno zdravje in ozaveščenost skupnosti. Z vključitvijo kartiranja hidrantov v pohodništvo udeleženci pridobijo dragoceno znanje o infrastrukturi za nujne primere ter pomembnosti natančnega kartiranja za učinkovito gašenje požarov in zaščito gozdov.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izbor prizorišča (npr. primerna lokacija, ki ponuja mešanico naravnih elementov, poti za pohodništvo in dostop do hidrantov za kartiranje) ter dovoljenja, če so potrebna. 2. Določite datum in čas. 3. Varnostni ukrepi (npr. prva pomoč, točke za nujna srečanja). 4. Oprema in materiali (npr. informacijski listi o hidrantih, viri potrebni za izobraževalne dejavnosti). 5. Komunikacija dogodka in širjenje informacij preko družbenih medijev ter ustrezni kanali. 6. Osvežila in podporni ukrepi (npr. postaje z vodo, stranišča, senčena območja, lahki prigrizki). 7. Proračun in financiranje (npr. stroški prizorišča, opreme, promocijskih materialov).
Minimalno število udeležencev	10
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Telesna pripravljenost: udeleženci naj imajo osnovno raven telesne pripravljenosti za sodelovanje v pohodništvu po razgibanem terenu. • Ustrezna oblačila in obutev: udeleženci naj nosijo udobna in primerna oblačila za vreme, ki omogočajo lahkotno gibanje (npr. trdi, zaprti čevlji ali planinski čevlji za podporo in zaščito).

	<ul style="list-style-type: none"> • Udeleženci naj imajo tudi pametne telefone z internetno povezavo.
Medgeneracijski vidik	<ul style="list-style-type: none"> • Mešane starostne skupine in sodelovalne naloge. • Izmenjava znanj in izkušenj: starejši udeleženci lahko delijo praktične spretnosti in znanje, pridobljeno skozi izkušnje, medtem ko mlajši udeleženci lahko ponudijo vpogled v tehnologijo, družbena omrežja ali druga relevantna področja.
Predlagana športna aktivnost	Treking
Potrebna oprema/material	<p>Za treking na temo požara:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. podatki o požarnih hidrantih, kot so njihove lokacije, identifikacijske številke in vse dodatne podrobnosti (npr. vodni tlak, pretok) 2. kompleti prve pomoči 3. šoiparica <p>Za aktivnosti:</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. markerji/pisala 5. veliki listi papirja ali plakatne plošče 6. elektronske naprave (npr. mobilni telefoni) z internetno povezavo 7. viri za kampanje preprečevanja požarov (npr. ustrezna izobraževalna gradiva in informacije o požarni varnosti, strategijah preprečevanja in pomenu ozaveščenosti o požarnih hidrantih, statistika o preprečevanju požarov, dejstva in vizualizacije)
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Organiziranje pohodniške aktivnosti v naravi omogoča udeležencem, da se neposredno povežejo z zemljo s hojo po naravnih pokrajinah, s poudarkom na pomenu razumevanja in spoštovanja okolja, v katerem se nahajamo. Vključitev dejavnosti varstva pred požarom med dogodkom lahko poveča ozaveščenost o pomenu preprečevanja požarov v naravi in obvladovanja nadzorovanih požigov za ohranitev zdravih ekosistemov.</p>



Izobraževalna dejavnost	Akcije za preprečevanje požarov
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Po dejavnosti trekinga bodo moderatorji udeležence razdelili v skupine in jim dodelili nalogo, da pripravijo protipožarne akcije. Vsaka skupina bo razvila eno kampanjo za ozaveščanje skupnosti o ukrepih požarne varnosti, preventivnih strategijah in pomenu ozaveščanja o požarnih hidrantih.</p> <p>Vsaka skupina bo pripravila:</p> <ul style="list-style-type: none">a) cilje kampanje, b) ciljne skupine, c) ključnih sporočilih,d) komunikacijskih metodah in kanalih, e) tematiki in f) ohranjanju dialoga.

Odplujte stran od onesnaževanja vode: jadrnanje in zbiranje smeti za okolje

Odplujte stran od onesnaževanja vode: jadrnanje in zbiranje smeti za okolje	
Naravni element	Voda
Utemeljitev dogodka	Namen tega dogodka je dvigniti ozaveščenost o onesnaženosti voda z izvedbo jadrnanja. Udeleženci bodo opravili tečaj jadrnanja in bodo usmerjeni k opazovanju morja in o znakih onesnaženosti voda. Po plovbi bodo udeleženci pobirali smeti z bližnjih plaž in razpravljali o onesnaženosti voda.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izbira navtičnega kluba za sodelovanje 2. Določanje datuma in časa. 3. Komunikacija in razširjanje dogodka na družbenih medijih in ustreznih kanalih 4. Varnostni ukrepi (npr. komplet prve pomoči) 5. Urnik in načrt dogodkov z navtičnim klubom (npr. ogrevalne vaje, tečaj jadrnanja, izobraževalna dejavnost s pobiranjem smeti, zbiranje materiala)
Minimalno število udeležencev	10
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Znanje jadrnanja za tiste, ki se bodo udeležili jadrnanja. • Ni zahtev za zbiranje smeti.
Medgeneracijski vidik	Na tečaj jadrnanja lahko mlajši povabijo njihove starše/skrbnike in se lahko udeležijo izobraževalne aktivnosti, ki bo potekala po njem.
Predlagana športna aktivnost	Jadrnanje
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • Jadralna oprema, čolni ipd., ki jih bo zagotovil navtični klub • Vrečke za smeti, rokavice



Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Jadranje je popolnoma povezano z vodo.
Izobraževalna dejavnost	Po plovbi bodo udeleženci pobrali smeti z bližnjih plaž. Udeleženci bodo pozvani, da zbirajo material/smeti, ki jih je mogoče uporabiti za izdelavo zelenega »zina«. Na podlagi zbranega materiala bo potekala skupinska refleksija, iz zbranih odpadkov pa izdelamo različne forme. Naša naloga je ozaveščati ljudi o onesnaženosti vode in snoveh, ki končajo v morjih.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Zbiranje smeti bo osnova za v izobraževalno dejavnost. Udeleženci bodo zbrali material, ki bi lahko onesnažil morje, ali pa ga je na obalo naplavilo morje. Skozi to aktivnost lahko z udeleženci razpravljamo o pomenu elementa vode in ukrepali proti onesnaževanju voda.



Sredozemska odiseja: izziv obmorskih ovir

Sredozemska odiseja: izziv obmorskih ovir	
Naravni element	Voda
Utemeljitev dogodka	Namen tega dogodka je združiti izziv obmorskih ovir s kvizi na temo morja, ki navdihujejo globlje razumevanje medsebojne povezanosti vode in okolja ter spodbujajo udeležence, da postanejo zagovorniki ohranjanja morij in morske biotske raznovrstnosti.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dovoljenja lokalnih oblasti za izvedbo dogodka na plaži, ki zagotavljajo skladnost s predpisi o plaži in okoljskimi predpisi. 2. Določitev datuma in lokacije dogodka ob upoštevanju dejavnikov, kot so vreme, plimovanje in dostopnost udeležencev. 3. Načrtovanje postavitve proge z ovirami na plaži, ki zagotavlja, da je varna, zahtevna in usklajena s temo dogodka (ohranjanje morja). 4. Ureditev varnostnih ukrepov, kot so varnostni protokoli in smernice, usposobljeno osebje, nameščeno na kritičnih točkah 5. Registracija udeležencev: Nastavite spletno registracijo za udeležence. Zberite potrebne informacije, vključno s kontakti za nujne primere in vsemi zdravstvenimi stanji za varnost udeležencev. 6. Promocija dogodkov prek družbenih medijev, lokalnih kanalov in športnih skupnosti 7. Ureditev opreme in pripomočkov, kot so ovire, stožci, vrvi, sistemi za merjenje časa, postaje z vodo in kompleti prve pomoči 8. Izjave in zdravniška podpora: Udeleženci naj podpišejo izjavo o razbremenitvi odgovornosti in dovoljenje za zdravniško pomoč na kraju samem za vse manjše poškodbe ali nujne primere. 9. Razpored dogodkov in sestanki: ustvarite podroben

	<p>razpored dogodkov, vključno s časom prijave, pripravljalnimi sestanki in časovnico proge z ovirami. Opravite sestanek pred dogodkom, da udeležencem razložite pravila in varnostne smernice.</p> <p>10. Ravnanje z odpadki: spodbujajte okolju prijazne prakse in zagotovite zabojnike za odpadke za pravilno odlaganje smeti, ki nastanejo med dogodkom.</p> <p>11. Priznanja in nagrade: Načrtujte priznanja in nagrade za najboljše izvajalce, spodbujajte prijateljsko tekmovanje in športni duh.</p> <p>12. Sponzorji in partnerstva: Poiščite sponzorstva pri podjetjih ali organizacijah, ki jih zanima podpora temi in ciljem dogodka.</p> <p>13. Dejavnosti po dogodku: Razmislite o organizaciji dejavnosti po dogodku, kot je čiščenje plaže ali izobraževalne ure o ohranjanju oceanov.</p> <p>14. Ocena in povratne informacije: Po dogodku zberite povratne informacije udeležencev in prostovoljcev, da ugotovite področja, ki jih je treba izboljšati v prihodnjih dogodkih.</p>
Minimalno število udeležencev	15
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Osebno zdravje: Udeleženci morajo biti v dobrem telesnem stanju za varno sodelovanje v tečaju. Priporočljivo je pripraviti izjavo o odgovornosti glede zdravniškega ukrepanja za udeležence. • Primerna obleka: potrebna so udobna športna oblačila, primerna za aktivnosti na plaži, zaščitna krema za sončenje in klobuki.
Medgeneracijski vidik	<ul style="list-style-type: none"> • Udeležence bomo spodbujali k oblikovanju ekip, sestavljenih iz članov iz različnih starostnih skupin, ki spodbujajo sodelovanje in se učijo drug od drugega. • Kvizi na temo morja bodo vključevali vprašanja, ki bodo ustrezala različnim starostnim skupinam, kar bo zagotovilo sodelovanje in vključenost.
Predlagana športna aktivnost	Poligon z ovirami na peščeni plaži

<p>Potrebna oprema/material</p>	<p><u>Za poligon z ovirami na peščeni plaži</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Materiali za ovire 2. Prva pomoč 3. Postaje z vodo (pitno) 4. Koši za smeti in odpadke <p><u>Za kvize na temo morja</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Materiali za kviz, tj. vprašanja za kviz, listi z odgovori in morebitni vizualni pripomočki 2. Pisalni material, na primer svinčniki, peresa
<p>Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Izziv ovire na peščeni plaži je skozi samo prizorišče neločljivo povezan z naravnim elementom vode. Voda in pesek sobivata. Že sama lokacija ob obali spominja na vpliv morja na peščeno pokrajino. Udeleženci ne le tekmujejo po peščenem terenu, ampak lahko naletijo tudi na naravno gibanje plimovanja in občutijo učinke valov na obalo.</p>
<p>Izobraževalna dejavnost</p>	<p>Kvizi na temo morja: po izzivu s peščenimi ovirami vodja dogodka izvede kviz s vprašanji na različnih zahtevnostnih ravneh, z vprašanji, ki izhajajo iz tematike morskega sveta (npr. morsko življenje, onesnaževanje). Na koncu dejavnosti udeleženci na liste napišejo načine, na katere se sami angažirajo pri zaščiti morskega sveta.</p>
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Kvizi na temo morja so neločljivo povezani z naravnim elementom vode, saj se osredotočajo na teme, povezane z morjem, morskim življenjem in vodnimi okolji. Z oblikovanjem vprašanj kviza, ki se vrtijo okoli morskih ekosistemov, oceanografije, prizadevanj za ohranitev in vpliva onesnaževanja na vodne habitate, se udeleženci neposredno vključijo v tematiko vode iz različnih vidikov.</p> <p>Ti kvizi služijo kot izobraževalna platforma za ozaveščanje o pomenu varovanja naših oceanov in povezanosti vode z vsemi živimi bitji na Zemlji. S temi kvizi se udeleženci seznanijo s pomenom vode za ohranjanje življenja, krhkostjo morskih ekosistemov in potrebo po odgovornem upravljanju in ohranjanju vode.</p>

Naravna preproga: združevanje generacij skozi jogo

Naravna preproga: združevanje generacij skozi jogo	
Naravni element	Zrak
Utemeljitev dogodka	Namen tega dogodka je povezati element zraka z dejavnostmi joge in v to prakso vnesti občutek lahkotnosti, svobode in odprtosti. Ključno pri tem je omogočiti udeležencem, da se poglobijo v izkušnjo in se povežejo z elementom zraka skozi svoj dih, gibanje in zavedanje.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izbira primerne lokacije (npr. prostorna, mirna in primerna za vadbo joge) in pridobitev dovoljenj (če so potrebna) 2. Določitev datuma in časa ter preverjanje vremenske napovedi 3. Opremljanje s potrebnimi rekviziti 4. Komunikacija in razširjanje dogodka na družbenih medijih in ustreznih kanalih 5. Varnostni ukrepi (npr. komplet prve pomoči) 6. Urnik in načrt dogodkov (npr. vaje za ogrevanje, vadba joge, ohlajanje ali sprostitev, izobraževalna dejavnost, zbiranje materiala)
Minimalno število udeležencev	10 udeležencev
Zahteve za udeležence	<ol style="list-style-type: none"> 1. Osebni zdravstveni vidiki: Udeleženci morajo biti pozorni na svoje zdravje in vsa obstoječa zdravstvena stanja ali poškodbe. Posamezniki s posebnimi zdravstvenimi težavami naj se posvetujejo s svojim zdravnikom, preden se udeležijo aktivnosti joge na prostem. 2. Osebna oprema za jogo: udeleženci naj prinesejo svojo opremo (glejte poglavje oprema/material in zahtevani materiali).
Medgeneracijski vidik	<ul style="list-style-type: none"> • Vadba je primerna za vse starosti, od otrok do starejših (družinam prijazen prostor) • Različne težavnostne stopnje • Medgeneracijska podpora: Izkušeni izvajalci, ki imajo



	izkušnje z delom z različnimi starostnimi skupinami, bodo udeležencem vseh starosti nudili smernice, prilagoditve in podporo.
Predlagana športna aktivnost	Joga
Potrebna oprema/material	<ol style="list-style-type: none">1. Podloga za jogo2. Brisača ali odeja3. Steklenice za vodo4. Zaščita pred soncem, kape, sredstva proti insektom5. Rekviziti (neobvezno): bloki za jogo, trakovi za jogo, oporniki6. Udobna oblačila
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Joga je povezana z naravnim elementom zraka preko:</p> <ol style="list-style-type: none">1. izvajanja dihalnih vaj in2. zaporedja joge in položaji, ki poudarjajo prehajanje gibov (npr. bojevnik II, položaj drevesa, predklon stoje). <p>Joga omogoča udeležencem, da čutijo globlje zavedanje svojega diha, lahkotnost in sprostitvev, izkusijo svobodo in harmonizirajo svojo energijo.</p>
Izobraževalna dejavnost	Razprava o ekološki ozaveščenosti: Po vadbi joge bodo moderatorji spodbudili skupinsko razpravo o pomenu ohranjanja narave in okolja. Udeležence bodo spodbujali, da delijo svoje misli, ideje in osebne izkušnje v zvezi z naravo in svojo zavezanostjo njenemu varovanju.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p><u>Teme za razpravo:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Kakovost zraka in vpliv na okolje: Razprava o tem, kako lahko človeške dejavnosti, kot so onesnaževanje industrije, vozil in krčenje gozdov, negativno vplivajo na kakovost zraka; pojasnjevanje pomena čistega zraka za zdravje vseh živih bitij, tudi ljudi, živali in rastlin; Poudarjanje, kako lahko izvajanje trajnostnih navad, kot je zmanjšanje emisij ogljika in podpiranje čistih virov energije, pomaga izboljšati kakovost zraka in ublažiti učinke podnebnih sprememb.• Kisik in dihanje: Poudarjanje bistvene vloge zraka v



	<p>procesu dihanja. Razprava o tem, kako imajo drevesa in rastline ključno vlogo pri proizvodnji kisika s fotosintezo (idealna dejavnost zlasti za otroke).</p>
--	---



Trajnostna igra na mivki: odbojka na mivki in povezava zrak-voda-zemlja

Trajnostna igra na mivki: odbojka na mivki in povezava zrak-voda-zemlja	
Naravni element	Zrak
Utemeljitev dogodka	Namen tega dogodka je raziskovanje ekoloških in trajnostnih vidikov, povezanih z odbojko na mivki, s poudarkom na naravnem elementu zraka ter spodbujanju okoljske ozaveščenosti in skrbi za okolje.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izbira prizorišča 2. Določitev datuma in časa 3. Oprema in rekviziti (za odbojko na mivki, čiščenje plaže in izobraževalno gradivo za spodbujanje učenja) 4. Varnostni ukrepi: komplet prve pomoči, postaje z vodo, senčna območja 5. Urnik in časovnice: Izdelava podrobnega urnika, ki opisuje zaporedje dejavnosti, vključno s trajanjem vsake dejavnosti. Načrtovanje optimalnega časa, odmorov ali obdobja počitka za vsako dejavnost. 6. Komunikacija in razširjanje dogodka na družbenih medijih in ustreznih kanalih
Minimalno število udeležencev	12
Zahteve za udeležence	<ol style="list-style-type: none"> 1. Telesna pripravljenost: Udeleženci morajo biti sposobni teči, skakati, se gibati po peščenem terenu in se sklanjati, da pobirajo smeti. 2. Športna oblačila: Udeleženci naj bodo primerno športno oblečeni, vključno z udobnimi športnimi copati, primernimi za igro na pesku. Za zaščito pred soncem je priporočljiva tudi uporaba kreme za sončenje, klobukov in sončnih očal.
Medgeneracijski vidik	Večgeneracijske ekipe med celotnim dogodkom (npr. razprave, odbojka na mivki, čiščenje plaže, zabavni zini)



Predlagana športna aktivnost	Odbojka na mivki
Potrebna oprema/material	<ol style="list-style-type: none">1. Žoga za odbojko na mivki2. Mreža3. Merilni trak, označeno igrišče na plaži4. Trajnostni kompleti za čiščenje plaže (rokavice, vrečke za smeti itd.)5. Izobraževalno gradivo o obalnih ekosistemih in trajnosti6. Prva pomoč
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Odbojka na mivki je obložena z naravnim elementom zraka na več načinov:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ker se odbojka na mivki igra na sipki površini, kot je pesek, morajo igralci prilagoditi svoje tehnike, upoštevati nepredvidljivo gibanje žoge, ki ga povzroča zrak (veter). Upoštevati morajo zračni upor in smer vetra za natančno podajo, postavitvev in servis žoge.• Pri odbojki na mivki se igralci pogosto zanašajo na svoje skakalne sposobnosti za izvajanje udarcev. Skok vključuje odrivanje v zrak in višji kot je skok, več je časa za postavitvev učinkovitega napada.• Igralci se lahko strateško postavijo na igrišču, da izkoristijo veter, na primer servirajo proti vetru, da nasprotni ekipi otežijo sprejem žoge, ali izvajajo udarce na področjih, kjer bo veter odnesel žogo stran od branilcev. .
Izobraževalna dejavnost	<p>→ Razprava o:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Pomen obalnih ekosistemov in njihov pomen za ljudi in okolje.2. Koncept trajnosti in kako je povezan z odbojko na mivki in naravnim elementom zraka.3. Vpliv onesnaževanja, odpadkov in nepravilnega upravljanja virov na obalna okolja. <p>→ Čiščenje plaže</p> <p>→ Okolju prijazen odbojkarski trening</p> <p>→ Razmislek udeležencev o</p>



	<ul style="list-style-type: none">• izkušnjah o okolju prijazni odbojarski vadbi;• o povezavah med odbojko na mivki, naravnim elementom zraka in okoljsko trajnostjo. <p>→Načrtovanje aktivnosti: razprava o konkretnih korakih, ki jih lahko udeleženci sprejmejo za spodbujanje trajnosti v svojih dejavnostih odbojke na mivki ali osebnem življenju.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Ta izobraževalna dejavnost z vključevanjem čiščenja plaž, okolju prijaznih praks in okoljske vzgoje združuje telesno dejavnost z ekološko ozaveščenostjo in trajnostnim delovanjem. Spodbuja občutek odgovornosti do okolja, hkrati pa poudarja medsebojno povezanost odbojke na mivki, naravnega elementa zraka in širšega ekosistema.



»Plogging« za preprečevanje gozdnih požarov

Plogging za preprečevanje gozdnih požarov	
Naravni element	Ogenj
Utemeljitev dogodka	Namen tega dogodka je dvigniti ozaveščenost o preprečevanju požarov z izvedbo plogginga (hoja/tek in pobiranje smeti). Udeleženci se bodo razdelili v ekipe in izvedli plogging, tekaško tekmo, med katero bodo morali razmišljati o varstvu gozda in zbiranju smeti.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izbira kraja (npr. lokalni park, gozdnato območje) in dovoljenja (če so potrebna) 2. Izbira datuma in časa 3. Načrtovanje poti: Vnaprej načrtujte pot za plogging ob upoštevanju razdalje, terena in stopnje težavnosti. Pot mora biti varna in obvladljiva za udeležence različnih stopenj pripravljenosti in starosti. Pot mora biti označena z jasnimi signalizacijami ali oznakami, ki usmerjajo udeležence in zmanjšajo tveganje, da bi se izgubili. 4. Varnostni ukrepi (npr. namestitvev prostovoljcev ali osebja na ključnih točkah na poti, zagotavljanje jasnih navodil glede varnostnih smernic in zagotavljanje ustrezne ureditve prve pomoči v nujnih primerih.) 5. Oprema in material (glejte zahtevana oprema/material) 6. Komunikacija dogodka in promocija na družbenih medijih in ustreznih kanalih 7. Ravnanje z odpadki po dogodku: načrtovanje odstranjevanja zbranih odpadkov po dejavnosti plogginga (npr. usklajevanje s službami za ravnanje z odpadki ali obrati za recikliranje)
Minimalno število udeležencev	10

<p>Zahteve za udeležence</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Telesna pripravljenost: Udeleženci morajo biti sposobni teči po raznovrstni podlagi in pobirati smeti. • Udobna obleka: spodbujajte udeležence, da nosijo udobna oblačila, primerna za telesno dejavnost. To vključuje tkanine, ki dihajo in odvajajo vlago, primerno obutev (kot so tekaški copati) in oblačila, primerna za prevladujoče vremenske razmere. Priporočljivo je tudi, da uporabite zaščitno kremo pred soncem in klobuke za zaščito pred soncem. • Mladolletne osebe morajo biti v spremstvu skrbnikov
<p>Medgeneracijski vidik</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Več generacijske ekipe • Priložnosti mentorstva, pri katerih starejši udeleženci prevzamejo vlogo mentorja med razpravami (npr. vodenje in podpora mlajšim udeležencem, izmenjava znanja in izkušenj v zvezi s preprečevanjem požarov in skrbništvom okolja)
<p>Predlagana športna aktivnost</p>	<p>Plogging (hoja/tek pobiranje smeti)</p>
<p>Potrebna oprema/material</p>	<p>Za plogging:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vrečke za organske odpadke (plogging) • Razkužilo • Rokavice za vsakega udeleženca (plogging) • Prva pomoč <p>Za izobraževalno dejavnost:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Markerji/pisala • Recikliran papir • Časovnik
<p>Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Plogging združuje telesno dejavnost z varovanjem okolja. Ko udeleženci med tekom pobirajo smeti, se neposredno zavejo vpliva onesnaževanja na okolje in pomena vzdrževanja čiste okolice. Ta povezava z okoljsko zavestjo je usklajena s prizadevanji za preprečevanje požarov, saj lahko smeti in odpadki prispevajo k povečanemu tveganju požarov.</p> <p>Plogging ponuja tudi vizualno predstavitev povezave med čistim okoljem in preprečevanjem požarov. Ko udeleženci zbirajo odpadke, lahko iz prve roke opazujejo potencialne</p>



	nevarnosti, kot so odvrženi cigaretni ogorki ali vnetljivi materiali, ki lahko prispevajo k sprožitvi ali širjenju požarov. Ta vizualna povezava poudarja pomen ohranjanja okolja brez smeti za preprečevanje požarov.
Izobraževalna dejavnost	Skupinske razprave
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Po aktivnosti plogginga moderatorji udeležence razdelijo v majhne skupine in spodbudijo razpravo in izmenjavo idej. Vsaki skupini se dodeli posebna tema, povezana s preprečevanjem gozdnih požarov (npr. ozaveščanje skupnosti, protipožarno urejanje krajine), v zvezi s katero predstavijo inovativne zamisli ali akcijske načrte. Vsaka skupina nato svoje ideje predstavi celotni skupini za nadaljnjo razpravo.</p> <p>Končna razprava obravnava:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Vzroki gozdnih požarov2. Obnašanje požara (npr. kako se požari širijo, različne stopnje požara in dejavniki, ki vplivajo na obnašanje požara, kot so vremenske razmere, topografija in viri goriva)3. Vpliv požara na okolje4. Preventivne strategije

Igra dodgeball (med dvema ognjema) na temo ognja

Iga dodgeball (med dvema ognjema) na temo ognja	
Naravni element	Ogenj
Utemeljitev dogodka	Namen tega dogodka je ustvariti poglobljeno in izobraževalno izkušnjo, ki spodbuja globljo povezanost z okoljem, vzbuja občutek odgovornosti za ohranjanje narave, hkrati pa udeležencem ponuja zabaven in razmišljajoč način, kako ceniti in spoštovati naravo.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lokacija: Izbira primerne naravnega območja, ki je primerno za igro dodgeball in izobraževalne dejavnosti. Upoštevati je treba dejavnike, kot sta dostopnost in varnost. 2. Datum in čas: Izbira datuma in ure dogodka, ki najbolj ustreza udeležencem in se ujema z razpoložljivostjo izbrane lokacije. 3. Varnostni načrt: Pripravite varnostni načrt, ki zajema vse vidike dogodka, vključno s postopki v sili, določbami o prvi pomoči, požarnovarnostnimi protokoli in strategijami za obvladovanje tveganja. 4. Oprema in rekviziti: (glejte polje potrebna oprema/material) 5. Registracija udeleženca: Registracija udeleženca mora vključevati bistvene informacije, vključno s kontaktnimi podatki, stiki za nujne primere, morebitnimi zdravstvenimi težavami ter podpisanimi obrazci za odpoved odgovornosti in soglasje. 6. Komunikacija dogodka in promocija na družbenih medijih in drugih ustreznih načinih. 7. Označbe: Postavitev jasnih znakov in oznak za usmerjanje udeležencev do različnih prizorišč oziroma igrišč.
Minimalno število udeležencev	12



Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none">• Starost in telesne sposobnosti: Udeleženci morajo biti primerno stari in telesno sposobni za sodelovanje v igrah dodgeball in dejavnostih v naravi.• Ustrezna obleka: Udeleženci naj bodo udobno in primerno oblečeni za aktivnosti v naravi (tj. čevlji primerni za hojo po neravnem terenu, udobna oblačila).• Alergije in zdravstvena stanja: Udeleženci morajo obvestiti organizatorje o morebitnih alergijah, zdravstvenih stanjih ali telesnih omejitvah, ki lahko zahtevajo posebno pozornost ali prilagoditev med dogodkom.
Medgeneracijski vidik	<ul style="list-style-type: none">• Udeležence različnih starostnih skupin spodbujamo k oblikovanju ekip ali parov za igre dodgeball.• Med vodenim sprehodom v naravo so za partnerje dodeljeni udeleženci iz različnih starostnih skupin. To pomeni, da lahko hodijo skupaj, delijo svoja opažanja in sodelujejo v pogovorih o flori, favni in človeških posegih v naravo, ki jih opazijo.• V razpravi se lahko organizirajo skupine, ki združujejo udeležence različnih generacij.
Predlagana športna aktivnost	Med dvema ognjema
Potrebna oprema/material	<ol style="list-style-type: none">1. Žoge za dodgeball2. Stožci ali markerji3. Prva pomoč4. Fotoaparati ali pametni telefoni5. Prigrizki in voda6. Izobraževalno gradivo
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Dodgeball je simbolično povezan z naravnim elementom ognja: ogenj je pogosto povezan z lastnostmi, kot so energija, strast, navdušenje in goreča želja po uspehu. Te značilnosti se lahko odražajo v intenzivnosti in gorečnosti, ki jo igralci pokažejo med tekmo dodgeballa.
Izobraževalna dejavnost	Sprehod v naravi in opazovanje ognja



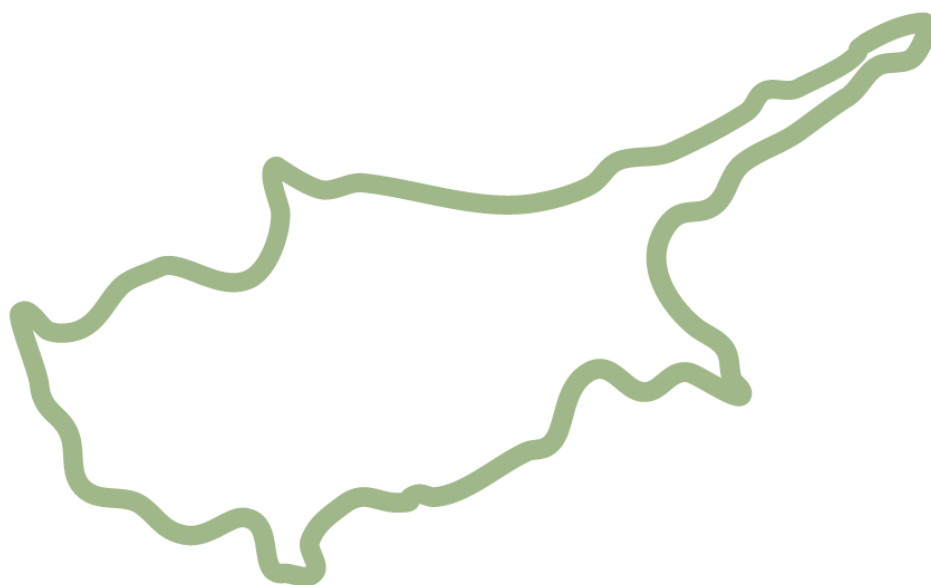
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom

Pred začetkom dodgeball iger bodo vsi udeleženci sledili vodenemu sprehodu po naravi. Med sprehodom jih spodbujamo:

- opazovati floro in favno območja in fotografiranje elementov, ki jih pritegnejo;
- opazovati in identificirati kakršen koli človeški poseg, ki se izvaja na območju hoje;
- opazovati naravno okolje in opozoriti na znake preteklih požarov ali nadzorovanih požigov;
- zbirati smeti, listje, palice in kamenje za ustvarjanje zelenih zinov.

Po igrah dodgeballa skupine izvedejo razmislek in razpravo o naslednjih vprašanjih:

1. Kaj mislite, kako so rastline in živali, ki smo jih opazovali, medsebojno povezane in odvisne druga od druge za preživetje?
2. Katere človekove posege ste opazili na sprehajališču med sprehodom v naravi?
3. Kako mislite, da so ti posegi vplivali na naravno okolje in ekosistem?
4. Kaj mislite, kako požar vpliva na krajino in biotsko raznovrstnost območja?
5. Kako ogenj prispeva k ohranjanju ekološkega ravnovesja v določenih ekosistemih?
6. Se lahko spomnite kakšnih posebnih primerov, ko je ogenj bistvenega pomena za zdravje in raznolikost ekosistema?
7. Na kakšen način lahko športi, kot so dodgeball igre, ki smo jih izvajali, vplivajo na naravno okolje?
8. Ali obstajajo kakšne alternative, ki jih lahko uporabimo za zmanjšanje ekološkega odtisa športa?



Cyprus



Veslanje in osvežitev: kanu-kajak in čiščenje

Veslanje in osvežitev: kanu-kajak in čiščenje	
Naravni element	Voda
Utemeljitev dogodka	Namen tega dogodka je ozaveščanje ljudi o podvodnem življenju z raziskovanjem vode med aktivnostmi s kajakom/kanujem in čiščenja pod vodo. Dogodek bo potekal ob jezu na Cipru.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sodelovanje z drugimi organizacijami, kot npr. fundacija Kateryna Biloruska na Cipru, ki ima stike in predhodno sodelovanje z Limassol nautical kanuing/kayaking. 2. Obisk prizorišča in pregled tveganj/varnostnih ukrepov itd. 3. Ustvarite objavo v družabnem omrežju o dogodku. 4. Promovirajte dogodek na CARDET-ovi strani družbenih medijev in pri partnerjih. 5. Očistite okolico pred začetkom aktivnosti. 6. Predstavitev vožnje s kanujem. 7. Udeleženci lahko uporabijo opremo in kanu/kajak organizacije ali pa prinesejo svoje. 8. Refleksija z udeleženci in razprava o povezavi med okoljem in športom. 9. Udeleženci se bodo seznanili z zelenimi »zini« in lahko prispevajo tako, da poiščejo predmet ali prispevajo misel.
Minimalno število udeležencev	15 udeležencev
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Dobro telesno zdravje • Znanje plavanja
Medgeneracijski vidik	Mešane ekipe z mladimi športniki in njihovimi skrbniki



Predlagana športna aktivnost	Kajak/Kanu
Potrebna oprema/material	Oprema za kanu/kajak.
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Vožnja s kanujem/kajakom je šport, ki se izvaja v naravi na morju, rekah ali jezovih. Ta dejavnost spodbuja trajnost in ekološko zavest z učenjem o morskem življenju, vplivu športa na vodo in pomenu ohranjanja čistih morij/voda. Poleg tega lahko udeležba za udeležence, ki se ukvarjajo z dejavnostmi v naravi, prispeva k njihovem dobremu počutju in k temu, da se naučijo več o ekosistemu okoli sebe v dejanskem stiku z naravo.
Izobraževalna dejavnost	<u>Skupinska vodena razprava:</u> Ob koncu športne aktivnosti bo izvedena razprava. Teme za razpravo so naslednje: <ul style="list-style-type: none">• Kako lahko šport/športniki/ljudje povzročijo škodo okolju/ekosistemu med izvajanjem določenega športa ali športa nasploh itd.• Možne nevarnosti za ekosistem in živali pred/med/po športu in možni načini izvajanja/organizacije športa na okolju prijaznejši način.• Delite zamisli o tem, kako lahko s športom pozitivno vplivate na okolje.• Delite najboljše prakse v svoji državi ali na mednarodni ravni.• Udeleženci lahko izrazijo čustva, ki jih doživljajo pred, med in po športni aktivnosti glede odpadkov, ki jih zbirajo, in morebitna čustva, ki jih imajo do ekosistema.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Izobraževalna dejavnost je neposredno povezana s tveganji zaradi morskih športov na ekosistem, na kakovost vode ter morske živali in živali, ki živijo blizu vode ali jo uživajo. Poleg tega je aktivnost povezana z odpadki, ki jih ljudje lahko pustijo v naravnem okolju (voda) in kako lahko to vpliva na okolje in udeležence športne prireditve, ki bodo plažo čistili. Udeleženci aktivnosti bodo prispevali k



čiščenju jezu in pobrali morebitne odpadke, ki jih bodo med športno aktivnostjo našli okrog ali znotraj jezu. Izobraževalna dejavnost je lahko povezana tudi z vplivom, ki ga lahko imajo vodni športi ali športi ob vodi na okolje. Tako aktivnost kot razprava lahko pomagata pri ozaveščanju udeležencev o onesnaževanju vode in njegovem preprečevanju. Poleg tega razpravljanje o tem, kako se udeleženci počutijo, lahko pomaga prepoznati človekove vplive na ekosistem zaradi onesnaževanja in podnebnih sprememb na splošno in v povezavi z vremenskimi razmerami.



Onkraj morja

Onkraj morja	
Naravni element	Voda
Utemeljitev dogodka	Namen dogodka je ozaveščanje ljudi skozi akcijo čiščenja plaže in organizacijo turnirja v nogometu na mivki.
Logistika / Priprave	<ul style="list-style-type: none"> • Sodelovanje z drugimi organizacijami, kot npr. fundacija Kateryna Biloruska na Cipru, ki imajo stike in sodelovanje z organizacijami na Cipru. • Obisk prizorišča in pregled tveganj/varnostnih ukrepov itd. • Ustvarite objavo v družabnem omrežju o dogodku. • Promoviranje dogodek na CARDET-ovi strani družbenih medijev in pri partnerjih. • Počistite okolico plaže pred začetkom nogometnega turnirja. • Udeleženci se lahko razdelijo v različne skupine in začnejo igrati. • Razpravljajte z udeleženci o povezavi med okoljem in športom. • Udeleženci se bodo seznanili z zelenimi »zini« in lahko prispevajo tako, da poiščejo predmet in/ali prispevajo misel.
Minimalno število udeležencev	20 (4 ekipe, vsaka po 5 igralcev)
Zahteve za udeležence	Dobro telesno zdravje
Medgeneracijski vidik	Mešane ekipe z mladimi športniki in njihovimi skrbniki
Predlagana športna aktivnost	Turnir v nogometu na mivki

Potrebna oprema/material	2 nogometni žogi, vrečke za recikliranje, stožci.
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Nogomet na mivki je šport, ki se izvaja v naravi in še posebej na plaži (okoli vode). Ta dejavnost spodbuja trajnost in ekološko zavest z učenjem o morskem življenju, vplivu športa na vodo in okolico ter pomembnosti vzdrževanja čistih plaž.</p> <p>Poleg tega lahko udeležba za udeležence, ki se ukvarjajo z dejavnostmi v naravi, prispeva k njihovem dobremu počutju in k temu, da se naučijo več o ekosistemu okoli sebe v dejanskem stiku z naravo.</p>
Izobraževalna dejavnost	<p>Skupinska vodena razprava:</p> <p>Pred začetkom športne aktivnosti bodo udeleženci pregledali plažo in sodelovali pri čiščenju plaže ter delili morebitne občutke (pred aktivnostjo) o vplivu, ki ga lahko imajo športi na plaži ali na vodi na okolje/ekosistem.</p> <p>Po športni aktivnosti bo skupina razpravljala in delila ideje o tem, kako lahko s športom pozitivno vplivamo na okolje.</p> <p>Poleg tega lahko skupina deli svoje občutke in razmišljanja po čiščenju plaže ter ideje, kako prispevati k varstvu okolja.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Izobraževalna dejavnost je neposredno povezana s tveganji zaradi morskih športov na ekosistem, na kakovost vode ter morske živali in živali, ki živijo blizu vode ali jo uživajo.</p> <p>Poleg tega je aktivnost povezana z odpadki, ki jih ljudje lahko pustijo v naravnem okolju (voda) in kako lahko to vpliva na okolje in udeležence športne prireditve, ki bodo plažo čistili. Udeleženci aktivnosti bodo prispevali k čiščenju jezua in pobrali morebitne odpadke, ki jih bodo med športno aktivnostjo našli okrog ali znotraj jezua. Izobraževalna dejavnost je lahko povezana tudi z vplivom, ki ga lahko imajo vodni športi ali športi ob vodi na okolje.</p> <p>Tako aktivnost kot razprava lahko pomagata pri ozaveščanju udeležencev o onesnaževanju vode in njegovem preprečevanju. Poleg tega razpravljanje o tem, kako se udeleženci počutijo, lahko pomaga prepoznati človekove vplive na ekosistem zaradi onesnaževanja in podnebnih sprememb na splošno in v povezavi z</p>



GREEN LEAGUE
Sport Alliance for the Environment

www.green-league.eu

	vremenskimi razmerami.
--	------------------------



Joga v naravi

Joga v naravi	
Naravni element	Zemlja
Utemeljitev dogodka	Namen dogodka je ozaveščanje o okolju z izvajanjem joge v naravi. Povezava med jogo in zemljo bo temeljila na položajih joge.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizirajte dogodek z inštruktorjem joge, zaradi elementa zemlje lahko inštruktor z udeleženci izvaja joga položaje elementa zemlje. 2. Ogled prizorišča in pregled tveganj/varnostnih ukrepov itd. 3. Ustvarite objavo v družabnem omrežju o dogodku. 4. Promovirajte dogodek na CARDET-ovi strani družbenih medijev. 5. Razpravljajte z udeleženci o povezavi med okoljem in športom. 6. Udeleženci se bodo seznanili z zelenimi »zini« in lahko prispevajo tako, da poiščejo predmet in/ali prispevajo misel.
Minimalno število udeležencev	15 udeležencev
Zahteve za udeležence	Dobro telesno zdravje
Medgeneracijski vidik	Mešane ekipe z mladimi športniki in njihovimi skrbniki
Predlagana športna aktivnost	Joga
Potrebna oprema/material	blazina

<p>Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Ta dejavnost spodbuja trajnost in ekološko miselnost z učenjem o pomenu in zaščiti zemlje.</p> <p>Joga je šport, ki se večinoma izvaja v zaprtih prostorih. Povezava med športom in naravnim elementom je v izvajanju in doživljanju joge v naravi. Joga je povezana s sprostitvijo in dobrim počutjem, narava pa lahko prispeva k tem ciljem joge. Poleg tega je joga povezana z elementom Zemlje, joga element Zemlje se osredotoča na ukoreninjenost in stabilnost. Stabilnost je odlična za premagovanje tesnobe in pomiritev ali ohlajanje telesa in uma« (vir).</p> <p>Z ukvarjanjem s športom v naravi lahko udeleženci spoznavajo ekosistem okoli sebe in vzpostavijo stik naravo med vadbo in sproščanjem.</p>
<p>Izobraževalna dejavnost</p>	<p><u>Skupinska vodena razprava:</u></p> <p>Po koncu športne aktivnosti udeleženci razpravljajo o možnih nevarnostih za okolje pred/med/po športu in delijo morebitne občutke o vplivu, ki ga lahko ima kateri koli šport na ekosistem.</p> <p>Po športni aktivnosti skupina razpravlja in deli poglede o tem, kako lahko s športom pozitivno vplivamo na okolje. Poleg tega lahko skupina deli svoje občutke in razmišljanja o zaščiti dreves, živali v naravnih ekosistemih in pozitivnih vidikih gozdov do ljudi, živali itd. ter o zdravstvenih tveganjih zaradi porušenega naravnega ekosistema.</p>
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Izobraževalna dejavnost je neposredno povezana s tveganji za ekosistem zaradi športnih dejavnosti, kako lahko šport negativno vpliva na zemeljski ekosistem in posledično vpliva na habitate ljudi in živali. Poleg tega je aktivnost povezana z zavedanjem pomena dreves in narave ter negativnih vplivov, ki jih ima lahko uničevanje ekosistema na zemeljske habitate, kot so tveganja za zdravje.</p> <p>Tako aktivnost kot razprava o tem, kako se udeleženci počutijo, lahko pomagata prepoznati vpliv, ki ga imajo ljudje na ekosistem zaradi onesnaževanja ali izkoriščanja naravnega bogastva, kot so drevesa, in posledice tega.</p>

Kolesarjenje po Zemlji

Kolesarjenje po Zemlji	
Naravni element	Zemlja
Utemeljitev dogodka	Namen dogodka je ozaveščanje ljudi o naravi med kolesarjenjem. Med dogodkom bo potekal »lov na zaklad«, ki bo namenjen spoznavanju okolja in zbiranju morebitnih odpadkov med športno aktivnostjo.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizirajte »lov na zaklad« s kolesom v gozdu/parku. Za varno in uspešno organizacijo »lova na zaklad« bo CARDET vnaprej pripravil zemljevide poti in vse informacije. Vprašanja v »lovu na zaklad« bodo povezana z okoljem in športom, na katere bodo udeleženci odgovorjali. Organizacija kolesarskega lova na zaklad mora poskrbeti za varnost in naj poteka na trasi v naravi brez avtomobilov in drugih prevoznih sredstev, ki bi lahko ogrozila udeležence. Prav tako naj mladoletne osebe pri športni aktivnosti spremlja odrasla oseba. Ogled prizorišča in pregled tveganj/varnostnih ukrepov itd. 2. Udeležence obvestimo o uporabi aplikacije, ki jo naložijo, da bodo pripravljene. 3. Ustvarite objavo v družabnem omrežju o dogodku. 4. Promovirajte dogodek na CARDET-ovi strani družbenih medijev. 5. Na zemljevidu poti označimo začetek poti, udeleženci bodo zemljevid našli v aplikaciji. 6. Udeleženci sledijo navodilom igre lov na zaklad. Med lovom na zaklad lahko udeleženci poberejo vse odpadke, ki jih najdejo na poti. 7. Razmislek z udeleženci in razprava o povezavi med okoljem in športom.



	8. Udeleženci se bodo seznanili z zelenimi zini in lahko prispevajo tako, da najdejo predmet in delijo citat ali z odpadki, ki jih zberejo med lovom na zaklad.
Minimalno število udeležencev	15 udeležencev
Zahteve za udeležence	1. Dobro telesno zdravje 2. Znati voziti kolo
Medgeneracijski vidik	Mešane ekipe z mladimi športniki in njihovimi skrbniki
Predlagana športna aktivnost	Kolesarjenje
Potrebna oprema/material	1. Kolesa 2. Čelade 3. Komplet za popravilo koles 4. Ščitnik za kolena 5. Aplikacija za lov na zaklad (https://en.actionbound.com/)
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Kolesarjenje je dejavnost, ki spodbuja trajnost in ekološko miselnost, s kolesom hkrati potujemo in vadimo. Z ukvarjanjem s športom v naravi lahko udeleženci spoznajo ekosistem okoli sebe in znajo ceniti naravo, med športno aktivnostjo pa tudi čistijo okolico.
Izobraževalna dejavnost	<u>Skupinska vodena razprava:</u> Ob koncu športne aktivnosti bodo udeleženci razpravljali o pozitivnem vplivu kolesarjenja na ljudi in okolje ter delili nasvete za uporabo kolesa v mestu ali na podeželju. Poleg tega bo skupina razpravljala o morebitnih nevarnostih za okolje pred/med/po športu in delila svoje občutke o vplivu, ki ga lahko ima kateri koli šport na ekosistem. Skupina bo po športni aktivnosti razpravljala in delila ideje o tem, kako lahko s športom pozitivno vplivamo na okolje. Poleg tega bodo udeleženci razpravljali o okoljskih vprašanjih lova na zaklad in delili informacije, ki so se jih



	naučili. Lov na zaklad bo osredotočen na povezavo med športom in okoljem, informacije o habitatih in rastlinah, ki obstajajo v določenem ekosistemu in jih je treba zaščititi.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Izobraževalna dejavnost je neposredno povezana s tveganji za ekosistem zaradi športnih dejavnosti in s tem, kako lahko kolesarjenje pozitivno vpliva na okolje. Poleg tega je aktivnost povezana z ozaveščanjem o pomenu ekosistemov.</p> <p>Športna aktivnost bo povezana z učenjem skozi lov na zaklad in želi udeležence poučiti o rastlinah, živalih in naravi.</p>



Pohodništvo za naravo

Pohodništvo za naravo	
Naravni element	Ogenj
Utemeljitev dogodka	Namen dogodka je ozaveščanje ljudi o pomenu varovanja in raziskovanja naših gozdov med pohodništvom.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizirajte pohodništvo v naravi. CARDET bo pripravil zemljevid poti pohoda in vodje pohoda pripravil na izvedbo pohodne ture. Na primer: ena oseba vodi skupino na čelu, druga pa na koncu skrbi za zadnje udeležence skupine. Ogled trase in pregled tveganj/varnostnih ukrepov itd. 2. Ustvarite objavo v družabnem omrežju o dogodku. 3. Oglašujte dogodek na spletni strani CARDET 4. Dogodek lahko poteka v sodelovanju z gozdarsko službo in postane izlet v naravo na temo zaščite gozdov pred požari. Voditelj udeležence seznanil z zemljevidom poti in da navodila za varen pohod, npr.: sledi vodji pohoda, če se želite ustaviti in odpočiti, obvestite skupino itd. 5. Z udeleženci razpravljajte o povezavi med okoljem in športom. 6. Udeleženci se bodo seznanili z zelenimi zini in lahko prispevajo tako, da poiščejo predmet in/ali prispevajo misel.
Minimalno število udeležencev	15 udeležencev
Zahteve za udeležence	Dobro telesno zdravje
Medgeneracijski vidik	Mešane ekipe z mladimi športniki in njihovimi skrbniki



Predlagana športna aktivnost	Pohodništvo
Potrebna oprema/material	<ol style="list-style-type: none">1. Pohodniški čevlji ali čevlji2. Zemljevid/kompas/GPS3. Steklenica vode/prigrizki4. Prva pomoč
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Pohodništvo je dejavnost, ki poteka v naravi in spodbuja trajnost in ekološko miselnost, spoznavanje varstva gozdov.
Izobraževalna dejavnost	<p><u>Skupinska vodena razprava:</u></p> <p>Med športno aktivnostjo imajo udeleženci možnost sprehajanja v naravi in njenega raziskovanja. Poleg tega bo izobraževalni vidik dosežen z informiranjem udeležencev o gozdovih in kako jih zaščititi pred požari.</p> <p>Ob koncu športne aktivnosti udeleženci razpravljajo o negativnem vplivu športa na okolje. Poleg tega skupina lahko razpravlja o rešitvah, kako učinkovito zaščititi gozdove na otokih in delila morebitne občutke, ki jih bodo med pohodom čutili do narave.</p> <p>Poleg tega lahko udeleženci razpravljajo o učinkih požarov na ekosistem, glede habitatov in rastlin v tem ekosistemu, ki jih je treba zaščititi, in o tem, kako lahko uničenje tega ekosistema negativno vpliva na druge ekosisteme.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Izobraževalna dejavnost je neposredno povezana s požari na otoku in uničevanjem ekosistema/okolja ter posledicami za ljudi, živali in druge ekosisteme.</p> <p>Prav tako je izobraževalna dejavnost povezana z razumevanjem negativnega vidika, ki ga ima šport na ekosistem oziroma je lahko posledica športa (in/ali športa, povezanega z elementom ognja) v naravi.</p>

Tek in ogenj

Tek in ogenj	
Naravni element	Ogenj
Utemeljitev dogodka	Namen prireditve je ozaveščanje ljudi o zaščiti naših gozdov pred požari z raziskovanjem gozdov.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizirajte tek v gozdu. CARDET bo pripravil traso teka in o tem predhodno obvestil udeležence. Ob celotni trasi bo prisotno osebje, ki bo tekačem pomagalo in jih usmerjalo na pravo pot, če se izgubijo. Vse priprave naj bodo okolju prijazne in naj ne motijo narave z dodajanjem česarkoli v ekosistem. Ogled trase in pregled tveganj/varnostnih ukrepov itd. 2. Ustvarite objavo v družabnem omrežju o dogodku. 3. Promovirajte dogodek na spletni strani CARDET 4. Dogodek lahko poteka v sodelovanju z gozdarsko službo na temo zaščite gozdov pred požari. 5. Razmislite z udeleženci in razpravljajte o povezavi med okoljem in športom. 6. Udeleženci se bodo seznanili z zelenimi »zini« in lahko prispevajo tako, da poiščejo predmet in/ali prispevajo misel.
Minimalno število udeležencev	15 udeležencev
Zahteve za udeležence	Dobro telesno zdravje
Medgeneracijski vidik	Mešane ekipe z mladimi športniki in njihovimi skrbniki
Predlagana športna aktivnost	tek
Potrebna oprema/material	-



Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Tek je dejavnost, ki je popolnoma povezana z naravo in s tekom v naravi se posamezniki lahko bolj zavedajo lepote gozdov oziroma ekosistemov in narave ter posledično razvijajo okoljevarstveno zavest.
Izobraževalna dejavnost	<p><u>Skupinska vodena razprava:</u></p> <p>Med športno aktivnostjo imajo udeleženci možnost gibanja v naravi in spoznavanja varstva gozdov pred požari.</p> <p>Ob koncu športne aktivnosti udeleženci razpravljajo o negativnem vplivu športa na okolje. Poleg tega lahko skupina razpravlja o rešitvah za učinkovito zaščito gozdov na otoku(ih). Udeleženci lahko delijo občutke do ekosistema, ki so jih čutili med aktivnostjo.</p> <p>Poleg tega lahko udeleženci razpravljajo o učinkih požarov na ekosistem v smislu habitatov in rastlin, ki obstajajo v tem ekosistemu in jih je treba zaščititi ter kako lahko uničenje tega ekosistema negativno vpliva na druge ekosisteme.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Izobraževalna dejavnost je neposredno povezana s požari na otoku in uničevanjem ekosistema/okolja ter posledicami za ljudi, živali in druge ekosisteme.</p> <p>Prav tako je izobraževalna dejavnost povezana z razumevanjem negativnega vidika, ki ga ima šport na ekosistem oziroma je lahko posledica športa (in/ali športa, povezanega z elementom ognja) v naravi.</p>

Dih Narave

Dih Narave	
Naravni element	Zrak
Utemeljitev dogodka	Namen tega dogodka je ozaveščanje ljudi o naravi z meditacijo na prostem.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizirajte pilates v naravi. Obrnite se na inštruktorja pilatesa in izvajajte aktivnost v naravi na odprtem prostoru, ki omogoča združevanje športne aktivnosti z elementom narave. Ogled prizorišča in pregled tveganj/varnostnih ukrepov itd. 2. Ustvarite objavo v družabnem omrežju o dogodku. 3. Promovirajte dogodek na spletni strani CARDET 4. Razmislite z udeleženci in razpravljajte o povezavi med okoljem in športom. 5. Udeleženci se bodo seznanili z zelenimi »zini« in lahko prispevajo tako, da poiščejo predmet in/ali prispevajo misel.
Minimalno število udeležencev	15 udeležencev
Zahteve za udeležence	Dobro telesno zdravje
Medgeneracijski vidik	Mešane ekipe z mladimi športniki in njihovimi skrbniki
Predlagana športna aktivnost	Pilates
Potrebna oprema/material	Blazina
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Pilates je aktivnost duha in telesa, povezana z elementom zraka, ki temelji na pomembnosti dihanja in sprostitve, ki jo ponuja kot aktivnost. Ta dejavnost spodbuja trajnost in



	ekološko miselnost z bivanjem v naravi in njenim opazovanjem.
Izobraževalna dejavnost	<p><u>Skupinska vodena razprava:</u></p> <p>Med športno aktivnostjo imajo udeleženci možnost gibanja v naravi in razvijanja ekološke zavesti o pomenu varovanja narave.</p> <p>Ob koncu športne aktivnosti udeleženci razpravljajo o negativnem vplivu športa na okolje. Udeleženci lahko izmenjali ideje o tem, kako narediti šport bolj ekološki.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Izobraževalna dejavnost je neposredno povezana s kakovostjo zraka in vplivom športa nanjo. Udeleženci imajo priložnost poglobljeno razpravljati o tem, kako lahko kakovost zraka vodi do zdravstvenih tveganj.

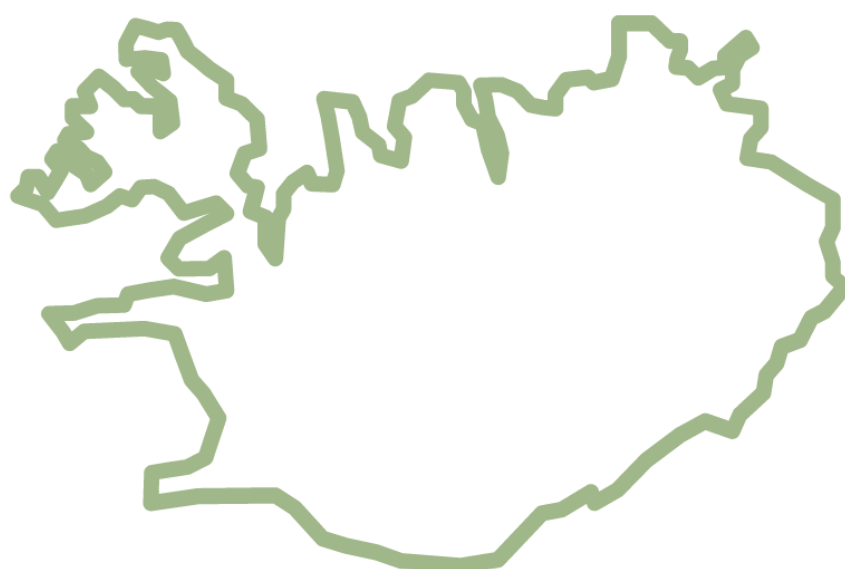


Vdih, izdih

Vdih, izdih	
Naravni element	Zrak
Utemeljitev dogodka	Namen tega dogodka je ozaveščanje ljudi o naravi z meditacijo na prostem.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizirajte Qigong v naravi. CARDET bo kontaktiral inštruktorja in z njim organiziral športno aktivnost na odprtem prostoru. 2. Ogled prizorišča in pregled tveganj/varnostnih ukrepov itd. 3. Ustvarite objavo v družabnem omrežju o dogodku. 4. Promovirajte dogodek na spletni strani CARDET. 5. Razmislite z udeleženci in razpravljajte o povezavi med okoljem in športom. 6. Udeleženci se bodo seznanili z zelenimi »zini« in lahko prispevajo tako, da poiščejo predmet in/ali prispevajo misel..
Minimalno število udeležencev	15 udeležencev
Zahteve za udeležence	Good physical health
Medgeneracijski vidik	Mešane ekipe z mladimi športniki in njihovimi skrbniki
Predlagana športna aktivnost	Qigong
Potrebna oprema/material	-
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Povezava med Qigongom in elementom Zraka temelji na pomenu Qigonga in kombinaciji dveh besed »qi«, ki pomeni »subtilen dih« ali »vitalna energija«, in »gong«, ki pomeni »veščina, ki se goji skozi stalno prakso«; (Zdravje za



	<p><u>vsak dan</u>). Qigong izhaja iz dela na polju, ko so delavci z lakotnimi vajami s posnemanjem živali, sprostili stres po težkem delu.</p>
Izobraževalna dejavnost	<p>Skupinska vodena razprava: Med športno aktivnostjo imajo udeleženci možnost gibanja v naravi in razvijanja ekološke zavesti o pomenu varovanja narave, živali, dreves itd. Ob koncu športne aktivnosti udeleženci razpravljajo o morebitnih nevarnostih, ki jih šport predstavlja okolju.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Izobraževalna dejavnost je neposredno povezana z zaščito zraka/kisika in dreves/gozdov, njihov pomen pa bo obravnavan med razpravo.</p>



Iceland



Sprehod po goszu v Elliðarárdalur

Sprehod po goszduv Elliðarárdalur	
Naravni element	Zemlja
Utemeljitev dogodka	Namen dogodka je širiti zavest o zelenih površinah v mestu in pomenu ohranjanja gozda za naš planet.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Določitev pohodne poti. 2. Določanje datuma in časa. 3. Komunikacija dogodka in razširjanje na družbenih medijih in ustreznih kanalih 4. Varnostni ukrepi (komplet prve pomoči, telefon itd.)
Minimalno število udeležencev	Najmanj 4 osebe
Zahteve za udeležence	Zmožnost hoje (brez dostopa za invalidski voziček)
Medgeneracijski vidik	Udeležba vseh starostnih skupin, ki razpravljajo o življenju gozdna in njegovi potrebi znotraj mesta (parki).
Predlagana športna aktivnost	Sprehod po gozdu.
Potrebna oprema/material	Obutev in oblačila primerna vremenskim razmeram
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Sprehod po gozdnem območju in razmišljanje o tem, kaj je potrebno, za razvoj planeta.
Izobraževalna dejavnost	Razprava o tem, zakaj so zelene površine pomembne za mesto. Tako z vidika varnosti kot psihološkega vidika za ljudi.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Izobraževalna dejavnost spodbuja razmislek o nujnosti zelenih površin v mestih.

Pohod po polju lave

Pohod po polju lave	
Naravni element	Zemlja
Utemeljitev dogodka	Ta dogodek bo pomagal povečati obstoječe znanje o nastanku Islandije na lavi in o tem, kako je le-ta temelj za ta otok.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izbira pohodniških poti. 2. Določitev datuma in časa. 3. Varnostni ukrepi (npr. komplet prve pomoči, zbirališča v sili). 4. Oprema in pripomočki (npr. zemljevidi za orientacijo, kompasi, markerji, listi z informacijami o požarnih hidrantih, viri, potrebni za izobraževalne dejavnosti) 5. Komunikacija in razširjanje dogodka na družbenih medijih in ustreznih kanalih
Minimalno število udeležencev	4
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Biti telesno sposoben hoditi po zahtevnejšem terenu • Imeti primerna oblačila glede na vremenske razmere
Medgeneracijski vidik	Poučen glede nastanka otoka Islandija in o tem, kako pomembna je lava v strukturi Islandije.
Predlagana športna aktivnost	Pohodništvo
Potrebna oprema/material	Pohodna obutev in topla oblačila, primerna vremenskim razmeram
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Pohodništvo po polju lave bo omogočilo na terenu samem spoznati kako je nastala Islandija. Kako je iz lave nastala zemlja, na kateri stojimo.
Izobraževalna dejavnost	Med sprehodom po polju lave bomo deležni poučnega predavanja in pogovora o tem, kaj vidimo in kako iz lave



	nastaja kopno in narava, ki nastane na njem.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Ko živite na Islandiji, ste obkroženi s polji lave in edinstveno naravo. Pomembno je razumeti in videti, kako drugačna je, tako da se sprehajate po njej. To vam bo prineslo novo znanje hkrati pa boste uživali v edinstveni pokrajini.



Plogging na obali

Plogging na obali	
Naravni element	Voda
Utemeljitev dogodka	Ta dogodek je namenjen ozaveščanju o tem, koliko smeti gre v oceane in kako se vrnejo na obale.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izberite obalo 2. Določite datum in časa. 3. Komunikacija in razširjanje dogodka na družbenih medijih in ustreznih kanalih 4. Varnostni ukrepi (npr. komplet prve pomoči, zbirališča v sili)
Minimalno število udeležencev	4
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Dobra telesna pripravljenost: Udeleženci morajo biti sposobni teči po neobičajnih terenih in se sklanjati, da poberejo smeti. • Udobna obleka: spodbujajte udeležence, da nosijo udobna oblačila, primerna za telesno dejavnost. To vključuje tkanine, ki dihajo in odvajajo vlago, primerna obutev (kot so tekaški copati) in oblačila, primerna za prevladujoče vremenske razmere.
Medgeneracijski vidik	Privabiti vse starostne skupine, da razmislijo o lastnem odlaganju smeti in o tem, kako lahko vsak od nas vpliva na oceane.
Predlagana športna aktivnost	Plogging
Potrebna oprema/material	Vrečke za smeti
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Plogging se bo izvajal na obali, saj pogosto smeti iz oceana plima prinese na obalo. Tako boste zagotovili, da se smeti



	ne vrnejo v ocean.
Izobraževalna dejavnost	Izobraževalna dejavnost bo obsegala pregled zbranih smeti in recikliranje. To bo lekcija o tem, kako reciklirati in o pomenu varnega odlaganja smeti.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Povezava med dejavnostjo in naravnim elementom je v spoznanju, da čiščenje plaže malo po malo pomaga pri čiščenju oceana.



Plavanje v morju

Plavanje v morju	
Naravni element	Voda
Utemeljitev dogodka	Ta dogodek se bo osredotočil na izobraževanje o zdravju oceanov in povezanosti z naravo.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> Poiskati plažo, primerne za kopanje Iskanje pohodniških poti okoli plaže za razmišljanje o oceanu in plažah/obali. Promocija dogodka za pridobivanje udeležencev. Varnostni ukrepi (npr. komplet prve pomoči, zbirališča v sili)
Minimalno število udeležencev	4
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> Dobro telesno zdravje Primerna oblačila za kopanje v mrzlem morju Znanje plavanja
Medgeneracijski vidik	Privabiti mlade in starejše, da razmislijo o razmerah na območju, ki obdaja plažo, in nato zaplavajo v morju.
Predlagana športna aktivnost	Plavanje v morju
Potrebna oprema/material	Primerna oblačila za kopanje v morju
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Plavanje v morju povezuje športno aktivnost, ki se običajno izvaja v umetnih bazenih, z neposrednim stikom z naravnim elementom.
Izobraževalna dejavnost	Izobraževalna dejavnost zajema predavanje strokovnjaka za zdravje oceanov, nato bo sledila razprava v skupini.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Izobraževalna dejavnost in povezava z naravnim elementom poteka v naravnem elementu samem, plavanje v morju, nato predavanje in razprava o zdravju oceanov.

Planinarjenje

Planinarjenje	
Naravni element	Zrak
Utemeljitev dogodka	Ta dogodek bo na igriščih za golf frizbi znotraj gozda
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izbira primerne lokacije 2. Določanje datuma in časa ter preverjanje vremenske napovedi 3. Opremljanje s potrebnimi rekviziti 4. Promocija dogodkov in pridobivanje udeležencev 5. Varnostni ukrepi (npr. komplet prve pomoči, zbirališča za nujne primere)
Minimalno število udeležencev	4
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Dobra telesna pripravljenost: Udeleženci morajo biti sposobni teči po neobičajnih terenih in se sklanjati, da poberejo smeti. • Udobna obleka: spodbujajte udeležence, da nosijo udobna oblačila, primerna za telesno dejavnost. To vključuje tkanine, ki dihajo in odvajajo vlago, primerno obutev (kot so tekaški copati) in oblačila, primerna za prevladujoče vremenske razmere.
Medgeneracijski vidik	Frizbi golf poudarja element zraka, ko frizbi leti po zraku.
Predlagana športna aktivnost	Frizbi golf
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • udobna obleka • frizbi
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Frizbi golf se igra zunaj v naravi. Frizbi leti bolj gladko v čistejšem kot onesnaženem zraku, od kakovosti zraka je



	odvisno, kako enostavno ga je vreči daleč.
Izobraževalna dejavnost	Ko govorimo o onesnaženosti zraka in vplivih, ki jih lahko ima na nas, se zlahka pokaže v letu frizbija, ki se upočasnijo in v onesnaženem zraku ni tako gladko.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Kakovost zraka, v okolju v katerem živimo, ni samoumevna in jo je treba ohraniti. Vizualni učinek, ki ga lahko ima na udeležence dejstvo, da frizbi ne leti tako dobro v onesnaženem zraku, lahko vpliva, da o tem več razmišljajo. Dihanje onesnaženega zraka ni zdravo.



Orientacijski tek

Orientacijski tek	
Naravni element	Zrak
Utemeljitev dogodka	Prireditev bo potekala v zeleni naravi.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Iskanje lokacije 2. Datum in čas 3. Varnostni ukrepi (npr. komplet prve pomoči, zbirališča v sili) 4. Oprema za orientacijo. 5. Vključevanje udeležencev 6. Izdelava znakov in oznak na aplikaciji
Minimalno število udeležencev	10
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Telesna sposobnost dolgotrajne hoje po različnih terenih • Udobna obleka
Medgeneracijski vidik	Privabiti mlade in stare, da sodelujejo v aktivnosti in uporabijo svoje znanje, da uspešno premagajo pot.
Predlagana športna aktivnost	Orientacijski tek
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • Oznake • Pametni telefon
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Orientacija v zelenih območjih mesta se povezuje z elementom zraka, saj popelje ljudi izven strnjenege mesta in jim daje informacije o kakovosti zraka in pomenu ohranjanja svežega zraka v mestu. Informativni in poučni namigi bodo udeležence spodbujali, da bodo o tem izvedeli več.



Izobraževalna dejavnost	Naloge med orientacijskim, kot namigi za nadaljevanje poti, tekom bodo obravnavale teme onesnaženosti zraka.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Izobraževalno gradivo v okviru nalog na orientacijski poti, ki obravnava onesnaženost in čistočo zraka.



Sprehod po naravi

Sprehod po naravi	
Naravni element	Ogenj
Utemeljitev dogodka	Ta dogodek se bo odvijal na polju lave in bo dal dobro perspektivo, kako se lahko iz uničenje ponovno rodi novo.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izbira polja lave 2. Izbira datuma in časa 3. Načrtovanje poti. 4. Varnostni ukrepi (npr. komplet prve pomoči, zbirališča v sili) 5. Vključevanje udeležencev
Minimalno število udeležencev	4
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Telesno zdravje za dolgotrajno hojo po neravnem terenu. • Udobna in primerna obleka
Medgeneracijski vidik	Spoznanje, da se skozi uničenje rojeva novo.
Predlagana športna aktivnost	Sprehod po naravi
Potrebna oprema/material	Dobra pohodna obutev in oblačila, primerna vremenskim razmeram
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Sprehod in opazovanje narave, ki se ponovno rojeva v lavi, povezuje požar in uničenje s ponovnim rojstvom narave.
Izobraževalna dejavnost	Skupinske razprave in refleksija
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Tako mladim kot starejšim pomaga opazovati naravo, ki se obnavlja, potem ko jo je uničila vulkanska aktivnost. Prikazuje, kako močna je narava, da preživi v tako težkih



GREEN LEAGUE
Sport Alliance for the Environment

www.green-league.eu

	razmerah in da lahko iz takšnega uničenja vzklije življenje.
--	--



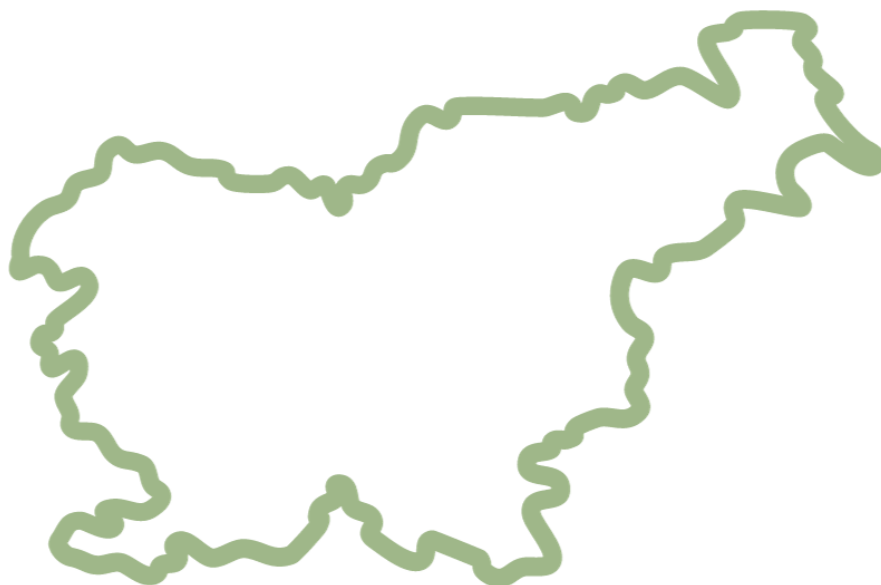
Joga

Joga	
Naravni element	Ogenj
Utemeljitev dogodka	Ta dogodek povezuje okolico nekdanjega območja požarov in sproščanje ter razmišljanja o tovrstnih dogodkih.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izbira območja nekdanjih požarov 2. določitev datuma in časa 3. Varnostni ukrepi (npr. komplet prve pomoči, zbirališča v sili) 4. Vključevanje udeležencev
Minimalno število udeležencev	4
Zahteve za udeležence	Oblačila za hojo in oblačila za udeležbo na jogi
Medgeneracijski vidik	Spodbujanje udeležencev, da vidijo ognjeno katastrofo in koliko uničenja lahko požari povzročijo naravi ter razmislek o tem.
Predlagana športna aktivnost	Joga
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • Različna oblačila • Topla oblačila • Dobri čevlji
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Joga bo ljudem pomagala dojemati in razmišljati o pogorišču, za katerega so vzrok pogosto človeška dejanja. Že eno majhno dejanje, kot je odvržena prižgana cigareta, lahko povzroči toliko uničenja.
Izobraževalna dejavnost	Skozi predavanje spoznati požare in kako pomembno se je zavedati uporabe ognja v naravi ter koliko škode lahko povzročijo malenkosti.



<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Povezava med izobraževalno dejavnostjo in naravnim elementom ognja je vizualizirana s pogledom na uničeno naravo, ki je posledica človekovih dejanj. Napake, ki smo jih morda mnogi storili v preteklosti, na srečo brez katastrofalnega uničenja, ki bi se lahko zgodilo. To bo ljudem pomagalo razmisliti o svojih dejanjih in, upajmo, prihodnjih dejanjih.</p>
--	---





Slovenia

Eko-orientacijska avantura

Eko-orientacijska avantura	
Naravni element	Voda
Utemeljitev dogodka	Orientacijski tek poteka v naravnih okoljih, kot so gozdovi, parki in odprta pokrajina. Z udeležbo v tem športu posamezniki neposredno izkusijo lepoto in pomen narave ter ustvarijo močnejšo povezavo z okoljskimi vprašanji, kot sta recikliranje in ohranjanje narave.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizacija dogodka s pomočjo Orientacijskega kluba. 2. Načrt dogodka, zagotovitev potrebne opreme (kompas in zemljevid) ter vodnikov. 3. Označevanje orientacijske proge, postavitve kontrolnih točk 4. Na orientacijskih točkah postavite postaje s z nalogami na temo ekologije. 5. Orientacijska trasa mora omogočati spremljanje udeležencev v primeru, da zgrešijo pot.
Minimalno število udeležencev	8
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Osnovno znanje o orientaciji in uporabi kompasa • Osnovna kondicijska sposobnost • Primerna obleka in obutev
Medgeneracijski vidik	Udeleženci bodo razdeljeni v pare, različnih starosti in spolov, lahko tudi starši in otroci.
Predlagana športna aktivnost	Orientacijski tek
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> • kompasi • orientacijski zemljevidi • pisalo/flomaster • štoparica
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Uporaba orientacijskega teka za ozaveščanje o pomenu recikliranja in obnove narave je lahko edinstven in učinkovit pristop. Orientacijski tek je šport, ki vključuje navigacijo skozi naravna okolja z uporabo zemljevida in

	<p>kompassa.</p> <p>Orientacijski tek, ki se osredotoča na vodni element, obogati izobraževalno izkušnjo s kombinacijo telesne pripravljenosti, okoljske ozaveščenosti, navigacijskih veščin, timskega dela, dobrega počutja in vode kot elementa narave. Ta večplastni pristop k učenju krepi telesno zdravje udeležencev, krepi njihovo povezanost z naravo in razvija njihov čut za okoljsko odgovornost.</p>
<p>Izobraževalna dejavnost</p>	<p>Na kontrolnih točkah bodo postavljene naloge eko izziva, npr.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vprašanja o kroženju vode v naravi in rabi vode. • Povezava naravnih elementov, predvsem vode, in ohranjanje ravnovesja, preprečevanje naravnih nesreč. • Spodbujanje razprave o izkušnjah, pridobljenih na posameznih postajah, in njihovem pomenu za okolje in trajnost. <p>Izobraževalne dejavnosti bodo potekale v različnih oblikah:</p> <ul style="list-style-type: none"> × naloge na terenu × izlet (orientacija) × praktične izkušnje. <p>Po dogodku bo razprava in refleksija udeležencem omogočila, da delijo svoje izkušnje, vpoglede in ideje za spodbujanje okoljske ozaveščenosti na splošno in v zvezi z vodo.</p>
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Z vključevanjem izobraževalnih elementov v orientacijski dogodek udeleženci uživajo v dogodivščinah in telesni aktivnosti ter bolje razumejo okolje in svojo vlogo pri njegovem ohranjanju. Ta pristop lahko spodbudi občutek okoljske odgovornosti in spodbudi udeležence, da postanejo zagovorniki trajnostnih praks v svojih skupnostih.</p> <p>Orientacijski tek je rekreativni in tekmovalni šport, ki vključuje navigacijo po neznanem terenu z uporabo zemljevida in kompassa za iskanje določenih kontrolnih točk. Ta dejavnost ima neločljivo povezane izobraževalne koristi, saj spodbuja telesno pripravljenost, prostorsko</p>



GREEN LEAGUE
Sport Alliance for the Environment

www.green-league.eu

	zavest, spretnosti reševanja problemov in globljo povezanost z naravo.
--	--



»Zeleni« šolski športni dan

»Zeleni« šolski športni dan	
Naravni element	Zemlja
Utemeljitev dogodka	Vključevanje ohranjanja okolja in ozaveščanja v šolski športni dan pri učencih spodbuja občutek odgovornosti in skrbi za naravo.
Logistika / Priprave	Načrtovanje vodenega sprehoda v naravi znotraj bližnjih naravnih območij, npr. gozd, rečni bregovi, hribi itd., omogoča učencem, da opazujejo in cenijo lokalno okolje.
Minimalno število udeležencev	10
Zahteve za udeležence	Primerna obleka in obutev
Medgeneracijski vidik	Prireditvev je del šolskih športnih dejavnosti; učitelji organizirajo šolske ekipe in jih motivirajo, da se vključijo.
Predlagana športna aktivnost	Hoja
Potrebna oprema/material	Pohodni čevlji
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	»Zeleni« šolski športni dan je inovativen dogodek, ki je lahko del vsakoletnega šolskega športnega dneva za spodbujanje ohranjanja narave in okoljske ozaveščenosti med učenci, zaposlenimi in starši. Z vključevanjem okolju prijaznih praks in izobraževalnih dejavnosti želi dogodek vzpodbuditi šolsko skupnost, da postane skrbnik okolja.
Izobraževalna dejavnost	Beseda »zemlja« ima dva pomena. Lahko se nanaša na planet, na katerem živimo, Zemljo, ali pa na zemljo ali prst, ki jo naseljujemo in obdelujemo. V obeh pogledih je nujen ustrezen odnos tako do Zemlje kot celote kot do kopnega kot površja, ki nam daje priložnost za življenje (hrana, zavetje itd.). Ohranjanje Zemlje in tal je nujen imperativ našega obstoja. Potek aktivnosti: Uvod: začnite dejavnost tako, da učencem razložite dva pomena besede »zemlja«. Za vsak namen lahko navedete primere in kontekst. Poudarite, da sta oba pomena med

	<p>seboj globoko povezana in bistvena za naše preživetje.</p> <p>Razprava: učence vključite v razpravljanje.. Prosite jih, naj razmislijo o tem, kako sta Zemlja kot planet in zemlja kot površina, bistvenega pomena za človeški obstoj in si izmenjajo poglede o tem. Spodbujajte jih, naj razmislijo o proizvodnji hrane, zatočiščih, naravnih virih in okoljskem ravnovesju.</p> <p>Skupinska aktivnost: Učence razdelite v majhne skupine in vsaki skupini dodelite en vidik pomena Zemlje (npr. proizvodnja hrane, okoljsko ravnovesje, naravni viri). Učenci bi morali v svojih skupinah razpravljati in sestaviti seznam razlogov, zakaj je ohranjanje Zemlje in zemlje ključnega pomena za ta določen vidik.</p> <p>Predstavitve: Vsaka skupina naj svoje ugotovitve predstavi razredu. Spodbujajte jih, naj delijo svoja spoznanja in o njih razpravljajo s celim razredom. Za beleženje ključnih točk iz vsake skupine lahko uporabite tablo ali digitalno platformo.</p> <p>Refleksija: Po predstavitev začnite refleksivno razpravo s celotnim razredom. Postavite vprašanja, kot so:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaj ste se naučili iz te dejavnosti? • Kako se povezujeta dva pomena zemlja? • Katere konkretne ukrepe lahko sprejmemo, da ohranimo Zemljo in zemljo? • Kako lahko uravnotežimo uporabo zemlje za naše potrebe in njeno zaščito za prihodnje generacije? <p>Skupinska razprava: učence spodbudite, da o teh vprašanjih razpravljajo v majhnih skupinah ali parih, preden svoje misli delijo z razredom. To omogoča globlje razmišljanje in učenje drug od drugega.</p>
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Izobraževalne dejavnosti bodo potekale v različnih oblikah:</p> <ul style="list-style-type: none"> • razpravah na terenu, • pohod • praktične izkušnje. <p>Z vključevanjem ohranjanja okolja in ozaveščanja v šolski športni dan, »Zeleni« športni dan učencem privzgoji globoko spoštovanje do narave in pomen varovanja okolja. Dogodek tudi opolnomoči šolsko skupnost, da naredi proaktivne korake v smeri trajnosti, in služi kot model za</p>



	<p>spodbujanje okolju prijaznih praks v drugih vidikih njihovega življenja.</p> <p>Izobraževalni učinki:</p> <p>Kritično razmišljanje: Ta dejavnost spodbuja kritično razmišljanje, ko učenci analizirajo medsebojno povezanost Zemlje in zemlje s vsakdanjim življenjem.</p> <p>Sodelovanje: skupinsko delo spodbuja sodelovanje in izmenjavo idej med učenci.</p> <p>Refleksija: reflektivni vidik dejavnosti pomaga učencem ponotranjiti pomen ohranjanja okolja.</p> <p>Usmerjenost k dejanjem: študente spodbujamo, da prevzamejo odgovornost za okolje in naredijo pozitivne spremembe z razpravo o konkretnih dejanjih.</p> <p>Interdisciplinarno učenje: to dejavnost je mogoče vključiti v različne predmete, vključno z naravoslovjem, geografijo, etiko in družbenimi študijami, zaradi česar je učna izkušnja bolj celovita.</p>
--	--

-Frizbi-golf eko izziv

Frizbi-golf eko izziv	
Naravni element	Ogenj
Utemeljitev dogodka	Ozaveščati o ohranjanju okolja in požarni varnosti z zabavnim in zanimivim frizbi golf dogodkom.
Logistika / Priprave	Udeleženci so razdeljeni v ekipe in vodeni skozi progo, s ciljem dokončati vsako »luknjo« s čim manj meti. Na vsaki postaji udeleženci prejmejo izobraževalno gradivo/informacije in se vključijo v kratke aktivnosti in odgovarjajo na vprašanja v zvezi z okoljsko tematiko.
Minimalno število udeležencev	10
Zahteve za udeležence	Mladi od 18 do 25 let
Medgeneracijski vidik	Skupinska refleksija
Predlagana športna aktivnost	Frizbi golf
Potrebna oprema/material	Igrišče za frizbi golf
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Frizbi golf, povezan z naravnim elementom ognja, inovativno in poučno združuje telesno aktivnost, razumevanje ekologije, timsko delo in spoštovanje okolja. Frizbi-golf eko izziv je edinstven dogodek, ki združuje vznemirljivost frizbi golfa z izobraževanjem o varstvu okolja in požarni varnosti. Udeleženci bodo uživali v igri frizbi golfa na za to posebej zasnovanem igrišču ter se učili o ohranjanju narave in preprečevanju požarov v naravi. Ker bo aktivnost potekala znotraj gozda, bo glavna tematika varovanje narave pred požari.
Izobraževalna dejavnost	Na vsaki postaji bodo udeleženci prejeli izobraževalno gradivo/informacije in se vključili v kratke aktivnosti in odgovarjali na vprašanja v zvezi z okoljsko tematiko. Po dogodku bo refleksija udeležencem omogočila, da izmenjajo svoje izkušnje, vpoglede in ideje za spodbujanje

okoljske ozaveščenosti nasploh in glede požara.

Potek aktivnosti:

Uvod: Začnite tako, da udeležencem razložite namen in cilje dogodka ter aktivnosti.

Izobraževalne postaje: Vzdolž igrišča za frizbi golf postavite postaje z nalogami. Vsaka postaja se mora osredotočiti na poseben vidik varstva okolja in požarne varnosti. Na primer: Postaja 1: »Ognjeni trikotnik« – Pojasnite tri elemente, potrebne za nastanek požara, in kako so povezani z okoljem. Postaja 2: »Identifikacija avtohtonih rastlin« – Poučite udeležence o pomenu avtohtonih rastlin pri preprečevanju požarov.

Postaja 3: »Ne puščaj sledi« – Pogovorite se o odgovornem vedenju na prostem, da zmanjšate vpliv na okolje.

Postaja 4: »Nasveti za preprečevanje požarov v naravi« – Delite praktične nasvete o preprečevanju požarov v naravi in zaščiti naravnih habitatov.

Čas za refleksijo: Po zaključku frizbi golf igre in izobraževalnih nalog zberite udeležence za refleksijo. Spodbujajte jih, da delijo svoje izkušnje, spoznanja in nova znanja o varstvu okolja in požarni varnosti. Uporabite splošna vprašanja, da spodbudite razpravo.

Zamisli za ukrepanje: med razpravo prosite udeležence, naj razmišljajo o idejah za spodbujanje okoljske ozaveščenosti v vsakdanjem življenju in skupnostih. Spodbudite jih k razmišljanju, kako lahko preprečijo požare v naravi in ohranijo naravo.

Nadaljnji viri: Zagotovite udeležencem dodatne vire, kot so spletne strani, knjige ali lokalne okoljske organizacije, da podprete njihovo nenehno učenje in sodelovanje pri varstvu okolja.

Ključne prednosti:

Praktično učenje: kombinacija telesne dejavnosti in interaktivnih izobraževalnih postaj ponuja praktično učno izkušnjo, primerno različnim pristopom učenja.

Okoljska ozaveščenost: Udeleženci pridobijo globlje razumevanje okolja in njegove ranljivosti, zlasti požara.

Timsko delo: Frizbi golf se pogosto igra v ekipah, kar spodbuja sodelovanje in komunikacijo udeležencev.

	<p>Cenjenje narave: Dejavnost spodbuja večje spoštovanje naravnega sveta in pomen njegovega ohranjanja.</p> <p>Razmislek in akcija: Komponenta razmisleka spodbuja udeležence, da ponotranjijo svoje izkušnje in naredijo pomembne korake k boljšemu odnosu okolja.</p>
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Frizbi golf, znan tudi kot disk golf, je zabaven in privlačen šport, ki združuje elemente tradicionalnega golfa in igre z letečim diskom. Igralci uporabljajo posebne frizbije in skušajo dokončati progo z najmanjšim možnim številom metov. Povezava frizbi-golfa z naravnim elementom ognja, doda dejavnosti edinstveno in izobraževalno dimenzijo. V tej primeru bomo raziskali izobraževalni pomen frizbi golfa, s poudarkom na elementu ognja in njegovem vplivu na telesno zdravje, razumevanju okolja, timskem delu in spoštovanju naravnega okolja.</p> <p>Namen dogodka je ustvariti nepozabno izkušnjo za udeležence, hkrati pa spodbujati globlje razumevanje potrebe po zaščiti okolja in preprečevanju požarov v naravi. Z združevanjem športa z okoljsko ozaveščenostjo in izobraževanjem o požarni varnosti dogodek spodbuja občutek odgovornosti in daje posameznikom moč za pozitivne spremembe v svojih skupnostih.</p> <p>Povezovanje frizbija in golfa z naravnim elementom ognja ponuja priložnost za izobraževanje udeležencev o obvladovanju požara in njegovem vplivu na okolje. Ob ustrezni uporabi v naravnih območjih lahko nadzorovani požari spodbujajo biotsko raznovrstnost, odstranijo invazivne vrste in spodbudijo novo rast. Med aktivnostjo frizbi-golfa se lahko udeleženci seznanijo z vlogo ognja pri ohranjanju zdravih ekosistemov in kako lahko človeški posegi bodisi pomagajo ali škodujejo naravnim habitatom.</p>

Pohod na čist zrak

Pohod na čist zrak	
Naravni element	Zrak
Utemeljitev dogodka	Ozaveščati o onesnaženosti zraka in njegovem vplivu na okolje ob spodbujanju okolju prijaznih praks s pohodniškim dogodkom.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dogodek poteka v obliki pohodništva z izbiro poti z lepimi razgledi, da bi povečali občutek udeležencev za čist zrak in naravno okolje. 2. Organizacija vodenege pohoda po naravnem območju s čistim zrakom in minimalno onesnaženostjo. 3. Razdelitev urnika in splošnih navodil za pohodništvo in hojo v naravi.
Minimalno število udeležencev	10
Zahteve za udeležence	<ol style="list-style-type: none"> 1. Primerna obleka in obutev 2. Osnovna telesna pripravljenost
Medgeneracijski vidik	Dogodek vključuje družine.
Predlagana športna aktivnost	Pohodništvo
Potrebna oprema/material	Pohodniška oblačila in oprema (čevlji, nahrbtnik,...)
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Pohodništvo je najpogostejša dejavnost v Sloveniji. Ponavadi so cilji gozdovi in gore, pohodništvo pa velja za priložnost da se »nadihamo svežega zraka«.</p> <p>Pohod na čist zrak je dogodek, ki združuje veselje do pohodništva z močnim poudarkom na varovanju okolja, predvsem kakovosti zraka. Namen dogodka je udeležence poučiti o pomenu čistega zraka in jih navdušiti za sprejemanje trajnostnih navad, ki zmanjšujejo onesnaženost zraka in prispevajo k bolj zdravemu planetu.</p>
Izobraževalna dejavnost	<p>Dogodek Pohod na čist zraku med udeleženci spodbuja občutek odgovornosti in moči za zaščito okolja, zlasti zraka, ki ga dihamo.</p> <p>Udeležence bomo spodbujali k razpravi o pohodniških praksah z majhnim vplivom, kot je zadrževanje na določenih</p>



	<p>poteh, zmanjšanje obremenitve s hrupom, pravilno odlaganje odpadkov in izravnava njihovega ogljičnega odtisa.</p> <p>Udeleženci se bodo seznanili z viri onesnaževanja zraka, njegovimi učinki na ozračje in njegovo povezavo s podnebnimi spremembami. S pridobitvijo znanja, se pojavi občutek odgovornosti za zaščito zraka, ki ga dihamo, kar posameznika motivira za ukrepanje, ki zmanjšuje njegov prispevek k onesnaženosti zraka.</p>
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Udeleženci dogodka Pohod na čist zrak se seznanijo s pohodništvomh z majhnim okoljskim vplivom. Ozaveščamo jih o pomenu zadrževanja na označenih poteh, ki pomaga ohranjati naravni habitat in preprečuje nadaljnjo škodo občutljivim ekosistemom. Razprave o zmanjševanju obremenitve s hrupom poudarjajo tudi pomen spoštovanja do prostoživečih živali in zmanjševanja motenj v njihovih naravnih habitatih.</p> <p>Poudarjamo pravilno odlaganje odpadkov kot ključni vidik pohodništva z majhnim vplivom. Udeležence spodbujamo, da sprejmejo načelo »ne puščaj sledi«, s čimer zagotovijo, da bodo po pohodu odnesli vse svoje smeti in jih odgovorno odvrgli. Ta praksa krepi idejo, da dejanja vsakega posameznika vplivajo na okolje in da je odgovorno ravnanje z odpadki preprosto, a učinkovit način za zaščito okolja, tudi kakovosti zraka.</p> <p>S kombinacijo pohodništva z okoljsko vzgojo in praktičnimi akcijami dogodek spodbuja posameznike, da postanejo zagovorniki čistega zraka. Spodbuja jih k sprejemanju ekološko ozaveščenih odločitev v vsakdanjem življenju za bolj trajnostno prihodnost.</p>



Plavanje z »delfini«

Plavanje z »delfini«	
Naravni element	Voda
Utemeljitev dogodka	Spodbujati okoljsko ozaveščenost, varčevanje z vodo in vključevanje invalidov v vodne aktivnosti (PWD) in plavanje. Delfini so skupina invalidov, organizirana v plavalnem klubu. Njihove dejavnosti obsegajo tekmovanja, rekreativno plavanje in aktivnosti socialne vključenosti invalidov in njihovih staršev. Dogodek poteka v obliki kopanja v jezeru za invalide in starše.
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> Promocija dogodka Varnostne zahteve.
Minimalno število udeležencev	10
Zahteve za udeležence	Kopalke in primerna oblačila za po plavanju, osnovno znanje plavanja
Medgeneracijski vidik	Vključevanje otrok in staršev v skupno dejavnost.
Predlagana športna aktivnost	plavanje
Potrebna oprema/material	<ul style="list-style-type: none"> Plavalna oprema in prilagojena plavalna oprema, npr. plavalni pripomočki in naprave za plavanje: ti vključujejo predmete, kot so plavalni pasovi, plavalni obroči in rešilni jopiči ter napihljivi jopiči, ki so posebej zasnovani za pomoč posameznikom z omejeno mobilnostjo ali težavami s plovnostjo, da ostanejo na površju in ohranijo pravilen položaj telesa v vodi. Izkušeni prostovoljci, ki vsem zagotavljajo udobno in varno sodelovanje.
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Dogodek bo potekal v jezeru, njegov namen je ustvariti varen in prijeten prostor za udeležence vseh sposobnosti, vključno z invalidi, da lahko uživajo v vodi in se hkrati učijo o pomenu varovanja naših vodnih virov.
Izobraževalna dejavnost	Razprava o vplivu industrije na okolje. Teme razprave:



	<p>Pojasnite pomen okoljske ozaveščenosti in kako lahko vsi, vključno z invalidi, prispevajo k ohranjanju našega planeta. Poudarite, da pri plavalnem dogodku ne gre le za telesno dejavnost, temveč tudi za učenje in ustvarjanje pozitivnega učinka.</p> <p>Posredujte informacije o pomenu vodnih ekosistemov in biotske raznovrstnosti.</p> <p>Pogovorite se o pomenu varčevanja z vodo in načinih za zmanjšanje izgube vode. Podajte praktične nasvete za varčevanje z vodo doma in v vsakdanjem življenju.</p> <p>Poudarite problematiko onesnaževanja vodna s plastiko . Pokažite primere plastike, ki jo običajno najdemo v vodnem okolju, in razpravljajte o škodi, ki jo povzroča morskemu življenju. Delite strategije za zmanjšanje uporabe plastike.</p> <p>Zaključek in refleksija:</p> <p>Zberite udeležence za skupinsko razpravo. Spodbujajte jih, da delijo, kar so se naučili, in kako lahko to znanje uporabijo v vsakdanjem življenju za spodbujanje ohranjanja okolja. Postavljajte vprašanja, da spodbudite razpravo in razmislek.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Dogodek želi spodbuditi globljo povezavo med udeleženci in vodnimi viri s kombinacijo plavanja z okoljsko ozaveščenostjo in vključevanjem. Z izobraževalnimi dejavnostmi in vključujočimi praksami dogodek vzpodbuja posameznike, da se zavzemajo za ohranjanje vode in varstvo okolja, hkrati pa spodbujajo enak dostop in možnosti za invalide v vodnih dejavnostih.</p>



Plogging

Plogging	
Naravni element	Zemlja
Utemeljitev dogodka	Dvigniti okoljsko ozaveščenost in spodbujati ohranjanje okolja s plogging dogodkom
Logistika / Priprave	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizirajte plogging tek/sprehod, kjer bodo udeleženci tekli ali hodili po določenih poteh in med potjo pobirali smeti. 2. Udeleženci bodo prejeli rokavice in okolju prijazne vrečke za zbiranje odpadkov.
Minimalno število udeležencev	8
Zahteve za udeležence	<ul style="list-style-type: none"> • Primerna obleka in obutev • Dobro telesno zdravje.
Medgeneracijski vidik	Dejavnost za družine
Predlagana športna aktivnost	Plogging
Potrebna oprema/material	Rokavice in okolju prijazne vreče za odpadke
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Plogging daje teku dodatno vrednost, z vključitvijo zbiranja odpadkov med aktivnostjo na prostem. Udeleženci pobirajo smeti, na katere naletijo med tekom/hojo, in tako prispevajo k čistejšemu okolju.
Izobraževalna dejavnost	<p>Razprava o pomenu čistega okolja in povezanosti ekosistemov.</p> <p>Teme razprave:</p> <p>Pojasnite pomen okoljske ozaveščenosti in kako lahko vsak prispeva k ohranjanju našega planeta. Poudarite, da je dogodek namenjen telesni dejavnosti, učenju in pozitivnemu učinku.</p> <p>Posredujte informacije o pomenu ekosistemov in biotske raznovrstnosti.</p> <p>Pogovorite se o pomenu ohranjanja zemlje. Zagotovite praktične nasvete.</p> <p>Izpostavite vprašanje onesnaženosti s plastiko. Pokažite primere plastike, ki jo običajno najdemo v okolju, in</p>



	<p>razpravljajte o škodi, ki jo povzroča našim življenjem. Delite strategije za zmanjšanje uporabe plastike.</p> <p>Zaključek in refleksija:</p> <p>Zberite udeležence za skupinsko razpravo. Spodbujajte jih, da delijo, kar so se naučili, in kako lahko to znanje uporabijo v vsakdanjem življenju za spodbujanje ohranjanja okolja. Postavljajte vprašanja, da spodbudite razpravo in razmislek.</p>
<p>Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom</p>	<p>Z združevanjem plogginga z dejavnostmi okoljske ozaveščenosti dogodek pri udeležencih spodbuja občutek odgovornosti in krepí moč za zaščito planeta. Dogodek promovira zamisel, da lahko majhna posamezna dejanja, kot je pobiranje smeti in sprejemanje ekološko ozaveščenih odločitev, skupaj privedejo do pomembnih pozitivnih sprememb za ohranjanje okolja in navdihujejo skupnost okoljsko ozaveščenih posameznikov, ki sodelujejo pri ohranjanju našega planeta.</p> <p>Razprava je tesno povezana z naravnim elementom Zemlje, saj se osredotoča predvsem na okoljsko ozaveščenost, medsebojno povezanost ekosistemov in pomen ohranjanja Zemlje.</p> <p>Povezanost razprave z naravnim elementom Zemlje:</p> <p>Pomen okoljske ozaveščenosti: postavlja temelje za razpravo s poudarjanjem, da je naš planet Zemlja naš skupni dom in da je ključnega pomena, da se vsi zavedajo, kako njihova dejanja vplivajo na okolje. Poudarja medsebojno povezanost vseh živih bitij z zemeljskimi ekosistemi.</p> <p>Ekosistemi in biotska raznovrstnost: razprava o pomenu ekosistemov in biotske raznovrstnosti je neposredno povezana z naravnimi sistemi Zemlje. Ekosistemi so sistemi za vzdrževanje življenja na Zemlji, biotska raznovrstnost pa raznolikost življenjskih oblik na Zemlji. Poudarja, kako so vsi živi organizmi, vključno z ljudmi, za preživetje in dobro počutje odvisni od zdravih ekosistemov.</p> <p>Ohranjanje Zemlje: ko razpravljate o pomembnosti ohranjanja Zemlje in podajate praktične nasvete, naslavljajte potrebo po skrbi za naravne vire našega planeta. To je neposredno povezano z Zemljo kot fizičnim okoljem, v katerem živimo, in poudarja našo odgovornost, da jo zaščitimo in ohranimo za prihodnje generacije.</p>





Onesnaževanje s plastiko: problem onesnaževanja s plastiko je jasen primer, kako lahko človekove dejavnosti negativno vplivajo na Zemljo. Plastika, pridobljena iz zemeljskih virov, lahko škoduje ekosistemom in predstavlja tveganje za divje živali in zdravje ljudi. Razprava o onesnaževanju s plastiko prikazuje posledice neupoštevanja naravnega ravnovesja Zemlje in ponuja strategije za ublažitev teh učinkov.

Zaključek in refleksija: s skupinsko razpravo in refleksijo spodbujamo posameznike da razmislijo, kako lahko prispevajo k ohranjanju okolja in krepimo povezanost z Zemljo. Spodbujamo občutek odgovornosti do Zemlje in njenih ekosistemov.



Eko-treking

Eko-treking	
Naravni element	Ogenj
Utemeljitev dogodka	Spodbujati ozaveščenost o požarni varnosti in ohranjanju okolja s poglobljeno treking izkušnjo v naravnem okolju.
Logistika / Priprave	<p>Organizacija 2-dnevnega pohoda v sodelovanju s taborniškimi ali planinskimi društvom:</p> <p>Izbira cilja: Izberite pohodniško pot, ki se začne in konča na stalnem izhodišču in vključuje planinsko kočjo za prenočevanje.</p> <p>Načrtovanje poti:</p> <p>Ustvarite podroben načrt z navedbo pohodniške poti, dnevnih razdalj, predvidenih časov pohodov in prenočitev v planinski kočji.</p> <p>Priskrbite si vse potrebne dovolilnice za pot in rezervirajte planinsko kočjo.</p> <p>Oprema: sestavite seznam opreme, vključno z nahrbtniki, šotori (če je potrebno), spalnimi vrečami itd.</p> <p>Poskrbite, da imajo udeleženci primerna oblačila in obutev za pohod.</p> <p>Hrana in voda: načrtujte obroke in prigrizke za vsak dan.</p> <p>Ugotovite, ali so v planinski kočji na voljo prostori za kuhanje.</p> <p>Določite vodne vire ob poti.</p>
Minimalno število udeležencev	10
Zahteve za udeležence	Redna telesna pripravljenost, nahrbtnik, prva pomoč, dovolj oblačil za preoblačenje po potrebi.
Medgeneracijski vidik	Integracijski vidik pohodniškega dogodka se nanaša na vključevanje in sodelovanje različnih posameznikov, ne glede na njihove sposobnosti, ozadje ali izkušnje. Integracijski vidiki v treking dogodku spodbujajo vključenost, kjer se vsi udeleženci počutijo dobrodošle, spoštovane in cenjene.
Predlagana športna aktivnost	Treking
Potrebna oprema/material	Zunanja oprema: pohodna obutev, oblačila za vse vremenske razmere, spalna vreča, nahrbtnik.



Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Treking po različnih naravnih terenih omogoča udeležencem, da spoznajo pomen ognja za okolje. Medtem ko je ogenj bistvenega pomena za nekatere ekosisteme, lahko predstavlja tudi veliko nevarnost, če se pojavi nenačrtovano ali brez nadzora.</p> <p>S povezovanjem trekinga z naravnim elementom ognja lahko udeleženci razumejo vlogo ognja v ekosistemih, njegove vplive na okolje ter pomen požarne varnosti in prizadevanj za ohranitev. Ta izkustveni učni pristop krepi zavest udeležencev o ekološkem ravnovesju in jih opolnomoči, da zagovarjajo trajnostne prakse in odgovorno upravljanje požarov v svojih skupnostih in zunaj nje.</p>
Izobraževalna dejavnost	Razprava o naravi prijaznih življenjskih navadah, vzrokih za požare v naravi, pomenu preventive pred požari in odgovornem ravnanju s požari na prostem.
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Ogenj je imel bistveno vlogo v razvoju človeštva in je še vedno pomemben element v vsakdanjem življenju. Nenadzorovan požar v naravi pa je lahko tudi uničujoč dejavnik za naravo.</p> <p>Namen dogodka Eco-Trek je spodbuditi globlje spoštovanje narave, hkrati pa vzpodbuditi udeležence, da se zavzemajo za odgovorne prakse na prostem in varstvo okolja s kombiniranjem trekinga z ozaveščanjem o požarni varnosti in dejavnostih za ohranjanje okolja. Z izkustvenim učenjem in sodelovanjem bodo udeleženci opolnomočeni, da pozitivno vplivajo na svoje skupnosti in prispevajo k varnejšemu in bolj trajnostnemu svetu.</p>

8. Zeleni dan športa

Zeleni dan športa	
Naravni element	Zrak
Utemeljitev dogodka	Srečanje članov rekreativnega društva.
Logistika / Priprave	<p>Organizacija družabnih srečanj članov športnega društva s športnimi aktivnostmi v naravi: Načrtujte datum in lokacijo: izberite datum in prizorišče. Komunicirajte: obveščajte člane in zbirajte prijave. Oprema: Pripravite športno opremo, prvo pomoč in hrano. Prevoz: podajte navodila in spodbujajte skupne prevoze. Urniki: ustvarite podroben urnik dejavnosti. Varnost: zagotovite prvo pomoč. Objekti: preverite prostore in razpoložljivost toaleta. Dokumentacija: poskrbite za fotografije dogodka. Povratne informacije: zberite odzive po dogodku za izboljšave.</p>
Minimalno število udeležencev	10
Zahteve za udeležence	Ustrezna oblačila in obutev, hrana in voda
Medgeneracijski vidik	Medgeneracijsko učenje in podpora, skupna refleksija, sodelovanje udeležencev vseh starosti.
Predlagana športna aktivnost	Odbojka na mivki, badminton/tenis, nogomet, lokostrelstvo
Potrebna oprema/material	Športna oprema (loparji, žoge, loki itd.)
Utemeljitev športne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	<p>Športna aktivnost se odvija v manjšem športnem centru v naravi (jezerce obdano z gozdom). Športne dejavnosti že dolgo veljajo za bistvene sestavine zdravega in izpolnjujočega življenjskega sloga, njihova povezava z naravnimi elementi pa dodaja dodaten pomen, ki povečuje skupne koristi.</p>



	<p>Povezava med športom in naravnimi elementi ponuja tudi priložnost za spodbujanje okoljske ozaveščenosti in prizadevanj za ohranjanje narave. Športniki in navdušenci, ki se ukvarjajo s športi na prostem, pogosto razvijejo globoko spoštovanje do narave. S prepletanjem športa z naravo, posamezniki izboljšujejo svoje fizično zdravje ter negujejo duševno in čustveno dobro počutje ter spodbujajo globlje spoštovanje in povezanost z okoljem.</p> <p>V vseh teh športih je interakcija z naravnim elementom zraka sestavni del izkušnje igranja. Ukvarjanje s temi športi v naravnem okolju, kot je majhno jezero, obdano z gozdom, omogoča udeležencem, da se zlijejo z okoljem, kar poveča njihovo povezanost z naravo. Poleg tega izzivi, ki jih predstavlja zunanje okolje, spodbujajo prilagodljivost in okoljsko ozaveščenost med športniki in navdušenci. Ta mešanica telesne dejavnosti in spoštovanja narave koristi posameznikovemu dobremu počutju in spodbuja širšo zavezanost skrbništvu in ohranjanju okolja.</p>
Izobraževalna dejavnost	<p>Razmišljanje o elementih narave, predvsem o zraku</p> <p>Naravno okolje: Začnite z razpravo o naravnem okolju, v katerem se dogaja aktivnost. Prosite udeležence, naj povedo svoje misli in občutke o okolici, kot so jezero, gozd ali drugi naravni elementi.</p> <p>Vpliv na okolje: Razmislite o vplivu dogodka na okolje. Ali so udeleženci opazili kakršne koli znake človekovega vpliva na okolje in kakšne ukrepe je mogoče sprejeti za zmanjšanje tega vpliva v prihodnosti?</p> <p>Načelo »brez sledi«: pogovorite se o načelu in o tem, kako se uporablja med dogodkom. Spodbudite udeležence, da razmislijo o tem, kako bi lahko to načelo vključili v svoje dejavnosti na prostem v prihodnosti.</p> <p>Okoljski izzivi: pogovarjajte se o ekoloških izzivih, s</p>





	<p>katerimi se sooča naravno okolje, kot so onesnaženje, izguba habitata ali podnebne spremembe.</p> <p>Etika na prostem: raziščite koncept etike na prostem, vključno z odgovorno rekreacijo in trajnostnim vedenjem na prostem.</p> <p>Povezava z naravo: spodbudite udeležence, da razmišljajo o tem, kako je več športni dogodek poglobil njihovo povezanost z naravo. Ali so bolj cenili naravni svet in kako je mogoče to povezavo ohraniti?</p> <p>Okoljska vzgoja: pogovorite se o vlogi okoljske vzgoje pri športih in dejavnostih na prostem. Delite vire in priložnosti za udeležence, da izvedo več o okolju.</p> <p>Navdihovanje drugih: pogovorite se o tem, kako lahko udeleženci navdihnejo druge za sodelovanje v športih na prostem in ohranjanju okolja. Delite poglede v širši skupnosti.</p> <p>Hvaležnost: Zaključite razpravo z izrazom hvaležnosti za možnost uživanja naravnega okolja med več športnim dogodkom in poudarkom na pomembnosti njegovega varovanja za prihodnje generacije.</p>
Utemeljitev izobraževalne dejavnosti in povezava z naravnim elementom	Naravni element zraka je ključen za človekovo zdravje in dobro počutje. Razpravljanje o pomenu svežega zraka, ustreznega prezračevanja in pomembnosti dejavnosti na prostem lahko spodbuja zdrav način življenja. Udeleženci se naučijo, kako kakovost zraka vpliva na zdravje dihal in kako dostop do čistega zraka prispeva k splošnemu dobremu počutju.



Zaključne misli

Če povzamemo, športni dogodki »štirje elementi narave« povzemajo temeljna načela in odločno zavezanost projekta »Green League – šport za okolje« v prizadevanju za trajnostno prihodnost. Iz predstavljenih aktivnosti in dogodkov, je razvidno, da ta pobuda ni samo širila znanja in motivacije, ampak je gojila tudi globoke povezave med sfero športa in okoljsko zavestjo. Na udeležence je projekt pustil trajen vpliv in spodbudil preobrazbo, ki presega meje športnih prizorišč.

Medgeneracijska razsežnost teh dogodkov je bila ključna za njihov uspeh. Izvedene aktivnosti so ustvarile temelj okoljske trajnosti, ki s spodbujanjem dialoga in sodelovanja med različnimi starostnimi skupinami, presega generacijske meje. Udeleženci različnih starostnih skupin so pridobili večjo zavedanje o svojem okolju in razumevanje zapletenega odnosa med športom in okoljem. Trajne vezi, stkanе z izkustvenim učenjem, bodo vplivale na njihovo vsakdanje življenje in prispevale k večji okoljski ozaveščenosti.

111

Trajnost je trdno zakoreninjena v osnovi modela Green League. Ti dogodki so ponazarjali neomajno zavezanost trajnosti, ne le z razširjanjem ozaveščenosti, temveč tudi z njihovo izvedbo na trajnosten in družinsko usmerjen način. Fleksibilnost in prilagodljivost pri prilagajanju športnih dejavnosti edinstvenim okoljskim razmeram poudarjata trdno zavezanost projekta k zagotavljanju ustreznosti in učinkovitosti. Ta pristop zagotavlja, da dogodki ohranijo svojo moč, hkrati pa se prilagajajo posebnim potrebam in posebnostim posameznega kraja.

Poleg tega je vključitev izobraževalnih in izkustvenih učnih komponent premostila prepad med področjema športa in okoljske zavesti. Udeleženci so bili spodbujeni, da se poglobijo v in cenijo zapleteno tematiko, ki veže ta na videz različna področja. Ta celovit pristop je obogatil njihovo celotno izkušnjo in spodbudil globoko spoznanje nujnosti varovanja okolja v okviru športa.

Celovite smernice in viri, ki jih zagotavlja projekt Zelena liga, opremljajo s potrebnimi orodji in znanjem za trajnostno izvajanje dogodkov. Razvijanje medgeneracijskega dialoga in mehanizmov za povratne informacije je izboljšalo kakovost teh dogodkov in zagotovilo

nenehno pot trajnostnega izboljševanja. Ti viri so priča neomajni predanosti odličnosti in učinkovitosti pri doseganju ciljev projekta.

V prihodnosti bodo specifične smernice, ki opredeljujejo te transformacijske športne dogodke, v posameznem okolju, poudarjale moč sodelovanja in neomajne zavezanosti k okoljski trajnosti znotraj projekta Zelena liga. Posebni pristopi vsake sodelujoče države bodo dodatno poudarili in pokazali možnosti, prilagodljivosti in inovativnosti partnerjev projekta, s čimer se bo povečal globalni dosežek ciljev projekta.

Zaključno lahko rečemo, da so "športni dogodki »štirje elementi narave" bili ključni pri spodbujanju globoke in trajne povezave med športom in okoljem. Ta povezava je gonilo za doseganje trajnostne in okoljsko ozaveščene prihodnosti.



EINURD



CARDET



Financira
Evropska unija

Financirano s strani Evropske unije. Izražena stališča in mnenja so zgolj stališča in mnenja avtorja(-ev) in ni nujno, da odražajo stališča in mnenja Evropske unije ali Evropske izvajalske agencije za izobraževanje in kulturo (EACEA). Zanje ne moreta biti odgovorna niti Evropska unija niti EACEA. [Referenčna št. projekta: 101050262]