



youthIES

Training Pack for Youth Workers - ACTIVITIES



Pakiet szkoleniowy dla osób pracujących z młodzieżą - AKTYWNOŚCI

Moduł: Zrównoważony i czysty sektor transportu dla bardziej ekologicznej przyszłości

SPIS TREŚCI

AKTYWNOŚĆ 1 – WARSZTATY DOJEżdżANIA NA ROWERZE	2
INFORMACJE OGÓLNE	Error! Bookmark not defined.
CELE KSZTAŁCENIA	Error! Bookmark not defined.
INSTRUKCJA	2
POTRZEBNE MATERIAŁY	Error! Bookmark not defined.
AKTYWNOŚĆ 2 – WYZWANIE ZWIĄZANE Z PROJEKTOWANIEM ZRÓWNOWAŻONEGO TRANSPORTU.....	4
INFORMACJE OGÓLNE	Error! Bookmark not defined.
CELE KSZTAŁCENIA	Error! Bookmark not defined.
INSTRUKCJE.....	4
POTRZEBNE MATERIAŁY	Error! Bookmark not defined.
AKTYWNOŚĆ 3 – PROJEKTOWANIE ZRÓWNOWAŻONEGO MIASTA Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI	7
INFORMACJE OGÓLNE	Error! Bookmark not defined.
CELE KSZTAŁCENIA	Error! Bookmark not defined.
INSTRUKCJA	7
POTRZEBNE MATERIAŁY	Error! Bookmark not defined.

AKTYWNOŚĆ 1 – WARSZTATY DOJEŻDŻANIA NA ROWERZE

INFORMACJE OGÓLNE

Ten kompleksowy warsztat to wciągające doświadczenie, którego celem jest pełne pasji promowanie i edukowanie uczestników w zakresie transformacyjnych korzyści płynących z dojazdów do pracy na rowerze. Podkreślając, że jazda na rowerze jest ekologicznym i prozdrowotnym środkiem transportu, warsztaty te mają na celu głębsze zrozumienie jego wieloaspektowych zalet. Podkreślając kluczową rolę rowerów w zmniejszaniu emisji dwutlenku węgla i promowaniu dobrego samopoczucia fizycznego, sesja ta ma na celu zainspirowanie zmiany paradygmatu w kierunku zrównoważonych rozwiązań mobilności miejskiej.

CELE KSZTAŁCENIA

- Dogłębne zrozumienie niezliczonych korzyści związanych z dojazdami do pracy na rowerze, obejmujących poprawę zdrowia i ochronę środowiska.
- Zdobycie praktycznych umiejętności obejmujących konserwację roweru, protokoły bezpieczeństwa i umiejętność planowanie tras, ułatwiające płynne przejście do dojazdów do pracy na rowerze.

Szacowany czas trwania: 2:10 godziny

INSTRUKCJA

Etap 1 - Wprowadzenie do dojazdów rowerem (20 minut)

- Zagłęb się w szczegółową dyskusję na temat holistycznych zalet jazdy na rowerze podczas dojazdów do pracy, podkreślając jej pozytywny wpływ na kondycję fizyczną i rolę w promowaniu bardziej ekologicznego środowiska.
- Wykorzystaj wpływowe statystyki i historie sukcesu z miast, które z powodzeniem zintegrowały i promowały jazdę na rowerze jako opłacalny środek transportu.

Etap 2 - Demonstracja konserwacji i bezpieczeństwa rowerów (30 minut)

- Prowadzenie interaktywnej sesji praktycznej wyjaśniającej podstawowe techniki konserwacji roweru, obejmujące naprawę opon, smarowanie łańcucha i kompleksowe kontrole bezpieczeństwa.
- Zademonstruj prawidłowe wykorzystanie sprzętu ochronnego, podkreślając kluczową rolę kasków i kamizelek odblaskowych w zapewnieniu bezpieczeństwa rowerzysty.

Etap 3 - Planowanie tras i zasoby (30 minut)

- Oferowanie kompleksowych wskazówek dotyczących skrupulatnego planowania tras, skutecznego poruszania się po ścieżkach rowerowych i uzyskiwania dostępu do lokalnych zasobów sprzyjających bezpiecznej i przyjemnej jeździe na rowerze.
- Zapoznanie uczestników z innowacyjnymi aplikacjami zaprojektowanymi specjalnie w celu ułatwienia płynnego planowania tras i nawigacji (takimi jak Strava, Komoot, Ride with GPS, MapMyRide, BikeMap itp.)

Etap 4 - Jazda grupowa (50 minut)

- Staraj się, jeśli jest to logistycznie wykonalne, zorganizować nadzorowaną i angażującą jazdę grupową w wyznaczonym bezpiecznym środowisku.
- Zachęcanie do aktywnego uczestnictwa, umożliwiając uczestnikom zastosowanie nabytych umiejętności i środków bezpieczeństwa w praktyce.

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Rowery przydzielone do celów demonstracyjnych i jazdy grupowej.
- Niezbędny sprzęt ochronny, w tym kaski i kamizelki odblaskowe, zarówno do celów demonstracyjnych, jak i praktycznych.
- Narzędzia niezbędne do podstawowej konserwacji roweru (smar do łańcucha, smar, narzędzie do łańcucha, pompka, zestaw łałek, zestaw kluczy sześciokątnych).
- Mapy lub łatwo dostępne zasoby umożliwiające skuteczne planowanie trasy i nawigację.

AKTYWNOŚĆ 2 – WYZWANIE ZWIĄZANE Z PROJEKTOWANIEM ZRÓWNOWAŻONEGO TRANSPORTU

INFORMACJE OGÓLNE

To angażujące i praktyczne wyzwanie projektowe zanurza młodych uczestników w dynamiczne środowisko, w którym konceptualizują i tworzą innowacyjne rozwiązania w zakresie zrównoważonego transportu. Aktywność ta, mająca na celu rozwijanie kreatywnego myślenia i umiejętności rozwiązywania problemów, daje jednostkom możliwość sprostania współczesnym wyzwaniom związanym z dojazdami do pracy w mieście, jednocześnie opowiadając się za ekologicznymi opcjami mobilności.

CELE KSZTAŁCENIA

- Wzrost świadomości wśród uczestników na temat wpływu konwencjonalnych metod dojazdów na środowisko i podkreślenie znaczenia ekologicznych alternatyw transportowych.
- Wspieranie pracy zespołowej i współpracy między uczestnikami w celu synergii różnych perspektyw i generowania innowacyjnych pomysłów, które zaspokajają potrzeby zrównoważonego transportu.
- Zaszczepienie sposobu myślenia skoncentrowanego na zasadach zrównoważonego projektowania, z naciskiem na integrację zasobów odnawialnych, minimalny ślad ekologiczny i efektywne wykorzystanie przestrzeni..

Szacowany czas trwania: 2:20 godziny

INSTRUKCJA

Etap 1 - Wprowadzenie do zrównoważonego transportu (15 minut)

- Rozpocznij od pouczającej dyskusji wyjaśniającej ogromne znaczenie zrównoważonego transportu. Podkreślenie jego kluczowej roli w łagodzeniu wpływu na środowisko przy jednoczesnym podkreśleniu pilnej potrzeby innowacyjnych rozwiązań.
- Zwróć uwagę na reperkusje środowiskowe obecnych praktyk dojazdów do pracy, oferując przekonujące uzasadnienie dla wyzwania projektowego.

Etap 2 - Briefing dotyczący wyzwania projektowego (20 minut)

- Przedstaw temat wyzwania projektowego: Stworzenie zrównoważonego rozwiązania transportowego dla dojazdów do pracy w mieście przy minimalnym wpływie na środowisko.
- Nakreśl wytyczne, kładąc nacisk na integrację energii odnawialnej i niską emisję.

Wytyczne:

- Ograniczenie wpływu na środowisko
- Integracja odnawialnych źródeł energii
- Minimalne emisje
- Efektywne przestrzennie projekty
- Dostępność i integracja
- Integracja z istniejącą infrastrukturą
- Innowacje technologiczne

Etap 3 - Projekt i prototypowanie (60 minut)

- Podziel uczestników na małe grupy, zapewniając różnorodność i współpracę w zespołach.
- Zapewnij materiały projektowe i przestrzeń dla grup do burzy mózgów i szkicowania rozwiązań transportowych.
- Zachęcaj do korzystania z materiałów nadających się do recyklingu lub przedmiotów ponownie wykorzystanych do prototypowania.
- Poprowadź dyskusje i wymianę pomysłów między uczestnikami.

Etap 4 - Prezentacja i ocena (30 minut)

- Każda grupa przedstawia swoje rozwiązanie transportowe. Zachęcaj do jasności, kreatywności i podkreślania aspektów zrównoważonego rozwoju i potencjalnego wpływu.
- Poprowadź sesję konstruktywnej informacji zwrotnej, podczas której uczestnicy oceniają projekty innych grup. Zachęcaj do dyskusji, spostrzeżeń i wspólnego uczenia się.

Etap 5 - Podsumowanie (15 minut)

- Podsumuj kluczowe wnioski z sesji, podkreślając znaczenie zrównoważonego transportu i innowacyjnych rozwiązań.
- Zachęć uczestników do zastanowienia się nad swoimi doświadczeniami podczas wyzwania, podkreślając, czego się nauczyli i jak może to wpłynąć na ich podejście do wyborów transportowych w przyszłości.

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Papier
- Markery
- Karton
- Plastik nadający się do recyklingu
- Tuby kartonowe
- Farba
- Klej

AKTYWNOŚĆ 3 – PROJEKTOWANIE ZRÓWNOWAŻONEGO MIASTA Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI

INFORMACJE OGÓLNE

Celem tego działania jest zaangażowanie uczestników w kreatywne i interaktywne badanie zrównoważonego i czystego transportu dla bardziej ekologicznej przyszłości. Uczestnicy będą mieli za zadanie zaprojektować zrównoważone miasto, koncentrując się na sektorze transportu, aby zademonstrować, w jaki sposób zrównoważony i czysty transport może przyczynić się do bardziej ekologicznej przyszłości. Ćwiczenie zapewni wprowadzenie do znaczenia zrównoważonego transportu w ograniczaniu emisji dwutlenku węgla, promowaniu zdrowszych społeczności i tworzeniu bardziej odpornych miast.

CELE KSZTAŁCENIA

- Zrozumienie znaczenia zrównoważonego transportu w ograniczaniu emisji dwutlenku węgla i promowaniu bardziej ekologicznej przyszłości.
- Zdobywanie wiedzy na temat różnych rodzajów zrównoważonego transportu i ich korzyści.
- Opracowanie kreatywnych i innowacyjnych rozwiązań dla zrównoważonego transportu w kontekście miasta.

Szacowany czas trwania: 2:15 godziny

INSTRUKCJA

Etap 1 - Przygotowanie (15 minut)

- Podziel uczestników na grupy po 3-4 osoby.
- Każda grupa otrzyma mapę miasta i zestaw opcji zrównoważonego transportu (np. ścieżki rowerowe, transport publiczny, pojazdy elektryczne itp.)

Etap 2 - Faza projektowania zrównoważonego transportu miejskiego (1,5 godziny)

- Grupy będą miały za zadanie zaprojektować zrównoważony system transportu dla swojego miasta, biorąc pod uwagę takie czynniki jak gęstość zaludnienia, cechy geograficzne i istniejącą infrastrukturę.

Etap 3 - Prezentacja wyników (30 minut)

- Każda grupa zaprezentuje swój projekt pozostałym uczestnikom, wyjaśniając uzasadnienie swoich wyborów i sposób, w jaki ich projekt przyczynia się do bardziej ekologicznej przyszłości.
- Po wszystkich prezentacjach uczestnicy zgłoszą na najbardziej innowacyjny i zrównoważony projekt transportowy.

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Mapa miasta
- Zestaw opcji zrównoważonego transportu (np. ścieżki rowerowe, transport publiczny, pojazdy elektryczne itp.)
- Markery lub długopisy do rysowania systemu transportu
- Papier do prezentacji
- Materiały do głosowania (np. karteczki samoprzylepne, karty do głosowania)



Partnerzy:



DISCLAIMER: This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein [Project number: 2022-2-FR02-KA220-YOU-000099414]