



Guia do Treinador

Tópico 4

# Reducir o Desperdício

Guia do Treinador

Programa de Educação da World  
Sailing para a Sustentabilidade

Suportado por



WORLD  
SAILING  
TRUST



World  
Sailing

USA 2018  
Youth  
Sailing World  
Championships

hik  
HEB

VOLVO

SGP

SGP

COP

# Bem-vindo ao Programa de Educação da World Sailing para a Sustentabilidade

A World Sailing tem uma estratégia de sustentabilidade de longo prazo chamada 'Agenda de Sustentabilidade 2030'. O objetivo é garantir que a World Sailing tenha uma estratégia de sustentabilidade de longo prazo chamada 'Agenda de Sustentabilidade 2030'. O objetivo é garantir que a sustentabilidade seja incorporada ao nosso desporto.

Este programa educacional visa incentivar os participantes a:

- Implementar ações sustentáveis dentro e fora da água
- Aumentar a conscientização sobre o impacto dos velejantes no oceano e na vida marinha
- Aumentar a consciencialização sobre as mudanças climáticas e como as ações podem reduzir seus efeitos
- Entender o lugar da vela dentro dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU

Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas são 17 objetivos globais estabelecidos pela Assembleia Geral das Nações Unidas em 2015 para o ano de 2030. Esses objetivos incluem acabar com a pobreza, lutar com às mudanças climáticas, combater à injustiça e à desigualdade por um mundo melhor e mais sustentável. A World Sailing está comprometida em contribuir para a Agenda 2030 das Nações Unidas para o Desenvolvimento Sustentável. A Agenda de Sustentabilidade 2030 da World Sailing descreve os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável com os quais o desporto pode contribuir, além do alinhamento com as 5 áreas de foco da Estratégia de Sustentabilidade do Comitê Olímpico Internacional. A vela faz parte de um movimento global para criar mudanças e impactos positivos, e os próprios navegantes podem fazer parte disso através de suas ações, dentro e fora da água.

Pode ter acesso à Agenda de Sustentabilidade 2030 da World Sailing no seguinte link: [bit.ly/2sjGrKZ](http://bit.ly/2sjGrKZ)

# Objetivos de Desenvolvimento Sustentável



A Agenda de Sustentabilidade 2030 da World Sailing está alinhada com as 5 áreas de foco da Estratégia de Sustentabilidade do COI



Infraestrutura e sítios naturais



Fornecimento e gestão de recursos



Força de trabalho



Mobilidade



Clima



# Tópicos

Existem 6 tópicos no Programa de Educação em Sustentabilidade

|          |  |
|----------|--|
| Tópico 1 | Navegue com a World Sailing!                     |
| Tópico 2 | Recursos e Mudança Climática                     |
| Tópico 3 | Navegando com a Vida Selvagem e a Biodiversidade |
| Tópico 4 | Reducir o Desperdício                            |
| Tópico 5 | Óleo e Combustível                               |
| Tópico 6 | Limpeza e Manutenção de Barcos                   |

Existem links entre os tópicos, mas pode usá-los em qualquer ordem com a sua equipe.

**Para cada tópico, há um ...**



**Código de cores segundo a idade**

**6-8 anos**

**8-10 anos**

**10-12 anos**

Este é o Guia do Treinador para o Tópico 4: Reduzir o Desperdício.

Os objetivos deste tópico são:

- Aumentar a compreensão de diferentes tipos de resíduos e a hierarquia dos resíduos
- Examinar os resíduos gerados pelos navegantes e os clubes de vela
- Desenvolver a compreensão da economia circular
- Ver como o desperdício nos barcos e clubes de vela pode ser reduzido
- Propor ideias e mudanças para reduzir o desperdício de plástico em barcos e clubes de vela

# Chave de resposta da planilha

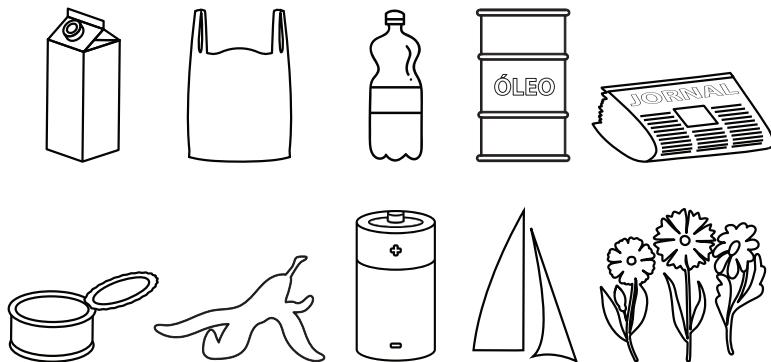
## Chave de resposta para revisão de vocabulário

| Palavra-chave            | Significado  | Instruções para o instrutor  |
|--------------------------|--|--|
| <b>Desperdício</b>       | Coisas que já não precisamos e queremos jogar fora.  | Trouxemos água no bote para beber e agora temos muitas garrafas de plástico vazias que não queremos mais.  |
| <b>Composto</b>          | Material orgânico que foi decomposto por microrganismos e oxigênio.                              | As cascas de frutas e vegetais deixadas no nosso almoço ou jantar. Não precisamos colocá-los na lixeira comum, pois elas podem se descompor organicamente. |
| <b>Hierarquia</b>        | Um grupo de coisas ou pessoas em ordem de poder ou importância.                                  | Capitão, Primeiro Companheiro, Segundo Companheiro.  |
| <b>Biodegradável</b>     | Algo que pode ser dividido em pequenas partes por outros seres vivos (como bactérias).           | Casca de vegetais, cascas de ovos, papel.  |
| <b>Economia circular</b> | Um sistema que visa livrar-se dos resíduos, continuando a reutilizar os materiais repetidamente. | Em vez de jogar fora uma vela antiga, ela pode ser redesenhada e reutilizada como um produto diferente para venda .  |
| <b>Água subterrânea</b>  | A água encontrada no subsolo nas fendas e espaços no solo, areia e rocha.                        | Se cavarmos fundo o suficiente ou olharmos sob coisas como rochas, encontraremos esse tipo de água.  |

# Não jogue fora! palavra chave

## Respostas sugeridas para reutilizar resíduos

O objetivo é fazer sua equipe pensar em um nível pessoal: para que eles possam reutilizar os seus resíduos, de uma maneira simples e fácil. Para ter um pensamento de ordem superior, poderia falar sobre como alguns resíduos podem ser decompostos e transformados em peças como partes de barcos.



|                                    |   |
|------------------------------------|---|
| <b>garrafa de água de plástico</b> | vaso, armazenando outros líquidos, regador  |
| <b>lata de metal</b>               | porta-lápis, vaso de ervas e plantas pequenas   |
| <b>saco de plástico</b>            | luvas para manusear alimentos bagunçados, sacos de compras de supermercado, armazenamento de roupas |
| <b>caixa de leite</b>              | projetos de artesanato, cultivo de sementes, pote de tinta  |
| <b>jornal</b>                      | papel para embrulhar, impermeabilizante para cama de animais, lavar janelas                         |
| <b>vela</b>                        | barraca, cortina de chuveiro, bolsa   |

## Hora de Limpar!

Antes da sessão, precisará preparar o equipamento de segurança e as bolsas para coletar o lixo.

Decida quanto tempo quer que a sua equipe faça uma limpeza em terra ou faça uma limpeza em torno do clube de vela (tempo sugerido: 15 minutos). Execute as instruções de segurança incluídas na planilha. Forme equipes pequenas, de 2 a 3 pessoas para trabalharem juntas na limpeza.

Depois da limpeza cronometrada, reúna a equipe como um grupo inteiro e informe-os de que examinarão os resíduos que encontraram.

### Não esqueça!

- Use qualquer equipamento de segurança (luvas, coletor, etc.) fornecido pelo instrutor.
- Nunca pegue objetos pontiagudos, agulhas ou fezes de animais. Se vir algo assim, informe o seu instrutor.
- Mantenha-se dentro dos limites que o seu instrutor lhe fornece.

**Idade:**  
**8-12**  
**anos**

| Item                 | Onde foi encontrado? | O que podemos fazer com isso?<br>(Reutilizar, Reciclar, Compostar, Descartar) | Se for reutilizável, o que poderíamos fazer com isso? |
|----------------------|----------------------|---|---|
| Garrafa de plástico. | Na costa.            | Reusar.   | Regador para plantas ao redor do clube de vela.       |



# Atividades de extensão

Idade:  
6-12  
anos

## Bingo

Um jogo divertido para revisar os itens encontrados na Atividade: Hora de Limpar!



### Passo 1

Peça a cada membro da sua equipe que escreva os números de 1 a 10 em uma folha.



### Passo 2

Ao lado de cada número, escreva um item que eles lembrem de encontrar durante a atividade: Hora de Limpar!



### Passo 3

Retire um item do recipiente (por exemplo, uma garrafa de água).



### Passo 4

Se eles tiverem esse item na sua lista, podem marcar o item. Quando todos os itens estiverem marcados, podem gritar 'BINGO!'



### Passo 5

Continue tirando itens do recipiente até que alguém grite 'BINGO!'

## Lixo

Use os itens coletados na Atividade: Hora de Limpar! para revisar o entendimento das equipes de diferentes tipos de resíduos. Isso ajudará a desenvolver o trabalho em equipe e as habilidades de comunicação de suas equipes e a movê-las!

**Idade:  
6-12  
anos**

### Materiais

- Itens coletados durante a Atividade: Hora de Limpar! (como alternativa, os itens podem ser coletados pelo instrutor e trazidos para a sessão)
- 4 cabos (tempo suficiente para fazer círculos grandes)
- 2 grandes recipientes/baldes caixas para guardar os itens
- 4 etiquetas - Reutilizável, Reciclável, Compostável, Lixo (para ir acima de cada um dos círculos do cabo)

A equipe precisará de espaço suficiente para poder ir e voltar.

### Preparação pré-tarefa

Em 1 ponta, coloque os 2 recipientes (ambos cheios de itens). A 10 metros de distância (ou no final do espaço), faça 4 círculos grandes com o cabo e coloque um rótulo acima de cada 1.

Veja as políticas de reciclagem na sua cidade/país. O que realmente pode ser reciclado varia muito entre cada lugar.



#### Passo 1

Divida sua equipe em 2 equipes.



#### Passo 2

Peça a cada equipe para criar uma linha atrás de um recipiente com itens.



### Passo 3

Explique que cada equipe tem itens que precisam ser resolvidos. 1 por vez, um membro de cada equipe pega um item do recipiente, corre para os círculos e coloca o item na categoria correta (Reutilizável, Reciclável, Compostável, Lixo).



### Passo 4

Pode programar as equipes para classificar o máximo de lixo possível em (por exemplo, 3 minutos) ou permitir que elas continuem até esvaziarem o recipiente.



### Passo 5

Como grupo, examinem os 4 círculos e verifiquem se os itens foram classificados corretamente. Permita que a equipe se autocorrija o máximo possível.



# Desafio de design

Idade:  
6-12  
anos

## Resíduos como recurso

Faça com que a equipe pense no desperdício como um recurso neste desafio de design. Incentivando a criatividade e o pensamento crítico, eles projetarão um novo produto a partir de um item já usado.



### Passo 1

Peça à equipe para formar equipes pequenas de 2 a 3 pessoas.



### Passo 2

Explique que, em equipe, eles projetarão um novo produto a partir de algo que as pessoas consideraram desperdício.



### Passo 3

Peça-lhes para selecionar 1 item da categoria reutilizável que encontraram durante a Atividade: Hora de Limpar!



### Passo 4

Dê às equipes 2 minutos para debater as suas ideias - como o item poderia ser reutilizado? Incentive-os a serem o mais criativos possível, todas as ideias são boas!

### Materiais:

- Itens coletados na Atividade: Hora de Limpar! (ou pré-preparada pelo instrutor)
- Papel pôster
- Marcadores/canetas/lápis

# 1.

## Passo 5

Depois da chuva de ideias, peça-lhes para selecionar uma das suas ideias.



## Passo 6

Dê 20 minutos para as equipes desenvolverem sua ideia, criando um pôster para explicá-la.

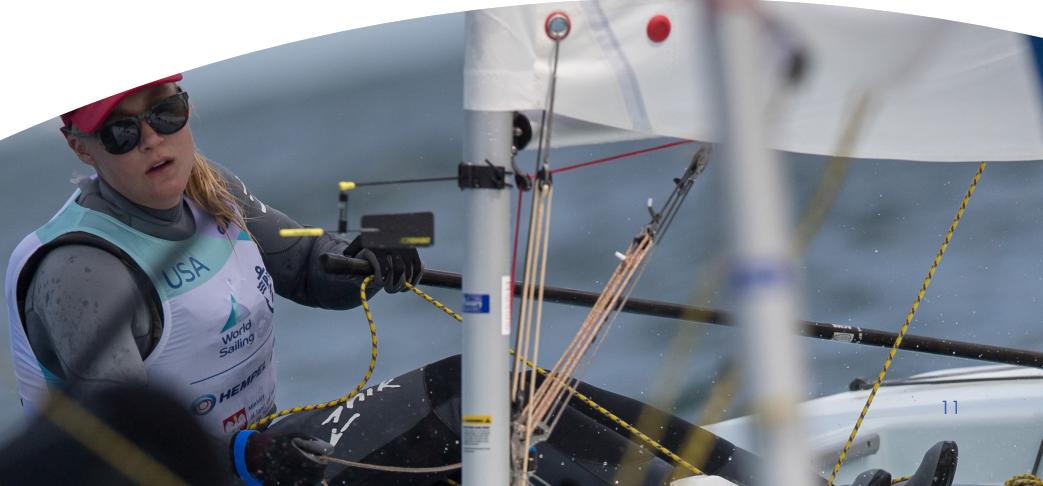


## Passo 7

Cada equipe apresentará o seu design para toda a equipe. Incentive-os a fazer perguntas.

### Opcional:

Essa tarefa pode ser executada como uma competição; cada participante pode votar pelo melhor design (não pode votar pelo seu!).







## Fotos

Páginas 0, 6, 9: © Jen Edney/World Sailing

Páginas 2, 12: © James Tomlinson/World Sailing

Página 11: © Szymon Sikora/World Sailing



O Programa de Educação da World Sailing para a Sustentabilidade é licenciado sob a Licença da Creative

Para visualizar uma cópia da licença, visite: [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) 13

# Guia do Treinador



Suportado pela World Sailing  
Trust, criado em colaboração  
com The Ocean Race 1973 S.L.

Suportado por



**WORLD  
SAILING  
TRUST**

World Sailing  
20 Eastbourne Terrace  
London W2 6LG

Tel: +44 (0)2039 404 888

[www.sailing.org](http://www.sailing.org)