



OFS
Olympics of Sustainability

The Green Playbook

«Una guía paso a paso para organizar eventos deportivos juveniles centrados en la sostenibilidad»

WP2

Entregable 2.2

Elaborado por: FSI, junio de 2026



Co-funded by
the European Union

Índice

Información del documento	4
Cómo utilizar el Green Playbook	5
Capítulo 1: La metodología OofS y los principios en los que se basa	7
1.1 ¿Qué es la Olympics of Sustainability?	7
1.2 Por qué este enfoque	7
1.3 Las tres fases	8
1.4 Principales conclusiones de las partes interesadas	8
1.5 El Green Badge y el papel de la gamificación	9
Capítulo 2: Guía paso a paso para planificar un evento OofS	11
2.1 Cronograma de planificación	11
2.2 Lista de comprobación para la selección del recinto	12
2.3 Personal y voluntariado	12
Capítulo 3: El marco de competición y el sistema de puntuación	13
3.1 Normas de composición de los equipos	13
3.2 Ejemplo de estructura del programa	14
3.3 Clasificación final	14
3.4 El Green Badge	15
Capítulo 4: Catálogo de actividades	17
4.1 Consideraciones generales para todas las actividades	17
4.2 Selección de las actividades	17
PARTE A: ECO GAMES (desarrollado por SDE)	18
PARTE B: ACTIVIDADES ADICIONALES (aportadas por los socios del consorcio)	21
Capítulo 5: Inclusión, accesibilidad y protección en la práctica	25
5.1 Planificación para una participación inclusiva	25
5.2 Desarrollo accesible e inclusivo del evento	26
5.3 Protección y bienestar	27
5.4 Aprendizaje y mejora continua	28
Capítulo 6: Guía de comunicación y promoción	29
6.1 Cronograma	29
6.2 Mensajes clave	29
6.3 Requisitos de visibilidad de Erasmus+	30
6.4 Uso de la metodología después del proyecto	30
Capítulo 7: Marco de evaluación	32
7.1 Qué medir	32
7.2 Herramientas de recogida de datos	32
7.3 Plantilla de informe del evento	33
Capítulo 8: Planificación presupuestaria, sostenibilidad y gestión de recursos	34
8.1 Presupuesto estimado para un evento OofS nacional	34
8.2 Presupuestar la inclusión y la accesibilidad	34
8.3 Gestión sostenible y eficiente de los recursos del evento	35

Capítulo 9: Mejora continua y desarrollo futuro	36
9.1 Probar, aprender y mejorar	36
9.2 Comparta su experiencia	36
9.3 Adaptar y escalar	36
Referencias	38
Anexos: Plantillas listas para usar	40
Anexo A: Formulario de inscripción de equipos	40
Anexo B: Plantilla de hoja de puntuación	41
Anexo C: Pegatina del Green Badge	42
Anexo D: Preguntas de las encuestas previas y posteriores al evento	42
Anexo E: Plantilla de informe del evento (esquema)	43
Anexo F: Preguntas para el Eco Knowledge Quiz	43

Información del documento

Proyecto	Olympics of Sustainability: Winning for Health and Planet (OofS)
Programa	Erasmus+ Sport, ERASMUS-SPORT-2025-SCP
Entregable	D2.2 - The Green Playbook
Paquete de trabajo	WP2, The OofS e-Paper and Green Playbook
Responsable del WP2	Finlands Svenska Idrott (FSI)
Redactado por	Finlands Svenska Idrott (FSI)
Colaboradores	MoF (Portugal), PJA (Portugal), SDE (Eslovenia), MoP (España)
Versión	2.0 (revisada, conciliada con los datos finales de la encuesta)
Fecha	Junio de 2026
Difusión	Público (PU)
Licencia	CC BY 4.0

Cómo utilizar el Green Playbook

El Green Playbook está dirigido a cualquier persona o entidad que desee organizar un evento deportivo juvenil centrado en la sostenibilidad, ya sea un ayuntamiento, un club deportivo, un centro educativo, una ONG o un colectivo comunitario. No es necesario contar con experiencia previa en sostenibilidad o en gestión de eventos para utilizar esta guía.

El Green Playbook se sustenta en cuatro principios transversales que deben guiar todos los eventos de la Olympics of Sustainability:

- **Sostenibilidad** – minimizar el impacto ambiental y promover, al mismo tiempo, estilos de vida sostenibles.
- **Inclusión y accesibilidad** – garantizar que todos los jóvenes puedan participar con independencia de su género, discapacidad, origen, identidad o situación socioeconómica.
- **Seguridad y bienestar** – crear entornos respetuosos, acogedores y orientados a la protección.
- **Participación juvenil** – implicar a los jóvenes no solo como participantes, sino también como colaboradores y cocreadores.

Estos principios deben tenerse en cuenta durante la planificación, el desarrollo y la evaluación de todos los eventos OofS.

El Playbook está concebido para ser adaptable. Se anima a las entidades organizadoras a ajustar las actividades, la comunicación, la logística y los modelos de participación a su contexto local, manteniendo los principios fundamentales de sostenibilidad, inclusión y participación juvenil. Este Playbook está disponible en inglés, portugués, finés, esloveno y español. Todas las versiones pueden descargarse gratuitamente en el sitio web del proyecto OofS.

¿A quién va dirigido?

- Concejalías municipales de deporte y juventud que planifican eventos comunitarios
- Clubes deportivos y personal técnico que quieren integrar la sostenibilidad en sus programas
- Centros educativos e instituciones formativas que integran la sostenibilidad en el deporte escolar
- Organizaciones juveniles y ONG que organizan actividades para jóvenes de 15 a 19 años
- Entidades organizadoras de eventos que buscan un marco de competición probado y replicable

- Organizaciones que trabajan con grupos de jóvenes infrarrepresentados o vulnerables
- Organizaciones comunitarias que promueven la sostenibilidad, la inclusión o la ciudadanía activa

Qué encontrará en su interior:

- **Capítulo 1:** La metodología OofS y los principios en los que se basa
- **Capítulo 2:** Guía paso a paso para planificar un evento OofS
- **Capítulo 3:** El marco de competición y el sistema de puntuación
- **Capítulo 4:** Catálogo de actividades — retos de sostenibilidad listos para usar
- **Capítulo 5:** Inclusión, accesibilidad y protección en la práctica
- **Capítulo 6:** Guía de comunicación y promoción
- **Capítulo 7:** Marco de evaluación
- **Capítulo 8:** Planificación presupuestaria, sostenibilidad y gestión de recursos
- **Capítulo 9:** Mejora continua y desarrollo futuro

Anexos: Plantillas listas para usar (inscripción, puntuación, listas de comprobación, certificados)

El éxito no se mide únicamente por el número de participantes o por los resultados de la competición, sino también por la medida en que los jóvenes se sienten incluidos, empoderados, seguros e inspirados para actuar en favor de un futuro más sostenible.

Capítulo 1: La metodología OofS y los principios en los que se basa

1.1 ¿Qué es la Olympics of Sustainability?

La Olympics of Sustainability (OofS) es un modelo innovador que combina deporte juvenil, sostenibilidad y participación activa mediante actividades y competiciones atractivas. Equipos de jóvenes de 15 a 19 años compiten no solo por su rendimiento deportivo, sino también por su compromiso ambiental, obteniendo puntos a través de actividades deportivas y de sostenibilidad mientras trabajan para lograr el reconocimiento del Green Badge.

El modelo se basa en **cuatro principios fundamentales**:

- **El deporte como plataforma para el cambio positivo:** la actividad física se convierte en una plataforma para la educación ambiental y el cambio de comportamiento positivo, y no solo en salud y competición.
- **La gamificación impulsa la implicación, al tiempo que fomenta el trabajo en equipo y el aprendizaje:** El sistema de reconocimiento Green Badge, los retos por equipos y el formato competitivo-colaborativo hacen que la sostenibilidad resulte apasionante, tangible y gratificante.
- **La simplicidad permite la replicación:** Todos los elementos del modelo OofS están diseñados para que cualquier organización pueda aplicarlos con un apoyo externo mínimo, utilizando este Playbook como guía principal.
- **La inclusión genera impacto:** El modelo OofS está diseñado para ser accesible, acogedor y significativo para jóvenes de distintos orígenes, capacidades e identidades. La participación, el sentimiento de pertenencia y la igualdad de oportunidades se consideran componentes esenciales de una experiencia de evento sostenible e inclusiva.

1.2 Por qué este enfoque

La metodología OofS se basa en investigación documental, encuestas a partes interesadas y entrevistas realizadas en Portugal, Finlandia, Eslovenia y España. También se apoya en evidencias existentes sobre participación juvenil, educación para la sostenibilidad e implicación deportiva. Entre las principales conclusiones que respaldan el desarrollo del modelo OofS se encuentran:

- El 45 % de los europeos nunca hace ejercicio (Eurobarómetro 2022). El modelo OofS busca fomentar la práctica deportiva dotándola de propósito y vinculándola a objetivos sociales más amplios.
- Más del 90 % de los jóvenes europeos está preocupado por el cambio climático, pero pocos emprenden acciones estructuradas (Eurobarómetro 2020). OofS pretende salvar la distancia entre la concienciación y la acción mediante un aprendizaje experiencial basado en el deporte.
- Las partes interesadas de los cuatro países señalaron la necesidad de contar con herramientas prácticas y enfoques estructurados para integrar la sostenibilidad en las actividades y eventos deportivos juveniles.
- La mayoría de las partes interesadas encuestadas identificó las actividades lúdicas y colaborativas como un enfoque eficaz para implicar a los jóvenes.
- Las partes interesadas subrayaron que las iniciativas de sostenibilidad deben ser accesibles para todos los jóvenes, con independencia de su género, discapacidad, origen socioeconómico u otras circunstancias personales. Por ello, la inclusión y la accesibilidad están integradas en toda la metodología OofS y se consideran principios clave a la hora de diseñar y desarrollar las actividades.

1.3 Las tres fases

La accesibilidad, la inclusión, la seguridad y la participación juvenil deben tenerse en cuenta en todas las fases de planificación, desarrollo y evaluación. Se anima a las entidades organizadoras a integrar estos principios en cada etapa del proceso del evento.

Todo evento OofS consta de **tres fases**:

Fase	Cronograma	Acciones clave
Preparación	De 12 a 4 semanas antes	Definir el concepto del evento, implicar a los jóvenes en la planificación, captar equipos, reservar el recinto o recintos, preparar las actividades, formar al personal y al voluntariado, garantizar las medidas de accesibilidad e inclusión y promocionar el evento.
Día del evento	Día de la competición	Bienvenida y orientación, retos deportivos, retos de sostenibilidad, puntuación, ceremonia del Green Badge, clausura

Fase	Cronograma	Acciones clave
Seguimiento	De 1 a 4 semanas después	Recoger opiniones, analizar los resultados, evaluar las medidas de inclusión y accesibilidad, elaborar el informe del evento, reconocer a las personas participantes y planificar los siguientes pasos

1.4 Principales conclusiones de las partes interesadas

Este Playbook se ha configurado directamente a partir del e-paper de investigación con partes interesadas de OofS: **62 respuestas a la encuesta y 20 entrevistas** en Portugal, Finlandia, Eslovenia y España. Cada decisión de diseño se remonta a evidencias de campo:

Conclusiones de las partes interesadas	Cómo ha configurado el Green Playbook
Las organizaciones necesitan recursos de sostenibilidad prácticos y fáciles de utilizar	Se integran en todo el Playbook plantillas paso a paso, listas de comprobación y descripciones de actividades listas para usar
Las partes interesadas solicitaron de forma reiterada herramientas prácticas como plantillas, ejemplos, listas de comprobación y orientaciones para la aplicación	El capítulo 2 incluye un cronograma de planificación de 12 semanas, una lista de comprobación del recinto y orientaciones sobre personal
Las partes interesadas destacaron la importancia de equilibrar competición, trabajo en equipo y aprendizaje a la hora de implicar a los jóvenes	Las actividades están diseñadas como competiciones lúdicas que premian tanto la participación como la colaboración
Los centros educativos se identificaron con frecuencia como socios importantes para llegar a jóvenes de 15 a 19 años	Las alianzas con centros educativos se incluyen como estrategia clave de difusión y captación
Las barreras económicas y de recursos se identificaron como los principales retos para la aplicación.	El capítulo 8 incluye orientaciones presupuestarias, medidas de ahorro y recomendaciones para mantener la participación asequible.
Muchas personas encuestadas indicaron tener conocimientos y experiencia limitados a la hora de integrar la sostenibilidad en las actividades deportivas.	El Playbook está concebido como una guía práctica de autoservicio que puede utilizarse sin experiencia previa.
La inclusión, la accesibilidad y la participación significativa se identificaron como factores de éxito importantes.	A lo largo del Playbook, y en particular en el capítulo 5, se incluyen orientaciones específicas sobre inclusión, accesibilidad y protección.
Las alianzas y la cooperación intersectorial se destacaron como elementos esenciales para la aplicación a largo plazo.	El Playbook anima a las entidades organizadoras a colaborar con centros educativos, ayuntamientos, organizaciones deportivas y agentes comunitarios en la planificación y el desarrollo de los eventos.
Los jóvenes suelen ser conscientes de las cuestiones de sostenibilidad, pero a menudo carecen de oportunidades para traducir esa concienciación en acción.	El modelo OofS combina retos deportivos y de sostenibilidad para fomentar la acción práctica y el aprendizaje experiencial.

1.5 El Green Badge y el papel de la gamificación

El modelo OofS recurre a la gamificación para fomentar la participación, la implicación y las acciones relacionadas con la sostenibilidad entre los jóvenes.

El Green Badge es un reconocimiento que se otorga a los equipos que demuestran un firme compromiso con la sostenibilidad a lo largo del evento. Mientras que la clasificación general del evento se basa en los puntos obtenidos en las actividades y en los retos adicionales, el Green Badge destaca el logro ambiental como un éxito en sí mismo.

Los equipos que alcanzan el umbral del Green Badge demuestran no solo conocimientos ambientales, sino también comportamientos positivos, cooperación e implicación con los objetivos de sostenibilidad del evento.

El Green Badge puede obtenerse con independencia de la clasificación final del equipo, lo que garantiza que el compromiso ambiental se reconozca y celebre junto con la participación, el trabajo en equipo y el rendimiento deportivo.

Cómo impulsa el cambio el Green Badge

- **Reconocimiento visible:** Un logro tangible y compartible que prolonga el mensaje de sostenibilidad más allá del día del evento.
- **Objetivo alcanzable:** El Green Badge está diseñado para ser exigente pero alcanzable, de modo que fomente la participación y el esfuerzo sostenido sin desanimar a los equipos.
- **Responsabilidad compartida en equipo:** el distintivo se obtiene de forma colectiva, lo que fomenta el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad compartida durante todo el evento.
- **Reconocimiento más allá de la competición:** Los equipos pueden obtener el Green Badge con independencia de su clasificación final, lo que garantiza que el compromiso ambiental y los comportamientos positivos se reconozcan y celebren.

Capítulo 2: Guía paso a paso para planificar un evento OofS

2.1 Cronograma de planificación

El siguiente cronograma ofrece una guía semana a semana para organizar un evento OofS. Ajuste los plazos en función de su contexto local y de su capacidad. Ajuste el cronograma y los roles a sus recursos.

Cuándo	Qué	Quién
12 semanas antes	Formar el equipo organizador. Definir la fecha, la duración y el lugar del evento.	Coordinación del evento
10 semanas antes	Reservar el recinto. Confirmar los espacios deportivos y al aire libre disponibles. Comprobar las consideraciones de accesibilidad e inclusión.	Responsable de logística
8 semanas antes	Diseñar el programa de actividades utilizando el capítulo 4 de este Playbook. Seleccionar las actividades (combinación de deporte y sostenibilidad). Implicar a los jóvenes en la planificación y en la prueba de las actividades siempre que sea posible.	Coordinación de actividades
8 semanas antes	Iniciar la captación de equipos. Contactar con centros educativos, clubes deportivos y organizaciones juveniles. Identificar jóvenes embajadores o personas voluntarias que puedan apoyar la promoción y el desarrollo. Utilizar el formulario de inscripción del Anexo A.	Responsable de captación
6 semanas antes	Lanzar la campaña de comunicación. Utilizar las plantillas para redes sociales del capítulo 6. Compartir material de comunicación digital.	Comunicación
6 semanas antes	Captar e informar al personal arbitral y al voluntariado (mínimo 2 por estación de actividad).	Coordinación del evento
4 semanas antes	Cerrar la inscripción de equipos. Confirmar el número de participantes y la composición de los equipos conforme a las directrices de participación.	Responsable de captación
4 semanas antes	Preparar todos los materiales: hojas de puntuación, pegatinas del Green Badge, contenedores de reciclaje, tarjetas del cuestionario, etc.	Responsable de logística
2 semanas antes	Enviar el dossier informativo a todos los equipos inscritos: programa, normas, qué llevar, opciones de transporte e información sobre sostenibilidad y accesibilidad.	Comunicación
1 semana antes	Comprobación final del recinto. Ensayar el desarrollo de las actividades. Informar a todo el personal y al voluntariado. Confirmar opciones de catering sostenibles e inclusivas.	Todo el equipo
Día del evento	Ejecutar el programa. Documentar el evento mediante fotografías y vídeo, asegurando que se han seguido los procedimientos de consentimiento adecuados.	Todo el equipo

Cuándo	Qué	Quién
	Administrar las encuestas a las personas participantes. Entregar los Green Badges.	

2.2 Lista de comprobación para la selección del recinto

Se recomiendan los siguientes aspectos:

- Espacio interior o exterior suficiente para desarrollar con seguridad las actividades seleccionadas.
- Acceso a un espacio cubierto como alternativa en caso de meteorología adversa.
- Accesible para personas con discapacidad, incluidos los itinerarios, vestuarios, aseos, zonas de aparcamiento, espacios de actividad y zonas para el público.
- Accesible en transporte público, bicicleta, coche compartido o a pie, facilitando con antelación a las personas participantes información clara sobre desplazamientos y accesibilidad.
- Acceso a agua potable y electricidad para la logística del evento.
- Autorización para plantar plantones o realizar actividades en el entorno natural (si procede).
- Espacio para un punto central de inscripción e información, así como una zona para las ceremonias de apertura y clausura.
- Infraestructura de gestión de residuos, incluidos contenedores de reciclaje y zonas de separación de residuos.
- Acceso a un espacio tranquilo para las personas participantes que necesiten descansar del ruido, la actividad o la estimulación sensorial.
- Un entorno seguro con acceso a primeros auxilios, procedimientos de emergencia y contactos designados para la protección.
- Espacio para señalización clara y materiales de comunicación accesibles.

2.3 Personal y voluntariado

La estructura de personal que se presenta a continuación refleja los recursos utilizados en los eventos del proyecto Olympics of Sustainability. Se anima a las entidades organizadoras a adaptar los roles, las responsabilidades y el número

de personas según el tamaño, el formato y el contexto local de su propio evento. Los eventos más pequeños pueden combinar varios roles, mientras que los de mayor tamaño pueden requerir personal y voluntariado adicionales. Ejemplo de estructura de personal para un evento OofS con 6-10 equipos (30-50 participantes):

Rol	¿Cuántas personas?	Responsabilidades
Coordinación del evento	1	Gestión general, cronograma, toma de decisiones
Coordinación de actividades	1	Gestiona el programa de actividades e informa a las personas responsables de cada estación
Personal arbitral	4-6	Puntúa el rendimiento en cada estación
Contacto de inclusión y protección	1	Apoya a las personas participantes, atiende las incidencias y promueve un entorno seguro, accesible y acogedor. En eventos más pequeños, este rol puede combinarse con otra función del personal.
Inscripción / Punto de información	1-2	Recibe y registra a las personas participantes, distribuye materiales y resuelve dudas
Comunicación / Medios	1	Fotografía, vídeo, redes sociales, documentación y gestión de los consentimientos para medios.
Primeros auxilios	1	Apoyo de primeros auxilios in situ y respuesta ante emergencias (obligatorio).
Voluntariado	4-6	Apoyo a las estaciones de actividad, orientación a las personas participantes, logística y montaje y desmontaje del evento.

Capítulo 3: El marco de competición y el sistema de puntuación

El marco de competición se recomienda para un número par de equipos (p. ej., 6-10 equipos, 30-50 participantes).

3.1 Normas de composición de los equipos

Norma	Requisito
-------	-----------

Tamaño del equipo	5 integrantes por equipo (ni más, ni menos)
Diversidad e inclusión	Se anima a que los equipos reflejen la diversidad e incluyan al menos a 2 chicas o mujeres jóvenes, acogiendo a participantes de distintos orígenes, experiencias y capacidades.
Franja de edad	De 15 a 19 años
Participación	Se espera que los equipos participen en todas las actividades programadas.
Cuota de participación	La participación es gratuita para todos los equipos.

Se anima a las entidades organizadoras a crear un entorno de participación inclusivo y a apoyar activamente la implicación de los grupos infrarrepresentados, incluidas las chicas y mujeres jóvenes, los jóvenes con discapacidad, la juventud LGBTQI+, los jóvenes de origen migrante y quienes afrontan barreras socioeconómicas. Esto puede suponer trabajar conjuntamente con organizaciones que ya están en contacto estrecho con estos grupos infrarrepresentados.

3.2 Ejemplo de estructura del programa

Un evento OofS típico puede incluir:

Categoría	Ejemplo de puntuación máxima
Actividades deportivas	200 puntos (2 estaciones)
Actividades de sostenibilidad	300 puntos (3 estaciones)
Bonificación por transporte sostenible	50 puntos
Bonificación por comportamiento*	50 puntos
Cuestionario de conocimientos sobre sostenibilidad	50 puntos
Total	650 puntos

* La bonificación por comportamiento se concede a los equipos que promueven un ambiente respetuoso, acogedor y positivo durante todo el evento. Esta bonificación se otorga en cada estación (10 puntos por estación) si el equipo cumple los criterios, y la evalúa el personal arbitral de la estación.

Esta estructura pone mayor énfasis en el aprendizaje sobre sostenibilidad y en la acción ambiental, manteniendo a la vez un componente deportivo destacado.

Las entidades organizadoras pueden adaptar el número y el tipo de actividades a las circunstancias locales y a los objetivos del evento, respetando los principios generales de puntuación del marco OofS.

3.3 Clasificación final

La clasificación final de los equipos participantes se basa en el número total de puntos obtenidos a lo largo del evento.

Cada estación de actividad otorga puntos conforme a los criterios de puntuación descritos en el capítulo 4. Para favorecer la coherencia entre eventos, las estaciones de actividad deben diseñarse, por lo general, con una puntuación máxima de 100 puntos por estación. Pueden obtenerse puntos adicionales mediante las actividades y los retos de bonificación incluidos en el programa del evento.

Puntuación global = total de puntos obtenidos

El equipo ganador debe haber obtenido el Green Badge. En caso de empate, se clasificará por delante el equipo con la Green Score más alta (explicada en el apartado 3.4).

3.4 El Green Badge

El Green Badge es el reconocimiento OofS al compromiso ambiental y a la implicación con la sostenibilidad a lo largo del evento.

El Green Badge se entrega en forma de pegatina. El diseño figura en el Anexo C y debe producirse utilizando la identidad visual de OofS.

El Green Badge es independiente de la clasificación general del evento. Un equipo puede obtener el Green Badge sin ganar la competición. Así se garantiza que el compromiso ambiental se reconozca y celebre junto con la participación y el rendimiento deportivos.

Green Score

El Green Badge se basa en la Green Score del equipo, que refleja su rendimiento en las actividades y retos relacionados con la sostenibilidad.

La Green Score se compone de:

- Estación de sostenibilidad 1 (máx. 100 puntos)
- Estación de sostenibilidad 2 (máx. 100 puntos)
- Estación de sostenibilidad 3 (máx. 100 puntos)
- Cuestionario de conocimientos sobre sostenibilidad (máx. 50 puntos)

Green Score máxima = 350 puntos

La bonificación por transporte sostenible puede aportar puntos adicionales de sostenibilidad cuando proceda, pero no es necesaria para obtener el Green Badge.

Criterios del Green Badge

Un equipo obtiene el Green Badge si:

- Alcanza al menos 245 puntos (70 %) de la Green Score disponible.
- Promueve un ambiente acogedor y respetuoso, teniendo en cuenta a los demás equipos.
- No registra incidentes graves de conducta desleal, irrespetuosa o perjudicial para el medio ambiente.

El umbral común indicado se aplica a todos los eventos OofS. Las entidades organizadoras pueden añadir criterios locales adicionales, siempre que se comuniquen con claridad antes del evento y no rebajen el umbral común. Los equipos que cumplan los criterios del Green Badge deben ser reconocidos durante la ceremonia de clausura.

Ejemplo de resultado

En este ejemplo, el equipo C gana el evento con la puntuación total más alta (520 puntos). Los equipos A y C obtienen el Green Badge al superar el umbral de 245 puntos de la Green Score. El equipo B no obtiene el Green Badge porque su Green Score está por debajo del umbral.

Equipo	S1	S2	SUS1	SUS2	SUS3	BB	Cuesti onario	GS	GB	Puntu ación total
Equipo A	85	70	80	90	85	40	45	300	Sí	495
Equipo B	95	90	65	70	75	30	30	240	No	455
Equipo C	70	80	95	90	90	50	45	320	Sí	520

Leyenda:

S - Deporte

SUS - Sostenibilidad

BB - Bonificación por comportamiento

GS - Green Score

GB - Green Badge

Capítulo 4: Catálogo de actividades

Este capítulo ofrece descripciones prácticas de actividades y orientaciones para su aplicación en eventos OofS. El catálogo incluye 10 actividades y las entidades organizadoras deben seleccionar 7 (2 actividades deportivas y 3 de sostenibilidad, más la bonificación por comportamiento y el cuestionario), garantizando una combinación equilibrada de deporte, sostenibilidad y experiencias de aprendizaje.

Los seis Eco Games (actividades 1 a 6) se desarrollaron originalmente en el marco del programa Eco Athlete de SDE y se adaptaron al marco de la Olympics of Sustainability. Son adecuados para grupos numerosos y pueden adaptarse a eventos de distintos tamaños. Las actividades 7 a 10 complementan los juegos principales con formatos de orientación, transporte sostenible, conocimientos y taller.

Más adelante se elaborará y publicará en el sitio web de OofS una versión de bolsillo adicional de las actividades.

4.1 Consideraciones generales para todas las actividades

Las entidades organizadoras deben adaptar las actividades a la edad, las capacidades y las necesidades de las personas participantes. Esto puede incluir ajustar los requisitos de movimiento, el tamaño del terreno de juego, los tiempos, el material o los roles de participación para favorecer una participación inclusiva.

Las categorías, los colores y los símbolos de reciclaje deben reflejar las prácticas y los sistemas locales de gestión de residuos.

Todos los materiales y equipamientos deben estar limpios, ser seguros y resultar adecuados para la actividad prevista. Siempre que sea posible, deben emplearse materiales reutilizados, reaprovechados o reciclados, y evitarse la compra de materiales nuevos.

Para reforzar los resultados de aprendizaje, se anima a las entidades organizadoras a facilitar una breve reflexión después de cada actividad, vinculando las experiencias de las personas participantes con la sostenibilidad, la responsabilidad ambiental y el trabajo en equipo.

4.2 Selección de las actividades

Para un evento OofS estándar de un día, recomendamos seleccionar 7 actividades de este catálogo (2 actividades deportivas y 3 de sostenibilidad, más la bonificación por comportamiento y el cuestionario). Las entidades organizadoras pueden adaptar el programa según la duración del evento, el

tamaño del grupo, el recinto, las necesidades locales, los intereses de las personas participantes y los objetivos de aprendizaje.

Un programa equilibrado debe combinar distintos tipos de experiencias de aprendizaje y participación. Siempre que sea posible, conviene incluir actividades que aborden:

- Actividad física y trabajo en equipo
- Gestión de residuos y reciclaje
- Naturaleza, biodiversidad y sensibilización ambiental
- Creatividad, reflexión o conocimientos sobre sostenibilidad

PARTE A: ECO GAMES (desarrollado por SDE)

Estos seis Eco Games constituyen la base del programa de actividades de la Olympics of Sustainability; fueron desarrollados por SDE y adaptados a los principios de la Olympics of Sustainability. Cada actividad combina actividad física con aprendizaje sobre sostenibilidad y fomenta el trabajo en equipo, la participación y la implicación activa. Los juegos incluyen sistemas de puntuación y pueden adaptarse a distintos tamaños de evento, grupos de participantes y contextos locales.

Actividad 1: Capture the Eco Flag

Elemento	Detalle
Categoría	Sostenibilidad
Duración	10 minutos (o hasta que se capture la bandera)
Formato	2 equipos por ronda (cuadro de torneo)
Jugadores	5 participantes por equipo (formato OofS estándar)
Personal	2 árbitros + 2 personas voluntarias
Ejemplo de terreno de juego	½ campo de fútbol, dentro de un pabellón deportivo
Descripción	Un juego de equipo que combina movimiento, estrategia y aprendizaje ambiental. Se distribuyen residuos por el terreno de juego. Los equipos recogen un objeto cada vez, lo transportan hasta su zona de reciclaje y lo clasifican en la categoría correcta para obtener puntos. Los jugadores pueden entrar en el campo del equipo contrario para recoger objetos, pero un jugador rival puede tocarlos suavemente. Quienes sean tocados se dirigen a la zona de reincorporación, cuentan hasta 10 y vuelven al juego. Una vez recogidos y clasificados correctamente todos los residuos, los equipos pueden intentar capturar la bandera del equipo contrario. La captura de la bandera pone fin al juego y otorga puntos de bonificación. Si no se captura ninguna bandera, gana el equipo con la puntuación más alta.
Puntuación — Residuos	Botellas de plástico (20 disponibles): 1 punto cada una Trozos de papel (10 disponibles): 2 puntos cada uno Bolsas de plástico (6 disponibles): 3 puntos cada una Ficha de residuo peligroso (2 disponibles): 5 puntos
Puntuación — Bandera	Bandera capturada: 40 puntos (solo después de haber clasificado correctamente todos los residuos del campo del equipo contrario)
Condición de victoria	Puntuación más alta O captura de la bandera.

Aprendizaje sobre sostenibilidad	Los distintos tipos de residuos requieren métodos diferentes de manipulación y eliminación; gestión responsable de residuos; trabajo en equipo y toma de decisiones estratégicas.
Materiales	20 botellas de plástico, 10 trozos de papel, 6 bolsas de plástico, 2 fichas de residuo peligroso (utilizar una ficha o tarjeta simbólica para representar los residuos peligrosos; no emplear residuos peligrosos reales), 2 banderas, conos para delimitar el terreno y petos de equipo.

Actividad 2: Eco Obstacle Course

Elemento	Detalle
Categoría	Deporte
Duración	El equipo que consiga el tiempo más rápido
Formato	Un equipo cada vez en el circuito de obstáculos
Jugadores	5 participantes por equipo
Personal	1 árbitro por circuito de obstáculos + 1 persona voluntaria
Ejemplo de terreno de juego	Espacio para un circuito de obstáculos de 20-50 m
Descripción	Un relevo de ritmo rápido en el que los equipos transportan distintos tipos de materiales reutilizables o reciclables a través de un circuito de obstáculos. Cada tipo de residuo requiere un nivel distinto de cooperación y está marcado con colores diferentes. Los objetos pequeños puede llevarlos una sola persona, mientras que los de mayor tamaño exigen la colaboración de dos o más integrantes del equipo. Los equipos deben equilibrar velocidad, cooperación y estrategia para lograr el mejor tiempo. El circuito de obstáculos debe medir entre 20 y 50 metros y ser idéntico para todos los equipos.
Nivel de cooperación — Residuos	Objeto pequeño (p. ej., botella de plástico): 1 persona Objeto mediano (p. ej., caja de cartón, envase reutilizable u objeto de madera): 2 personas Objeto grande: 3 o más personas
Condición de victoria	El equipo que haya llevado todos los residuos al otro lado en el menor tiempo. Los 100 puntos se reparten según la clasificación (tiempo).
Aprendizaje sobre sostenibilidad	Cooperación y coordinación; trabajo en equipo y comunicación; manipulación responsable de materiales reutilizables y reciclables; comprensión de que distintas tareas pueden requerir distintos niveles de esfuerzo y colaboración.
Materiales	Objetos reutilizables o reciclables de distintos tamaños, material para el circuito de obstáculos (p. ej., conos, aros o túneles) y un dispositivo de señal acústica o visual.

Actividad 3: Eco Bowling

Elemento	Detalle
Categoría	Deporte
Duración	7 minutos
Formato	Un equipo por zona de bolos
Jugadores	5 participantes por equipo
Personal	2 árbitros por zona de bolos + 1 persona voluntaria
Ejemplo de terreno de juego	Espacio para una zona de juego de 15 m + reciclaje (cualquier espacio interior o exterior)
Descripción	El equipo lanza una pelota blanda contra objetos reciclables situados a distintas distancias. Los objetivos más alejados otorgan más puntos, pero son más difíciles de derribar. Cuando se derriba un objetivo, el equipo recoge el objeto y lo deposita en el contenedor de reciclaje correcto antes de continuar. Los equipos deben equilibrar precisión, velocidad y trabajo en equipo para maximizar su puntuación dentro del tiempo límite. La clasificación incorrecta conlleva puntos de penalización.
Puntuación — Objetivos derribados	5 m: 1 punto 10 m: 3 puntos 15 m: 5 puntos
Puntuación — Penalizaciones	Objeto mal clasificado: -5 puntos

Condición de victoria	La puntuación más alta después de 7 minutos, o haber derribado y clasificado correctamente todos los objetivos. Los 100 puntos se reparten según la clasificación (puntos obtenidos).
Aprendizaje sobre sostenibilidad	Nociones básicas sobre separación de residuos y reciclaje; manipulación responsable de materiales; trabajo en equipo, coordinación y precisión.
Materiales	Pelotas blandas, distintos objetivos reciclables (mín. 10 objetos) que puedan derribarse, contenedores de reciclaje, hojas de puntuación y marcadores de distancia

Actividad 4: Eco Tail Tag

Elemento	Detalle
Categoría	Flexible (deporte o sostenibilidad)
Duración	3 minutos (o hasta que se recojan todas las colas)
Formato	2 equipos por ronda (cuadro de torneo)
Jugadores	5 participantes por equipo
Personal	2 árbitros + 1 persona voluntaria
Ejemplo de terreno de juego	½ campo de fútbol, dentro de un pabellón deportivo
Descripción	Cada jugador lleva tres colas de colores sujetas a la cintura. Los distintos colores de las colas representan categorías de reciclaje seleccionadas por la entidad organizadora y deben reflejar las prácticas locales de gestión de residuos. Cuando un jugador captura una cola de un participante rival, corre hasta la zona de reciclaje, recoge el residuo correspondiente y lo deposita en el contenedor de reciclaje correcto. Cada equipo comienza con 15 colas.
Puntuación — Colas básicas	Cola capturada + residuo correctamente clasificado: 1 punto
Puntuación — Penalizaciones	Residuo mal clasificado: -3 puntos
Condición de victoria	La puntuación más alta al cabo de 3 minutos. Si se recogen las 15 colas, se clasifica por delante el equipo con el tiempo más rápido. Los 100 puntos se reparten según la clasificación (puntos obtenidos o tiempo).
Aprendizaje sobre sostenibilidad	Separación de residuos y reciclaje; comprensión; clasificación correcta bajo presión de tiempo; trabajo en equipo, velocidad y orientación espacial.
Materiales	Colas de colores (15 por equipo), residuos que representen categorías de reciclaje pertinentes a nivel local, contenedores de reciclaje y un silbato u otro dispositivo de señal. Las colas son tiras de tela.

Actividad 5: Eco Rescue Mission

Elemento	Detalle
Categoría	Sostenibilidad
Duración	10 minutos por ronda (los equipos intercambian roles)
Formato	2 equipos por ronda
Jugadores	5 participantes por equipo (formato OoFS estándar)
Personal	2 árbitros + 2 personas voluntarias
Ejemplo de terreno de juego	½ campo de fútbol, dentro de un pabellón deportivo
Descripción	Los equipos compiten en dos rondas e intercambian los roles entre una y otra. En cada ronda, un equipo actúa como equipo de recogida y el otro como equipo de retos. El equipo de recogida debe recoger los residuos del terreno de juego y clasificarlos en las categorías de reciclaje correctas con la mayor rapidez y precisión posibles. El equipo de retos crea obstáculos ambientales que el equipo de recogida debe superar. Estos pueden consistir en sujetar cuerdas por debajo o por encima de las cuales haya que pasar, mover conos para crear itinerarios cambiantes o actuar como puntos de control de contaminación en los que haya que responder a una breve pregunta sobre sostenibilidad antes de continuar. Si una persona responde incorrectamente, debe devolver el objeto a la zona de recogida e intentarlo de nuevo. El equipo de retos obtiene puntos cuando consigue retrasar a un participante u obligarle a repetir una tarea a causa de un reto ambiental. Una vez completadas ambas rondas, gana el equipo con la puntuación total más alta.

Puntuación – Equipo de recogida	Residuo correctamente clasificado: 1 punto
Puntuación – Equipo de retos	Participante retrasado u obligado a repetir una tarea a causa de un reto ambiental: 2 puntos
Puntuación – Bonificación de equipo	Si todos los residuos se clasifican correctamente en 10 minutos: +20 puntos
Condición de victoria	La puntuación combinada más alta tras ambas rondas.
Aprendizaje sobre sostenibilidad	Recogida y separación de residuos; trabajo en equipo y comunicación; resolución de problemas bajo presión; resiliencia.
Materiales	Residuos, contenedores de reciclaje, marcadores centrales y cronómetro.

Actividad 6: Eco Upcycling Challenge

Elemento	Detalle
Categoría	Sostenibilidad
Duración	10 minutos
Formato	2 equipos por ronda O todos los equipos simultáneamente, según los recursos disponibles
Jugadores	5 participantes por equipo. Las personas participantes se reparten las responsabilidades de clasificar, transportar y construir. Los roles pueden rotarse durante la actividad.
Personal	2 árbitros + 2 personas voluntarias
Ejemplo de terreno de juego	½ campo de fútbol, dentro de un pabellón deportivo
Descripción	Los equipos colaboran para construir la estructura autoportante más alta posible utilizando únicamente materiales reutilizados y reciclables. Cada equipo comienza con un conjunto idéntico de materiales situado en su zona de recogida. Las personas participantes transportan los materiales de uno en uno hasta la zona de construcción. Si se cae un material, la persona vuelve al punto donde lo recogió y lo intenta de nuevo. Una vez transportados los materiales, los equipos los emplean para levantar su estructura. Durante todo el reto, los equipos deben equilibrar velocidad, trabajo en equipo, creatividad y uso eficiente de los recursos.
Puntuación — Uso de todos los materiales	El equipo que utilice más materiales + 5 puntos
Puntuación — Creatividad	Creatividad, diseño y funcionalidad de la estructura final: 1-10 puntos
Puntuación — Estabilidad	La construcción se mantiene en pie por sí sola durante una prueba de estabilidad de 10 segundos: +5 puntos de bonificación
Puntuación — Altura	El equipo con la estructura más alta + 5 puntos
Condición de victoria	La puntuación total más alta. Los 100 puntos se reparten según la clasificación.
Aprendizaje sobre sostenibilidad	Reutilización de materiales y suprarreciclaje; resolución creativa de problemas; trabajo en equipo y comunicación; conceptos de economía circular; uso responsable de los recursos.
Materiales	Conjuntos idénticos de materiales reutilizables o reciclables para cada equipo (p. ej., botellas, cartón, tubos de papel, tapones, cajas y cuerda), cronómetro, cinta métrica y hoja de puntuación.
Aspectos a tener en cuenta	• Asegurar que todos los equipos reciban un conjunto idéntico de materiales para garantizar una competición justa. • Comunicar con claridad los criterios de valoración antes de comenzar la actividad y velar por que todos los equipos se evalúen con los mismos criterios. • Fomentar la creatividad y el ingenio en lugar de centrarse únicamente en la altura.

PARTE B: ACTIVIDADES ADICIONALES (aportadas por los socios del consorcio)

Estas actividades complementan los Eco Games con formatos diferentes: orientación al aire libre, incentivos al transporte, pruebas de conocimientos y talleres creativos.

Actividad 7: Eco Adventure Rogaining

Elemento	Detalle
Categoría	Flexible (deporte o sostenibilidad)
Duración	De 40 a 90 minutos (según la longitud del recorrido, el terreno y el número de equipos participantes. Pueden emplearse recorridos más cortos para participantes más jóvenes o eventos de iniciación.)
Formato	Todos los equipos participan simultáneamente. Salida escalonada (recomendación: intervalos de 3 minutos).
Jugadores	5 participantes por equipo
Personal	Todo el personal disponible
Ejemplo de terreno de juego	Adaptar a las condiciones locales
Descripción	Los equipos recorren un itinerario con un mapa y visitan una serie de puntos de control. En cada punto de control, las personas participantes realizan tareas relacionadas con la sostenibilidad, como identificar especies, hábitats o elementos ambientales, documentar observaciones, responder preguntas de un cuestionario o llevar a cabo actividades de biodiversidad. Las tareas deben adaptarse a las condiciones locales, al nivel de experiencia de las personas participantes y a la normativa ambiental. La actividad puede organizarse en bosques, parques, recintos escolares o entornos urbanos.
Puntuación	Número de balizas visitadas: 0-30 puntos Observaciones de especies, hábitats o del entorno: 0-30 puntos Actividad de biodiversidad, reto sobre ecosistemas o tarea ambiental: 0-30 puntos Bonificación opcional por trabajo en equipo, finalización o tiempo: +10 puntos
Condición de victoria	La puntuación total más alta (controles visitados + tareas ambientales + reto de biodiversidad + bonificación opcional)
Materiales	Mapas, fichas de identificación de especies u hojas de tareas, hojas de respuestas, balizas de control y el material necesario para las actividades locales de biodiversidad.
Aprendizaje sobre sostenibilidad	Sensibilización sobre biodiversidad; conexión con la naturaleza; capacidad de observación ambiental; conocimiento de los ecosistemas locales; trabajo en equipo y destrezas de orientación al aire libre; comportamiento responsable en entornos naturales.
Aspectos a tener en cuenta	• Garantizar que todas las actividades cumplen la normativa ambiental local y los permisos de uso del suelo. • Evitar molestar a la fauna silvestre o a los hábitats sensibles. • Ofrecer alternativas de itinerario accesibles siempre que sea posible. • Adaptar las tareas a la biodiversidad local, a las estaciones del año y a las condiciones ambientales. • Adaptar el itinerario a las habilidades de orientación y al nivel de experiencia de las personas participantes. La actividad también puede desarrollarse en un entorno urbano.

Actividad 8: Green Travel Challenge (+ estación de taller voluntaria)

Elemento	Detalle
Categoría	Sostenibilidad
Duración	Reto de desplazamiento previo al evento + taller de 45 minutos
Formato	Participan todos los equipos
Jugadores	5 participantes por equipo (formato OoFS estándar)
Personal	De 1 a 3 personas, según el formato
Ejemplo de terreno de juego	Según el formato
Descripción	Se anima a los equipos a utilizar opciones de desplazamiento sostenibles para asistir al evento. La entidad organizadora debe definir los medios de transporte

	admisibles según las circunstancias locales; pueden incluir ir a pie, en bicicleta, en transporte público o compartiendo coche. Las opciones de desplazamiento pueden verificarse mediante pruebas fotográficas, billetes de transporte u otro método que determine la entidad organizadora. Durante el evento, las personas participantes toman parte en un taller interactivo sobre movilidad sostenible, huella de carbono y acción climática personal. Si la entidad organizadora desea desarrollar el taller como una de las estaciones de sostenibilidad, este debe animar a las personas participantes a reflexionar sobre sus propios hábitos de desplazamiento y a identificar oportunidades para tomar decisiones más sostenibles en la vida cotidiana. Tras el taller, cada equipo diseña un «30-Day Green Challenge» atractivo e informativo para su centro educativo, club deportivo o comunidad. Los equipos presentan su reto en un póster, un rotafolio o un lienzo digital, incluyendo: • Un nombre y un lema para el reto • De 3 a 5 acciones de movilidad sostenible • El grupo destinatario • Cómo podría fomentarse o hacerse seguimiento de la participación • Beneficios ambientales y comunitarios previstos A continuación, los equipos presentan su reto al grupo.
Puntuación – Desplazamiento sostenible	Demostrar opciones de desplazamiento sostenibles adecuadas al contexto local. La entidad organizadora debe definir los criterios con antelación, teniendo en cuenta la infraestructura de transporte local, las consideraciones de accesibilidad y las distancias de desplazamiento. 0-50 puntos.
Puntuación de la estación de taller – Propuesta de reto	Creatividad, viabilidad, comunicación e impacto potencial en materia de sostenibilidad del «30-Day Green Challenge» propuesto: 0-100 puntos
Condición de victoria	La puntuación combinada más alta entre desplazamiento sostenible y propuesta de reto
Materiales	Materiales para el taller (p. ej., tarjetas sobre huella de carbono, infografías, estudios de caso y preguntas para el debate), papel para pósteres o herramientas de presentación digital, rotuladores y hojas de evaluación.
Aprendizaje sobre sostenibilidad	Alfabetización en materia de carbono; movilidad sostenible; acción climática; resolución creativa de problemas; cambio de comportamiento entre iguales.
Aspectos a tener en cuenta	• Asegurar que los incentivos al transporte no perjudiquen a las personas participantes con discapacidad, con necesidades de accesibilidad, con largas distancias de desplazamiento o con acceso limitado al transporte público. • Adaptar los criterios de transporte y la puntuación a las condiciones locales, a la infraestructura disponible y a las consideraciones de accesibilidad. • Fomentar acciones prácticas, realistas y alcanzables que las personas participantes puedan mantener después del evento. • Centrarse en el cambio de comportamiento positivo y en el aprendizaje, y no únicamente en la competición.

Actividad 9: Eco Knowledge Quiz

Elemento	Detalle
Categoría	Sostenibilidad
Duración	De 15 a 20 minutos
Formato	Todos los equipos participan simultáneamente
Jugadores	5 participantes por equipo (formato OoFS estándar)
Personal	De 1 a 3 personas, según el formato del cuestionario
Ejemplo de terreno de juego	Espacio exterior o interior, según el formato del cuestionario
Descripción	Cuestionario por equipos sobre temas de sostenibilidad locales y globales, como el cambio climático, la biodiversidad, la gestión de residuos, la energía, el agua, el transporte y los estilos de vida sostenibles. Se anima a las personas participantes a debatir las preguntas dentro de su equipo antes de entregar las respuestas. Las preguntas pueden plantearse mediante tarjetas, presentaciones o herramientas digitales, según el formato del evento.

Puntuación	5 puntos por respuesta correcta (máximo 50 puntos). La puntuación puede ajustarse en función del número de preguntas planteadas.
Materiales	Tarjetas de preguntas, diapositivas de presentación o plataforma digital de cuestionarios; hojas o tarjetas de respuesta; hoja de puntuación. En el Anexo F se incluyen ejemplos de preguntas.
Aprendizaje sobre sostenibilidad	Alfabetización ambiental; pensamiento crítico; debate y toma de decisiones en equipo; consolidación de conocimientos.
Aspectos a tener en cuenta	• Adaptar la dificultad de las preguntas a la edad y la experiencia de las personas participantes. • Incluir temas de sostenibilidad tanto locales como globales. • Asegurar que las preguntas sean claras, accesibles y culturalmente pertinentes. • Si procede, puede utilizarse una versión con tres «preguntas rápidas», en las que la recompensa se otorga a la primera respuesta correcta.

Actividad 10: Water Footprint Challenge

Elemento	Detalle
Categoría	Sostenibilidad (consumo de agua y estilos de vida sostenibles)
Duración	De 5 a 10 minutos
Formato	Todos los equipos participan simultáneamente
Jugadores	5 participantes por equipo (formato OoFS estándar)
Personal	Todo el personal disponible
Ejemplo de terreno de juego	Espacio exterior o interior, según el formato
Descripción	Los equipos compiten por identificar y ordenar la huella hídrica de distintos productos, alimentos y actividades cotidianos. La actividad comienza con una breve presentación del juego e información sobre qué es la huella hídrica. Se coloca un conjunto de tarjetas en una estación central. Una persona cada vez recoge una tarjeta y la lleva a su equipo. Una vez recogidas todas las tarjetas, los equipos colaboran para ordenarlas de menor a mayor huella hídrica estimada. A continuación, la entidad organizadora revela el orden correcto y facilita un breve debate sobre el uso oculto del agua y el consumo sostenible. Mínimo 10 tarjetas.
Puntuación	Colocación correcta de cada tarjeta: 10 puntos Puntuación máxima: 100 puntos
Materiales	Tarjetas de huella hídrica que representen productos, alimentos y actividades cotidianas con distintas huellas hídricas, hojas de puntuación y, de forma opcional, materiales visuales con las cifras reales de huella hídrica. Baja: manzana, bicicleta, vaso de agua del grifo Media: camiseta de algodón, sándwich de queso, pantalones vaqueros Alta: hamburguesa, filete de ternera, tableta de chocolate, respuesta generada por IA Se recomienda a las entidades organizadoras verificar los valores aproximados de huella hídrica de los productos seleccionados utilizando fuentes fiables (p. ej., la Water Footprint Network Product Gallery), ya que los valores varían según los métodos de producción y el país de origen. Presentar los valores aproximados después de la actividad puede favorecer el debate y el aprendizaje.
Condición de victoria	La puntuación total más alta tras la ordenación de tarjetas y las preguntas de bonificación, si procede.
Aprendizaje sobre sostenibilidad	Consumo de agua, estilos de vida sostenibles, pensamiento crítico, trabajo en equipo y conciencia de los impactos ambientales ocultos asociados a las decisiones cotidianas.
Aspectos a tener en cuenta	• Adaptar los productos y ejemplos a los contextos locales. • Utilizar datos y explicaciones sobre huella hídrica adecuados a la edad. • Incluir una combinación de ejemplos de alimentación, ropa, transporte y estilo de vida. • Subrayar que el objetivo es el aprendizaje y el debate, y no memorizar cifras exactas.

Capítulo 5: Inclusión, accesibilidad y protección en la práctica

El proyecto OofS busca crear oportunidades de participación para jóvenes de orígenes y experiencias diversos. Se presta especial atención a los grupos que pueden afrontar barreras para participar en el deporte y la actividad física, incluidas las chicas y mujeres jóvenes, las personas con discapacidad, la juventud LGBTQI+, los jóvenes de origen migrante y los jóvenes en situación de desventaja socioeconómica.

La inclusión, la accesibilidad y la protección deben integrarse en todas las fases de planificación, desarrollo y evaluación del evento.

5.1 Planificación para una participación inclusiva

La creación de un evento inclusivo comienza mucho antes del día del evento. Se anima a las entidades organizadoras a tener en cuenta la accesibilidad, la comunicación, la captación y las barreras a la participación durante todo el proceso de planificación. El objetivo es crear oportunidades de participación para un abanico diverso de jóvenes, incluidos aquellos que actualmente no practican deporte organizado o que afrontan barreras para participar.

Al planificar un evento OofS, se recomienda a las entidades organizadoras tener en cuenta los siguientes aspectos:

- La participación debe ser gratuita o mantenerse lo más asequible posible.
- Considerar ayudas al transporte, desplazamientos coordinados u otras medidas prácticas para las personas participantes que afronten barreras económicas, geográficas o de accesibilidad.
- Utilizar diversos canales de captación, incluidos centros educativos, clubes deportivos, organizaciones juveniles, entidades de personas con discapacidad, organizaciones LGBTQI+, asociaciones de personas migrantes y colectivos comunitarios, cuando proceda.
- Fomentar una participación diversa y garantizar que los equipos incluyan al menos a dos chicas o mujeres jóvenes.
- Facilitar información clara sobre el evento, las actividades, las medidas de accesibilidad, las opciones de apoyo y los requisitos de participación con suficiente antelación.
- Los materiales de comunicación deben emplear un lenguaje claro, accesible e inclusivo. Cuando proceda, las entidades organizadoras

pueden facilitar la información en varios idiomas o aplicar principios de lectura fácil para mejorar la accesibilidad.

- Utilizar un lenguaje inclusivo y no estereotipado, y evitar presuposiciones sobre el género, la capacidad, el origen cultural o la experiencia deportiva previa.
- Mostrar participantes y referentes diversos en los materiales de comunicación. Utilizar imágenes auténticas siempre que sea posible y evitar reforzar estereotipos.
- Asegurar que la comunicación se centre en la participación, el aprendizaje, el trabajo en equipo y el disfrute, y no únicamente en la competición y el rendimiento.
- Tener en cuenta las necesidades culturales y religiosas al planificar los horarios, el catering, la comunicación y las modalidades de participación.
- Los procesos de inscripción deben ser sencillos y accesibles. Pueden ofrecerse vías alternativas de inscripción, como el teléfono o el correo electrónico, para quienes afronten barreras relacionadas con el idioma, la alfabetización, la discapacidad o el acceso digital.
- Los formularios de inscripción deben permitir a las personas participantes comunicar con antelación sus necesidades de accesibilidad, de apoyo o de adaptación. Cuando resulte adecuado, las entidades organizadoras también pueden incluir preguntas opcionales sobre el nombre y los pronombres preferidos.
- Los recintos del evento deben seleccionarse teniendo en cuenta la accesibilidad, incluidos los itinerarios, las instalaciones, los espacios de actividad, los aseos y las zonas de reunión, en la medida de lo posible.
- Los procedimientos de consentimiento para medios, la recogida de datos y la información sobre las personas participantes deben cumplir la legislación nacional y los requisitos de protección.

Planificar la inclusión no significa que todos los eventos deban ofrecer todas las adaptaciones posibles. Más bien, las entidades organizadoras deben adoptar medidas razonables y proactivas para identificar y reducir barreras, de modo que el mayor número posible de jóvenes pueda participar, contribuir y sentirse acogido durante todo el evento.

5.2 Desarrollo accesible e inclusivo del evento

Durante el evento, las entidades organizadoras deben procurar crear un entorno en el que todas las personas participantes puedan implicarse de forma significativa, contribuir a su equipo y sentirse acogidas, respetadas y seguras.

Las actividades deben desarrollarse de modo que se reconozcan las distintas capacidades, experiencias, estilos de comunicación y necesidades de apoyo. El objetivo no es que todas las personas participen exactamente de la misma manera, sino que todas tengan oportunidades de contribuir e implicarse.

Se recomienda a las entidades organizadoras tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Dar instrucciones claras empleando varios métodos de comunicación cuando resulte adecuado, incluidas demostraciones verbales, ejemplos visuales y explicaciones escritas.
- Ofrecer opciones de participación flexibles. Los equipos pueden repartir las responsabilidades según los puntos fuertes, las capacidades y los intereses de cada persona. La contribución puede realizarse mediante la participación física, la estrategia, la comunicación, la puntuación, la organización u otros roles de apoyo.
- Adaptar, cuando sea necesario y posible, las normas de las actividades, las distancias, los tiempos límite, el material o los espacios de juego para favorecer la participación y la accesibilidad.
- Tener en cuenta la accesibilidad sensorial y cognitiva. Cuando se utilice música, silbatos u otras señales acústicas, ofrecer alternativas visuales siempre que sea posible y garantizar el acceso a espacios tranquilos o a pausas si se necesitan.
- Asegurar que las zonas de actividad, los espacios de reunión y las instalaciones sean lo más accesibles y fáciles de recorrer posible.
- Facilitar acceso a agua potable, zonas de descanso y oportunidades de hacer pausas cuando se necesiten.
- Consultar directamente a las personas participantes. Siempre que sea posible, preguntarles qué adaptaciones o ajustes podrían resultarles útiles en lugar de dar cosas por supuestas.
- Supervisar la participación durante todo el evento y actuar si alguna persona o grupo parece excluido o incapaz de participar plenamente.

Las entidades organizadoras deben mantenerse flexibles y receptivas durante todo el evento. El objetivo no es un rendimiento igual, sino una participación, un aprendizaje, un trabajo en equipo y una implicación significativos para todas las personas participantes.

5.3 Protección y bienestar

Todos los eventos OofS deben ofrecer un entorno seguro, respetuoso y acogedor para las personas participantes, el voluntariado y el personal. La

protección es una responsabilidad compartida y debe tenerse en cuenta durante la planificación, el desarrollo y la evaluación del evento.

Se recomiendan las siguientes medidas para todos los eventos:

- Designar una persona de contacto para la protección. Las personas participantes, el voluntariado y el personal deben saber a quién dirigirse si tienen alguna preocupación, sufren comportamientos inadecuados o necesitan apoyo.
- Comunicar un código de conducta claro. Las expectativas sobre comportamiento respetuoso, inclusión y participación justa deben comunicarse antes y durante el evento.
- Respetar la privacidad, el consentimiento y los límites personales. Las personas participantes deben tener siempre derecho a tomar decisiones informadas sobre fotografías, contacto físico e información personal.
- Garantizar una supervisión adecuada. Debe disponerse de supervisión y apoyo suficientes durante todo el evento, especialmente cuando las actividades impliquen a personas menores de edad.
- Apoyar el bienestar de las personas participantes. Facilitar acceso a agua potable, zonas de descanso, sombra o resguardo y oportunidades de pausa durante todo el evento.
- Habilitar espacios tranquilos siempre que sea posible. Algunas personas participantes pueden beneficiarse de un entorno calmado, alejado del ruido y la actividad, durante breves periodos del evento.
- Establecer procedimientos para comunicar incidencias. Las personas participantes y el personal deben saber cómo notificar una preocupación y cómo se gestionarán los incidentes.
- Cumplir los requisitos nacionales de protección y de protección de la infancia. Las entidades organizadoras son responsables de velar por que todas las medidas de protección se ajusten a la legislación aplicable y a las políticas de la organización.
- La participación debe ser voluntaria. Las personas participantes deben poder renunciar a actividades concretas o hacer pausas cuando lo necesiten, sin estigma ni consecuencias negativas.

5.4 Aprendizaje y mejora continua

Se anima a las entidades organizadoras a recoger las opiniones de las personas participantes, el voluntariado y las entidades socias sobre inclusión, accesibilidad y protección. Los resultados de la evaluación pueden ayudar a

identificar barreras a la participación, destacar buenas prácticas y orientar mejoras futuras.

Entre las preguntas que pueden plantearse las entidades organizadoras figuran:

- ¿Se sintieron acogidas e incluidas las personas participantes?
- ¿Fueron eficaces las medidas de accesibilidad?
- ¿Se detectaron barreras?
- ¿Se sintieron seguras y respetadas las personas participantes?

Capítulo 6: Guía de comunicación y promoción

6.1 Cronograma

Cuándo	Acción
8 semanas antes	Informar sobre el evento. Abrir las inscripciones y difundir la información clave del evento.
6 semanas antes	Distribuir materiales promocionales digitales. Implicar a los medios locales, los ayuntamientos y las organizaciones comunitarias. Animar a las entidades socias a difundir el evento a través de sus propias redes.
4 semanas antes	Compartir testimonios de participantes, consejos de sostenibilidad o contenidos del proceso de preparación. Enviar un recordatorio de inscripción y destacar las actividades principales del evento.
2 semanas antes	Enviar el dossier informativo a los equipos inscritos. Iniciar una campaña de cuenta atrás en redes sociales y difundir información práctica sobre transporte, accesibilidad y sostenibilidad.
Día del evento	Publicar actualizaciones en directo, fotografías y vídeos breves. Destacar las experiencias de las personas participantes, las acciones de sostenibilidad y los Green Badges conseguidos.
1 semana después	Publicar los momentos destacados, fotografías, resultados y equipos galardonados con el Green Badge. Agradecer la participación al alumnado, el voluntariado y las entidades socias.
2 semanas después	Difundir los principales resultados, las opiniones de las personas participantes y el impacto en sostenibilidad. Publicar, siempre que sea posible, un vídeo o artículo resumen.

6.2 Mensajes clave

Para los jóvenes:

- «Afronta retos deportivos y de sostenibilidad junto a tu equipo.»
- «Consigue el Green Badge y demuestra cómo las acciones positivas pueden marcar la diferencia.»
- «Aprende, compite y diviértete mientras contribuyes a un futuro más sostenible.»

Para centros educativos y clubes:

- «Un evento gratuito que combina actividad física, aprendizaje ambiental y participación juvenil.»
- «Apoya la educación para la sostenibilidad mediante actividades prácticas, atractivas e inclusivas.»
- «Ofrece oportunidades de trabajo en equipo, liderazgo y ciudadanía activa.»

Para administraciones públicas y ayuntamientos:

- «Un modelo práctico y adaptable para combinar participación juvenil, sostenibilidad y deporte.»
- «Apoya los objetivos locales de sostenibilidad, los estilos de vida activos y la participación comunitaria.»
- «Fácil de aplicar mediante alianzas con centros educativos, clubes y organizaciones comunitarias.»
- «Apoya las estrategias locales de sostenibilidad y contribuye a la implementación de los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU (Agenda 2030).»

Para los medios de comunicación:

- «Los jóvenes actúan por el medio ambiente a través del deporte.»
- «La Olympics of Sustainability combina competición, trabajo en equipo y responsabilidad ambiental.»
- «Una iniciativa europea que demuestra cómo el deporte puede contribuir al desarrollo sostenible.»

6.3 Requisitos de visibilidad de Erasmus+

Todos los eventos OoFS deben reconocer el apoyo del Programa Erasmus+ y cumplir los requisitos más recientes de visibilidad y comunicación de Erasmus+. El logotipo de Erasmus+ y el reconocimiento de la financiación deben incluirse en todos los materiales pertinentes de comunicación, difusión y evento, incluidos los materiales promocionales, las presentaciones, los certificados, los informes y la señalización del evento.

Debe incluirse la siguiente cláusula de exención de responsabilidad cuando así se requiera:

«Este proyecto está cofinanciado por la Unión Europea a través del programa Erasmus+ Sport. El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de sus autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información en ella contenida.»

6.4 Uso de la metodología después del proyecto

Una vez finalizado el periodo del proyecto, las organizaciones que apliquen la metodología OofS de forma independiente no están obligadas a mostrar el logotipo ni la cláusula de exención de responsabilidad de Erasmus+, salvo que así lo exija un convenio de financiación distinto.

No obstante, se anima a las organizaciones a reconocer el origen de la metodología. Por ejemplo:

«Este evento se basa en la metodología Olympics of Sustainability, desarrollada originalmente con el apoyo de la Unión Europea a través del programa Erasmus+ Sport (2025-2027)».

Capítulo 7: Marco de evaluación

7.1 Qué medir

Los siguientes indicadores pueden ayudar a las entidades organizadoras a evaluar el éxito y el impacto de un evento OofS. Los objetivos pueden adaptarse al contexto local, a los grupos de participantes y al tamaño del evento.

Indicador	Cómo medirlo	Objetivo
Número de participantes	Datos de inscripción	30-50 participantes por evento
Participación de chicas o mujeres jóvenes	Datos de inscripción	Mínimo 2 por equipo
Participación de grupos infrarrepresentados*	Declaración voluntaria y datos de inscripción	Las entidades organizadoras pueden recoger datos de participación sobre grupos infrarrepresentados cuando resulte adecuado y conforme a la legislación nacional.
Cambio en la concienciación sobre sostenibilidad	Encuestas previa y posterior al evento	El 70 % declara una mayor concienciación
Cambio en la intención de comportamiento	Encuesta posterior al evento: «¿Cambiará su comportamiento en materia de sostenibilidad después de este evento?»	El 50 % responde afirmativamente
Uso de desplazamientos sostenibles	Registro de acreditación y declaración de las personas participantes	Objetivo definido a nivel local
Green Badges concedidos	Resultados de la puntuación	El 50 % de los equipos obtiene el Green Badge
Satisfacción de las personas participantes	Encuesta posterior al evento (escala de 1 a 5)	Media $\geq 4,0$
Experiencia de inclusión y accesibilidad	Encuesta posterior al evento (escala de 1 a 5)	Media $\geq 4,0$
Implicación de partes interesadas y entidades socias	Número de organizaciones colaboradoras	5 o más por evento

***Definición de grupos infrarrepresentados:** A efectos de los eventos OofS, los grupos infrarrepresentados pueden incluir chicas y mujeres jóvenes, personas con discapacidad, jóvenes de origen migrante, juventud LGBTQI+, jóvenes en situación de desventaja socioeconómica y otros grupos que puedan afrontar barreras para participar en el deporte y la actividad física en el contexto local. Los datos de participación deben recogerse siempre de forma voluntaria, respetuosa y conforme a los requisitos aplicables de protección de datos y privacidad.

7.2 Herramientas de recogida de datos

Se recomiendan las siguientes herramientas para evaluar los eventos OofS:

- Encuesta previa al evento (Anexo D1): se administra en el momento de la inscripción. Mide la concienciación de partida sobre sostenibilidad y los comportamientos actuales. Duración recomendada: de 3 a 5 minutos.
- Encuesta posterior al evento (Anexo D2): se administra inmediatamente después de la ceremonia de clausura. Mide la satisfacción de las personas participantes, los resultados de aprendizaje, las experiencias de inclusión y accesibilidad, las intenciones de comportamiento y la calidad general del evento. Duración recomendada: de 4 a 5 minutos.
- Hojas de puntuación (Anexo B): las cumplimentan el personal arbitral y las personas responsables de las actividades a lo largo del evento.

7.3 Plantilla de informe del evento

Tras cada evento, se anima a las entidades organizadoras a cumplimentar un informe utilizando la plantilla del Anexo E.

Durante el periodo del proyecto OofS (2025-2027), los socios del consorcio deben completar el informe en el plazo de dos semanas desde el evento y remitirlo a la coordinación del proyecto.

Una vez finalizado el periodo del proyecto, se anima a las organizaciones que apliquen la metodología OofS de forma independiente a utilizar la plantilla de informe para su propia evaluación, aprendizaje y planificación de futuros eventos.

El informe debe incluir:

- Descripción general y objetivos del evento
- Datos de participación y perfil demográfico
- Desarrollo de las actividades y resultados de la puntuación
- Resultados del Green Badge
- Resultados y observaciones en materia de sostenibilidad
- Reflexiones sobre inclusión, accesibilidad y protección
- Resultados de las encuestas y opiniones de las personas participantes
- Fotografías y productos de comunicación (cuando se haya obtenido el consentimiento)
- Lecciones aprendidas y recomendaciones para futuros eventos

El objetivo de la evaluación no es solo medir la participación y los resultados de la competición, sino también comprender cómo ha contribuido el evento al aprendizaje sobre sostenibilidad, la inclusión, la accesibilidad, el bienestar y el cambio de comportamiento positivo entre las personas participantes.

Capítulo 8: Planificación presupuestaria, sostenibilidad y gestión de recursos

8.1 Presupuesto estimado para un evento OofS nacional

A continuación se presenta un presupuesto orientativo para un evento OofS de un día con 30-50 participantes. Los costes reales varían según el país y el contexto. Muchos costes pueden reducirse mediante alianzas, la participación del voluntariado, el préstamo de material y las aportaciones en especie de ayuntamientos, centros educativos y organizaciones comunitarias.

Categoría	Concepto	Coste estimado (EUR)
Recinto	Espacio al aire libre / instalación municipal (a menudo gratuito mediante convenio con el ayuntamiento)	0-200
Materiales	Materiales para las actividades (reutilizados, prestados o adquiridos nuevos cuando sea necesario), contenedores de reciclaje, materiales del cuestionario y equipamiento para las actividades	0-100
Materiales	Materiales para actividades de biodiversidad y medio ambiente (p. ej., plantones, fichas de identificación de especies o recursos para actividades en la naturaleza)	30-200
Materiales	Petos de equipo, conos, cronómetros o teléfono, brújulas, mapas	50-400
Impresión	Certificados, hojas de puntuación, folletos, pancartas	50-100
Catering	Agua, fruta y tentempiés ligeros para 50 participantes (opciones sostenibles)	50-300
Transporte	Ayudas al transporte para las personas participantes que afronten barreras económicas, geográficas o de accesibilidad	100-500
Comunicación	Publicidad en redes sociales, folletos impresos (si es solo digital, coste = 0)	0-100
Primeros auxilios	Botiquín in situ y persona voluntaria formada	0-50
Varios	Imprevistos (10 % del total)	50-150
	HORQUILLA TOTAL ESTIMADA	480-1.530

8.2 Presupuestar la inclusión y la accesibilidad

Al planificar el presupuesto del evento, las entidades organizadoras deben prever los posibles costes relacionados con la inclusión, la accesibilidad y el apoyo a la participación. Según el contexto local, esto puede incluir:

- Materiales de comunicación accesibles
- Interpretación o apoyo lingüístico
- Ayuda al transporte

- Adaptaciones de accesibilidad para las actividades o los recintos
- Personal de apoyo o voluntariado adicional
- Formatos alternativos para la información y los materiales de inscripción

No todos los eventos requerirán recursos adicionales, pero se anima a las entidades organizadoras a evaluar las posibles barreras a la participación durante la fase de planificación y a asignar los recursos en consecuencia.

8.3 Gestión sostenible y eficiente de los recursos del evento

Se anima a las entidades organizadoras a minimizar tanto los costes económicos como los impactos ambientales mediante una gestión eficiente de los recursos y una planificación sostenible.

Algunos ejemplos son:

- Colaborar con ayuntamientos, centros educativos, clubes u organizaciones comunitarias para disponer de recintos, equipamiento, materiales y apoyo de personal.
- Pedir prestados materiales y equipamiento siempre que sea posible, en lugar de comprar artículos nuevos.
- Reutilizar materiales del evento, como petos, conos, mapas, señalización y contenedores de reciclaje, en varios eventos.
- Priorizar materiales reutilizados, reaprovechados y reciclables al diseñar las actividades.
- Utilizar herramientas digitales de inscripción, comunicación y puntuación cuando resulte adecuado, para reducir el consumo de papel.
- Evitar compras innecesarias y minimizar los productos de un solo uso.
- Planificar el catering con cuidado para reducir el desperdicio de alimentos y priorizar opciones sostenibles siempre que sea posible.
- Elegir proveedores locales y productos y servicios ambientalmente responsables cuando estén disponibles.
- Animar a las personas participantes a desplazarse a pie, en bicicleta, en transporte público o compartiendo vehículo.
- Crear un kit reutilizable de materiales para el evento que pueda servir en futuros eventos OoFS.

Capítulo 9: Mejora continua y desarrollo futuro

El Green Playbook está concebido como una metodología práctica y adaptable que puede evolucionar mediante su aplicación, la evaluación y el aprendizaje compartido. Esta primera edición se elaboró durante las fases iniciales del proyecto Olympics of Sustainability y seguirá perfeccionándose a partir de las experiencias de futuros eventos y actividades piloto.

9.1 Probar, aprender y mejorar

Se anima a las entidades organizadoras a revisar los resultados de la evaluación, las opiniones de las personas participantes y las experiencias de aplicación después de cada evento. La evaluación no solo debe medir el éxito, sino también identificar oportunidades de mejora.

Entre las preguntas que pueden plantearse las entidades organizadoras figuran:

- ¿Qué actividades generaron mayor implicación?
- ¿Se alcanzaron los objetivos de aprendizaje sobre sostenibilidad?
- ¿Se sintieron las personas participantes incluidas, seguras y acogidas?
- ¿Qué barreras a la participación se detectaron?
- ¿Qué prácticas organizativas podrían mejorarse?

9.2 Comparta su experiencia

Se anima a las entidades organizadoras a compartir ejemplos, adaptaciones, casos de éxito y lecciones aprendidas con el conjunto de la comunidad OofS. Compartir experiencias contribuye a reforzar la metodología y apoya a futuras entidades organizadoras que trabajen en otros países y contextos.

Puede encontrarse más información y recursos en el sitio web de la Olympics of Sustainability: <https://oofs.eu/>

9.3 Adaptar y escalar

La metodología OofS puede adaptarse a distintos entornos, grupos de participantes y contextos organizativos, entre ellos:

- Jornadas deportivas escolares
- Campamentos juveniles

- Fiestas comunitarias
- Eventos municipales de sostenibilidad
- Programas de clubes deportivos
- Competiciones regionales

Las actividades también pueden adaptarse a participantes más jóvenes o de más edad, manteniendo los principios fundamentales de sostenibilidad, inclusión y participación juvenil.

Se anima a las entidades organizadoras a establecer alianzas a largo plazo con centros educativos, ayuntamientos, organizaciones deportivas y agentes comunitarios para aumentar el impacto y la sostenibilidad de los eventos futuros.

Referencias

Comité Olímpico de Portugal. (n.d.). Sustentabilidade.
<https://comiteolimpicoportugal.pt/sustentabilidade/>

Consejo Superior de Deportes. (2022). Encuesta de hábitos deportivos en España 2022. Ministerio de Cultura y Deporte.

Ekokompassi. (n.d.). Briefly in English. <https://ekokompassi.fi/briefly-in-english/>

European Commission. (2020). Special Eurobarometer 501: Attitudes towards the environment. DG Communication.

European Commission. (2022). Special Eurobarometer 525: Sport and physical activity. DG EYS.

European Commission. (2024). The European Green Deal.
<https://commission.europa.eu/>

European Investment Bank. (2023). EIB Climate Survey 2022–2023. Luxembourg: EIB.

European University Sports Association. (n.d.). Fit4Green.
<https://fit4green.eusa.eu/>

Federação Portuguesa de Futebol. (2023). Sustainability in football.
<https://portugalstore.fpf.pt/>

Finlands Svenska Idrott. (n.d.). <https://www.idrott.fi/>

Institut Impact. (n.d.). Move4Nature. <https://institut-impact.si/>

Instituto Português do Desporto e Juventude. (n.d.). PNDpT. <https://ipdj.gov.pt/>

International Olympic Committee. (2012). Sustainability through sport. IOC.

Ministry of Economy, Tourism and Sport of Slovenia. (n.d.). Sport policy.
<https://www.gov.si/>

Olympic Committee of Slovenia. (n.d.). <https://www.olympic.si/en/>

PNED. (n.d.). Manual de Boas Práticas Ambientais no Desporto.
<https://pned.ipdj.gov.pt/>

Seabra, A. F. et al. (2007). Sports participation among Portuguese youth. JPAH, 4(4), 370–380.

World Health Organization. (2021). Portugal Physical Activity Factsheet. WHO Europe.

Engso. (2024). HOSTING INCLUSIVE EVENTS - Accessibility Guidelines for ENGSO events.

<https://www.engso-education.eu/wp-content/uploads/2024/09/EWS-Inclusive-sport-events.pdf>

Engso. (2026). Project Sure. Creating inclusive activities and events.

<https://www.engso-education.eu/wp-content/uploads/2026/01/Creating-inclusive-activities-and-events.pdf>

Anexos: Plantillas listas para usar

Anexo A: Formulario de inscripción de equipos

Campo	Detalle
Nombre del equipo	
Centro educativo / Club / Organización	
Persona de contacto (entrenador/a o docente)	
Correo electrónico	
Teléfono	
Integrante 1 del equipo	Nombre: ____ Edad: ____ Género: Mujer / Hombre / No binario / Prefiero describirlo yo: ____ / Prefiero no decirlo Nombre preferido (opcional): ____ Pronombres (opcional): ____
Integrante 2 del equipo	Nombre: ____ Edad: ____ Género: Mujer / Hombre / No binario / Prefiero describirlo yo: ____ / Prefiero no decirlo Nombre preferido (opcional): ____ Pronombres (opcional): ____
Integrante 3 del equipo	Nombre: ____ Edad: ____ Género: Mujer / Hombre / No binario / Prefiero describirlo yo: ____ / Prefiero no decirlo Nombre preferido (opcional): ____ Pronombres (opcional): ____
Integrante 4 del equipo	Nombre: ____ Edad: ____ Género: Mujer / Hombre / No binario / Prefiero describirlo yo: ____ / Prefiero no decirlo Nombre preferido (opcional): ____ Pronombres (opcional): ____
Integrante 5 del equipo	Nombre: ____ Edad: ____ Género: Mujer / Hombre / No binario / Prefiero describirlo yo: ____ / Prefiero no decirlo Nombre preferido (opcional): ____ Pronombres (opcional): ____
Necesidades de accesibilidad, apoyo o adaptación	¿Alguna persona participante tiene necesidades de accesibilidad, apoyo, adaptación, alimentación u otras que la organización deba conocer? En caso afirmativo, descríbalas:
Medio de transporte	¿Qué medios de transporte respetuosos con el medio ambiente utilizará el equipo para desplazarse al evento? ☐ A pie ☐ Bicicleta ☐ Transporte público ☐ Coche compartido ☐ Otro:
Consentimiento RGPD - tratamiento de datos	☐ Confirmando que todos los integrantes del equipo (y sus tutores legales, en el caso de menores de 18 años) consienten el uso de fotografías y vídeos con fines de gestión del evento y de justificación del proyecto.
Consentimiento RGPD - uso de fotografías y vídeos	☐ Confirmando que todos los integrantes del equipo (y sus tutores legales, en el caso de menores de 18 años) consienten el uso de fotografías y vídeos con fines de comunicación, difusión y desarrollo del proyecto.
Fecha	
Firma	

Anexo B: Plantilla de hoja de puntuación

Equipo	S1	S2	SUS1	SUS2	SUS3	BB	Cuesti onario	GS	GB	Puntu ación total

Leyenda:

S - Deporte

SUS - Sostenibilidad

BB - Bonificación por comportamiento

GS - Green Score

GB - Green Badge

Green Score = Sostenibilidad 1 + Sostenibilidad 2 + Sostenibilidad 3 +
Cuestionario

El Green Badge se concede al alcanzar el 70 % de la Green Score disponible (245/350 puntos), siempre que no se hayan producido incidentes graves de conducta desleal, irrespetuosa o perjudicial para el medio ambiente durante el evento.

Anexo C: Pegatina del Green Badge



Anexo D: Preguntas de las encuestas previas y posteriores al evento

D1: Encuesta previa al evento (en el momento de la inscripción)

- ¿Cómo valoraría sus conocimientos sobre sostenibilidad ambiental? (1-5)
- ¿Con qué frecuencia realiza acciones sostenibles en su vida diaria? (Nunca / Rara vez / A veces / A menudo / Siempre)
- ¿Ha participado antes en un evento deportivo centrado en la sostenibilidad? (Sí / No)
- ¿Qué significa para usted la «sostenibilidad»? (Respuesta abierta, máx. 2 frases)

D2: Encuesta posterior al evento (tras la ceremonia de clausura)

- ¿Cómo valoraría el evento en conjunto? (1-5)
- ¿Se sintió acogido e incluido durante el evento? (1-5)
- ¿Se sintió seguro y respetado durante el evento? (1-5)
- ¿Ha aprendido hoy algo nuevo sobre sostenibilidad? (Sí / No / No estoy seguro)

- ¿Cuál ha sido su actividad favorita? (Lista de actividades)
- ¿Cambiará algún comportamiento relacionado con la sostenibilidad a raíz de la jornada de hoy? (Sí — descríballo / No / No estoy seguro)
- ¿Cómo valoraría ahora sus conocimientos sobre sostenibilidad ambiental? (1-5)
- ¿Volvería a participar en un evento similar? (Sin duda / Probablemente / No estoy seguro / Probablemente no / En absoluto)
- ¿Recomendaría este evento a un amigo o amiga? (Sí / No)
- ¿Alguna sugerencia de mejora? (Respuesta abierta)

Anexo E: Plantilla de informe del evento (esquema)

- Descripción general del evento (fecha, recinto, entidad organizadora, número de equipos, número de participantes, medidas de accesibilidad ofrecidas)
- Datos de participación (perfil demográfico, participación de chicas y mujeres jóvenes, participación de grupos infrarrepresentados, resultados en diversidad e inclusión)
- Actividades desarrolladas (actividades realizadas, duración, adaptaciones introducidas, medidas de accesibilidad e inclusión aplicadas)
- Resultados de la puntuación (clasificación final, equipos con Green Badge, momentos destacados)
- Resumen de los resultados de las encuestas (puntuaciones de concienciación antes y después del evento, satisfacción de las personas participantes, valoraciones sobre inclusión y accesibilidad, intenciones de comportamiento y resultados de aprendizaje)
- Planificación de la sostenibilidad e impacto ambiental (criterios de sostenibilidad integrados en la planificación, contratación sostenible, medidas de eficiencia en el uso de recursos, transporte sostenible, prevención y gestión de residuos, reutilización de materiales, acciones ambientales aplicadas, principales resultados en materia de sostenibilidad)
- Fotografías (mínimo 10 fotografías, incluida una foto de grupo y los elementos de visibilidad exigidos)
- Lecciones aprendidas y recomendaciones (organización del evento, inclusión y accesibilidad, protección, medidas de sostenibilidad, recomendaciones para futuros eventos)
- Recomendaciones para el desarrollo futuro del OofS Green Playbook (actividades exitosas, dificultades de aplicación, adaptaciones realizadas, temas de sostenibilidad ausentes, herramientas u

orientaciones adicionales necesarias, sugerencias para futuras ediciones)

- Anexos (lista de asistencia firmada, hojas de puntuación cumplimentadas, datos brutos de las encuestas, materiales de apoyo adicionales)

Anexo F: Preguntas para el Eco Knowledge Quiz

Las preguntas de ejemplo de este anexo se basan principalmente en el [recurso educativo de la Comisión Europea *Our Planet, Our Future*](#). Se anima a las entidades organizadoras a adaptar las preguntas a la edad y al nivel de conocimientos de las personas participantes y a incluir temas de sostenibilidad locales cuando resulte pertinente.

Aquí puede encontrarse inspiración adicional y recursos educativos:

https://climate.ec.europa.eu/our-planet-our-future_en

https://climate-pact.europa.eu/eu-climate-action-academy-0/resources/our-plan-et-our-future_en

https://school-education.ec.europa.eu/en/discover?f%5B0%5D=insight_article_types%3A6356&f%5B1%5D=insight_article_types%3A561459

https://climate-pact.europa.eu/index_en

1. ¿Cuál es la causa principal del cambio climático actual?

- A. Los cambios en la órbita de la Tierra
- B. El aumento de los gases de efecto invernadero derivados de las actividades humanas
- C. El aumento de la actividad volcánica

Respuesta correcta: B

A diferencia de los cambios climáticos del pasado, el calentamiento actual está causado principalmente por actividades humanas que aumentan los gases de efecto invernadero en la atmósfera, sobre todo por la quema de combustibles fósiles.

2. ¿Cuál es la diferencia entre tiempo meteorológico y clima?

- A. El tiempo atmosférico describe las condiciones del día a día, mientras que el clima describe el tiempo medio a lo largo de periodos prolongados.
- B. Significan exactamente lo mismo.
- C. El clima se refiere únicamente a la temperatura.

Respuesta correcta: A

El tiempo cambia de un día para otro, mientras que el clima describe los

patrones meteorológicos medios a lo largo de décadas (normalmente unos 30 años).

3. ¿Cuál de estas afirmaciones sobre la capa de ozono es VERDADERA?

- A. El agujero de la capa de ozono es la causa principal del cambio climático.
- B. El agujero de ozono y el cambio climático son problemas ambientales diferentes.
- C. La capa de ozono incrementa el calentamiento global al retener la luz solar.

Respuesta correcta: B

El agotamiento del ozono y el cambio climático son problemas distintos. No obstante, algunas sustancias que dañan la capa de ozono son también potentes gases de efecto invernadero, razón por la cual los acuerdos internacionales han ayudado a abordar ambos problemas.

4. ¿Qué afirmación describe mejor el efecto invernadero?

- A. Es un proceso natural que mantiene la Tierra lo bastante cálida para la vida, pero las actividades humanas lo están intensificando.
- B. Está causado únicamente por la contaminación de las fábricas.
- C. Es el agujero de la capa de ozono, que permite que entre más calor en la Tierra.

Respuesta correcta: A.

El efecto invernadero es un proceso natural por el cual los gases de efecto invernadero retienen parte del calor del Sol y mantienen la Tierra a una temperatura adecuada. Las actividades humanas aumentan la concentración de estos gases, lo que intensifica el efecto invernadero y provoca el calentamiento global.

5. ¿Qué es el efecto invernadero?

- A. Un proceso natural por el cual los gases de efecto invernadero retienen parte del calor del Sol y mantienen la Tierra lo bastante cálida para la vida. Las actividades humanas intensifican este efecto al aumentar la concentración de gases de efecto invernadero.
- B. Un proceso por el cual los gases de efecto invernadero impiden que la luz solar llegue a la superficie terrestre.
- C. Un agujero en la atmósfera que permite que entre más calor del Sol en la Tierra.

Respuesta correcta: A. Cuando la luz solar incide sobre la superficie terrestre, parte de esa energía se absorbe y calienta el suelo y los océanos. El resto de la energía puede escapar de nuevo al espacio, pero una parte queda atrapada

en la atmósfera y calienta la Tierra. Esto se denomina «efecto invernadero», porque la atmósfera actúa como el cristal de un invernadero, calentando su interior. Este efecto invernadero se produce porque la atmósfera terrestre contiene gases como el vapor de agua, el dióxido de carbono, el metano y el óxido nitroso (los llamados gases de efecto invernadero). El efecto invernadero es lo que normalmente mantiene nuestro planeta a una temperatura agradable. Sin embargo, las actividades humanas están aumentando la cantidad de gases de efecto invernadero en la atmósfera, lo que intensifica el efecto invernadero y eleva la temperatura de la Tierra.

6. ¿Cuáles son las principales causas humanas del cambio climático?

- A. La quema de combustibles fósiles, la deforestación, la agricultura y la ganadería.
- B. Las erupciones volcánicas, los terremotos y las mareas oceánicas.
- C. Los cambios en la órbita de la Tierra y en la actividad solar.

Respuesta correcta: A. El cambio climático se debe al aumento de la temperatura de la Tierra (calentamiento global), provocado por la incorporación a la atmósfera de más gases de efecto invernadero que los que se producen de forma natural. Estos gases adicionales proceden principalmente de la quema de combustibles fósiles para producir energía, así como de otras actividades humanas como la tala de selvas tropicales, la agricultura, la ganadería y la producción de sustancias químicas.

7. ¿Aproximadamente cuánto más alta era la temperatura media de la Tierra en 2019 en comparación con finales del siglo XIX?

- A. Unos **0.5°C**
- B. Unos **1.0°C**
- C. Unos **1.5°C**

Respuesta correcta: C. Según la Comisión Europea, en 2019 la Tierra estaba unos 1,5 °C más caliente que a finales del siglo XIX, y la temperatura media mundial aumentará todavía más a lo largo del próximo siglo. Puede parecer poco, pero conviene tener en cuenta lo siguiente: la mayor parte del calentamiento se ha producido en las últimas décadas, de modo que el aumento de la temperatura se está acelerando. Además, se trata de un incremento medio: algunos lugares se han vuelto mucho más cálidos y otros más fríos. Por ejemplo, el Ártico se ha calentado notablemente en los últimos 60 años y podría quedarse sin hielo en verano en 2040. Europa se está calentando más deprisa que otras zonas del mundo. Según algunos estudios, la temperatura de la Tierra durante la última glaciación era solo unos 4 °C inferior a la de finales del siglo XIX.

8. ¿Qué acción cotidiana puede ayudar a reducir tanto el consumo de energía como las emisiones de gases de efecto invernadero?

- A. Dejar los dispositivos electrónicos en modo de espera durante la noche.
- B. Apagar y desenchufar los dispositivos electrónicos cuando no se utilizan.
- C. Cargar el teléfono toda la noche, todas las noches.

Respuesta correcta: B. Los aparatos en modo de espera siguen consumiendo electricidad. Según la Comisión Europea, apagar y desenchufar los aparatos electrónicos puede reducir hasta un 10 % el gasto energético anual de un hogar.

9. Según la Comisión Europea, ¿qué hábito de compra resulta por lo general más sostenible?

- A. Comprar varios productos baratos que se estropean rápidamente.
- B. Comprar menos productos, pero de alta calidad y más duraderos.
- C. Comprar productos nuevos cada temporada para seguir las tendencias.

Respuesta correcta: B. Comprar menos productos, pero más duraderos, ayuda a reducir con el tiempo los residuos, el uso de recursos y las emisiones de gases de efecto invernadero.

10. ¿Por qué se considera a menudo que comprar alimentos locales es una opción más sostenible?

- A. Siempre tiene la huella de carbono más baja.
- B. Puede reducir las emisiones del transporte, aunque los alimentos locales no siempre son la opción con menos carbono.
- C. Los alimentos locales nunca requieren energía para producirse.

Respuesta correcta: B. Las emisiones del transporte pueden ser menores en los alimentos locales, pero factores como los invernaderos climatizados o los fertilizantes de origen fósil pueden aumentar su huella de carbono.

11. ¿Qué acción cotidiana puede ayudar a reducir tanto el consumo de energía como el gasto energético del hogar?

- A. Dejar los aparatos eléctricos en modo de espera durante la noche.
- B. Bajar el termostato 1°C y reducir la temperatura cuando no hay nadie en casa.
- C. Mantener la calefacción a la misma temperatura día y noche.

Respuesta correcta: B. Según la Comisión Europea, bajar el termostato solo 1 °C puede reducir la factura energética de un hogar en torno a un 10 %, además de disminuir las emisiones de gases de efecto invernadero.

12. ¿Cuál de los siguientes es un ejemplo de acción climática protagonizada por jóvenes?

- A. Organizar una campaña «En bici al centro educativo».
- B. Esperar a que los gobiernos resuelvan el cambio climático.
- C. Evitar los debates sobre cuestiones ambientales.

Respuesta correcta: A. Los jóvenes pueden contribuir mediante acciones prácticas, inspirando a otras personas y fomentando hábitos sostenibles en sus centros educativos y comunidades.

13. ¿Qué muestra la etiqueta energética de los productos?



- A. Consumo de energía
- B. Nivel de eficiencia energética
- C. Consumo de energía, nivel de eficiencia energética, consumo de agua, nivel de ruido y otros parámetros según el producto

Respuesta correcta: C. La etiqueta energética puede mostrar varios datos además del consumo de energía o el nivel de eficiencia energética: también puede informar del consumo de agua (en el caso de las lavadoras), de la capacidad en litros (en el caso de un frigorífico) o del nivel de ruido en decibelios.

14. Hay muchas formas de ahorrar energía en casa. ¿Cuál de las siguientes NO es una de ellas?

- A. Asegurarse de que la vivienda está bien aislada del frío
- B. Utilizar bombillas de bajo consumo
- C. Subir la calefacción para poder ir en camiseta por casa en invierno

Respuesta correcta: C. Si se tiene frío en casa, lo mejor es ponerse un buen jersey o un forro polar. Subir la calefacción encarecerá mucho la factura y aumentará la contribución al calentamiento global.

15. Al reciclar una lata de aluminio, ¿qué parte de la energía necesaria para fabricar una nueva se ahorra?

- A. 20%
- B. 50%
- C. 90%

Respuesta correcta: C. Fabricar una lata de aluminio nueva a partir de otra reciclada requiere solo una décima parte de la energía necesaria para fabricarla a partir de materias primas.

16. ¿Qué es el programa Copernicus de la Unión Europea?

- A. Un programa de satélites que observa la Tierra y ayuda a hacer un seguimiento de los cambios en el clima y el medio ambiente.
- B. Un programa que construye parques eólicos por toda Europa.
- C. Una red europea de estaciones meteorológicas que solo mide la temperatura del aire.

Respuesta correcta: A. Copernicus es el programa propio de observación de la Tierra de la Unión Europea. Mediante una familia de satélites Sentinel, proporciona datos e imágenes gratuitos que ayudan a vigilar el cambio climático, las catástrofes naturales y las condiciones ambientales.



O O F S

Olympics of Sustainability



Co-funded by
the European Union

Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.