



OSNOVNE INFORMACIJE O PROJEKTU



Co-funded by
the European Union



PROMOVISANJE ZELENIH STRATEGIJA U SPORTU

Projekat PROGRESS (Promovisanje zelenih strategija u sportu) usmeren je na **podsticanje bavljenja sportom i fizičkom aktivnošću.**

Projekat PROGRESS (Promovisanje *zelenih strategija u sportu*) fokusiran je na podsticanje učešća u sportu i fizičkoj aktivnosti, posebno kroz podršku i preporuku Saveta HEPA i smernice EU o fizičkoj aktivnosti.

Projekat ima za cilj povećanje fizičke aktivnosti roditelja i dece angažovanjem novih tehnologija i gamifikovanih aktivnosti. Verujemo da ova vrsta aktivnosti na evropskom nivou može pomoći državama članicama EU i sportskim upravljačkim telima da na bolji način reše nove i trenutne zdravstvene i društvene probleme, poput fizičke neaktivnosti, gojaznosti, kardiovaskularnih i drugih hroničnih bolesti povezanih sa odsustvom aktivnog načina života.

U Evropi postoje četiri glavne potrebe koje prepoznaje HEPA:

- zaustavljanje opadanja učešća u fizičkoj aktivnosti,
- razvijanje efikasne intervencije, koja bi uključivala roditelje i fizičku aktivnost na otvorenom, kao sredstva promovisanja fizičke aktivnosti radi poboljšanja zdravlja,
- usmerenje fokusa na zemlje sa visokom stopom fizičke neaktivnosti, poput zemalja Jugoistočne Evrope i
- integrisanje novih tehnologija u intervencije čiji je cilj promovisanje fizičkih aktivnosti radi poboljšanja zdravlja.

Da bi se zadovoljile postojeće potrebe, projekat PROGRESS se fokusira na promociju fizičke aktivnosti roditelja i dece na otvorenom u Jugoistočnoj Evropi upotrebom novih tehnologija i gejmifikovanih aktivnosti.



EDUKATIVNE IGRE

Edukativne igre su zabavne aktivnosti koje se obavljaju napolju, uključuju decu i odrasle i ne zahtevaju posebne fizičke veštine.

One su prilike za igru koje omogućavaju svima, a posebno deci, da uživaju u dobrobiti bavljenja sportom sa drugima u otvorenom prostoru.

Igre su prikazane animiranim snimcima koji opisuju i simuliraju kako se one izvode, objašnjavajući i ciljeve i potrebne rekvizite neophodne za sprovođenje aktivnosti.

Mogu ih koristiti učitelji i treneri tokom nastave i treninga, ili se mogu primenjivati unutar porodice tokom boravka napolju.

Sve edukativne igre možete pronaći na internetu na PROGRESS YOUTUBE CHANNEL ili na aplikaciji koju možete preuzeti sa <https://www.progressapp.eu> internet prezentacije.

Tokom organizovanih aktivnosti u sklopu PROGRESS projekta, koje će biti održane u svakoj partnerskoj zemlji, biće postavljeni punktovi na kojima ćete moći da probate pojedine igre i osvojite nagrade.

Učešće u tim događajima uslovljeno je registracijom tima putem aplikacije. Tim se mora sastojati od najmanje jedne odrasle osobe i jednog deteta.

Više informacija možete pronaći na

<https://www.progreensport.eu> internet prezentaciji projekta i

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



OPIS EDUKATIVNIH IGARA	
ROBOTI	<p>Podelimo se na naučnike i robote. Svaki naučnik vodi svog robota dodirujući ga: tapkanje po glavi znači kretanje napred, tapkanje po desnom ramenu znači idi desno, tapkanje po levom ramenu znači idi levo. Tapkanje po leđima znači zaustavljanje. Na putu se postavljaju prepreke.</p>
KADA MUZIKA PRESTANE, IDI KUĆI!	<p>Podelili ste se u dva tima. Koriste se objekti koji predstavljaju kuće (npr. šišarke ili kamenje). Kada di-džej pusti muziku sa mobilnog telefona plešete po kućama, a kada muzika prestane morate da nađete sklonište u jednoj od kuća, što će biti jednako broju učesnika manje 1. Ko izostane osvojiće bod za protivničku ekipu i biće eliminisan. Tako se ponavlja igra sve dok ne ostanu samo dva igrača koji se takmiče za poslednju kuću.</p>
OTROVANA LOPTA	<p>Podelili ste se u dva tima. Svi učesnici formiraju krug, na smenu prema timovima. Podesite tajmer. Najmlađi igrač mora da prenese loptu drugom igraču prolazom kroz centar. Kada jednom doda loptu drugom igraču, taj igrač zauzima njegovo mesto u krugu. Ovo se nastavlja sve dok tajmer ne zazvoni. Igrač koji u tom trenutku ima loptu u ruci donosi pobedu protivničkoj ekipi.</p>
ŠTAFETNA TRKA U PRIRODI	<p>Svakom timu je potreban predmet koji će predati svom saigraču. Svaki igrač mora preći stazu, (može biti i staza sa preprekama), i predati predmet svom saigraču. Pobeđuje tim čiji članovi prvi pređu stazu.</p>



VOZ U TUNELU DOK AVION LETI	<p>Podelili ste se u dva tima. Svi učesnici stoje u krugu, smenjujući se po timovima, sa raširenim nogama dodirujući stopalima susedne učesnike. Postoje dve lopte različitih boja ili veličina koje se istovremeno prenose između učesnika. Dok se jedna lopta (od aviona) mora preneti preko glave bez dodirivanja tla, druga (od voza) mora se prebaciti po zemlji rukama. Cilj igre je da se lopta provuče između nogu jednog od igrača protivničkog tima, dok se istovremeno druga prenosi preko glave. Svaki put kada lopta prođe između nogu igrača, protivnička ekipa postiže poen.</p>
VODENI BALONI	<p>Napravite dve grupe sa najmanje dva igrača po grupi. Unutar grupe se dobacujete balonima bez da se oni probuše. Kako svaki krug napreduje, timovi idu korak unazad. Pobeđuje onaj tim koji probuši najmanje balona.</p>
LOVCI	<p>Igra se porodično ili u timu. Na početku igre postoji samo jedan lovac. Na zvuk zvižduka svi beže, a lovac mora da uhvati jednog od članova svoje porodice. Kada lovac uhvati nekoga i ta osoba postaje lovac. Držeći se za ruke, oni odlaze u lov na treći plen. Kada uspeju da uhvate i četvrtog igrača, lovci se odvajaju u dve grupe po dva i tako dalje. Kada ostane samo jedan igrač koji nije uhvaćen igra se završava. Pobjednik bira sledećeg lovca.</p>
ČETIRI KVADRATA	<p>Trakom ili kredom obeležimo četiri kvadrata. Svaki igrač se stane u jedan kvadrat i udara loptu rukama. Cilj igre je eliminisati ostale igrače. Igra počinje kada igrač u prvom kvadratu servira loptu tako što je jednom odbije u svoje polje, a zatim je udari u polje drugog igrača. Svaki igrač mora da udari loptu u polje drugog igrača i taj igrač mora da je vrati bez da je više puta odbije u svoje polje. Ako igrač promaši ili pogodi van granica, eliminiše se.</p>



REKA LAVE	<p>Učesnici moraju označiti prostor za igru (reku lave) i podeliti se u dva tima. Dvoje ljudi će biti sudije koje sprovode pravila. Učesnici moraju da koristite komade tkanine kao platforme za bezbedan prelazak preko reke. Moraju ostati u kontaktu sa platformama tokom trajanja igre. Ako neko stane na vrelu lavu, platforma će biti uklonjena, ostavljajući timu manje platformi da završi igru. Svaki put kada član tima izgubi kontakt sa platformom, mora krenuti od početka. Cilj igre je prevesti ceo tim na sigurno i preživeti tok lave. Tim koji prvi završi izazov pobeđuje.</p>
LOV NA TROFEJE U PRIRODI	<p>Učesnicima se daje spisak stvari koje treba da pronađu (lišće, cveće, kamenje). Tim koji pronađe najviše stvari sa spiska, pobeđuje.</p>
LOV NA BLAGO	<p>Igra se realizuje na plaži. Učesnici su podeljeni u timove od 2 do 4 osobe i svaki tim dobija mapu blaga sa tragovima koji vode do skrivenog blaga koje je zakopano u pesku. Timovi moraju da završe zadatke poput izgradnje dvorca od peska da bi otključali sledeći trag. Poslednje blago biće kovčeg pun nagrada.</p>
ZASTAVA	<p>Potrebna su nam dva tima od 2 i više igrača. Svaki tim ima svoj prostor sa svojom zastavom postavljenom na 10 metara od središnje linije. Na početku igre, igrači moraju proći kroz polje protivničke ekipe a da ne budu uhvaćeni, zgrabiti svoju zastavu i reći: Zastava! Pobednički tim je onaj koji prvi dobije 10 zastavica.</p>
AIR BADMINTON	<p>Timovi mogu biti do tri osobe. Cilj je da se loptica prebaci na protivničku polovinu terena. Ne dozvolite da loptica dodirne tlo na vašoj polovini terena.</p>



TRILIZA	<p>Igrači se podele u dva tima i formiraju dva reda. Na pet metara od igrača postavljeno je 9 obruča na tlu i 6 kamenčića u dve različite boje, po jedan za svaku ekipu. Na početku igre, prvi igrač iz svakog tima trči da uzme kamen i stavi ga u obruč. Nakon toga trči nazad ka svom timu da dodirne ruku drugog igrača, koji mora da stavi još jedan kamen u novi obruč sa ciljem da stvori liniju od 3 kamena iste boje. Igra se nastavlja sve dok jedna od dve ekipe ne napravi trilizu, odnosno u liniju složi 3 kamena iste boje. Tim koji prvi napravi 10 triliza pobeđuje.</p>
DRIBLOVANE REČI	<p>Igra se u parovima. Igrači moraju zajedno da naprave listu reči na listu papira. Papiri sa rečima se zatim izrežu i stave u kutiju. U svakoj rundi, jedan igrač ima loptu, a drugi kutiju. Igra počinje kada igrač sa kutijom odabere reč i pročita je naglas. Igrač sa loptom mora prvo da napiše reč na podu kredom, a zatim da dribla duž reči prateći liniju slova. Promena se izvrši svaki put kada igrač završi driblanje bez gubitka lopte do kraja napisane reči.</p>

PREPORUČENE LOKACIJE ZA EDUKATIVNE IGRE U BEOGRADU

- Košutnjak
- Kalemegdan
- Topčiderski park
- Hajd park
- Park Ušće
- Zvezdarska šuma
- 25. maj
- Savski nasip
- Dunavski kej, Zemun
- Ada Ciganlija
- Park “Hipodrom”



FACULTY OF SPORT

BELGRADE



Co-funded by
the European Union