

Sport, Training, -Activities Improve Inclusion of Vision Impaired Trainees



**Sport Training, -Activities
Improve Inclusion of Vision Impaired
Trainees**

“УЧЕБНА ПРОГРАМА”

За курса за обучение на тренъори по проект STAI VIT
Публикувана от проектния Консорциум на Проект
STAI VIT

Проектът "STAI VIT" се съфинансира от "Еразъм +" - Програма на Европейската комисия

Тази публикация отразява мнението само на автора и Комисията не може да носи отговорност за каквато и да е употреба на информацията, съдържаща се в нея.

Тази Учебна програма е публикувана от проектния Консорциум на Проект STAI VIT

Лиценз



„Sport Training, - Activities Improve Inclusion of Vision Impaired Trainees“ е лицензиран под условията на [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/).

Принтирано: Януари 2016 от Berufsförderungswerk Düren gGmbH

Консорциум на Проект STAI VIT:

Berufsförderungswerk Düren gGmbH

(Project co-ordination)
Karl-Arnold-Str. 132-134
D52349 Düren, Germany
<http://www.bfw-dueren.de>

Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport gGmbH

Paul-R.-Kraemer-Allee 100
D 50226 Frechen, Germany
<http://www.fi-bs.de>

Istituto Regionale Rittmeyer per i ciechi di Trieste

Viale Miramare 119
34136 Trieste, Italy
<http://www.istitutorittmeyer.it/>

Asociatia Clubul Sportiv Kory Francisc

strada Calea Dorobantilor, numarul 31
400117 Cluj Napoca, Romania
<http://www.kory-francisc.ldv.ro/>

NRCB

24 Landos Str.
Plovdiv, 4006
P. Box 11, Bulgaria
<http://www.rehcenter.org>

Учебна програма на Курса за обучение на треньори по проект **STAI VIT**

Брой модули:	5 модула
	Ориентировъчни часове: Общо 26,25 Учебни часове (35 KE)
Размер на групата:	2 инструктори Участници: 5-15
Целева група:	• Физиотерапевти • Научни работници по спорт • Спортни терапевти • Треньори
Изисквания към участниците:	- Основи на обучителната теория - Опит в работата със зрително затруднени лица - Интерес към спортните науки и зрителните увреждания
Необходими материали/ инфраструктура:	- Физкултурен салон със стандартно оборудване - Опция: поле за футбол за слепи - Волейболна мрежа; Швейцарска топка - Музика за аеробика; музикален плеър - Звънящи топки - Превръзки за очи - Симулационни очила

Абревиатури:

KE: Курсова единица (1 KE се равнява на 45 мин.)
ЗЗЛ: Зрително затруднени лица

Модул 1 – Основи на обучението на хора със зрителни увреждания

Учебна цел	Целта е да се изучат дидактическите и методически основи на спортните дейности за зрително затруднени. Затова е важно да се знаят медицинските основи на офталмологията и методиката на спортните науки. Обучаващите се придобиват теоретични знания да обучават зрително затруднените и се запознават с причините, поради които зрително затруднените трябва да спортуват.	
Учебни часове	Предмет	Забележки
5,25 (7 KE)	Дидактична и методическа основа	
	А. Основи на спортната наука (2 KE) - Общи дидактически методи - Общи методически процедури - Общи обучителни методи - Подготовка на тренировките - Допълнителна литература Б. Основи на зрителните увреждания (3 KE) - Медицинска основа - Разликите между периферната и централната загуба на зрението - Зрителната острота срещу ограниченото зрително поле - Здравни ограничения - Ограничения на мобилността - Технически и медицински помощни средства - Допълнителна литература В. Влияние на физическата активност за ЗЗЛ (2 KE) - Значението на физическата активност за ЗЗЛ - Биологични и физиологични ефекти по време на и след спорт - Въздействие върху здравето - Спортни дисциплини за ЗЗЛ - Допълнителна литература	

Модул 2 – Практическо осъзнаване на зрителното увреждане

Учебна цел	Целта е да се добие представа да си невиждащ или с увредено зрение. Обучаемите трябва да се запознаят с гледната точка на зрително затруднените. Промяната на перспективата е важна, за да се разберат предизвикателствата, с които се срещат зрително затруднените и да се научи кои дейности са по-трудни за изпълнение. Самооценката на придобитите впечатления и дискусиата с другите обучаеми подпомагат разбирането на зрителното увреждане.	
Учебни часове	Предмет	Забележки
3 (4 КЕ)	Самосъзнаване в спортната зала	
	А. Практически Курс по препятствията (2 КЕ) - Катерене когато си сляп - Бягане когато си сляп - Хвърляне когато си сляп - Скачане когато си сляп - Пързаляне когато си сляп - Балансиране когато си сляп Б. Рефлексия (2 КЕ) - Дискусия за трудностите - Дискусия за възможните ограничения - Обмяна на опит	

Модул 3 – Теоретична основа на спортната концепция

Учебна цел	Целта е курсистите да се запознаят с различните части на спортната концепция; целта на тази концепция и как да се прилага във физическото обучение. Курсистите придобиват теоретични знания за прилагане на спортната концепция в своите курсове за обучение. Освен това те научават кои ключови аспекти на програмата са важни за практическата реализация.	
Учебни часове	Предмет	Забележки
7,5 (10 КЕ)	Теоретично представяне на всяка конструкция, която е интегрирана в спортната концепция	

	A. Модел MoVo (4 KE) - Теоретични основи - Зрителна илюстрация и обяснение на модела - Необходими предпоставки - Бележки по отношение на прилагането - Допълнителна литература Б. Модел на спортното обучение (2 KE) - Теоретични основи - Необходими предпоставки - Реализиране на спортни курсове - Възможни проблеми на изпълнението В. "Концепция за действие" (2 KE) - Теоретични основи - Необходими предпоставки - Реализация в спортните курсове - Възможни проблеми на изпълнението Д. Равнопоставено обучение (2 KE) - Теоретични основи - Необходими предпоставки - Реализация в спортните курсове - Възможни проблеми на изпълнението	
--	--	--

Модул 4 – Прилагане на спортната концепция в практиката

Учебна цел	Целта е да се научи как да се прилага теоретичната рамка на модул 3 във физическото обучение. В допълнение студентите се запознават с различни видове спортни дисциплини за зрително затруднени лица. Те научават правилата, възможни упражнения и изискванията към спорта в практическо обучение.	
Учебни часове	Предмет	Забележки
<u>4,5</u> <u>(6 KE)</u>	Практическото провеждане на различни спортни курсове за хора със зрителни увреждания	
	A. Pezzivolleyball (2 KE) - Правила - Изисквания към участниците - Материал - Подготвителни упражнения - Структура на играта - Прилагане на спортната концепция Б. Танци/аеробика (2 KE)	

	- Възможно съдържание - Изисквания към участниците - Специфични особености - Материал - Прилагане на спортната концепция В. Гимнастика/Фитнес (1 КЕ) - Възможно съдържание - Изисквания към участниците - Специфични особености - Материал - Прилагане на спортната концепция Д. Футбол за слепи (3 КЕ) - Правила - Изисквания към участниците - Материал - Подготвителни упражнения - Структура на играта - Прилагане на спортната концепция	
--	--	--

Модул 5 – Демонстрационен урок

Учебна цел	Курсистите показват, че разбират концепцията на спортното обучение и са в състояние да я прилагат във физическото обучение на хора със зрителни увреждания. Самооценката служи като средство за тестване на собствените действия и обобщаване на урока.	
Учебни часове	Предмет	Забележки
6 (8 КЕ)	Подготвяне и провеждане на примерен урок	
	А. Самостоятелно проучване в групи, за да се подготви план за примерен спортен урок (4 КЕ) - Съвместно разработване на демонстрационен урок (загряване, основна част, разпускане) Б. Демонстрация на практически урок (2 КЕ) - Реализация на планирания демонстрационен урок В. Послания от демонстрационния урок (2 КЕ) - Обяснение на преследваните цели - Дискусия за трудностите - Дискусия за възможните ограничения	