

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



**Activitățile de pregătire sportivă
îmbunătățesc incluziunea persoanelor
cu deficiență vizuală**

CURRICULUM

Curriculum pentru cursul de formatori STAI VIT

Publicat de
Consortiul proiectului **STAI VIT**

Proiectul "STAIL VIT" a fost cofinanțat de "ERASMUS+"
Program al Comisiei Europene

Această publicație reflectă punctul de vedere al autorului. Comisia nu poate fi
considerată responsabilă pentru conținutul acesteia.

Acest Curriculum este publicat de consorțiul proiectului STAIL VIT.

Licensing



Activitățile de pregătire sportivă îmbunătățesc incluziunea persoanelor cu deficiență
vizuală sub licența [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0
Unported License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/).

Tipărit:

Januarie 2016 de Berufsförderungswerk Düren gGmbH

Consoțiul proiectului STAIL 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/>

Asociația Clubul Sportiv Kory Francisc

strada Calea Dorobanților, numărul 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>

Curriculumul cursului pentru antrenori ai STAI VIT În cadrul proiectului STAI VIT

Numărul modulelor :	5 Module
	Approx.: Total 26,25 ore (35 UC)
Mărimea grupului :	2 Instructori Participanți: 5-15
Grupul țintă	• Kinetoterapeuți • Oameni de știință din domeniul sportului • Profesori de sport • Antrenori sportivi
Condiții prealabile pentru participanți	- Bazele teoriei antrenamentului - Experiență în lucrul cu persoanele cu deficiență vizuală - Interes în știința sportului și munca cu persoane cu deficiență vizuală
Materiale/infrastructură	- Sală de gimnastică (cu echipament obișnuit ex. Saltele, sfori, lăzi etc.) - Opțional: teren de fotbal pentru nevăzători - Fileu volei, Swiss ball - Muzică pentru aerobic, player pt. muzică - Mingi cu clopoței - Mască pt. ochi - Ochelari pentru simularea diferitelor dizabilități vizuale

Lista abrevierilor:

UC: Unități de curs (1 UC corespunde 45 min)
PDV: Persoană cu Deficiență Vizuală

Modulul 1 – Elementele de bază în formarea persoanelor cu deficiențe de vedere

Scopul învățării	Scopul este de a învăța bazele didactice și metodologice ale activităților sportive pentru persoanele cu dizabilități. În acest scop este importantă cunoașterea bazelor medicale oftalmologice și metodele din știința sportului. Participanții vor achiziționa cunoștințe teoretice despre antrenamentul PDV și vor învăța despre de ce este necesară practicarea sportului la PDV.	
Ore	Subiect	Observații
5,25 (7 UC)	Bazele didactice și metodologice	
	a. Bazele științei sportului (2 UC) - Metode didactice generale - Proceduri didactice generale - Metode de antrenament generale - Pregătirea rutinei de antrenament - Literatură recomandată b. Bazele deficienței vizuale (3 UC) - Bazele medicale - Diferențele dintre pierderea vederii periferice și centrale - Acuitatea vizuală vs. restricția câmpului vizual - Restricții de sănătate - Limitări ale mobilității - Ajutoare tehnice și medicale - Literatură recomandată c. Efectele activității fizice pentru PDV (2 UC) - Importanța activității fizice pentru PDV - Efecte biologice și fiziologice în timpul și după spor - Efectele asupra sănătății - Discipline sportive pentru PDV - Literatură recomandată	

Modulul 2 – Sesiuni practice de percepție a deficienței vizuale

Scopul învățării	Scopul este de a experimenta ce înseamnă să ai o deficiență vizuală sau să fi nevăzător. Studenții ar trebui să cunoască perspectiva PDV. Schimbarea perspectivei este importantă pentru a înțelege provocările cu care se confruntă PDV și să învețe care activitate este mai dificilă de practicat. Reflecția și discuțiile cu ceilalți studenți despre impresiile acumulate vor ajuta la înțelegerea deficienței vizuale.	
Ore	Subiect	Observații
3 (4 UC)	Percepția de sine în sala de gimnastică	
	a. Curs practic cu obstacole (2 UC) - Cățărutul în postura nevăzătorului - Alergarea în postura nevăzătorului - Aruncarea în postura nevăzătorului - Săritura în postura nevăzătorului - Alunecarea în postura nevăzătorului - Echilibrarea în postura nevăzătorului b. Reflecții (2 UC) - Discuții despre dificultățile întâmpinate - Discuții despre posibile limitări - Schimb de experiență	

Modulul 3 – Bazele teoretice ale conceptului sportiv

Scopul învățării	Scopul este de a cunoaște diferitele componente ale conceptului sportiv, obiectivele acestui concept și cum să îl utilizăm în orele de sport. Studenții vor achiziționa cunoștințe teoretice pentru a implementa conceptul sportiv în cursurile lor de pregătire. În plus vor învăța care aspecte cheie sunt importante în aplicațiile practice.	
Ore	Subiect	Observații
7,5 (10 UC)	Prezentarea teoretică a fiecărui construct integrat în conceptul sportiv	
	a. Modelul MoVo (4 UC) - Bazele teoretice Ilustrarea vizuală și explicarea modelului - Preachizițiile necesare - De reținut în vederea implementării - Literatură recomandată b. Modelul Educației Prin Sport (2 UC)	

	- Bazele teoretice - Preachizițiile necesare - Aplicarea în cursuri practice - Posibile probleme în implementare	
	c. “ Conceptul Abilității de a Acționa” (2 UC) - Bazele teoretice - Preachizițiile necesare - Aplicarea în cursuri practice - Posibile probleme în implementare	
	d. Predarea de la egal la egal (2 UC) - Bazele teoretice - Preachizițiile necesare - Aplicarea în cursuri practice - Posibile probleme în implementare	

Modulul 4 – Aplicarea practică a conceptului sportiv

Scopul învățării	Scopul este de a învăța cum se implementează cadrul teoretic al modulului 3 în cursurile de sport. În plus studenții vor cunoaște diferite discipline sportive pentru PDV. Vor învăța regulamentul, exerciții aplicate, premisele necesare sportului.	
Ore	Subiect	Observații
4,5 (6 UC)	Demonstrația practică a diferitelor discipline sportive pentru persoane cu deficiențe vizuale	
	a. Pezivolleyball (2 UC) - Regulament - Preachizițiile participanților - Material - Exerciții pregătitoare - Structura jocului - Implementarea conceptului sportiv b. Dans/Aerobic (2 UC) - Conținut - Preachizițiile participanților - Caracteristici specifice - Material - Implementarea conceptului sportiv c. Gimnastică/fitnes (1 CU) - Conținut - Preachizițiile participanților - Caracteristici specifice - Material	

	- Implementarea conceptului sportiv d. Fotbal pentru nevăzători (3 UC) - Regulament - Preachizițiile participanților - Material - Exerciții pregătitoare - Structura jocului - Implementarea conceptului sportiv	
--	--	--

Modulul 5 – Lecția demonstrativă

Scopul învățării	Studentii demonstrează că au înțeles componentele conceptului sportiv și sunt capabili să îl implementeze într-o lecție de sport pentru persoane cu deficiență vizuală. Studiul individual va fi un mijloc pentru analizarea activităților și rezumarea lecției.	
Ore	Subiect	Observații
6 (8 UC)	Pregătirea și susținerea unei lecții demonstrative	
	a. Studiu individual în grupuri pentru pregătirea programului unei lecții demonstrative. (4 UC) - Pregătirea în grup a unei lecții demonstrative (încălzirea, partea principală, revenirea după efort) b. Lecția demonstrativă (2 UC) - Susținerea practică a lecției demonstrative c. Reflecții asupra lecției demonstrative (2 UC) - Explicarea scopurilor urmărite - Discuții despre dificultăți - Discuții despre posibile limitări	