



教练指南

## 主题6

# 帆船的清洁&维护

教练指南

World Sailing (世界帆船联合会)  
可持续性发展教育项目

协办单位



WORLD  
SAILING  
TRUST



Poland 2019  
Youth  
Sailing World  
Championships

World Sailing

Gdynia

HEMPEL

HEMPEL

# 欢迎参加World Sailing (世界帆船联合会)可持续性发 展教育项目

World Sailing (世界帆船联合会)践行一个长期的可持续发展战略，‘2030年可持续发展战略’。此战略的目的是确保帆船运动方方面面都贯彻落实可持续发展的理念。

这个教育项目旨在鼓励参与者：

- 在水上以及陆上都能落实可持续发展的理念
- 提升船员关于帆船运动对于海洋环境和海洋生物产生的影响的意识
- 提升船员对气候变化的意识，以及宣传如何通过自己的行动减少人类活动对自然环境的影响
- 理解船员在贯彻联合国可持续发展目标中的作用

联合国可持续发展目标是由联合国大会在2015年设立的17个需要在2030年实现的全球性目标。这些目标包括消除贫困，克服气候变化，减少不平等现象，来建立一个更好的，可持续发展的世界。World Sailing (世界帆船联合会)致力于为实现联合国2030年可持续发展战略而做出贡献。World Sailing's Sustainability Agenda 2030 (2030年世界帆船联合会可持续发展战略)中列出了体育运动领域的可持续发展目标，这些目标也同样是国际奥林匹克委员会可持续发展战略的五大重点关注领域。和很多运动一样，帆船同样关注为世界带来积极的变化，船员们也将通过他们在水上和陆上的个人行动为这些改变做出贡献。

你可以访问以下网址查看World Sailing's Sustainability Agenda 2030 (2030年世界帆船联合会可持续发展战略)的内容：[bit.ly/2sjGrKZ](http://bit.ly/2sjGrKZ)。

# 可持续发展目标



World Sailing's Sustainability Agenda 2030 (2030年世界帆船联合会可持续发展战略) 遵循国际奥委会可持续发展战略的五大重点关注领域。



基础设施和天然场地



货源和资源管理



劳动力



出行



气候

# 主题

可持续发展教育项目包含6个主题

主题1	和World Sailing (世界帆船联合会)一起参加帆船竞赛!
主题2	资源&气候变化
主题3	了解野生动植物&生物多样性
主题4	减少废弃物
主题5	燃油&燃料
主题6	帆船的清洁&维护

每个主题的内容都有关联性，但是你在使用时可以采用不同的顺序。

每一个主题里都包含...



手册



教练指南

+



彩色的练习题

不同年龄对照的不同颜色

6-8岁

8-10岁

10-12岁

这是主题6帆船的清洁&维护的教练指南。

这个主题的目的是：

- 保持船只清洁和维持船只良好状态的重要性
- 外来物种的入侵
- 保持船只清洁和保养船只的环保的方法
- 如何延长船帆的使用寿命和对老旧船帆的再利用

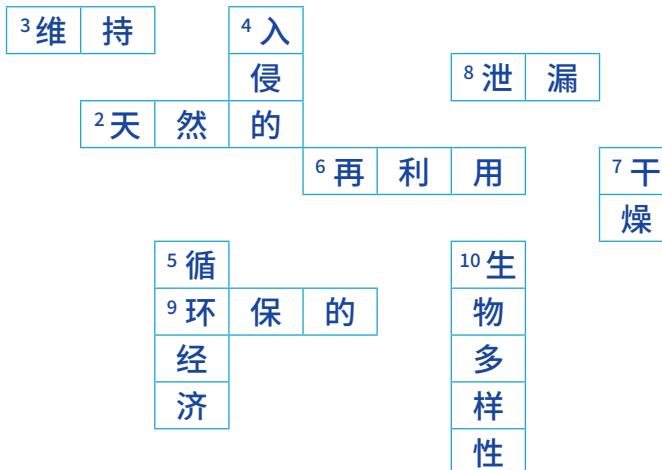
# 练习题答案要点

## 词汇复习答案

重点单词	含义	教练提示
管理员	监督和管理事务的人	我们需要成为保护海洋环境，并且保护海洋中生活的动物和植物的船员。
地表径流	陆地上流淌的雨水或者其他来源的水。在进入下水道，江河，湖泊和海洋中以前，它可能被燃油，化学物质，和化肥等物质污染。	有的人在俱乐部使用化学产品清洗了船，然后被污染的水流进了下水道。
舱底	船内最低的点，可以储水。可以收集甲板上的雨水或者溅到甲板上的海水，但也可能收集燃油和燃料。	这里存储的是多余的水，但是其中可能混入了一些化学物质和废弃物。正确处理这些水很重要，这样它才不会污染水域生态系统。
防污染	为了防止有机物的生长而在船体涂抹特殊材料的措施	我们不想要有机物生存在我们的船体上，因为我们可能将它们带到其他的地方，它们可能成为入侵物种。所以，我们需要给船体刷上特殊的物质来防止这样的事情发生。
水生的	与水有关联的	生活在水域生态系统

# 填词游戏答案

1 地	表	径	流
-----	---	---	---



## 横向

1. 地表径流
2. 天然的
3. 维持
6. 再利用
8. 泄漏
9. 环保的

## 纵向

4. 入侵的
5. 循环经济
7. 干燥
10. 生物多样性

# 调查时间！

你的俱乐部对船只进行清洁和维护时是否环保？

这个任务让你的队员思考他们俱乐部清洁和维护船只的方法和使用的设备是否环保。他们会收集信息来决定他们认为俱乐部是否环保，以及他们怎样可以成为更加具有可持续发展能力的船员。



年龄：  
6-8岁



#### 第1步

将队员召集起来,告诉他们,他们即将调查俱乐部对船只进行清洁和维护的方法是否环保。



#### 第2步

设定活动范围,并介绍安全知识(比如,所有队员一起行动,只有教练可以接触化学清洗剂,认真倾听所有规则等)。



#### 第3步

所有队员一起完成练习题中的表格。鼓励你的队员填写更加具体的信息,不要只填一个单词。你可以多问一些问题,让他们描述他们的发现,并且给出例子。



#### 第4步

在所有人一起完成了调查之后,让他们两人一组完成‘我的可持续发展的帆船俱乐部’练习题。最后,你可以和所有队员们一起讨论他们的答案。



年龄：  
8-10岁



#### 第1步

将队员召集起来,告诉他们,他们即将调查俱乐部对船只进行清洁和维护的方法是否环保。



#### 第2步

设定活动范围,并介绍安全知识(比如,所有队员一起行动,只有教练可以接触化学清洗剂,认真倾听所有规则等)。



#### 第3步

所有队员一起完成第1步(参考练习题)。鼓励你的队员填写更加具体的信息,不要只填一个单词。你可以多问一些问题,让他们描述他们的发现,并且给出例子。



#### 第4步

让队员两人一组,让他们完成第2步。根据你的俱乐部的布局(以及在确保安全的情况下),你可以带他们到不同的区域,然后给出一定的时间来对此区域进行调查,然后在前往下一个地点。



#### 第5步

在完成了调查之后,让他们两人一组完成‘我的可持续发展的帆船俱乐部’练习题。

可选:将他们的‘我的可持续发展的帆船俱乐部’中的答案编辑成最重要的五项的列表,然后展示在俱乐部中。

年龄：  
10-12岁



#### 第1步

将队员召集起来,告诉他们,他们即将调查俱乐部对船只进行清洁和维护的方法是否环保。



#### 第2步

设定活动范围,并介绍安全知识(比如,所有队员一起行动完成第1步,只有教练可以接触化学清洗剂,认真倾听所有规则等)。



#### 第3步

所有队员一起完成第1步(参考练习题)。鼓励你的队员填写更加具体的信息,不要只填一个单词。你可以多问一些问题,让他们描述他们的发现,并且给出例子。



#### 第4步

让队员两人一组,让他们完成第2步。根据你的俱乐部的布局(以及在确保安全的情况下),你可以带他们到不同的区域,然后给出一定的时间来对此区域进行调查,然后在前往下一个地点。



#### 第5步

保持两人一组,完成‘我的可持续发展的帆船俱乐部’行动计划。

可选:队员们可以将行动计划展示给俱乐部经理

年龄：  
6-12岁

# 扩展活动

## 让我们一起大扫除！



### 第1步

在课程开始之前，建立三个工作站：

#### 门窗玻璃清洗剂：

950毫升温水&一瓶盖白醋

#### 一般清洗剂：

一杯白醋&半杯小苏打

#### 去污剂：

一杯小苏打&三分之一杯温水

#### 材料：

- 小苏打
- 白醋
- 温水
- 抹布(可重复使用的)
- 水桶/容器
- 一艘小艇和俱乐部的一块窗户



### 第2步

所有队员使用每一个工作台的材料，制作三种环保的清洁产品。



### 第3步

将队员分成三组-门窗玻璃，一般和去污。



### 第4步

给每一个队伍一种清洁产品，并且给他们5-10分钟时间来做清洁。门窗玻璃组可以清洁一块俱乐部的窗户，一般清洁小组和去污小组可以到小艇上进行清洁。另外一点是，每五分钟交换每一个小组的任务，让每个小组去不同的区域(门窗，一般，去污)，这样，他们有机会了解每一种清洁产品的有效性。



### 第5步

将组员们召集到一起：

- 清洁产品好用吗？
- 它用起来简单吗？
- 使用环保产品有什么好处？



### 第6步

整理清洁产品和材料，正确地处理废水。



年龄：  
6-12岁

# 清单卡片

## 环保的清洁方法

通过制作帆船俱乐部的清单卡片，强化你的队员使用无毒害产品清理和维护船只的意识。

材料：

- 纸或者卡片
- 马克笔



### 第1步

讨论不同的可以用来清理船只和设备的产品。在对照主题6的手册的内容之前，先看看你的队员们能回忆起多少产品。



### 第2步

列出制作无毒害清洁产品的产品的清单-题目，配料和数量，每一步的操作，一张图片或者图像。

1.

### 第3步

让每一位队员选择他想要制作的清单的船上一个区域或者一个设备。



### 第4步

使用这个列表(清单的内容)以及主题6的手册，让队员们设计这个清单卡片。



### 第5步

这些清单可以被展示在俱乐部的清洗区域，或者展示给负责购买清洁产品的俱乐部工作人员。

其它可选活动：  
和你的队员们制作不同的清单，然后试一试它们的效果！

## 照片

第0, 6, 13页: © Robert Hajduk/World Sailing

第 11页: © Szymon Sikora/World Sailing

 World Sailing (世界帆船联合会)  
可持续发展教育项目已经获得知识共享协议许可

你可以访问以下网址来浏览许可:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.zh>





协办单位



由World Sailing Trust  
(世界帆船联合会基金会) 协办,  
与The Ocean Race 1973 S.L.  
(环球帆船赛) 合作完成。

World Sailing  
20 Eastbourne Terrace  
London W2 6LG  
电话: +44 (0)2039 404 888  
[www.sailing.org](http://www.sailing.org)