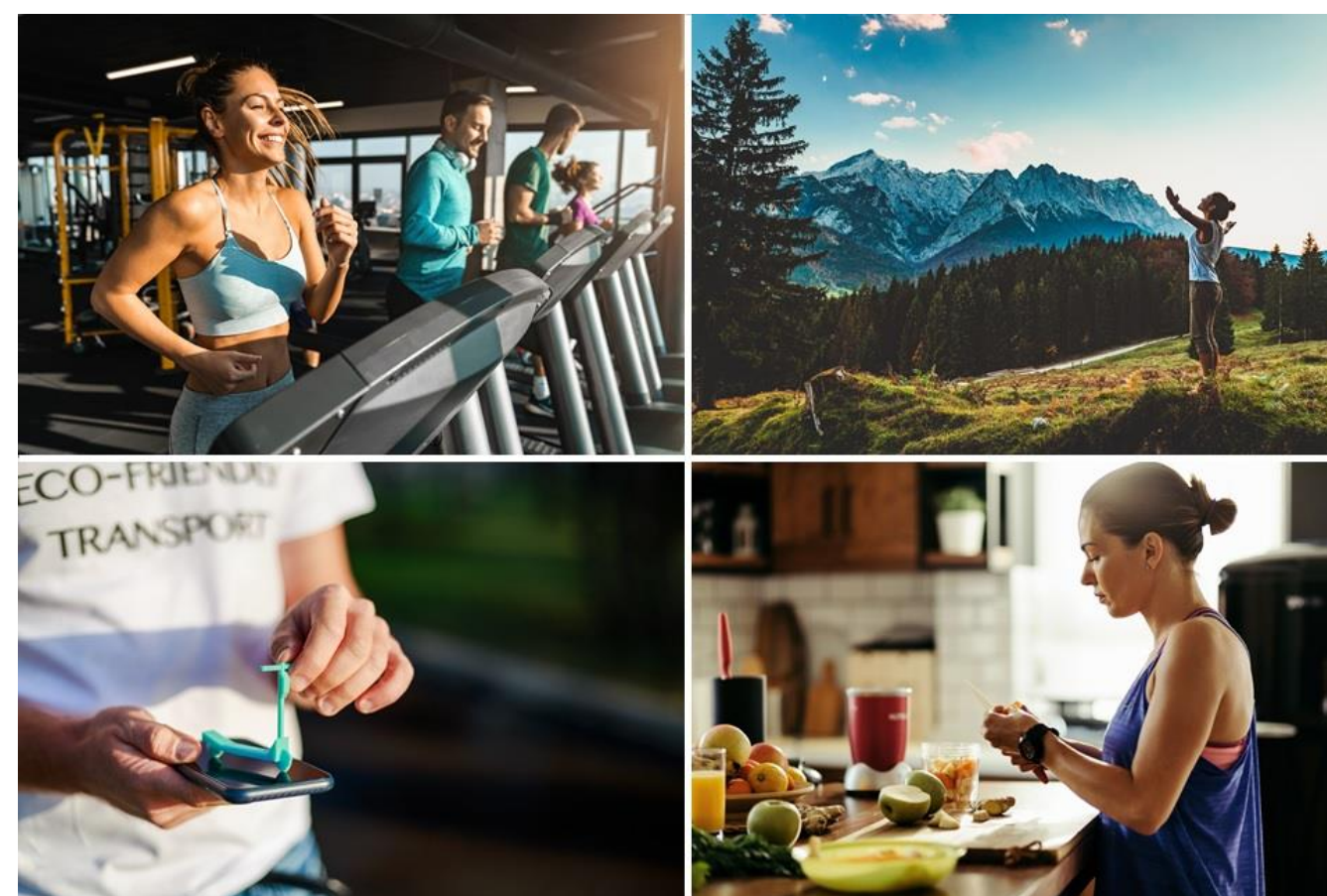




Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



ΕΝΟΤΗΤΑ 5

ΕΞΥΠΝΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΠΟΛΕΙΣ



ΤΜΗΜΑ 8

**Ο αθλητισμός ως κινητήρια δύναμη για τη
εκπαίδευση του ενεργού πολίτη**

Η πρώτη αναμέτρηση

Πρώτα απ' όλα θα αναμετρηθείτε με τον εαυτό σας.

Η ευημερία σας ως άτομο βασίζεται στη σωματική και ψυχική σας υγεία. Η γνώση του εαυτού σας, των ικανοτήτων σας και των ορίων σας είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την ανάπτυξη και την εκτέλεση των δεξιοτήτων και ικανοτήτων σας, όποιες και αν είναι αυτές.

Για να το κάνετε αυτό χρειάζεστε τρία εργαλεία:

- Εκπαίδευση
- Άθληση
- Τεχνολογία

Το μέρος όπου ζείτε

Το σχολείο, η επαγγελματική δραστηριότητα και η αθλητική δραστηριότητα μπορούν να σας βοηθήσουν να φέρετε εις πέρας το καθημερινό σας καθήκον, να μάθετε και να γνωρίσετε τον εαυτό σας.

Ωστόσο, το περιβάλλον στο οποίο ζείτε παίζει θεμελιώδη ρόλο. Η πόλη σας, με το φυσικό της περιβάλλον, την αστική δομή, τις αθλητικές εγκαταστάσεις και τις προσβάσιμες περιοχές πρασίνου, μπορεί να σας προσφέρει ένα ενδιαφέρον περιβάλλον.

Οι έξυπνες πόλεις, τα μονοπάτια δραστηριοτήτων και οι αθλητικές περιοχές αποτελούν ευκαιρίες για να αναπτύξετε τις σωματικές σας δεξιότητες, να βελτιώσετε το βιοτικό επίπεδο και να περάσετε χρόνο με τους φίλους σας.

Βασικοί παράγοντες

Κάθε χώρα έχει αθλητικούς συλλόγους αφοσιωμένους στην προώθηση διαφορετικών αθλημάτων και δραστηριοτήτων.

Αυτές οι δραστηριότητες πραγματοποιούνται σε διάφορα επίπεδα: από μαζικό (λαϊκό) αθλητισμό για μικρά παιδιά έως πρωταθλήματα για επαγγελματίες αθλητές.

Η αθλητική εκπαίδευση μπορεί να προωθηθεί στα σχολεία, από μη ανταγωνιστικές αθλητικές ενώσεις, ερασιτεχνικές ομάδες, άτυπες ενώσεις φίλων και εθελοντικές ενώσεις.

Κάθε ένας από τους προαναφερθέντες παίκτες μπορεί να προσφέρει διαφορετικές, αλλά έγκυρες εμπειρίες από την πλευρά της υγείας και της εκπαίδευσης.

Οι τεχνολογίες

Η διάδοση και η προσβασιμότητα συγκεκριμένων εφαρμογών επιτρέπουν τώρα την καλύτερη οργάνωση της φυσικής δραστηριότητας σύμφωνα με τη δική σας διαθεσιμότητα χρόνου και των ατομικών ικανοτήτων.

Οι εφαρμογές καθιστούν δυνατή την οργάνωση ατομικών εκπαιδευτικών συνεδριών/μαθημάτων σε πολλαπλά αθλήματα/τομείς (π.χ. γυμναστήριο, χορός, γιόγκα κ.λπ.).

Η τεχνολογία διευκολύνει επίσης την κράτηση γυμναστηρίων και γηπέδων, τη διοργάνωση αθλητικών εκδηλώσεων και τη συμμετοχή σε εκδηλώσεις. Ένα απλό έξυπνο τηλέφωνο σας επιτρέπει, επιπλέον, να καταγράφετε όλα τα δεδομένα σας και, συνεπώς, να μπορείτε να αναλύετε την απόδοσή σας, προγραμματίζοντας τις προπονήσεις σας για να μετρήσετε τις βελτιώσεις που επιτεύχθηκαν.

Μάθετε να χρησιμοποιείτε σωστά τα εργαλεία που διατίθενται από την τεχνολογία και αναπτύξτε τις ψηφιακές σας δεξιότητες.

Ο αθλητισμός ως παράγοντας κοινωνικής καινοτομίας

Ωστόσο, ο αθλητισμός προσφέρει μια άλλη θεμελιώδη ευκαιρία: την ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων. Τα παιχνίδια, ο σεβασμός των κανόνων, η κοινή προσπάθεια και η δέσμευση για την επίτευξη ενός αποτελέσματος προωθούν την κοινωνική ένταξη, ξεπερνούν εμπόδια και κλισέ, καθώς και την απομόνωση και τη μοναξιά.

Ο αθλητισμός επομένως επιτρέπει την προώθηση διαγενεακών θεμάτων, κοινών αξιών και της κοινωνικής ένταξης. Αρκεί να δούμε πώς ο αθλητισμός βοηθά στη εξάλειψη των στερεοτύπων των φύλων, στην καταδίκη του ρατσισμού και κάνουν ορατή την παρουσία των αθλητών με αναπηρία.

Ο αθλητισμός ως κινητήρια δύναμη ενεργών πολιτών

Το μονοπάτι αυτό έχει δείξει τα οφέλη για την κοινωνία της ύπαρξης υπεύθυνων και ενεργών πολιτών.

Η ανάπτυξη έργων και η προώθηση της αθλητικής δραστηριότητας σημαίνει να έχετε πιο υγιείς πολίτες, πιο πρόθυμους να μοιραστούν εμπειρίες με άλλους, που προσέχουν τη φυσική πρωτεύουσα του τόπου στον οποίο ζουν.

Η προώθηση του αθλητισμού δεν είναι μόνο μια ευκαιρία σε ότι αφορά το οικονομικό κεφάλαιο, αλλά μας επιτρέπει επίσης να αναπτύξουμε το κοινωνικό κεφάλαιο και το περιβαλλοντικό κεφάλαιο του τόπου στον οποίο ζούμε.

Για την ανάπτυξη της ευημερίας και τη δημιουργία κοινής αξίας, έχουμε στη διάθεσή μας δύο ισχυρούς συμμάχους: την τεχνολογία και την εκπαίδευση.

Άσκηση 8

Σύμφωνα με εσάς, ποιοι παράγοντες θα μπορούσαν να βοηθήσουν στην εκπαίδευση υπεύθυνων πολιτών σε θέματα αθλητισμού και υγείας;

Ποια θέματα σας άρεσαν περισσότερο;

Υπάρχουν θέματα που θα θέλατε να συζητήσετε ή στα οποία να εμβαθύνετε;

Κύριες πηγές

https://www.ansa.it/canale_ambiente/notizie/inquinare/2018/03/28/nel-pacifico-isola-di-plastica-grande-3-volte-la-francia_7e9c42c8-b25f-4138-84ee-f14af672323d.html

https://www.arpae.it/cms3/documenti/_cerca_doc/ecoscienza/ecoscienza2017_2/servizio_energia_circolare_ES2_2017.pdf

https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/it/MEMO_15_6204

<https://www.mckinsey.it/idee/igianato-circolare-unopportunita-che-vale-1800-miliardi-di-euro-in-europa>

http://www.tema_lab.unina.it/smartcity/

<https://www.lumi4innovation.it/smart-city-cose-come-funziona-caratteristiche-ed-esempi-in-italia/>

https://www.smartcitiesandsport.org/wpcontent/uploads/2018/12/Sports_Innovation_Hubs_Publication.pdf

https://www.eu-japan.eu/sites/default/files/publications/docs/smart2020tokyo_final.pdf

<https://www.bioedilprogetti.com/magazine/le-5-struttura-sportive-piu-conosciute-al-mondo-per-grandezza-architecture-e-materiali-innovativi/>

Λέξεις-κλειδιά

Εκπαίδευση

Αθλητισμός

Τεχνολογία

Έξυπνες πόλεις

Σχολεία

Αθλητικοί σύλλογοι

Ερασιτεχνικές ομάδες

Εθελοντικές ενώσεις

App

Εφαρμογή

Κοινωνική ένταξη



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

