



Насърчаване на зелени стратегии в спорта

Номер на проекта: 101050250

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.



Финансирано от
Европейския съюз



Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

Проектът PROGRESS (Насърчаване на зелени стратегии в спорта) е насочен към насърчаване на участието в спорта и физическата активност, особено чрез подкрепата и препоръката на Съвета на НЕРА и насоките на ЕС за физическа активност.

Проектът има за цел да повиши физическата активност на родители и деца чрез ангажиране на нови технологии и геймифицирани дейности. Ние вярваме, че този тип дейност на европейско ниво може да помогне на държавите-членки на ЕС и спортните ръководни органи да разрешат по-добре нови и настоящи здравни и социални проблеми, като липса на физическа активност, затлъстяване, сърдечно-съдови и други хронични заболявания, свързани с липсата на активен начин на живот.

В Европа има четири основни нужди, признати от НЕРА:

- спиране на намаляването на участието във физическа активност,
- разработване на ефективна интервенция, която да включва родители и физическа активност на открито, като средство за насърчаване на физическата активност за подобряване на здравето,
- фокусиране върху страни с висок процент на липса на физическа активност, като страните от Югоизточна Европа и
- интегриране на нови технологии в интервенции, насочени към насърчаване на физически дейности за подобряване на здравето.

За да отговори на съществуващите нужди, проектът PROGRESS се фокусира върху насърчаването на физическата активност на открито на родители и деца в Югоизточна Европа, използвайки нови технологии и геймифицирани дейности.

ЦЕЛИ НА ПРОЕКТА

- Разработване на изследване на най-добрите практики за образователни дейности, които насърчават участието във физическа активност на открито;
- Провеждане на проучване на възгледите на учителите по физическо възпитание, треньорите и родителите за това как да се подобри взаимодействието родител-дете и в крайна сметка да се насърчи участието във физическа активност на открито;
- Разработване на образователни инструменти, базирани на изследвания, включително ресурси за обучение на преподаватели, учители, треньори и родители;
- Тестване на използваемостта и ефективността на образователните ресурси в помощ на преподаватели, учители, треньори и родители, които насърчават участието във физическа активност на открито;
- Разработване и предлагане на европейска публична политика за предефиниране и подобряване на взаимодействието между родители и деца и улесняване на участието във физическа активност на открито;
- Създаване и разработване на специално интернет приложение. Очаква се, че разработването на геймифициран модел, чрез предоставяне на информация и

възнаграждаване на участието във физически дейности на открито, ще насърчи хората да участват в тях по-редовно и ще подобри допълнително резултатите от проекта.

ПАРТНЬОРИ

- ASOCIATIA UMANISTA ROMANA
- SOCIAL HUB ASSOCIATION
- EUROPEAN CULTURE AND SPORT ORGANIZATION (ECOS)
- EUROPEAN PLATFORM FOR SPORT INNOVATION (EPSI)
- P.A.K. OLYMPIADA
- ADEL SLOVAKIA
- FAKULTET ZA SPORT, UNIVERZITET “UNION - NIKOLA TESLA” BEOGRAD

ОБРАЗОВАТЕЛНИ ИГРИ

Образователните игри са забавни дейности, които се изпълняват навън, включват деца и възрастни и не изискват специални физически умения.

Те са възможности за игра, които позволяват на всички, особено на децата, да се насладят на предимствата на спортуването с другите на открито.

Игрите се показват с анимирани видеоклипове, които описват и симулират начина на тяхното изпълнение, обяснявайки целите и необходимия реквизит, необходим за изпълнението на дейността.

Те могат да се използват от учители и треньори по време на класове и тренировки или могат да се прилагат в семейството, докато са навън.

Можете да намерите всички образователни игри в интернет на PROGRESS YOUTUBE КАНАЛА или в приложението, което можете да изтеглите от уебсайта

<https://www.progressapp.eu>.

По време на дейностите, организирани като част от проект PROGRESS, които ще се провеждат във всяка страна партньор, ще бъдат създадени пунктове, където можете да опитате определени игри и да спечелите награди.

Участието в тези събития е обусловено от регистрация на отбора чрез приложението. Екипът трябва да се състои от поне един възрастен и едно дете.

Повече информация можете да намерите на

<https://www.progreensport.eu> интернет представяне на проекта и

<https://www.progressapp.eu> към приложението на проекта.

NAME	POINTS	DESCRIPTION
ROBOTS	1	Ние се делим на учени и роботи. Всеки учен направлява своя робот, като го докосва: докосване на главата означава движение напред, докосване на дясното рамо - движение надясно, докосване на лявото рамо - движение наляво. Докосване по гърба означава спиране. На пътя се поставят препятствия.
КОГАТО МУЗИКАТА СПРЕ, СЕ ПРИБЕРЕТЕ У ДОМА	1	Разделяте се на два отбора. Използват се предмети, представляващи къщи (например: конуси или камъни). Когато диджеят пусне музиката от мобилния телефон, вие танцувате около къщите, а когато музиката спре, трябва да намерите подслон в една от къщите, която ще бъде равна на броя на участниците минус 1. Който остане навън, ще спечели точка за противниковия отбор и ще бъде елиминиран. И така нататък, докато не останат само двама играчи, които се борят за последната къщичка.
ОТРОВЕНА ТОПКА	1	Разделяте се на 2 отбора. Всички участници образуват кръг, като се редуват между отборите. Задава се таймер. Най-младият играч трябва да

		пренесе топката на друг играч, като премине през центъра. След като предаде топката на друг играч, този играч заема мястото си в кръга. Това продължава, докато таймерът звънне. Играчът, който в този момент държи топката в ръката си, прави победата на противниковия отбор.
ЩАФЕТНОТО БЯГАНЕ В ПРИРОДАТА	1	Всеки отбор трябва да има предмет, който да предаде на един от членовете на отбора. Всеки играч трябва да премине трасето, което може да бъде и трасе с препятствия, и да предаде предмета на своя съотборник. Печели отборът, чиито членове първи преминават трасето.
ВЛАКЪТ В ГАЛЕРИЯТА, ДОКАТО САМОЛЕТЪТ ЛЕТИ	1	Разделяте се на 2 отбора. Всички участници застават в кръг, като се редуват по отбори, с разтворени крака и стъпала, които докосват стъпалата на съседните участници. Има 2 топки с различни цветове или размери, които се подават едновременно между участниците. Докато едната топка (на самолета) трябва да се подаде над главата, без да докосва земята, другата (на влака) трябва да се подаде на земята с ръце. Целта на играта е топката на влака да премине между краката на един от играчите на противниковия отбор, докато другата на самолета продължава да преминава между играчите. Всеки път, когато топката на влака премине между краката на играч, противниковият отбор печели точка.
ХВЪРЛЯНЕ НА ВОДНИ БАЛОНИ	1	Създайте две групи с минимум по двама играчи в група. Водните балони се хвърлят напред-назад между двойките отбори, без да се чупят. С напредването на всеки кръг отборите правят по една крачка назад. Печели отборът, който успее да счупи най-малко балони.
HUNTERS	1	Играта се играе семейно или отборно. В началото на играта има само един ловец. При звука на свирката всички се разбягват, а ловецът трябва да хване един от членовете на семейството си. Когато ловецът хване някого, този човек също става ловец: хванати за ръце, двамата тръгват да ловуват третата плячка. Когато успеят да уловят четвъртия играч, ловците се разделят на две групи по двама и така нататък. Когато остане само един играч, който не е бил уловен, играта приключва. Победителят може да избере следващия ловец.
ЧЕТИРИ КВАДРАТА	1	Четири квадрата се оформят с помощта на лента или тебешир. Всеки играч се разполага в квадрат и удря топката с ръце. Целта на играта е да се елиминират останалите играчи. Тя започва, когато играчът в първия квадрант подаде топката, като я отскочи веднъж в своя квадрат и след това я удари в квадрата на друг играч. Всеки играч трябва да удари топката в квадрата на друг играч и той да я върне,

		без да я отскача повече от веднъж в своя квадрат. Ако играч пропусне или удари извън границите на игрището, той отпада.
LAVA FLOW	1	Участниците трябва да маркират зоната за игра (река от лава) и да се разделят на два отбора. Двама души ще изпълняват ролята на съдии, които ще следят за спазването на правилата. Участниците трябва да използват парчета плат като платформи, за да преминат безопасно реката. Човек трябва да остане в контакт с платформите през цялото време на играта. Ако някой стъпи върху горещата лава, платформата ще бъде премахната, като отборът ще разполага с по-малко платформи, за да завърши играта. Всеки път, когато член на отбора загуби контакт с платформата, той трябва да започне предизвикателството отначало. Целта на играта е да се транспортира целият отбор до безопасно място и да оцелее при потока от лава. Печели отборът, който пръв завърши предизвикателството.
ЛОВ НА ОТПАДЪЦИ В ПРИРОДАТА	1	На участниците се дава списък с природни обекти, които да намерят (цветя, листа, камъни). Печели отборът, който намери най-много обекти от списъка.
ПРИКЛЮЧЕНИЕ ЗА ТЪРСЕНЕ НА СЪКРОВИЩЕ	1	Играта се играе на плажа. Участниците ще бъдат разделени на отбори от по 2-4 души и всеки отбор ще получи карта на съкровището с улики, водещи към скрити съкровища, заровени в пясъка. Отборите ще трябва да изпълняват предизвикателства, като например да строят пясъчни замъци, за да отключат следващата улика. Последното съкровище ще бъде сандък, пълен с награди.
ФЛАГЪТ	1	2 отбора от 2 или повече играчи. Всеки отбор разполага със собствена зона с флага си на 10 метра от централната линия. В началото на играта играчите трябва да преминат в зоната на противниковия отбор, без да бъдат хванати, да вземат знамето си и да кажат: Флаг! Печели отборът, който пръв събере 10 знамена.
AIR BADMINTON	1	Отбори до трима души. Целта е да изпратите совалката в половината на противника. Не позволявайте на совалката да докосне земята във вашата половина на полето.
3 КАМЪКА (TRILIZA)	1	Играчите се разделят на два отбора и създават две редици. На пет метра от играчите се поставят 9 обръча от хула на земята и 6 камъка в два различни цвята, по един за всеки отбор. В началото на играта първият играч от всеки отбор тича, за да вземе камък и да го постави в обръча. След това той тича обратно към своя отбор, за да удари ръката на втория играч, който трябва да постави друг камък в нов обръч, като целта е да се създаде линия от 3 камъка от един и същи цвят. Играта продължава, докато един от двата

		отбора не направи трилизу, т.е. линия с 3 камъка от един и същи цвят. Отборът, който пръв създаде 10 трилици, печели.
СВЪРЗАНИ СЛОВА	1	Играта се играе по двойки. Играчите трябва заедно да създадат списък от думи на лист хартия. След това листчетата с думите се изрязват и се поставят в кутия. Във всеки рунд единият играч има топката, а другият - кутията. Играта започва, когато играчът с кутията избере дума и я прочете на глас. Играчът с топката трябва първо да напише думата на пода с тебешир и след това да дриблира по думата, следвайки линията на буквите. Редът се сменя всеки път, когато играчът е дриблирал, без да губи топката, докато думата не бъде завършена.