



IATETS



# IATETS

Integr-Action Through ETS

IO2: ETS Oktatási kézikönyv



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## Table of contents

### Workshop

#### Educational through Sport

1 HFCH ETS a csoportmunkához kapcsolódó foglalkozás	7
2 BSDA ETS a mozgásképes társaival való interakcióval kapcsolatos foglalkozás	10
3.1 Bevezető képzési modul	11
3.2 WORKSHOP "NEVELÉS A SPORT MÓDSZERTANÁN KERESZTÜL"	13
4 ÜLŐ RÖPLABDA	15
5 KOMMUNIKÁCIÓS workshop	17
6 SZÁMIT AZ INTE(G)RÁCIÓ	19



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS

## 1. Bemutatkozás

Az **"Integr-Action Through ETS"** (IATETS) egy 24 hónapos stratégiai partnerség, amelynek célja, hogy a fogyatékoság által érintett, hátrányos helyzetű európai felnőttek számára új lehetőségeket teremtsen az oktatás és a személyes kiteljesedés terén, a sporton keresztüli oktatáson (ETS) alapuló oktatási formák és személyre szabott tanulási módszerek megvalósítása révén.

Az IATETS egy olyan transznacionális együttműködési megközelítés, amelyben a projekt célpontját elérő és a projekt végső célpontját elérő szervezetek vesznek részt. A konzorcium olyan nem kormányzati szervezeteket és sportegyesületeket foglal magában, amelyek az ETS területén különleges tapasztalattal és elismert minőséggel rendelkeznek. A projekt célcsoportja a 18-35 év közötti hátrányos helyzetű, testi fogyatékosággal érintett felnőttek. A készségek és képességek alkalmatlansága, a részvételből való kirekesztés és a tömeges munkanélküliség következményeként a projekt célja a partnerországokban és Európában a fogyatékosággal élő felnőttek oktatási kirekesztésének kezelése.

Az Eurostat adatai szerint a fogyatékkal élő felnőttek aránytalanul nagy számban vannak jelen az oktatásból és a munkaerőpiacról kirekesztettek között. Az eredmények azt mutatják, hogy a fogyatékosággal élő felnőttek alacsonyabb iskolai végzettséggel és magasabb munkanélküliséggel szembesülnek, mint fogyatékosággal nem érintett társaik, ugyanakkor alacsonyabb mértékben vesznek részt a formális és nem formális képzésben. A fogyatékkal élő felnőttek számára az oktatáshoz és képzéshez való hozzáférés - akár a formális, akár a nem formális szektorban - szintén nagyobb kihívást jelent társaikhoz képest. A fogyatékosággal élő felnőttek az átlagos népességhez képest nagyobb arányban hagyják ott az oktatást, és alacsonyabb arányban vesznek részt az egész életen át tartó tanulásban, ami az alapkészségek és a transzverzális készségek fejlesztéséhez, a továbbtanuláshoz, a foglalkoztathatósághoz és a társadalom minden szintjén való konkrét részvételhez szükséges attitűdök elsajátításában mutatkozik.

Az **Manual of Accessible ETS Education** a projekt szellemi eredményeinek második hozadéka. A kimenet a Blended Learning Mobility eredményeire épül, és az oktatási igények kielégítésére készült, a projekt végső célcsoportjainak, a hátrányos helyzetű, fogyatékkal élő felnőtteknek a jobb bevonása érdekében módszertani ismereteket szerzett üzemeltetőktől. Az ETS-módszerek bemutatására kerül sor, valamint az ilyen anyagok oktatási programokban való közvetlen felhasználására vonatkozó iránymutatások és eszközök kidolgozására. A több nyelven elkészített kézikönyvet nyílt hozzáférésű digitális forrásként integrálják az egyes partnerek weboldalára, valamint a projekt webes platformjára, amint az elkészül és online elérhetővé válik.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 2. Elméleti rész

### Fizikai fogyatékoságok

A "fogyatékoság" fogalmát különböző magyarázatokkal határozzák meg, de általánosságban úgy definiálhatjuk, hogy az olyan fizikai, mentális vagy érzékszervi állapot, amely korlátozza a személy képességét bizonyos tevékenységek végzésére. A WHO szerint: "A fogyatékoság egy gyűjtőfogalom, amely magában foglalja a károsodásokat, a tevékenységi korlátozásokat és a részvételi korlátozásokat. Az egészségkárosodás a test működésében vagy szerkezetében jelentkező probléma; a tevékenységkorlátozás olyan nehézség, amellyel az egyén egy feladat vagy cselekvés végrehajtása során szembesül; míg a részvételi korlátozás olyan probléma, amelyet az egyén az élethelyzetekben való részvétel során tapasztal". A fogyatékoság következtében az emberek élete általában nem olyan, mint másoké. Az oktatás szempontjából a fogyatékosággal élő embereknek speciális szükségleteik vannak, amelyeknek a tanulási folyamat során engedelmkedniük kell. A fogyatékkal élőkkel kapcsolatos ismeretek hiánya, a kihívások és a gyakorlat megakadályozza a pedagógusokat abban, hogy mindenkit olyan mértékben vonjanak be a tevékenységeikbe, ahogyan azt szeretnék, ezért szükség van a fogyatékkal élő felnőttek ETS tevékenységeinek irányításával és létrehozásával kapcsolatos ismeretek és készségek fejlesztésére.

A fogyatékosággal élő felnőttek az oktatásból és a munkaerőpiacról leginkább kirekesztett társadalmi csoportok közé tartoznak. A kutatások azt mutatják, hogy a fogyatékosággal élő felnőttek a fogyatékoságtól nem érintett társaikhoz képest alacsonyabb iskolai végzettséggel és magasabb munkanélküliséggel küzdenek, ugyanakkor alacsonyabb mértékben vesznek részt a formális és nem formális tanulásban. A fogyatékkal élő felnőttek számára az oktatáshoz és képzéshez való hozzáférés - akár a formális, akár a nem formális oktatásban - szintén nagyobb kihívást jelent társaikhoz képest. A fogyatékosággal élő felnőttek az átlagos népességhez képest nagyobb arányban hagyják el az iskolát idő előtt, és alacsonyabb arányban vesznek részt az egész életen át tartó tanulásban, ami az alapkészségek, a transzverzális készségek és a továbbtanuláshoz, a foglalkoztathatósághoz és a társadalom minden szintjén való konkrét részvételhez szükséges attitűdök elsajátításában mutatkozik.

A fogyatékosággal élő személyek sportolásban való részvételének jellemző akadályai 3 különböző kategóriába sorolhatók: **egyéni, társadalmi és környezeti**, ahol az egyéni akadályok a fogyatékoság funkcionális korlátaihoz vagy pszichológiai és fizikai szempontokhoz kapcsolódnak. A társadalmi akadályok főként a közösségi sport és a testmozgás területén dolgozó személyzet szakmai felkészültségének hiányára utalnak a fogyatékkal élők igényeinek megfelelő kommunikáció és a fizikai tevékenységeknek a fogyatékkal élők igényeihez való igazítása terén. A környezeti akadályok általában a kényelmesen elérhető létesítményekre és általában a fogyatékosággal élő személyek számára rendelkezésre álló lehetőségekre vonatkoznak, hogy a pusztán fizikai tevékenységekről áttérjenek a versenysportra. Ezek mellett néhány strukturális akadály is gátolja a fogyatékkal élőket abban, hogy élvezzék a sportolás örömeit, nevezetesen: a sportklub távoli elhelyezkedése, a felszerelés, az utazás és a tényleges sportolás költségei gyakran meghaladják a költségvetést, az



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





## IATETS

információszerzés nehézségei, és végül az a tény, hogy a befogadó/adaptált sportolási lehetőségek nem mindig megfelelőek/alkalmazhatók.

### 3. Módszertan

A sporton keresztül történő nevelés célzott folyamatként írható le. A tanulás tervezett, célzott és ellenőrzött módon történik. A módszer központi eleme a sporttevékenységek keretében szerzett tapasztalatok vagy konkrét események (tanulható pillanatok) szisztematikus kikérdezése és reflektálása. A sporton keresztül történő nevelés különösen alkalmas arra, hogy a fiatalokat életvezetési készségek széles skálájával ruházza fel. A sport, mint tanulási eszköz célzott bevetése a tanulási folyamatok beindítására használható. A megközelítés azonban akkor éri el határait, ha a "tanítható pillanatok" mindig szándékosan jönnek létre. A sport csak akkor bontakoztatja ki teljes nevelési potenciálját, ha nem tervezett helyzetekben (pl. versenysportban) hasonló, de hiteles helyzeteket élünk át.

A sport általi nevelés (Education Through Sport - ETS), mint egy eszköz, amely összekapcsolja a sportgyakorlatokat a tágabb értelemben vett oktatási eredmények elérésével - ezáltal összeköti a testmozgást annak társadalmi dimenziójával -, időközben bevett gyakorlattá vált, és különböző korosztályokat és célcsoportokat érint, beleértve a fogyatékkal élőket is. Az ETS ötvözi a sportgyakorlatokat és a nem formális oktatást (NFE), azzal a céllal, hogy a sportban és a sporton keresztül fejlessze a szociális befogadást elősegítő puha készségeket, alapvető készségeket és attitűdöket.

A sport általi nevelés (ETS), mint a sportban rejlő lehetőségeket az oktatási eredmények elérése érdekében a sporttevékenységen túlmutató, az egyén és ezen keresztül a társadalom szempontjából is szélesebb körű, közepes jelentőséggel bír, viszonylag új keletű elismerésnek örvend. A sportban és a nem formális oktatásban tapasztalt előnyök jelentős és földrajzilag szétszórt gyakorlatot indítottak el, amely még mindig azzal a kihívással szembesül, hogy az ETS módszertani autonómiáját teljes mértékben megteremtse a sportban és a nem formális oktatásban folyó oktatás egymást keresztező fogalmaival szemben. Ugyanakkor az ETS alkalmazása társadalmilag értékelhető eredmények elérésére - főként a társadalmi befogadással kapcsolatban - a hátrányos helyzetű célcsoportok különböző "sportoktatási" programokba való bevonása révén arra ösztönöz, hogy az ETS lehetőségeinek határait a gyakorlatok/módszerek innovációján keresztül tárjuk fel.

A projekt a jólét fizikai és pszichológiai dimenziója közötti kölcsönhatásra fordít kiemelt figyelmet, és arra törekszik, hogy létrehozza és terjessze a kézikönyvet, amely egyedülálló módszertani eszköztárral rendelkezik, amely az ETS-t gyakorlati ismeretekkel kapcsolja össze, hogy azt a fogyatékkal élők felfogásához igazítsa, valamint személyre szabott támogatást nyújtson a sporton keresztül történő nevelés folyamatának minden szakaszában.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 4. Workshop: Oktatás a Sport által (ETS)

### ➤ 1. HFCH ETS munkamenet a csapatmunkával kapcsolatban

Mi lenne, ha...	
1.1	<b>Bemutató</b>
<b>Tanulási eredmények</b>	Egymás megismerése a nyereséges és sikeres hét érdekében
<b>Elnevezés</b>	Jégtörők, csapatépítés
<b>Időkeret</b>	50 perc (30 + 20)
<b>Eszközök</b>	Színes papírok, tollak, filctollak, ragasztószalagok
<b>Eljárás</b>	<p><b>Ismerkedjétek meg egymással</b></p> <p>Bemutató másnak (<b>30 perc</b> - a résztvevők számától függ)</p> <p>Ossza a csoportot párokba. Mindegyik személy beszél magáról a másiknak, néha konkrét utasításokkal, hogy megosszon egy bizonyos, a sporttal kapcsolatos információt (maximum 3 mondat).</p> <p><b>Például:</b> "Amire különösen büszke vagyok a sportterületemben, az a..."; "A kedvenc sporttevékenységem a... és íme, miért" ; "Nem szeretem túlságosan [példát beilleszteni] ...".</p> <p>Öt perc elteltével a résztvevők bemutatják a másik személyt a csoport többi tagjának.</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





## IATETS

	<p><b>Jégtörő</b></p> <p>Papírrepülő játék (20 perc)</p> <p>Adj körbe egy csomag színes papírt. Kérjete meg mindenkit, hogy írjon egy érdekes tény magáról a papírra, majd hajtsa össze papírrepülővé. Egyszerre mindenki indítsa a levegőbe a repülőgépet, és mindenki vegyen fel egyet. Ezután menjetek körbe a teremben, és találjátok ki, hogy kihez melyik érdekes tény tartozik.</p> <p><b>Példák:</b> Csak 28 éves koromban tanultam meg úszni. Ifjúsági olimpiai bronzérmes snowboardos voltam, mielőtt főiskolára mentem.</p>
--	--

<b>1.2</b>	<b>Gyakorlat</b>
<b>Tanulási eredmények</b>	A fogyatékkal kapcsolatos tudatosság növelése a sportot a személyes fejlődés és a csapatépítés eszközeként használva.
<b>Elnevezés</b>	Erasmus a sporton keresztül, csapatépítésen, sportgyakorlaton, együttműködésen
<b>Időkeret</b>	50-60 perc



IATETS



<b>Eljárás</b>	<p>A gyakorlat az aerob edzés alapjaira épül. Ezért a megvalósításához képzett edzőre van szükség. A gyakorlatokat a csoport erejéhez és összetételéhez kell igazítani.</p> <p>A <b>teljes testet átfogó bemelegítés</b> után kezdődhetnek a sportgyakorlatok. Ha nem áll rendelkezésre szakképzett edző, akkor egyszerű mozgásgyakorlatok is alkalmazhatók (egyensúlyállás, fekvőtámasz), de a mozgássorozatok összeállításához továbbra is szükség van egy vezetőre. Osszuk ketté a csoportot. Az egyik csoportnak bekötik a szemét, a másik csoportnak nem. Párokban fognak edzeni, úgy, hogy a pár egyik tagjának be van kötve a szeme. A látó feladata, hogy az edző által bemutatott gyakorlatsorokat elmondja a társának, hogy az végre tudja hajtani azokat.</p> <p>Az is jó ötlet, ha a foglalkozást időben felosztjuk, hogy minden résztvevő mindkét szerepet (látó és nem látó) kipróbálhassa.</p>
	<b>VÉLEMÉNY ÉS ÉRTÉKELÉS (20 perc)</b>
<b>Időkeret</b>	<b>20 perc</b>
<b>Eljárás</b>	<p>Az értékelési fázisban fontos, hogy reflektáljunk a tapasztalatokra:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Milyen volt a segítő szerep?</li><li>- Milyen volt látás nélkül sportolni?</li><li>- Mit éreztél vak szerepben a gyakorlat során?</li><li>- Képes voltál-e teljes mértékben megbízni a partneredben, hogy vezessen téged?</li><li>- Mi volt számodra a legnehezebb ebben a gyakorlatban?</li></ul> <p><b>Bónusz ötlet:</b> A gyakorláshoz használjon normál hangerejű zenét, és változtassa a hangszóró helyét a szobában. Kérjen visszajelzést a csoporttól a hangforrás helyének megváltoztatásáról.</p> <p>Milyen érzés volt bekötött szemmel, 10 percenként más-más pozícióból hallani a zenét?</p>





IATETS



## ➤ 2. BSDA ETS - a mozgásképes társakkal való interakció

<b>SZÓRAKOZÁS MINDENKINEK</b>	
<b>Tanulási eredmények</b>	A fogyatékkal élők tudatosságának növelése, a sport eszközként való felhasználása, személyes fejlődés és a fenntartható társadalmi átalakulás elősegítése.
<b>Tipológia</b>	Jégtörő, energizáló, csapatmunka, együttműködés, empátia, problémamegoldás és állampolgári ismeretek
<b>Időkeret</b>	35 perc
<b>Eszközök</b>	Egy sportcsarnok vagy egy megfelelő, biztonságos, nyitott tér, bolyák, kézilabda, flipchart, papír, tollak, ragasztószalag, stopperóra, kréta, különböző színű edzőtáblák, edzősíp vagy csengő, titkos szerepek kártyái.
<b>Eljárás</b>	<p>Jégtörő</p> <p><b>Ki írta? 10-15 perc</b></p> <p>Mindenki írjon egy papírra egy egyedi, furcsa vagy váratlan tényt magáról. Ezután tegyék a papírt egy dobozba, és keverjék össze őket. Olvassátok fel az egyes tényeket. Hagyja, hogy a résztvevők kitalálják, ki írta. Miután kitalálták, kérd meg a tényt író résztvevőt, hogy azonosítsa magát, és ha szükséges, adjon további információkat.</p> <p><b>Narancs, alma és banán Energizáló 10-15 perc</b></p> <p>A résztvevők álljanak körbe, és nézzenek az óramutató járásával megegyező irányba. Ezután mindenki tegye a karját az előtte álló résztvevő vállára. A körön belül/kívül álló irányt adó vezető kiabáljon 3 parancsot. Mindegyik parancs egy-egy gyümölcs neve lesz, és olyan cselekvés, amelyet a csoport végez. Az első parancs az "alma". Mindenki megismétli az "Alma" szót, majd egyszer előreugrik. A csoport néhányszor gyakoroljon.</p> <p>Ezután mutassa be a második parancsot: "Banán". Mindenki megismétli a "Banán" szót, majd egyszer hátrafelé ugrik. A harmadik parancs a "Narancs". Mindenki ismétlje el a "Narancs" szót, és forduljon 180 fokot. A csoport gyakorolja a parancsok különböző kombinációit.</p> <p><b>A résztvevők testének teljes bemelegítése - az izmok, inak és ízületek bemelegítése az ETS foglalkozásra - 5 perc.</b></p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p><b>Utasítások:</b> Kezdjük a különböző testrészek nyújtásával, mint a fej, nyak, váll, könyök, comb, has, térd, vádli, lábfej. Ezután kezdjük el helyben menetelni, majd meneteljünk előre és hátra. A lépések ritmusában lendítsd fel és le a karjaidat, a könyöködet hajlítva, az öklöket pedig lazán tartsd. A bemelegítést befejezheted néhány ismétléssel: Jumping jack (ugorj fel, terpeszd szét a lábad, és a két kezdet fogd össze a fejed felett) vagy bokaugrás (pattanj le a padlóról egy gyors, ismétlődő mozdulattal, a térdeidet tartsd lazán).</p>
--	--

### ➤ 3.1 Bevezető képzési modul

<b>WORKSHOP "UTASÍTÁSOK"</b>	
<b>Tanulási eredmények</b>	<p>A workshop egy 3 szakaszból álló fizikai tevékenység, amelynek célja, hogy a résztvevők számára a sporton keresztül történő nevelés által megmutassa a különbséget az oktatás és a sport általi nevelés között. Felhívja a figyelmet a diszkrimináció témájára is.</p> <p>Célkitűzések:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• A foglalkozás céljai a következők:</li><li>• A sport általi nevelés fogalmának bemutatása.</li><li>• A sportra, a sport által és a sport által történő nevelés közötti különbségek hangsúlyozása.</li><li>• A kommunikációs és együttműködési készségek fejlesztése.</li><li>• A diszkrimináció témájának tudatosítása.</li></ul>
<b>Elnevezés</b>	Szimulációs szabály
<b>Időkeret</b>	<p>Előkészítés: 1 h Végrehajtás: 1.25h</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. lépés) -10- perc eszköz kiosztás</li><li>2. lépés) -10- perc az utasítások magyarázata</li><li>3. lépés) -20- perc a tevékenység első része.</li><li>4. lépés) -20- perc a tevékenység második része (diszkriminációs elem)</li><li>5. lépés) -25- perc eligazítás és zárás</li></ol>
<b>Eszközök</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 20 mellény vagy sál</li><li>• A csoport méretének megfelelő biztonságos hely a tevékenység lebonyolításához,</li><li>• Flipchart papírok és filctollak.</li></ul>
<b>Eljárás</b>	<p>Előzetes előkészítés</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jelölje ki a tevékenység helyét (ha szükséges).</li><li>• Készítsék elő a csapatok számára a mellényeket/sálakat.</li></ul>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Magyarázza el a szabályokat, és azokat világosan fogalmazza meg, vagy tegye ki egy flipchartra.</li><li>• A játékvezető felkészítése.</li></ul> <p>A játékvezető szerepe (amelyet már az elején bemutatunk) az, hogy a gyakorlat harmadik részében megkülönböztesse az egyik csapatot. Ez lehet bármilyen finom dolog, például pacsizás a többi csapatnak, a megkülönböztetett csapat figyelmen kívül hagyása, pontok adása a szurkolásért/ mások buzdításáért/csapatszellemért csak a kivételezett csapatnak, pontok elvétele különböző okok miatt a megkülönböztetett csapattól. A pártatlanságtól azonban fokozatosan át kell térni az egyes csapatok egyértelmű segítésére, míg a többi csapat hátrányos helyzetbe kerül, ezért ügyeljenek arra, hogy a játékvezető szerepét olyan személy kapja, aki a foglalkozás során végig képes a szerepében maradni, így tartva azt reálisnak.</p> <p><b>A tevékenység végrehajtása</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>1. LÉPÉS - a résztvevők felkészítése, 10 perc</b> Minden résztvevő kap egy mellényt vagy egy sálát, és megpróbálja megszerezni a többiektől anélkül, hogy elveszítené a sajátját. A mellényeket mindenki hátul a nadrágjába vagy a rövidnadrágjába tűrjük. A játék bemelegítő gyakorlatként is használható. Magyarázza el a résztvevőknek, hogy a mellényüknek legalább a felét nem szabad betérni, hogy a többiek elkaphassák. Kígyó: Osszuk a csoportot 3-4 csapatra (a csapatoknak körülbelül 4-5 főből kell állniuk). Hagyjuk, hogy kiválasszák a csapattársaikat, ha akarják.</li><li>➤ <b>2. LÉPÉS - instrukciók, 10 perc</b> Adjuk meg nekik az instrukciókat: kígyóként kell viselkedniük, azzal a céllal, hogy ellopják a másik csapat utolsó tagjára erősített (például a rövidnadrágba dugott) mellényt/sálát. A mellény/sál elkapása csak akkor kap pontot, ha az emberlánc nem szakad meg. Mutassátok be a játékvezetőt.</li><li>➤ <b>3. LÉPÉS - a tevékenység végrehajtása, 20 perc</b></li><li>➤ <b>4. LÉPÉS - megkülönböztető elem, 20 perc</b> A tevékenység során mutassa be a "megkülönböztető elemet". Állítsa le a játékot, és tudassa a résztvevőkkel, hogy a jobb eredmény elérése érdekében 2-3 perc áll rendelkezésükre, hogy a csapatokon belül stratégiát határozzanak meg. Hagyja őket újra játszani; ezúttal a játékvezetőnek kell a facilitációs tippekben felkínált utasításoknak megfelelően cselekednie.</li><li>➤ <b>5. LÉPÉS - Eligazítás + zárás, 25 perc</b></li></ul>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>A tevékenység végén töltsön el egy kis időt azzal, hogy megbeszéljük, mit tanultak az emberek, és hogyan látják, hogy mindez milyen úton kapcsolódik saját életükhöz és közösségükhöz.</p> <p>Emellett biztosítson lehetőséget mindenkinek a megszólalásra, hogy tudják, hogy véleményüket és részvételüket értékeli/megbecsüli.</p> <p>- Kérje meg őket, hogy írják le a tevékenységet, az érzéseiket és a tanultakat.</p> <p>Példák:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Mi történt a játék során?</li><li>2. Tanultál valami újat magadról?</li></ol> <p>Példák:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Milyen problémáid voltak a szervezéssel?</li><li>2. Milyen felelőssége volt az egyes csoporttagoknak?</li><li>3. Hogyan tudtak javítani a teljesítményükön?</li></ol> <p>Példák:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Ki kapta a legmagasabb pontszámot az összes csapat közül? Hogyan játszottatok a győzelemért?</li><li>2. Voltak-e megállapodások a csapatok között az együttműködésről? Miért?</li><li>3. Hogyan érezték magukat a többiek (akik kimaradtak a megállapodásból)?</li></ol> <p>Példák:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Élveztétek a játékot?</li><li>2. Mi tetszett/nem tetszett benne?</li><li>3. Olyan tevékenység, amelyet mások számára is használna/adaptálna?</li><li>4. Úgy gondolod, hogy segített neked valami újat tanulni?</li></ol>
--	--

## ➤ 3.2 WORKSHOP "SPORT ÁLTALI NEVELÉS MÓDSZERTAN"

<b>Tanulási eredmények</b>	Ez a workshop kiemeli, hogy a sport hogyan használható a szociális kompetenciák fejlesztésére, és hogyan lehet eszköz a társadalmi konfliktusok megoldására, valamint a befogadás és a részvétel támogatására.
----------------------------	--



IATETS



	<p>Célkitűzések:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- A szociális kompetenciák fejlesztése.</li><li>- A befogadás értéke.</li><li>- A saját és mások viselkedésének megértése és átgondolása.</li><li>- Csapatépítés.</li></ul>
<b>Elnevezés</b>	Csapat szabály (ez a tevékenység a legtöbb csapatsportokhoz, például a kézilabdához és a labdarúgáshoz igazítható).
<b>Időkeret</b>	<p>Előzetes előkészítés: 5 perc</p> <p>A tevékenység végrehajtása: 1.15 óra, amely a következő lépéseket foglalja magában:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. LÉPÉS) -5- perc instrukciók</li><li>2. LÉPÉS) -15- perc Sportra nevelés</li><li>3. LÉPÉS) -15- perc Sport általi oktatás</li><li>4. LÉPÉS) -20- perc Oktatás a sport által</li><li>5. LÉPÉS) -20- perc Eligazítás és zárás</li></ol>
<b>Eszközök</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Kosárlabdapálya</li><li>● Kosárlabda</li><li>● Bibs</li><li>● 2 síp</li><li>● Szerepkártya</li></ul>
<b>Eljárás</b>	<p>Előzetes előkészítés - 5 perc Szervezze a résztvevőket 2-5 fős csapatba, vagy több csapatba, ha a létszám nagyobb, mint 10 fő.</p> <p><b>A tevékenység végrehajtása</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>→ <b>1. LÉPÉS - instrukciók. 5 perc</b> Adja át az utasításokat: 3 különböző lépésen kell végigmenniük, hogy a tevékenységet teljes egészében megvalósítsák. Egy játékot fognak játszani, amely meghatározott szabályok és szerepek alapján történik, amelyeket be kell tartaniuk.</li><li>➤ <b>2. LÉPÉS - sportra nevelés, 15 perc</b> Magyarázza el a résztvevőknek, hogy csapatban kell kosárlabdázniuk, és hogy a cél a győzelem. Magyarázza el, hogyan kell játszani. Mutassa be a résztvevőknek a szabályokat és a határokat. Kérdezze meg a résztvevőket, hogy mik a játékszabályok? Ebben a szakaszban olyan egyszerű szabályok kerülnek elő, mint a dupla dribble és a labdával való utazás.</li><li>➤ <b>3. LÉPÉS - Sport általi nevelés, 15 perc</b> Bevezetünk néhány feltételt a játékba, hogy megmutassuk, hogyan használja a játék a sport általi nevelést. Ezek közé tartozhatnak: - a labdát legalább háromszor kell passzolni, mielőtt gólt lehet szerezni - csak gyenge kézzel lehet dribbelni - a férfiak csak gyenge kézzel szerezhetnek gólt - a férfiak csak a kulcson kívül szerezhetnek gólt.</li></ul>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>➤ <b>4. LÉPÉS - Nevelés a sporton keresztül, 20 perc</b> Szerepkártyák bemutatása. Különböző kártyákat használhatsz a különböző szociális kompetenciák feltárására. Következzen néhány példa: - önzőnek lenni - passzolni a másik csapatnak - kiabálni azokkal, akik hibáznak - megpróbálni mindenkit bevonni - csak egy embernek passzolni - bírónak lenni - edzősködni a csapattal - túl lelkesnek lenni a résztvevők ne beszéljék meg senkivel a szerepüket. Most ebben a szerepben kell játszaniuk a játékot. Ebben a szakaszban a szerepek miatt konfliktus alakulhat ki, ezért a szerepek kiválasztásánál ügyeljenek.</p> <p>➤ <b>5. LÉPÉS - Eligazítás és zárás, 20 perc</b> A tevékenység végén töltsön időt azzal, hogy megbeszéljük, mit tanultak az emberek, és hogyan látják, hogy mindez hogyan kapcsolódik a saját életükhöz és a közösségükhöz. Az eligazítást egyébként is csak a játék végén végezzük, különben megszakíthatjuk a tevékenység folyását.</p> <p>Emellett gondoskodjon arról, hogy mindenki lehetőséget kapjon a felszólalásra, hogy tudják, hogy véleményüket és részvételüket értékeli/becsüli.</p> <p>Az alábbi kérdésekhez hasonló kérdéseket lehet használni:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tetszett a játék?</li><li>• Hogyan birkóztál meg a korlátozásokkal?</li><li>• Jól működött a csapat?</li><li>• Hogyan éreztétek magatokat a szerepekben?</li><li>• Hogyan reagálsz egyébként, ha valaki így viselkedik veled szemben?</li><li>• Ti is így viselkedtek bizonyos helyzetekben a mindennapi életben?</li><li>• Mit tanultál ebből a játékból?</li></ul> <p><b>Tippek a tréner számára:</b> a tevékenységet annak megfelelően alakítsa át, ha fogyatékkal élők fogják végrehajtani.</p>
--	--

## ➤ 4. ÜLŐRÖPLABDA

<b>A bevonandó résztvevők száma</b>	2 csapat, 6-6 fővel
<b>Tanulási eredmények</b>	Csapatépítés, csapatmunka, kommunikáció
<b>Tipológia</b>	Csapatmunka, kommunikáció, együttműködés, empátia és problémamegoldás
<b>Időkeret</b>	80 - 90 perc



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



<b>Eszközök</b>	Sportcsarnok vagy megfelelő biztonságos szabad tér, röplabda, háló, flipchart, papír, tollak, ragasztószalag, stopperóra, különböző színű edzőtáblák, edzősíp.
<b>Eljárás</b>	<p><b>Bemelegítés</b> Kezdje egy egyszerű bemelegítéssel, amely nyújtásokból áll.</p> <p>Röplabda bemelegítés</p> <p>1. számú: Labdadobás</p> <p>Ehhez a gyakorlathoz labdára van szükség. Keressetek egy párt, és álljatok egymással szemben a pályán. Az ütő karoddal dobjátok oda-vissza a labdát egymásnak, bemelegítve az ütő vállat és kart. Ezt csak néhány percig kell csinálni, hogy a vállízületet ellazítsuk.</p> <p>2. számú röplabdás bemelegítés: Tüskés gyakorlat</p> <p>Ehhez a gyakorlathoz labdára van szükség. Keressetek egy partnert, és álljatok egymással szemben a pályán. Dobjátok fel a labdát a levegőbe, és spicceljétek le a földre úgy, hogy egy pattanás után érje el a partnereteket. Ezt csak addig csináld, amíg a vállad bemelegszik.</p> <p>3. számú röplabdás bemelegítés: Állításgyakorlat</p> <p>Ehhez a gyakorlathoz labdára van szükség. Álljatok egymástól körülbelül három méter távolságra, és állítsátok a labdát előre-hátra. Ahogy az alkarod ellazul, próbáld meg hátrébb tolni a távolságot, hogy távolabbról állítsd be a labdát.</p> <p>4. számú röplabda bemelegítés: Passzolási gyakorlat</p> <p>Ehhez a gyakorlathoz labdára van szükség. Körülbelül három méter távolságra állva kezdjétek el oda-vissza passzolni a labdát, arra koncentrálni, hogy jó passzokat adjatok a társatoknak.</p> <p>5. számú röplabdás bemelegítés: Bors</p> <p>Ehhez a gyakorlathoz labda szükséges. Egy partner segítségével álljatok egymástól körülbelül tíz lábnyi távolságra. A labdával kezdő partner dobja a labdát a társának, aki visszapasszolja neki a labdát. Ezután a partner visszadobja a labdát a másik partnernek, aki viszont visszapöcköli a labdát a másik partnernek.</p> <p>6. számú röplabdás bemelegítés: Védekezés</p> <p>Ehhez a csapatgyakorlathoz legalább tíz labdára van szükség, és remek módja annak, hogy bemelegítsük a csapat passzolási készségét a mérkőzés előtt. Az edzőnek szüksége van egy csomó labdára az oldalán, egy sor játékosra vele szemben, és egy "beállósra" a jobb oldalon az edző és a játékosok között. Az</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>edző dobja a labdát (spiccelheti vagy keményen is dobhatja) a sorban első játékosnak, aki továbbadja a labdát a beállósna.</p> <p>Röplabda bemelegítés</p> <p>No.7: Ütés</p> <p>Ez a bemelegítés legalább három labdát igényel, és remekül alkalmas ütésre közvetlenül a mérkőzés vagy edzés előtt. A szettjátékos felveszi a jobb elülső pozícióját. A pálya túloldalán áll egy ütőjátékos, egy sor külső ütő, egy sor középső ütő, egy sor jobb oldali ütő, és a középső ütőktől jobbra álló edző dobja a labdát a szetternek.</p> <p>Ezután az edző dobja a labdát a szettjátékosnak, aki beállítja a középső ütőt, és a folyamat ismétlődik. A jobb oldali ütő kapja a következő szettet, és a gyakorlat visszamegy a külső ütővonalra. A játékosok bármelyik vonalról kitölthetik és üthetnek; azonban praktikusabb, ha a játékosok arról a helyről ütnek, ahonnan a játékban általában ütnének.</p> <p>8. számú röplabdás bemelegítés: Adogatás</p> <p>Ehhez a gyakorlathoz a háló mindkét oldalán egyenlő számú játékosra és minden játékosnak egy labdára van szükség. Ez csak egy gyors adogatás bemelegítés. A játékosok szétszóródnak a hátsó sorban, és a labdát a másik oldalra adogatják. Mindkét oldal egyszerre adogat, így mindig jönnek labdák, amelyeket el kell kapni és vissza kell adogatni.</p> <p>Játsszon 15-20 percig</p> <p><b>1. rész</b></p> <p>Csapatokat állítunk fel. Az ülő röplabda ugyanazokat a szabályokat követi, mint az álló röplabda, néhány módosítással. Minden sportoló ülő helyzetben játszik, és a sportoló törzsének egy részének érintkeznie kell a talajjal, amikor egy játékos kezeli a labdát. A játék célja, hogy a röplabdát úgy juttassa át a háló felett, hogy az ellenfél ne tudja visszaadni.</p> <p>Később a csapat felvesz egy embert, aki még nem tudja a feladatot. Ki kell választaniuk egy helyet, ahol ez a személy ülni fog. Csak ezután tudják meg, hogy az illető nem mozdulhat. A csapatoknak 3 percük van a gyakorlásra és a stratégia kiválasztására.</p> <p>Játsszatok 15-20 percig.</p>
--	--



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



	<p><b>2. rész</b> A csapatok folytatják a játékot, minden egyes küzdelemnél figyelembe kell venniük, hogy a nem mozgó személynek legalább egyszer el kell löknie a labdát. Ha ezt nem teszik meg, a csapat nem kap pontot.</p> <p>A játék 15-20 percig tart. <b>Eligazítás és értékelés</b> Kezdje a tevékenység során történetek áttekintésével. A facilitátor használhatja a következő előkészített kérdéseket:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Milyen volt a játék?</li><li>- Hogyan éreztétek magatokat a játék után?</li><li>- Mennyire volt könnyű / nehéz a játék különböző részei?</li><li>- Mi történt az 1. és 2. részben?</li><li>- Hogyan éreztétek magatokat a többiek viselkedésével kapcsolatban?</li><li>- Mit tanultál ebből a játékból?</li></ul>
--	---

## ➤ 5. Kommunikációs workshop

<b>Tanulási eredmények</b>	Ez a tevékenység segít a csoportnak megérteni, hogy beszélgetés nélkül, a nonverbális kommunikáció segítségével is kommunikálhatnak egymással. Ez a workshop tudatosítja az emberekben, hogy különböző módokon is kifejezhetik magukat, és csapatmunkát végezhetnek a közös célok elérése érdekében.
<b>Elnevezés</b>	Csapatépítés, csapatmunka, együttműködés, empátia, problémamegoldás
<b>Időkeret</b>	80 - 90 perc
<b>Eszközök</b>	Nagy szoba Különböző tárgyak (tollak, labdák.) Bekötött szemek Fantázia kártyák (pl.: dixit) / kártya rajzokkal vagy képekkel / fényképekkel.
<b>Eljárás</b>	<p>1 - CSENDES FELSOROZÁS A csoport kidolgozza, hogyan lehet együttműködően felsorakozni, gesztusok, arckifejezések, bólintások stb. segítségével. Tevékenységi utasítások: A résztvevőknek azt mondjuk, hogy egy adott tényező szerint kell egyenes sorba állniuk anélkül, hogy a játék során beszélnének egymással. Néhány példa lehet: - Magasság - Hajszín (a legvilágosabbtól a legsötétebbig) - Életkori sorrend - ABC-sorrend a nevük első betűje alapján - Egy alkalmi szám, amire gondolnak Az embereknek nonverbális kommunikációs készségeket kell használniuk ennek eléréséhez. Például kézmozdulatokkal és mimikával.</p> <p>2. TOM-TOM Sok tárgy van szétszórva a szobában, a legnagyobbaktól a legkisebbekig (pl.: tollak, labdák). Minden egyes visszaszerzett tárgy pontokat ad a csapatnak. A kis tárgyak többet érnek, mint a nagyok (pl.: labda 5 pont, toll 20 pont) Osszátok a csoportot 3 fős csapatokra. Minden személy egy karaktert</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





## IATETS

	<p>képvisel: Google, TOM, Driver. Sofőr: Vak. Ő az egyetlen, aki mozogni tud a szobában és összegyűjteni a tárgyakat, amelyek pontokat adnak a csapatnak, a mozgáshoz TOMTOM utasításait követi. TomTom: Az egyetlen, aki a hangját tudja használni és kommunikálni a másik kettővel, de csak a "Google"-t tudja nézni, és nem látja a szobát, ezért a Google-től kell útbaigazítást kérnie. Google: Ő az egyetlen, aki mindent lát, de nem tud beszélni. Az egyetlen dolog, amit tud, hogy gesztusokkal irányt ad a TomTomnak, így az a sofőrnek a helyes útbaigazítást tudja adni. Az a csapat nyer, amelyik a legtöbb pontot szerzi a tárgyakat elvéve. A fejlesztéshez: Kommunikáció Együttműködés Kommunikációs képesség (verbális nem verbális) A különbségek összehozása Mindenki a teljes potenciálját kihasználva dolgozik Bizalom Stratégia tervezése és átütemezése.</p> <p>3 - KÉPZELÉS - ELKÉPZELEM, hogy képeken keresztül megértsük, mit visznek haza az emberek ebből az élményből. Ez a tevékenység nagyon hasznos abban, hogy az emberek megértsék, hogy ki-kí hogyan élte meg ezt a műhelyt, és hogyan értelmezi másképp a világot. egy kreatív és szórakoztató tevékenységen keresztül lehet beszélni az érzéseinkről. Szükség van FANTASY kártyákra, kártyára rajzokkal vagy képekkel/fotókkal.</p> <p>JÁTÉKMÓD A kártyák nem meghatározott sorrendben kerülnek az asztalra vagy a padlóra. A csoport minden tagját megkérjük, hogy válasszon egy olyan papírt, amely valamilyen módon leírja a személyes érzést a tevékenység során. Körbe helyezkedünk, és a csoport minden tagjának véletlenszerű sorrendben meg kell mutatnia a csoportnak az általa választott kártyát, és néhány szóban meg kell magyaráznia választásának okát.</p> <p>-A játék során nem szabad magyarázatot kérni vagy vitatkozni a különböző véleményekkel.</p> <p>Fontos, hogy a kártyaválasztásra meghatározott időt adjunk.</p> <p>Célszerű instrumentális és lassú háttérzenét használni a kártya kiválasztásakor. Utána beszéljünk arról, hogy mennyire találták könnyűnek vagy nehéznek a játékokat.</p> <p>Kérdezzük meg, hogyan alakították át a kommunikáció módját, hogy elérjék a kívánt eredményt?</p> <p>Milyen más módokon kommunikálhatnának még egy olyan személlyel, aki nem tud beszélni?</p>
--	--



IATETS



## ➤ 6. SZÁMÍT AZ INTE(G)RÁCIÓ

<b>Tanulási eredmények</b>	Participants will learn how to start and maintain interaction with able-bodied peers-Participants will acquire skills which will improve their interaction with able-bodied peers
<b>Elnevezés</b>	Jégtörő játék-Videó és megbeszélés-Prezentáció az interaktív készségekről
<b>Időkeret</b>	-10 perc a bevezetésre -20 perc szerepjátékra -20 perc az előadásra -10 perc az értékelésre és reflexió
<b>Eszközök</b>	Terem a workshop lebonyolításához -Jenga blokkok -számítógép/laptop, vetítővászon és projektor.
<b>Eljárás</b>	<p>1) A workshop egy szépen törő Jenga-játékkal kezdődik:</p> <p>A Jenga sok vidám összejövetel kiindulópontja. Ez egy szuper könnyű jégtörő tevékenység, amit elmagyarázni és felvenni &amp; bárki bármikor csatlakozhat. A szokásos toronydöntő versenyt feldobhatod azzal, hogy minden egyes hasábra (vagy amennyire csak tudsz) témához kapcsolódó kérdéseket írsz. Amikor minden egyes blokkot kihúzol, olvasd fel hangosan a kérdést &amp; válaszolj rá, mielőtt a darabot a torony tetejére helyezed. Ez izgalmas beszélgetéseket indíthat el olyan hétköznapi témákról, mint a kedvenc szabadidős tevékenységek, egészen az olyan mélyebb témáig, mint a karrier- és önfelnevelési célok. A cél a résztvevők közötti interakció ösztönzése.</p> <p>2)Videó és megbeszélés:</p> <p><a href="https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/">https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/</a></p> <p>A videó lejátszása után indítson beszélgetést a résztvevőkkel. Felteheti a következő kérdéseket: -Tudtok azonosulni ezzel a videóval? Ha igen, milyen módon? -Mit javasolnál ép társaidnak annak érdekében, hogy javítsák a veled való interakciót?-Valamilyen problémád van, amikor megpróbálsz interakcióba lépni velük? Ha igen, milyen módon? -Ismer valaki olyan interakciós stratégiát, amely segíthet? Ha igen, meg tudná osztani velünk? Nézze meg, hogyan folytatódik a vita, és bátorítsa a résztvevőket, hogy osszák meg véleményüket és nézeteiket.</p> <p>3) Előadás:</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>Ebben a részben a facilitátornak elő kell készítenie a prezentációt az interakciós készséget javító tippekről. A prezentáció PPT formájában is elkészíthető <a href="https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-home/thoughtwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve-Your-Communication-Skills">https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-home/thoughtwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve-Your-Communication-Skills</a> alapján kívánatos, hogy interaktív legyen. Minden egyes tipp után a moderátornak kommentálnia kell azt a résztvevőkkel, meg kell kérdeznie a véleményüket, meg kell kérdeznie a személyes tapasztalataikat stb.</p> <p>4) Értékelés és reflexió:</p> <p>A workshop utolsó része az értékelésnek és a reflexiónak van szentelve. A résztvevőknek a következő kérdéseket teszik fel:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Haszonynak találta ezt a műhelymunkát? -Mit tanultál?</li><li>-Változott-e a véleménye/véleménye a fogyatékkal élő társaival való interakcióval kapcsolatban?</li></ul> <p>Ha igen, fejtse ki részletesebben. -Mely tippeket találtál különösen hasznosnak az előadásból, és miért?</p> <p>-A műhelymunka melyik része tetszett a legjobban, és miért?</p> <p>A moderátor annyi kérdéssel folytathatja, amennyivel csak akarja. A cél az, hogy őszinte visszajelzést kapjon a résztvevőktől, és így javítsa a műhelyt a jövőbeni felhasználás érdekében.</p>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IAETETS



## 5. A kevert mobilitás eredményei

Az MVNGO oktatója által tartott képzés online zajlott, mivel a nyilvános összejövetelekre vonatkozó nemzeti szabályok tiltják a 4 főnél nagyobb létszámú találkozót. Ezt figyelembe véve az MVNGO a trénerével együtt úgy ítélte meg, hogy a képzés online lett volna a legmegfelelőbb. A résztvevők között egyaránt voltak épek és fogyatékkal élők, akik az oktatásból való kirekesztettség és hátrányos helyzet (alacsony képzettség, alacsony képzettség és munkanélküliség) körülményei között élnek. Tekintettel az online módozatra, nem volt szükség kísérő személyekre, mivel a résztvevőknek lehetőségük volt arra, hogy saját helyükről, saját eszközeikkel vegyenek részt a képzésen. A képzés online lebonyolítása egyben lehetőséget adott arra is, hogy a képzés inkluzívabbá váljon, megkönnyítve a fogyatékkal élők részvételét, akiknek nehéz lett volna részt venniük egy személyes találkozón.

Az online képzés hozzáadott értéke a projekt eredményeihez kapcsolódik:

"ETS Ability Empowering Format". Az oktatási formátum, amelyet a Kimenet az online képzésben a tanulóközönség képviselőivel teszteltük. Az online képzés során elért eredmények és a fejlesztésre vonatkozó meglátások biztosították egy kipróbált oktatási módszertan kiadását, valamint lehetővé tették a konzorcium számára, hogy értékelje a formátum megfelelőségét a tanulási igényeknek.

- Szellemi kimenet 2 "- Az akadálymentes ETS-oktatás kézikönyve". A konzorcium készített egy Kézikönyvet a hátrányos helyzetű, fogyatékkal élő felnőtt tanulókat célzó ETS oktatási programok megvalósításához szükséges iránymutatásokkal és eszközökkel. A Kézikönyvbe integrált iránymutatások az oktatók online tanulási mobilitás keretében tett beszámolóinak megállapításain alapultak.

Szellemi teljesítmény 3. "IAETETS webes platform és modulok". A webes platformba foglalt oktatási modulok a projekt fő műhelymunkáiról készült felvételeket illusztráló videószimulációkat tartalmaztak, amelyek oktatási útmutatást nyújtanak a tanulók közösségének. A projektpályázattal ellentétben, ahol egy kevert mobilitás létrehozását tervezték, az online képzésben résztvevők kiválasztása nemzeti szinten történt az egyes partnerek felelőssége és a pályázó szervezet általános koordinációja mellett.

Valóban minden partner nemzeti szinten előválogatást végzett a résztvevők számára nemzeti nyelven közzétett felhívás útján. A felhívás nyitott volt minden érdeklődő számára, aki a megcélzott kategóriákba tartozott (alacsony szintű készségekkel és képzettséggel rendelkező, fogyatékkal élő felnőttek, akik nem rendelkeznek munkahellyel). A felhívás közzétételére az egyes partnerek weboldalán (weboldalain) és a közösségi médiában található oldalakon is sor került, valamint - a mobilitási lehetőség maximális láthatósága érdekében - a felhívás terjesztése révén az egyes partnerek érdekelt hálózatain keresztül. Mivel a képzés fejlesztése online történt, nem készült semmilyen információs csomag, de a résztvevőkkel megosztották az alapvető szervezeti információkat, valamint a tervezett találkozók és találkozók napirendjét.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





**IATETS**



A tanulási eredmények elismerése magában foglalta az Europass bizonyítvány kiadását minden résztvevőnek. Az Europass-t a résztvevők és az oktatók közösen dolgozták ki egy közös értékelő ülésen. A tanúsítvány a résztvevők által megszerzett ismereteket, készségeket és kompetenciákat is feltárta, összehasonlítva a belépő szintű kompetenciájukkal.

A kiosztott pontszámot a 11 kategória (tanulási egység) mindegyikéhez az elvárt eredmények alapján rendelték hozzá: az ETS-ről és a sport/fizikai gyakorlat előnyeiről szóló ismeretek, meggyőzés, prezentáció, innováció, gyakorlati készségek az ETS-ben, soft skills, szociális készségek, kommunikáció, vezetés, idegen nyelvi kifejezőképesség, problémamegoldás. Az oktatókból és a szervezőkből álló értékelő bizottság résztvevőnként/bizonyítványonként a következő információkat írta fel: a kedvezményezett neve, a mobilitás időtartama, a megszerzett ismeretek, készségek és kompetenciák értékelése.



**REMÉNYT A  
GYERMEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



# IATETS

## ETS Aracılığıyla Entegrasyon Eylemi

### IO2: Erişilebilir ETS Eğitimi Kılavuzu



REMÉNYT A  
GYERMEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET



Gelişim  
Gençlik ve Spor  
Kulübü Derneği





IATETS



<b>İçindekiler</b> .....	2
<b>Faaliyet</b>	
<b>Spor Aracıyla Eğitim</b>	
1 HFCH ETS takım çalışmasıyla ilgili oturum .....	7
2 BSDA ETS güçlü kuvvetli akranlarla etkileşimle ilgili oturum.....	10
3.1 Introducing training module .....	11
3.2 FAALİYET "SPOR METODOLOJİSİ ARACIYLA EĞİTİM" .....	13
4 OTURMA VOLEYBOLU .....	15
5 İşetışim Faaliyeti .....	17
6 INTE(G)RACTION ÖNEMLİ .....	19



**REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET



**Gelisim**  
Gençlik ve Spor  
Kulübü Derneği







IATETS



## 1. Tanıtım

"ETS Yoluyla Entegrasyon Eylemi" (IATETS), Spor Yoluyla Eğitime dayalı eğitim biçimleri ve özelleştirilmiş öğrenme yöntemleri sunarak engellilikten etkilenen dezavantajlı Avrupalı yetişkinler için yeni eğitim fırsatları ve kişisel tatmin yaratmayı amaçlayan 24 aylık bir stratejik ortaklıktır. (ETS).

IATETS, projenin hedefine ulaşan ve projenin nihai hedefine ulaşan kuruluşları içeren bir ulusötesi işbirliği yaklaşımıdır. Konsorsiyum, ETS alanında özel deneyime ve tanınmış kaliteye sahip STK'ları ve spor derneklerini içermektedir. Proje hedefi, fiziksel engelden etkilenen 18-35 yaş arası dezavantajlı yetişkinlerdir. Proje, ortak ülkelerdeki ve Avrupa'daki engelli yetişkinlerin eğitimden dışlanmasına, bunun doğal sonucu olarak beceri uyumsuzlukları, katılımdan dışlanma ve kitlesel işsizlikle hitap etmeyi amaçlıyor.

Eurostat verilerinin vurguladığı gibi, engelli yetişkinler eğitimden ve işgücü piyasasından dışlananlar arasında orantısız bir şekilde temsil edilmektedir. Bulgular, engelli yetişkinlerin, engellilikten etkilenmeyen akranlarına göre daha düşük eğitim kazanımı ve daha yüksek işsizlikle karşı karşıya kaldıklarını ve aynı zamanda örgün ve örgün olmayan eğitime daha düşük derecede katıldıklarını göstermektedir. Hem örgün hem de yaygın sektörlerde eğitim ve öğretime erişim, engelli yetişkinler için yaşlarına kıyasla daha zordur. Engelli yetişkinler, ortalama nüfusa göre daha yüksek eğitimden erken ayrılma ve yaşam boyu öğrenmeye daha düşük katılım oranlarıyla karşı karşıyadır; bu da, temel becerilerin, ileri eğitim için gerekli çapraz becerilerin ve tutumların kazanılmasında, tüm dünyada istihdam edilebilirlik ve somut katılımı bir uyumsuzluğa dönüşmektedir. toplum seviyeleri.

Erişilebilir ETS Eğitimi Kılavuzu, projenin fikri çıktılarından ikinci sonucudur. Çıktı, Harmanlanmış Öğrenme Hareketliliğinin sonuçlarına dayanmaktadır ve projenin nihai hedef grupları olan engelli dezavantajlı yetişkinleri daha iyi meşgul etmek için metodolojik beceriler alan operatörlerden eğitim ihtiyaçlarını karşılamak için üretilmiştir. ETS yöntemleri, bu tür materyallerin eğitim programlarında doğrudan kullanımına yönelik kılavuzların ve araçların geliştirilmesiyle birlikte sunulacaktır. Birden çok dilde hazırlanan Kılavuz, her ortağın Web Sitesinde ve projenin Web Platformunda, ortakların tamamlanması ve çevrimiçi olarak yayınlanmasının ardından açık erişimli bir dijital kaynak olarak entegre edilecektir.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 2. Teorik bölüm Fiziksel engeller

“Engellilik” terimi farklı açıklamalarla tanımlanmakta olup, genel olarak kişinin belirli faaliyetleri gerçekleştirme kapasitesini sınırlayan fiziksel, zihinsel veya duyuşsal durum olarak tanımlayabiliriz. WHO'ya göre: "Engellilik, bozulmaları, aktivite sınırlamalarını ve katılım kısıtlamalarını kapsayan bir şemsiye terimdir. Bozukluk, vücut işlevinde veya yapısında bir sorundur; aktivite sınırlaması, bir bireyin bir görevi veya eylemi yerine getirirken karşılaştığı bir zorluktur; katılım kısıtlaması, bireyin yaşam durumlarına dahil olurken yaşadığı bir sorundur." Engelliliğin bir sonucu olarak, insanların hayatı genellikle başkalarının hayatı ile aynı değildir. Eğitim açısından, engellilerin öğrenme süreçlerinde uymaları gereken özel ihtiyaçları vardır. Engellilerin neyle karşı karşıya oldukları ve karşılaştıkları zorluklar ve uygulamalar konusunda farkındalık eksikliği, eğitimcilerin herkesi faaliyetlerine istedikleri kadar dahil etmelerini engellemektedir, bu nedenle engelli yetişkinler için ETS etkinliklerinin yönetimi ve oluşturulmasına ilişkin bilgi ve becerileri geliştirme ihtiyacı .

Engelli yetişkinler, eğitim ve işgücü piyasasından en çok dışlanan demografiler arasındadır. Araştırmalar, engelli yetişkinlerin, engellilikten etkilenmeyen akranlarına kıyasla eğitim kazanımı ve daha yüksek işsizlikle karşı karşıya olduğunu ve aynı zamanda örgün ve yaygın öğrenime daha düşük bir dereceye katıldıklarını göstermektedir. Hem örgün hem de yaygın eğitimde eğitim ve öğretime erişim, engelli yetişkinler için yaşlarına göre daha zordur. Engelli yetişkinler, ortalama nüfusa göre daha yüksek eğitimden erken ayrılma ve yaşam boyu öğrenmeye daha düşük katılım oranlarıyla karşı karşıyadır; bu, temel becerilerin, çapraz becerilerin ve daha sonraki eğitim için gerekli olan çapraz becerilerin ve tutumların kazanılmasında, tüm seviyelerde istihdam edilebilirlik ve somut katılımı bir uyumsuzluğa dönüşmektedir. toplumun.

Engellilerin spora katılmasına yönelik tipik engeller 3 ayrı kategoriye ayrılır: bireysel engellerin engelliliğin işlevsel sınırlamalarıyla veya psikolojik ve fiziksel yönlerle ilgili olduğu durumlarda, bireysel, sosyal ve çevresel. Sosyal engeller temel olarak toplum sporları ve fiziksel aktivite personeli arasında fiziksel aktivitelerin engelli kişilerin ihtiyaçlarına göre iletilmesi ve uyarlanmasında profesyonel hazırlık eksikliğine atıfta bulunur. Çevresel engeller genellikle elverişli bir şekilde yerleştirilmiş tesislerin mevcut olması ve genellikle engelli kişilerin yalnızca fiziksel aktivitelerden rekabetçi sporlara geçmeleri için mevcut fırsatları ifade eder. Bunlara ek olarak, engellilerin spor yapmaktan zevk almalarını engelleyen bazı yapısal engeller, yani: spor kulübünün uzak konumu, ekipman, seyahat ve gerçek sporun maliyeti genellikle bütçenin üzerinde ve ötesinde, bilgiye ulaşma zorluğu ve son olarak gerçek kapsayıcı/uyarlanmış spor fırsatlarının her zaman uygun/uygulanabilir olmadığı.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KŐZHÁSZNÚ EGYESÜLET





IATETS



### 3. Methodology

Spor yoluyla eğitim, hedeflenen bir süreç olarak tanımlanabilir. Öğrenme planlı, hedefli ve kontrollü bir şekilde gerçekleşir. Spor faaliyetleri (öğretilebilir anlar) bağlamında deneyimlerin veya belirli olayların sistematik olarak sorgulanması ve yansıtılması, yöntemin temel bir unsurudur. Spor yoluyla eğitim, özellikle gençleri çok çeşitli yaşam becerileriyle donatmak için uygundur. Sporun bir öğrenme aracı olarak hedeflenen kullanımı, öğrenme süreçlerini başlatmak için kullanılabilir. Bununla birlikte, "öğretilebilir anlar" her zaman kasıtlı olarak yaratıldığında, yaklaşım sınırlarına ulaşır. Sadece benzer fakat özgün durumlar planlanmamış durumlarda (örneğin rekabet sporlarında) deneyimlendiğinde spor tam eğitim potansiyelini ortaya çıkarır.

Spor yoluyla Eğitim'in (ETS) spor uygulamalarını daha geniş eğitim sonuçlarının elde edilmesiyle birleştiren bir araç olarak kullanımı - böylece fiziksel aktiviteyi sosyal boyutuyla birleştirir - fazla mesai, engelliler de dahil olmak üzere çeşitli yaş ve hedeflere sahip yerleşik bir uygulamaya dönüşmüştür. . ETS, Sporda ve Spor aracılığıyla sosyal içermeyi artıran yumuşak beceriler, temel beceriler ve tutumlar geliştirmek amacıyla spor pratiği ve yaygın eğitimi (NFE) birleştirir.

Spor Yoluyla Eğitim (ETS), bireysel ve buna bağlı olarak toplumsal bakış açılarından daha geniş bir ilgiyi üstlenmeye uygun Spor faaliyeti alanının ötesine uzanan eğitimsel sonuçlara ulaşmak için Sporun potansiyelini kullanma aracı olarak kalitesinde, nispeten yeni bir tanıma tanıldı. Spor ve yaygın eğitim ortamlarında karşılaşılan iyilik, kesişen Spor ve "içeride" eğitim kavramlarıyla karşılaştırıldığında, hala ETS için metodolojik bir özerklik alanı oluşturma zorluğuyla karşı karşıya olan büyük ve coğrafi olarak yayılmış bir uygulama akışını tetiklemiştir. yaygın eğitim. Aynı zamanda, dezavantajlı hedefleri çeşitli "Spor eğitimi" programlarına dahil ederek – çoğunlukla sosyal içermeye ile ilgili – sosyal olarak kabul edilebilir sonuçların elde edilmesi için ETS'nin kullanılması, yenilik yoluyla ETS potansiyelinin sınırlarını keşfetme çabasını yönlendirir. uygulamalarda/yöntemlerde.

Proje, refahın fiziksel ve psikolojik boyutları arasındaki etkileşime özel bir dikkatle yenilik yapıyor, ETS'yi pratik konuşma ile birleştiren benzersiz bir metodolojik araç seti ile donatılmış el kitabını yaratmaya ve yaymaya çalışıyor. Spor Yoluyla Eğitim sürecinin tüm aşamaları boyunca kişiye özel destek.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KŐZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 4. Faaliyet: Sport Aracıyla Eğitim

### ➤ 1. HFCH ETS takım çalışmasıyla ilgili oturum

<b>Sen Olsaydın</b>	
<b>1.1</b>	<b>Tanıtım</b>
<b>Öğrenme Çıktıları</b>	Kazançlı ve başarılı bir hafta geçirmek için birbirimizi tanımak
<b>Tipoloji</b>	Ice breakers, takım oluşturma
<b>Zaman dilimi</b>	50 dakika (30 + 20)
<b>Malzemeler</b>	Renkli kağıtlar, kalemler, markerler, bant
<b>Prosedür</b>	<p><b>Birbirinizi tanımak</b></p> <p>Bir Başkasını Tanıtın (<b>30 dk – katılımcı sayısına bağlıdır</b>)</p> <p>Grubu çiftlere bölün. Her insan, bazen belirli bir şekilde, diğeriyle kendisi hakkında konuşur.</p> <p>sporla ilgili belirli bir bilgiyi paylaşma talimatları (En fazla 3 cümle). Örneğin, “Spor hayatımda özellikle gurur duyduğum tek şey...”; “Sporda en sevdiğim aktivite... ve işte nedeni” ; “[Örnek ekleyin] pek sevmiyorum...”</p> <p>Beş dakika sonra katılımcılar diğer kişiyi grubun geri kalanıyla tanıştırır.</p>
	<p><b>Icebreaker</b></p> <p>Kağıt Uçak Oyunu (20 dk)</p> <p>Bir paket çok renkli kağıttan geçirin. Herkesten kağıda kendileri hakkında ilginç bir gerçek yazmasını isteyin, ardından bunu bir kağıt uçağa katlayın. Bir anda herkes uçağı havaya fırlatır ve herkes bir tane alır. Ardından, odanın etrafında dolaşın ve kimin ilginç gerçeğinin kiminle örtüştüğünü tahmin edin.</p> <p><b>Örnekler:</b> 28 yaşıma kadar yüzmeyi öğrenmedim. Üniversiteye gitmeden önce küçük bir olimpiyat bronz madalyalı snowboardcuydum.</p>



IATETS



<b>1.2</b>	<b>EGZERSİZ YAPMAK</b>
<b>Öğrenme Çıktıları</b>	Sporu kişisel gelişim ve takım oluşturma aracı olarak kullanarak engelliler konusunda farkındalık yaratmak
<b>Tipoloji</b>	Spor Aracıyla Erasmus, takım oluşturma, spor egzersizi, işbirliği
<b>Zaman dilimi</b>	50-60 dakika
<b>Procedür</b>	<p>Egzersiz, aerobik antrenmanın temellerine dayanmaktadır. Bu nedenle, bunu uygulamak için nitelikli bir eğitmen gereklidir.</p> <p>Egzersizler grubun gücüne ve kompozisyonuna göre uyarlanmalıdır.</p> <p>Tüm vücut ısınmasının ardından spor egzersizlerine başlanabilir. Nitelikli bir eğitmen yoksa, basit hareket egzersizleri kullanılabilir (denge standı, akciğerler), ancak hareket dizilerini bir araya getirmek için yine de bir lidere ihtiyaç vardır. Grubu ikiye bölün. Bir grup gözlerini bağlar, diğer grup yapmaz. Biri gören biri görmeyen çiftler halinde antrenman yapacaklar. Gören kişinin işi, koçun görmemiş partnerine sunduğu egzersiz çizgilerini, kendisinin de uygulayabilmesi için anlatmaktır.</p> <p>Her katılımcının her iki rolü de (gören ve görmeyen) deneyebilmesi için oturumu zamana bölmek de iyi bir fikirdir.</p>
	<b>BİLGİ VE DEĞERLENDİRME (20 min)</b>
<b>Zaman dilimi</b>	<b>20 dakika</b>



IATETS



<b>Prosedür</b>	<p>Değerlendirme aşamasında, deneyim üzerine düşünmek önemlidir:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Yardım rolünde olmak nasıldı?</li><li>• Görmeden spor yapmak nasıldı?</li><li>• Egzersiz sırasında görmeyen biri olarak ne hissettiniz?</li><li>• Size rehberlik etmesi için partnerinize tam olarak güvenebildiniz mi?</li><li>• Bu alıştırmada sizin için en zor olan neydi?</li></ul> <p>Bonus fikir: Eğitim için müziği normal ses seviyesinde kullanın ve konuşmacının odadaki konumunu değiştirin. Gruptan ses kaynağının yerinin değişmesiyle ilgili geri bildirim isteyin.</p> <p>Gözlerinin bağlı olması ve her 10 dakikada bir müziği farklı bir pozisyondan duymak nasıl bir duyguydu?</p>
-----------------	--

## ➤ 2. BSDA ETS güçlü kuvvetli akranlarla etkileşimle ilgili oturum

<b>HERKES İÇİN EĞLENCE</b>	
Öğrenme Çıktıları	Kişisel gelişimi ve sürdürülebilir toplumsal dönüşümü teşvik etmek için sporu bir araç olarak kullanarak engelli bireyleri bilinçlendirmek.
Tipoloji	Icebreaker enerji verici, ekip çalışması, işbirliği, empati, problem çözme ve vatandaşlık
Zaman dilimi	35 dakika
Malzemeler	Bir spor salonu veya uygun güvenli açık alan, koniler, hentbol, kağıt tahtası, kağıt, kalemler, yapışkan bant, kronometre, tebeşir, farklı renklerde antrenman önlükleri, antrenman düdüğü veya zili, gizli rol kartları
Prosedür	<p>Icebreaker</p> <p><b>Kim yazdı? 10-15 dakika</b></p> <p>Herkesin bir kağıda kendisi hakkında benzersiz, garip veya beklenmedik bir gerçeği yazmasını sağlayın. Ardından parçaları bir kutuya koyun ve karıştırın. Her gerçeği okuyun. Katılımcıların bunu kimin yazdığını tahmin etmelerine izin verin. Tahmin ettikten sonra, gerçeği yazan katılımcıdan kendisini tanımlamasını ve gerekirse daha fazla bilgi vermesini isteyin.</p> <p><b>Portakal, elma ve muz Energizer 10-15 dakika</b></p> <p>Katılımcıların bir daire içinde durmasını ve saat yönünde bakmalarını sağlayın. Ardından herkes kollarını önlerindeki katılımcının omuzlarına koysun. Dairenin içinde/dışında durarak yön veren kolaylaştırıcı 3 komut verir. Her komut, farklı bir meyvenin adı olacak ve grubun yapacağı eylem olacaktır. İlk komut "Elma"</p>



IATETS



	<p>dir. Herkes "Elma" kelimesini tekrar edecek ve sonra bir kez ileri atlayacaktır. Grubun birkaç kez çalışmasını sağlayın.</p> <p>Ardından ikinci komutu "Muz" tanıtın. Herkes "Muz"u tekrarlayacak ve bir kez geriye atlayacak. Üçüncü komut "Turuncu". Herkes "Turuncu"yu tekrar edecek ve 180 derece dönecek. Grubun komutları farklı kombinasyonlarda yaparak alıştırmayı yapmasını sağlayın.</p> <p>ETS oturumu için katılımcıların vücudunun tam vücut ısınması - kasları, tendonları ve eklemleri - 5 dakika</p> <p><b>Talimatlar:</b></p> <p>Baş, boyun, omuzlar, dirsekler, butlar, karınlar, dizler, baldırlar, ayaklar gibi vücudun farklı kısımlarını gerdirerek başlayın. Ardından yerinde yürümeye başlayın ve ardından ileri ve geri yürüyün. Dirsekleri bükük ve yumrukları yumuşak tutarak, adımlarınızla kollarınızı ritmik olarak yukarı ve aşağı pompalayın. Isınmayı birkaç Jumping jack (zıplayın, ayaklarınızı açın ve iki elinizi başınızın üzerinde bir araya getirin) tekrarıyla veya Ayak Bileği atlamalarıyla (hızlı, tekrarlayan bir hareketle yerden zıplayın ve dizlerinizi yumuşak tutun) bitirebilirsiniz. ).</p>
--	---

### ➤ 3.1 Introducing training module

Faaliyet "TANITIM"	
Öğrenme Çıktıları	<ul style="list-style-type: none"><li>• Çalıştay, spor için, spor yoluyla ve spor yoluyla eğitim arasındaki farkı göstererek, katılımcıların Spor Yoluyla Eğitim kavramına ışık tutmayı amaçlayan 3 aşamalı bir fiziksel aktivitedir. Ayrımcılık konusunda da farkındalık yaratacaktır.</li><li>•</li><li>• <b>Hedefler:</b></li><li>• • Spor Yoluyla Eğitim kavramını tanıtmak.</li><li>• • Spor için, spor yoluyla ve spor yoluyla eğitim arasındaki farkların altını çizmek.</li><li>• • İletişim ve işbirliği becerilerini geliştirmek.</li><li>• • Ayrımcılık konusunda farkındalık yaratmak.</li></ul>
Tipoloji	Simülasyon rolü
Zaman dilimi	Hazırlık: 1 saat Uygulama: 1.25h Adım 1) -10-dk. malzemelerin dağıtımı Adım 2) -10 dakikalık talimatların açıklaması Adım 3) -20- Aktivitenin ilk bölümü Adım 4) -20 dakika aktivitenin ikinci kısmı (ayrımcılık unsuru) Adım 5) -25- dakikalık bilgilendirme ve kapanış
Malzemeler	<ul style="list-style-type: none"><li>• • 20 önlük veya eşarp</li><li>• • Grubun büyüklüğüne göre aktiviteyi yürütmek için güvenli alan,</li><li>• • Sunum kağıtları ve işaretleyiciler.</li></ul>
Prosedür	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ön hazırlık</li></ul>



IATETS



	<ul style="list-style-type: none"><li>• • Aktivitenin alanını işaretleyin (gerekirse).</li><li>• • Takımlar için önlük/eşarp hazırlayın.Explain the rules and have them açıkça belirtilmiş veya bir kağıt tahtasına asılmıştır.</li><li>• • Hakem için hazırlık.</li><li>• Hakemin rolü (baştan tanıtılan), alıştırmamanın üçüncü bölümünde takımlardan birini ayırt etmektir. Bu, diğer takımlara beşlik çıkmak ve ayrımcılığa uğrayan takımı görmezden gelmek, sadece ayrıcalıklı takıma tezahürat yapmak/başkalarını cesaretlendirmek/takım ruhunu vermek için puan vermek, ayrımcılığa uğrayan takımdan çeşitli nedenlerle puan almak gibi ince şeylerden her yerde olabilir. Ancak, bazı takımları dezavantajlı hale getirirken tarafsızlıktan açıkça yardımcı olmaya kademeli bir geçiş olmalıdır, bu nedenle hakem rolünün oturum boyunca karakterde kalabilen bir kişiye verildiğinden emin olun, böylece gerçekliği koruyun.</li></ul> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Etkinliğin uygulanması</li><li>2. ADIM 1 - Katılımcıların hazırlanması, 10 dk Kuyruk Her katılımcıya bir önlük veya atkı verilecek ve diğerlerini kaybetmeden diğerlerinden almaya çalışacaktır. Önlükler, her kişinin arkasındaki pantolonun veya şortun içine sıkıştırılır. Oyun ısınma egzersizi olarak kullanılabilir. Katılımcılara, diğerlerinin yakalayabilmesi için önlüğün en az yarısının gösterilmesi gerektiğini açıklayın. Yılan Grubu 3-4 takıma ayırın (ekipler 4-5 kişilik olmalıdır). İsterlerse takım arkadaşlarını seçmelerine izin verin.</li><li>3. ADIM 2 - talimatlar, 10 dakika Onlara talimatları verin: diğer takımın son üyesine takılan önlüğü/atkıyı çalmak amacıyla bir yılan gibi davranmaları gerekir (örneğin, şortun içine sıkıştırılmış). Önlüğü/atkıyı yakalamak, ancak insan zinciri kırılmamışsa puan kazanacaktır. Hakemi tanıtın.</li><li>4. ADIM 3 - aktivite uygulaması, 20 dk</li><li>5. ADIM 4 - element ayrımcılığı, 20 dk Etkinlik sırasında "ayrımcılık ögesini" tanıtın. Oyunu durdurun ve katılımcılara, daha iyi sonuçlar elde etmek için takımları içinde bir stratejiye karar vermeleri için 2-3 dakika süre verildiğini bildirin. Tekrar oynamalarına izin verin; bu sefer hakem kolaylaştırma ipuçlarında verilen talimatlara göre hareket etmelidir.</li><li>6. ADIM 5 - Bilgilendirme + Kapanış, 25 dakika Faaliyetin sonunda, insanların ne öğrendikleri ve kendi yaşamları ve toplulukları ile ilgili olarak nasıl gördükleri hakkında konuşmak için zaman ayırın.</li><li>7. Ayrıca, herkesin görüş ve katılımlarına değer verildiğini/takdir edildiğini bilmeleri için konuşma fırsatı bulmasını sağlayın.</li><li>8.</li><li>9. • Aktiviteyi, duygularını ve öğrendiklerini açıklamalarını isteyin.</li><li>10. Örnekler:</li><li>11. 1. Oyun sırasında ne oldu?</li><li>12. 2. Kendiniz hakkında yeni bir şey öğrendiniz mi?</li><li>13. Örnekler:</li><li>14. 1. Organize olmakta ne gibi sorunlar yaşadınız?</li><li>15. 2. Her grup üyesinin hangi sorumluluğu vardı?</li></ol>
--	---





IATETS



	<p>16. 3. Performanslarını nasıl iyileştirebilirler?</p> <p>17. Örnekler:</p> <p>18. 1. Tüm takımlardan en yüksek puanı kim aldı? How did you play to win?</p> <p>19. Where any agreements between teams made to co-operate? Why?</p> <p>20. How did the others (the ones left out of the agreement) feel?</p> <p>Examples:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Did you enjoy the game?</li><li>2. What did you like/dislike about it?</li><li>3. Is it an activity you would use/adapt for others?</li><li>4. Do you think that it helped you to learn something new?</li></ol>
--	---

## ➤ 3.2 FAALİYET “EDUCATION THROUGH SPORT METHODOLOGY”



Öğrenme Çıktıları	<p>Bu tanıtım, sporun sosyal yetkinlikleri geliştirmek için nasıl kullanılabileceğini ve sosyal çatışmaları çözmek ve tüm insanların katılımını ve katılımını desteklemek için nasıl bir araç olabileceğinin altını çizecektir.</p> <p>Hedefler:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sosyal yeterlilikleri geliştirmek.</li><li>• Dahil etme değeri.</li><li>• Kendi davranışlarınızı ve başkalarının davranışlarını anlamak ve üzerinde düşünmek.</li><li>• Ekip oluşturma.</li></ul>
Tipoloji	Takım rolü (bu aktivite hentbol ve futbol gibi çoğu takım sporuna uyarlanabilir)
Zaman dilimi	Ön hazırlık: 5 dk Aktivitenin uygulanması: Aşağıdaki adımları içeren 1.15h: ADIM 1) -5 dakikalık talimatlar ADIM 2) -15-dk Spor eğitimi ADIM 3) -15-dk Spora Göre Eğitim ADIM 4) -20-dk Spor yoluyla eğitim ADIM 5) -20-dk Bilgilendirme ve kapanış
Malzemeler	<ul style="list-style-type: none"><li>• Basketbol sahası</li><li>• Basketbol</li><li>• Önlükler</li><li>• 2 ıslık</li></ul>



IATETS



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rol kartı</li></ul>
Prosedür	<p><b>Ön hazırlık</b> – 5 dak Rakamlar 10'dan büyükse katılımcıları 5 veya daha fazla takımdan oluşan 2 takım halinde düzenleyin.</p> <p>Etkinliğin uygulanması</p> <p>☑ ADIM 1 - talimatlar. 5 dakika Onlara talimatları verin: Aktiviteyi tam olarak uygulamak için 3 farklı adımdan geçmeleri gerekiyor. Belirli kurallara ve uymaları gereken rollere dayalı bir oyun oynayacaklardır.</p> <p>☑ ADIM 2 - Spor eğitimi, 15 dk Katılımcılara takımlarında basketbol oynamaları gerektiğini ve amacın kazanmak olduğunu açıklayın. Nasıl oynanacağını açıklayın. Katılımcılara kuralları ve sınırları gösterin. Katılımcılara oyunun kurallarının ne olduğunu sorun. Bu aşamada çift dripling ve topla gezme gibi basit kurallar ortaya çıkacaktır.</p> <p>☑ ADIM 3 - Spora Göre Eğitim, 15 dakika Oyunun Spora Göre Eğitimi nasıl kullanılacağını göstermek için oyuna bazı koşullar ekleyin. Bunlar şunları içerebilir: • top sürme yok • sadece kadınlar gol atabilir • her takım üyesi topa dokunmalıdır • gol atmadan önce top en az 3 kez geçilmelidir • sadece zayıf elle dripling yapabilir • erkekler sadece zayıf elle gol atabilir • erkekler sadece anahtarın dışında puan alabilir</p> <p>☑ ADIM 4 - Spor yoluyla eğitim, 20 dk Rol kartlarını tanıttın. Farklı sosyal yetkinlikleri keşfetmek için farklı kartlar kullanabilirsiniz. Aşağıdaki bazı örnekler: • bencil olmak • diğer takıma pas vermek • hata yapanlara bağışlamak • herkesi dahil etmeye çalışmak • sadece bir kişiye pas vermek • hakem olmak • takıma koçluk yapmak • aşırı hevesli olmak katılımcılar kendi sorunlarını tartışmamalı herhangi biriyle rol. Artık oyunu bu rolde oynamalıdır. Bu aşamada roller nedeniyle çatışmalar olabilir, bu nedenle rol seçiminde dikkatli olun.</p> <p>☑ ADIM 5 - Bilgilendirme ve kapanış, 20 dakika Faaliyetin sonunda, insanların ne öğrendikleri ve kendi yaşamları ve toplulukları ile ilgili olarak nasıl gördükleri hakkında konuşmak için zaman ayırın. Her neyse, bilgilendirme sadece oyunun sonunda yapılmalıdır, aksi takdirde aktivitenin akışını bozabilirsiniz.</p> <p>Ayrıca, herkesin görüş ve katılımlarına değer verildiğini/takdir edildiğini bilmeleri için konuşma fırsatı bulmasını sağlayın.</p> <p>Aşağıdaki gibi sorular kullanılabilir:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Oyunu beğendin mi?</li><li>• Sınırlamalarla nasıl başa çıktınız?</li><li>• Ekip iyi çalıştı mı?</li><li>• Rollerinizde nasıl hissettiniz?</li><li>• Biri size karşı bu şekilde davrandığında, aksi halde nasıl tepki verirsiniz?</li><li>• Günlük hayatta bazı durumlarda bu şekilde mi davranıyorsunuz?</li><li>• Bu oyundan ne öğrendiniz?</li></ul> <p>Eğitmen için ipuçları: Eğer engelliler uygulayacaksa, aktiviteyi buna göre</p>



IATETS



	ayarlayın.
--	------------

## ➤ 4. SITTING VOLLEYBALL

Number of participants to be involved	6'şar kişilik 2 takım
Öğrenme Çıktıları	Takım oluşturma, takım çalışması, iletişim
Tipoloji	Takım çalışması, iletişim, işbirliği, empati ve problem çözme
Zaman dilimi	80 - 90 dakika
Malzemeler	Spor salonu veya uygun güvenli açık alan, voleybol, file, flipchart, kağıt, kalem, yapışkan bant, kronometre, farklı renklerde antrenman önlüğü, antrenman düdüğü
Prosedür	<p>Isınmak</p> <p>Uzatmalardan oluşan basit bir ısınma ile başlayın.</p> <p>Voleybol Isınma No.1: Top Atma</p> <p>Bu tatbikat için bir top gereklidir. Bir ortak bulun ve mahkemenin karşısında birbirinizden durun. Vuruş kolunuzu kullanarak, vuran omzunuzu ve kolunuzu ısıtarak topu birbirinize ileri geri atın. Omuz eklemi gevşetmek için bu sadece birkaç dakika yapılmalıdır.</p> <p>Voleybol Isınma No.2: Spike Drill</p> <p>Bu tatbikat için bir top gereklidir. Bir ortak bulun ve mahkemenin karşısında birbirinizden durun. Topu havaya atın ve yere saplayın, böylece bir kez zıpladıktan sonra eşinize ulaşsın. Bunu yalnızca omzunuzu ısıtmak için gereken süre boyunca yapın.</p> <p>Voleybol Isınma No.3: Ayar Matkap</p> <p>Bu tatbikat için bir top gereklidir. Yaklaşık on metre uzakta durmak, topu ileri geri hareket ettirdi. Ön kollarınız gevşerken, mesafeyi daha uzağa yerleştirmek için mesafeyi geri almaya çalışın.</p> <p>Voleybol Isınma No.4: Pas Matkap</p> <p>Bu tatbikat için bir top gereklidir. Yaklaşık üç metre arayla durarak, partnerinize iyi paslar vermeye odaklanarak topu ileri geri pas vermeye başlayın.</p> <p>Voleybol Isınma No.5: Biber</p>



IATETS



	<p>Bu tatbikat için bir top gereklidir. Bir partner kullanarak birbirinden yaklaşık on metre uzakta durun. Topla başlayan ortak, topu kendisine geri veren ortağına atar. Ortak daha sonra topu diğer ortağına geri verir, o da topu diğer ortağına geri gönderir.</p> <p>Voleybol Isınma No.6: Savunma</p> <p>Bu takım tatbikatı en az on top gerektirir ve takımı ısıtmak için harika bir yoldur.</p> <p>Maçtan önce takımın pas becerileri. Antrenörün yanında bir sürü topa, karşısında bir dizi oyuncuya ve koç ile oyuncular arasında sağ tarafta bir "pasör"e ihtiyacı var. Antrenör, pasöre pas veren ilk oyuncuya topu atar (spike yapabilir veya sert bir şekilde atabilir).</p> <p>Voleybol Isınma No.7: Vuruş</p> <p>Bu ısınma en az üç top gerektirir ve oyun veya antrenman saatinden hemen önce vuruş yapmak için idealdir. Pasör sağ ön pozisyonunu alır. Sahanın karşı tarafında bir vurucu, bir dış vurucu dizisi, bir orta vurucu dizisi, bir sağ yan vurucu dizisi ve orta vurucunun sağında duran koç, pasöre bir top atıyor. Ayarlamak.</p> <p>Antrenör daha sonra orta vuruşu yapan pasöre topu atar ve süreç tekrarlanır. Sağ taraftaki vurucu bir sonraki seti alır ve matkap dış vuruş çizgisine geri döner. Oyuncular seçtikleri herhangi bir çizgiyi doldurabilir ve formda kalabilirler; ancak, oyuncuların bir oyunda normalde vuracakları yerden vurmaları daha pratiktir.</p> <p>Voleybol Isınma No.8: Servis Atma</p> <p>Bu tatbikat, ağı her iki tarafında eşit sayıda oyuncu ve her oyuncu için bir top gerektirir. Bu sadece hızlı bir servis ısınmasıdır. Oyuncular arka çizgiye yayılır ve topu diğer tarafa atar. Her iki taraf da aynı anda servis atıyor, bu yüzden her zaman kapmak ve servis yapmak için gelen toplar var.</p> <p>15-20 dakika oynayın</p> <p>Bölüm 1</p> <p>Ekipler belirledik. Oturarak voleybol, birkaç değişiklikte ayakta voleybolla aynı kurallara uyar. Tüm sporcular oturma pozisyonunda oynar ve bir oyuncu topa dokunurken sporcunun gövdesinin bir kısmı zeminle temas halinde kalmalıdır. Oyunun amacı, voleybolu file üzerinden göndermek ve böylece rakibinizin geri getirememesidir.</p> <p>Daha sonra ekip, görevi henüz bilmeyen bir kişiyi alır. Bu kişinin oturacağı bir yer seçmeleri gerekir. Ancak bundan sonra kişinin hareket edemediğini öğrenirler. Takımların pratik yapmak ve stratejilerini seçmek için 3 dakikas vardır.</p> <p>15-20 dakika oynayın</p>
--	---



IATETS



	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bölüm 2</li><li>- Takımlar her çekişmede oyuna devam eder; hareket etmeyen kişinin en az bir kez topu itmesi gerektiğini hesaba katmaları gerekir. Bunu yapmazlarsa, takım bir puan alamaz.</li><li>-</li><li>- 15-20 dakika oynayın</li><li>-</li><li>- Bilgilendirme ve Değerlendirme</li><li>- Aktivite sırasında neler olduğuna dair bir genel bakışla başlayın. Kolaylaştırıcı aşağıdaki hazırlanmış soruları kullanabilir:<ul style="list-style-type: none"><li>- - Oyun nasıldı?</li><li>- - Maçtan sonra nasıl hissettin?</li><li>- -</li><li>- - Oyunun farklı bölümlerinde oynamak ne kadar kolay/zordu?</li><li>- - Bölüm 1 ve 2'de ne oldu?</li><li>- -</li><li>- - Başkalarının davranışları hakkında ne hissettiniz?</li><li>- - Bu oyundan ne öğrendin?</li></ul></li></ul>
--	--

## ➤ 5. İşetişim faaliyeti

Öğrenme Çıktıları	Bu aktivite, grubun birbirleriyle konuşmadan, sözlü olmayan iletişim kullanarak iletişim kurabileceklerini anlamalarına yardımcı olur. Bu atölye, insanların kendilerini farklı şekillerde ifade edebilecekleri ve ortak hedeflere ulaşmak için ekip çalışması yapabilecekleri konusunda farkındalık yaratmaktadır.
Tipoloji	Takım oluşturma, takım çalışması, işbirliği, empati, problem çözme
Zaman dilimi	80 - 90 dakika
Malzemeler	Büyük oda Farklı nesnelere (kalemler, toplar.) Gözbağı Fantezi kartlar (ör: dixit)/ çizim veya resim / fotoğraf içeren kart
Prosedür	<p>1 – SESSİZ HİZMETLER Grup, jestler, yüz ifadeleri, baş sallamaları vb. kullanarak işbirliği içinde nasıl sıraya girileceğini öğrenecektir. Etkinlik Talimatları Katılımcılara, süreç boyunca birbirleriyle konuşmadan belirli bir faktöre göre düz bir çizgiye geçmeleri gerektiği söylenir. oyun. Bazı örnekler şunlar olabilir: • Boy • Saç rengi (en açıktan en koyuya) • Yaş sıralaması • Adlarının ilk harfine göre alfabetik • Düşündükleri sıradan bir sayı İnsanlar bunu başarmak için sözlü olmayan iletişim becerilerini kullanmalıdır. Örneğin, el hareketleri ve mimik.</p> <p>2. TOM-TOM Odanın içinde en büyüğünden en küçüğüne kadar çok sayıda nesne var (ör: kalemler, toplar). Kurtarılan her öge takıma bir puan verecektir. Küçük eşyalar büyüklerden daha değerlidir (örn: top 5 puan, kalem 20 puan) Grubu 3 kişilik takımlara ayırın. Her kişi, Google, TOM, Driver arasında bir karakteri temsil eder. Sürücü: Kör. Odada dolaşabilen ve takıma puan verecek nesnelere toplayabilen tek kişi odur, hareket etmek için TOMTOM'un talimatlarını takip eder. TomTom: Sesini kullanabilen ve diğer ikisi ile iletişim</p>



IATETS



	<p>kurabilen tek kişi, ancak yalnızca 'Google' izleyebiliyor ve odayı göremiyor, bu yüzden Google'dan yol tarifi almak zorunda. Google: Her şeyi gören ama konuşamayan tek kişi o. Yapabileceği tek şey, sürücüyü doğru talimatları verebilmesi için TomTom'a hareketler yaparak yol tarifi vermektir. Nesneleri alarak en çok puanı toplayan takım kazanır. Geliştirmek: İletişim İşbirliği İletişim kurma yeteneği (sözlü olmayan) Farklılıkları bir araya getirmek Herkes tam potansiyeline göre çalışır Güven Planlama stratejisi ve yeniden planlama</p> <p>3 – BİLGİLENDİRME - SENİ HAYAL EDİYORUM İnsanların bu deneyimden evde yanlarında ne getirdiklerini görüntüler aracılığıyla anlamak. Bu aktivite, insanların her birinin bu atölyeyi nasıl yaşadıklarını anlamalarına ve dünyayı farklı bir şekilde yorumlamalarına yardımcı olmak için çok faydalıdır. yaratıcı ve eğlenceli bir aktivite ile duygularımızdan bahsetmek mümkün. FANTAZİ kartları, çizimli kartlar veya resimler/fotoğraflar almanız gerekir.</p> <p>OYUN MODU Kartlar masada veya yerde belirli bir sıraya göre dizilmez. Grubun her bir üyesinden, etkinlik sırasındaki kişisel duyguyu bir şekilde tanımlayabilecek bir kağıt seçmesi istenir. Kendimizi bir daire içinde konumlandırıyoruz ve grubun her bir üyesi, rastgele sırayla, gruba seçtikleri kartı göstermeli ve birkaç kelimeyle seçiminin nedenini açıklamalıdır.</p> <p>-Oyun sırasında verilen farklı görüşlerin açıklanması veya tartışılması yasaktır. Kartı seçmek için kesin bir süre vermek önemlidir.</p> <p>Kart seçerken enstrümantal ve yavaş bir fon müziği kullanılması tavsiye edilir. Daha sonra oyunları ne kadar kolay veya zor bulduklarından bahsedin. İstenen sonucu elde edebilmek için iletişim biçimlerini nasıl uyarladıklarını sorun.</p> <p>Konuşamayan biriyle iletişim kurmanın başka yolları nelerdir?</p>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKNEK  
KÓZHÁSNÚ EGYESÜLET





IATETS



## ➤ 6. INTE(G)RAKSİYON ÖNEMLİ

Öğrenme Çıktıları	Katılımcılar, sağlıklı akranlarıyla etkileşimi nasıl başlatacaklarını ve sürdüreceklarını öğreneceklerdir-Katılımcılar, güçlü akranlarıyla etkileşimlerini geliştirecek beceriler kazanacaklardır.
Tipoloji	Ice breaking oyun-Video ve tartışma-Etkileşimli beceriler üzerine sunum
Zaman dilimi	-tanıtım için 10 dakika -20 dakika rol yapma -20 dakika sunum için -10 dakika değerlendirme için ve yansıma
Malzemeler	Faaliyet yürütmek için oda -Jenga blokları -Bilgisayar/dizüstü bilgisayar, ekran ve projektör
Prosedür	<p>1)Atölye güzel bir Jenga oyunuyla başlar:</p> <p>Jenga, birçok eğlenceli toplantının başlangıç noktasıdır. Açıklamak ve almak için süper kolay bir buzkıran etkinliğidir ve herkes istediği zaman katılabilir. Her bloğa (veya olabildiğince çok) konuyla ilgili sorular yazarak düzenli bir kuleyi devirme yarışmasını renklendirebilirsiniz. Her bloğu çizdiğinizde, parçayı kulenin üstüne yerleştirmeden önce soruyu yüksek sesle okuyun ve cevaplayın. Bu, sık kullanılan aksama süresi etkinlikleri gibi günlük konularla kariyer ve kişisel gelişim hedefleri gibi daha derinlemesine konulara ilişkin heyecan verici konuşmaları ateşleyebilir. Amaç, katılımcılar arasındaki etkileşimi teşvik etmektir.</p> <p>2) Video ve tartışma: <a href="https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/">https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/</a> Bu videoyu oynattıktan sonra, katılımcılarla bir tartışma başlatın. Aşağıdaki soruları sorabilirsiniz: -Bu videoyla ilişki kurabilir misiniz? Evet ise, hangi yolla? -Sizle etkileşimi geliştirmek için sağlıklı yaşitlarınıza ne önerirsiniz? -Onlarla etkileşime girmeye çalışırken herhangi bir sorun mu yaşıyorsunuz? Evet ise, hangi yolla? - Yardımcı olabilecek herhangi bir etkileşim stratejisi bilen var mı? Cevabınız evet ise bizimle paylaşır mısınız? Tartışmanın nasıl devam ettiğini görün ve katılımcıları görüş ve görüşlerini paylaşmaya teşvik edin.</p> <p>3)Sunum:</p> <p>Bu bölümde kolaylaştırıcının etkileşim becerisini geliştiren ipuçlarına ilişkin sunumu hazırlaması beklenir. Sunum, <a href="https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-home/thinkwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve">https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-home/thinkwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve</a> temelinde PPT şeklinde yapılabilir. -Senin-İletişim-Becerilerin ve interaktif olması arzu edilir. her birinden sonra ve</p>



IATETS



	<p>Her ipucu, kolaylaştırıcı bunu katılımcılarla birlikte yorumlamalı, onun hakkındaki görüşlerini sormalı, bununla ilgili kişisel deneyimlerini sormalı, vb.</p> <p>4)Değerlendirme ve yansıtma:</p> <p>Çalıştayın son bölümü değerlendirme ve yansıtmaya ayrılmıştır. Katılımcılara aşağıdaki sorular sorulur:</p> <p>-Bu çalıştayı faydalı buldunuz mu? -Ne öğrendin? -Güçlü akranlarla etkileşim söz konusu olduğunda görüşünüzü/fikrinizi değiştirmenize neden oldu mu? Evet ise, bunu detaylandırın. -Sunumdan hangi ipuçlarını özellikle yararlı buldunuz ve neden? -Atölyenin en çok hangi bölümünü beğendin ve neden? Kolaylaştırıcı istediği kadar soru ile devam edebilir. Amaç, katılımcılardan dürüst geri bildirim almak ve böylece atölyeyi gelecekte kullanmak üzere geliştirmek.</p>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KŐHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



## 5. Results of the blended mobility

MVNGO eğitmeni tarafından düzenlenen eğitim, halka açık toplantılarla ilgili ulusal kurallar 4'ten fazla kişiyle görüşmeyi yasakladığı için çevrimiçi gerçekleştirildi. Bu bağlamda MVNGO, eğitmeni ile birlikte eğitimin en iyi şekilde çevrimiçi olarak gerçekleştirilebileceğini değerlendirdi. Katılımcılar hem yetenekli kişiler hem de eğitimsel dışlanma ve dezavantaj koşullarıyla (düşük nitelikli, düşük vasıflı ve işsiz) karşı karşıya kalan engelli kişilerdi. Online modalitede katılımcılara buldukları yerden kendi araçlarıyla katılma şansı verildiği için refakatçiye ihtiyaç duyulmamıştır. Eğitimi çevrimiçi olarak düzenlemek, yüz yüze bir toplantıya katılmayı zor bulan engelli kişilerin katılımını kolaylaştırarak daha kapsayıcı hale getirme fırsatıydı.

Bu çevrimiçi eğitimin katma değeri proje çıktılarıyla bağlantılıdır:

- Fikri Çıktı 1 "ETS Yeteneği Güçlendirme Formatı". Sunulan eğitim formatı

Çıktı, öğrenci kitlesinin temsilcileriyle çevrimiçi eğitimde test edildi. Çevrimiçi eğitimde elde edilen iyileştirmeye yönelik bulgular ve içgörüler, test edilmiş bir eğitim metodolojisinin yayınlanmasını sağlamanın yanı sıra Konsorsiyum'un formatın öğrenme ihtiyaçlarına uygunluğunu değerlendirmesine izin verdi.

- Fikri Çıktı 2 "Erişilebilir ETS Eğitimi El Kitabı". Konsorsiyum üretti

Engelli, dezavantajlı yetişkin öğrencileri hedefleyen ETS eğitim programlarının uygulanması için kılavuzlar ve araçlar içeren kılavuz. Kılavuza entegre edilen yönergeler, Eğitimcilerin çevrimiçi Öğrenim Hareketliliği'ndeki raporlama bulgularına dayanmaktadır.

- Fikri Çıktı 3 "IAETETS Web Platformu ve Modülleri". Web Platformunda yer alan eğitim modülleri, ana proje çalıştaylarının görüntülerini, öğrencilerin izleyicilerine eğitim rehberliği sağlayan açıklayıcı video simülasyonları olarak içeriyordu. Karma hareketlilik oluşturulmak istenen proje uygulamasının aksine, çevrimiçi eğitim için katılımcı seçimi ulusal düzeyde her bir ortağın sorumluluğunda ve başvuran kuruluşun genel koordinasyonunda gerçekleştirilmiştir.

Her ortak, katılımcılar için ulusal dilde bir çağrı yayınlamakla gerçekten de ulusal düzeyde bir ön seçim gerçekleştirdi. Çağrı, hedeflenen kategorilere ait tüm ilgili bireylere açıldı (düşük beceri, nitelik ve iş pozisyonu olmayan engelli yetişkinler). Çağrının yayınlanması ayrıca her ortağın web sitesinde/sitelerinde ve sosyal medyadaki sayfalarında ve ayrıca çağrıyı her ortağın paydaş ağı aracılığıyla yaymak suretiyle hareketlilik fırsatına maksimum görünürlük sağlamak için gerçekleşti. Eğitimin geliştirilmesi online olduğu için her türlü bilgi paketi oluşturulmuş, ancak temel organizasyonel bilgiler katılımcılarla paylaşılmış ve planlanan toplantıların ve randevuların gündemi sağlanmıştır.

Öğrenme çıktılarının tanınması, tüm Katılımcılara Europass sertifikasının verilmesini içeriyordu. Europass, katılımcılar ve Eğitimciler tarafından ortak bir değerlendirme oturumunda ortaklaşa detaylandırıldı. Sertifika ayrıca, giriş seviyesi yeterlilikleriyle karşılaştırıldığında, katılımcılar tarafından edinilen bilgi, beceri ve yeterlilikleri de ifşa etti. The score assigned was allocated to each of the 11 categories (learning units) on the basis of the expected results: knowledge of ETS and benefits of Sport/physical practice, persuasion,



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





## IATETS

presentation, innovation, practical skills in ETS, soft skills, social skills, communication, leadership, capacity of expression in foreign languages, problem solving. Specifically, an Evaluation Board composed of the Trainers and the Organizers wrote down the following information per participant/certificate: name of the beneficiary, the period of mobility, assessment of knowledge, skills and competences acquired.



**REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



Erasmus+



# IATETS

## Integr-Action Through ETS

### IO2: Manual of Accessible ETS Education



**REMÉNYT A  
GYERMEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



<b>Table of contents</b> .....	2
Workshop	
Educational through Sport	
1 HFCH ETS session related to the team work .....	7
2 BSDA ETS session related to the interaction with able-bodied peers .....	10
3.1 Introducing training module .....	11
3.2 WORKSHOP "EDUCATION THROUGH SPORT METHODOLOGY" .....	13
4 SITTING VOLLEYBALL .....	15
5 Communication workshop .....	17
6 INTE(G)RACTION MATTERS .....	19



**REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 1. Introduction

"**Integr-Action Through ETS**" (IATETS) is a 24-month strategic partnership aimed at creating new opportunities of education and personal fulfilment for disadvantaged European adults affected by disability through delivering on educational formats and methods of customized learning based on Education Through Sport (ETS).

IATETS is an approach of transnational cooperation involving organizations with outreach to the target of the project and with outreach to the final target of the project. The Consortium comprises NGOs and sport associations with specific experience and recognized quality in the field of ETS. Project target are disadvantaged adults aged 18-35 affected by physical disability. The project sets itself to address the educational exclusion of adults with disability in partner countries and in Europe, with its corollary of skills mismatches, exclusion from participation and massive unemployment.

Disabled adults are disproportionately represented among the excluded from education and the labor market, as highlighted by Eurostat data. The findings indicate that adults with disability face lower educational attainment and higher unemployment than their peers not affected by disability, while at the same time participating to a lower degree in formal and non-formal learning. Access from education and training, either in both the formal and non-formal sectors, is also more challenging for disabled adults as compared with their peers. Adults with disabilities face higher rates of early leaving from education and lower participation in lifelong learning than the average population, which translates into a mismatch in the acquisition of basic skills, transversal skills and attitudes necessary for further education, employability and concrete participation at all the levels of society.

The **Manual of Accessible ETS Education** is the second result of the project's intellectual outputs. The output is based on the outcomes of the Blended Learning Mobility, and produced for meeting educational needs, from the operators receiving methodological skills to better engage the ultimate target groups of the project, disadvantaged adults with disability. ETS methods will be presented along with the development of guidelines and tools for the direct use of such materials in educational programmes. The Manual, produced in multiple languages, will be integrated as an open access digital resource on the Website of each partner as well as on the Web Platform of the project, upon the latter's completion and online release



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 2. Theoretical section Physical disabilities

The term “disability” is defined in different explanations, in general, we can define it as physical, mental or sensory condition that limits person’s capacity to perform certain activities. According to **WHO**: "Disability is an umbrella term, covering impairments, activity limitations, and participation restrictions. An impairment is a problem in body function or structure; an activity limitation is a difficulty encountered by an individual in executing a task or action; while a participation restriction is an issue experienced by an individual in involvement in life situations." As the result of disability, people's life is usually not the same as the life of others. In the terms of education people with disabilities do have special needs which supposed to be obey in their learning process. Lack of awareness about what disabled people are facing and their challenges and practice prevent educators to involve everyone as much as they would want in their activities, therefore the need to enhance the knowledge and skills regarding the management and creation of ETS activities for adults with disabilities.

Adults with disabilities are among the most excluded demographics from education and labour market. Research indicates that adults with disability face educational attainment and higher unemployment compared to their peers not affected by disabilities, while at the same time participating to a lower degree in formal ad non formal learning. Access from education and training, either in both the formal and non-formal education, is also more challenging for disabled adults compared to their peers. Adults with disabilities face higher rates of early leaving from education and lower participation in lifelong learning than the average population, which translates into a mismatch in the acquisition of basic skills, transversal skills and attitudes necessary for further education, employability and concrete participation at all the levels of society.

Typical barriers for persons with disabilities to participate in sport falls into 3 distinct categories: **individual, social and environmental**, where individual barriers relate to functional limitations of the disability or to psychological and physical aspects. Social barriers mainly refer to the lack of professional preparation among community sport and physical activity personnel in communicating and adapting physical activities to the needs of people with disabilities. Environmental barriers generally refer to the available of facilities that are conveniently located and generally the opportunities available for persons with disabilities to shift from mere physical activities to competitive sports. In addition to these, some structural barriers prevent persons with disabilities to enjoy practicing a sport, namely: distant location of sports club, equipment, travel, and cost of actual sport often above and beyond budgets, difficulty to get the information and lastly the fact that inclusive/adapted sport opportunities are not always suitable/applicable.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



### 3. Methodology

Education through sport can be described as a targeted process. Learning takes place in a planned, targeted and controlled way. The systematic debriefing and reflection of experiences or specific events in the context of sporting activities (teachable moments) is a core element of the method. Education through Sport is particularly suitable for equipping young people with a wide range of life skills. The targeted use of sport as a learning tool can be used to initiate learning processes. However, the approach reaches its limits when "teachable moments" are always deliberately created. Only when similar but authentic situations are experienced in unplanned situations (e.g. in competitive sport) does sport unfold its full educational potential.

The use of Education Through Sport (ETS) as a medium connecting sport practices with the achievement of wider educational outcomes - thereby connecting physical activity with its social dimension - has overtime grown into an established practice with a varied ages and targets, including persons with disabilities. ETS combines sport practice and non formal education (NFE) with a view to developing soft skills, basic skills and attitudes enhancing social inclusion in and through Sport.

Education Through Sport (ETS), in its quality as a medium to employ the potential of Sport for the achievement of educational outcomes extending beyond the sphere of Sport activity proper to take on a wider relevance from the individual and, by extension, societal perspectives, has known a relatively recent recognition. The favor encountered in Sport and non-formal education settings have triggered a sizeable and geographically diffused stream of practice which still faces the challenge of fully carving out a space of methodological autonomy for ETS as compared with the intersecting concepts of education "in" Sport and non-formal education. At the same time, the use of ETS for the achievement of socially appreciable outcomes – mostly related to social inclusion – by means of involving disadvantaged targets in a variety of "Sport education" programs drives the effort to explore the boundaries of ETS potential through innovation in practices/methods.

The project innovates with a peculiar attention to the interplay between the physical and psychological dimensions of wellbeing, striving to create and disseminate the manual endowed with a unique methodological toolset connecting ETS with practical conversancy to adapt it to persons with disabilities' perceptions as well as provide a tailored support throughout all the phases of a process of Education Through Sport.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 4. Workshop: Educational through Sport

### ➤ 1. HFCH ETS session related to the teamwork

What if you were...	
1.1	<b>INTRODUCTION</b>
<b>Learning Outcomes</b>	To get to know each other in order to have a profitable and successful week
<b>Typology</b>	Ice breakers, team building
<b>Timeframe</b>	50 min (30 + 20)
<b>Materials</b>	Colored papers, pens, markers, tape
<b>Procedure</b>	<p><b>Get to know each other</b></p> <p>Introduce Another (<b>30 min – depends on the number of the participants</b>)</p> <p>Divide the group into pairs. Each person talks about him/herself to the other, sometimes with specific instructions to share a certain piece of information related to sports (Maximum 3 sentences). <b>For example</b>, “The one thing I am particularly proud of in my sport life is...”; “My favorite activity in sports is... and here’s why” ; “I don’t like [insert example] too much ...”</p> <p>After five minutes, the participants introduce the other person to the rest of the group.</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







## IATETS

	<p><b>Icebreaker</b></p> <p><b>Paper Airplane Game (20 min)</b></p> <p>Pass around a pack of multi-colored paper. Ask everyone to write an interesting fact about themselves on the paper, then fold it into a paper airplane. At once, everyone launches the airplane into the air, and each person picks up one. Then, go around the room and guess whose interesting fact lines up with whom.</p> <p><b>Examples:</b> I didn't learn to swim until I was 28. I was a junior Olympian bronze medalist snowboarder before I went to college.</p>
--	---



**REMÉNYT A  
GYERMEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



<b>1.2</b>	<b>EXERCISE</b>
<b>Learning Outcomes</b>	To raise awareness about disabilities using sport as a tool for personal development and team building
<b>Typology</b>	Erasmus through sport, team building, sport exercise, cooperation
<b>Timeframe</b>	50-60 min
<b>Procedure</b>	<p>The exercise is based on the basics of aerobic training. For this reason, a qualified trainer is required to implement it.</p> <p>The exercises should be adapted to the strength and composition of the group.</p> <p>After a <b>full-body warm-up</b>, the sports exercises can begin. If a qualified trainer is not available, simple movement exercises can be used (balance stand, lunges), but a leader is still needed to put together the movement sequences. Divide the group in half. One group blindfolds the other group does not. They will train in pairs, one sighted and one not. The sighted person's job is to tell the exercise lines presented by the coach to his or her non-sighted partner so that he or she can perform them.</p> <p>It is also a good idea to split the session in time so that each participant can try out both roles (sighted and non-sighted).</p>
	<b>DEBRIEF AND EVALUATION (20 min)</b>
<b>Timeframe</b>	<b>20 min</b>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



<b>Procedure</b>	<p>In the evaluation phase, it is important to reflect on the experience:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• What was it like in a helping role?</li> <li>• What was it like to play sport without sight?</li> <li>• What did you feel as a non-sighted person during the exercise?</li> <li>• Were you able to fully trust your partner to guide you?</li> <li>• What was most difficult for you in this exercise?</li> </ul> <p><b>Bonus idea:</b> For training, use music at normal volume and vary the position of the speaker in the room. Ask the group for feedback on the change of location of the sound source.</p> <p>How did it feel to be blindfolded and hear the music from a different position every 10 minutes?</p>
------------------	---

➤ 2. BSDA ETS session related to the interaction with able-bodied peers

<b>FUN FOR EVERYONE</b>	
Learning Outcomes	To raise awareness for people with disabilities by using sport as a tool in order to provoke personal development and sustainable social transformation.
Typology	Icebreaker, energizer, teamwork, cooperation, empathy, problem solving, and citizenship
Timeframe	35 mins
Materials	A sport hall or suitable safe open space, cones, handball, flipchart, paper, pens, sticky tape, stopwatch, chalk, training bibs of different colours, training whistle or bell, secret roles cards
Procedure	<p>Icebreaker</p> <p><b>Who wrote it? 10-15 mins</b></p> <p>Have everyone write a unique, strange, or unexpected fact about them on a piece of paper. Then, put the pieces into a box and mix them around. Read each fact. Allow the participants to guess who wrote it. After they guess, ask the participant who wrote the fact to identify themselves and give more information if necessary.</p>



IATETS



	<p><b>Orange, apple, and banana Energizer 10-15 mins</b>          Have participants stand in a circle and have them face clockwise. Then have everyone put their arms on the shoulders of the participant in front of them. The facilitator giving directions standing inside/outside of the circle will yell 3 commands. Each command will be the name of a different fruit and will be action the group does. The first command is "Apple". Everyone will repeat "Apple" and then jump forward once. Have the group practice a few times.</p> <p>Then introduce the second command "Banana". Everyone will repeat "Banana" and jump backwards once. The third command is "Orange". Everyone will repeat "Orange" and turn 180 degrees. Have the group practice doing the commands in different combinations.</p> <p><b>Full body warm up of the body of the participants - their muscles, tendons, and joints for the ETS session - 5 mins</b></p> <p><b>Instructions:</b>          Start with stretching different parts of the body as head, neck, shoulders, elbows, hams, abdomens, knees, calves, feet. Then start off marching on the spot and then march forwards and backwards. Pump your arms up and down in rhythm with your steps, keeping the elbows bent and the fists soft. you can finish the warm-up with a few repetitions of Jumping jacks (jump up, spread your feet, and bring both hands together above your head) or Ankle hops (bounce off the floor in a quick, repetitive move and keep your knees soft).</p>
--	--

### ➤ 3.1 Introducing training module

<b>WORKSHOP "INTRODUCTION"</b>	
Learning Outcomes	<p>The workshop is a 3-stage physical activity that aims to be an eye opener for participants into the concept of Education through Sport by showing the difference between education for, by and through sport. It will raise awareness of the topic of discrimination too.</p> <p>Objectives:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• To introduce the concept of Education through Sport.</li> <li>• To underline the differences between education for, by and through sport.</li> <li>• To develop skills of communication and cooperation.</li> <li>• To raise awareness on the topic of discrimination.</li> </ul>
Typology	Simulation role
Timeframe	Preparation: 1 h





IATETS



	<p>Implementation: 1.25h</p> <p>Step 1) -10- min distribution of materials</p> <p>Step 2) -10- min explanation of instructions</p> <p>Step 3) -20- min first part of the activity</p> <p>Step 4) -20- min second part of the activity (discrimination element)</p> <p>Step 5) -25- min debriefing and closing</p>
Materials	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 20 bibs or scarves</li> <li>• Safe space for running the activity according to the size of the group,</li> <li>• Flipchart papers &amp; markers.</li> </ul>
Procedure	<p>Preliminary preparation</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mark out the space of the activity (if necessary).</li> <li>• Prepare the bibs/scarves for the teams.</li> <li>• Explain the rules and have them clearly stated or posted on a flipchart.</li> <li>• Preparation for the referee.</li> </ul> <p>The role of the referee (introduced from the beginning) is to discriminate one of the teams in the third part of the exercise. This can be anywhere from subtle things like high fiving the other teams and ignoring the discriminated one, giving points for cheering/encouraging others/team spirit to just the privileged team, taking points away for various reasons from the discriminated team. However, there should be a gradual transition from impartial to clearly helping some teams while disadvantaging the other so make sure the role of the referee is given to a person who can stay in character throughout the session, thus keeping it realistic.</p> <p><b>Implementation of the activity</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>STEP 1</b> - preparation of participants, 10 min Tails Each participant will be given a bib or a scarf and try to get it from the others without losing their own. The bibs are tucked into the trousers or the shorts at the back of each person. The game can be used as the warmup exercise. Explain to the participants that they must have at least half of the bib on show for others to catch it. Snake Separate the group into 3-4 teams (the teams should be of around 4-5 people). Let them choose their teammates, if they want.</li> <li>➤ <b>STEP 2</b> - instructions, 10 min Give them the instructions: they are supposed to act as a snake with the aim of stealing the bib/scarf which is attached to the last member of the other team (example tucked into the shorts). Catching the bib/scarf will be awarded points only if the chain of people is not broken. Introduce the referee.</li> <li>➤ <b>STEP 3</b> - activity implementation, 20 min</li> <li>➤ <b>STEP 4</b> - element discrimination, 20 min During the activity, introduce the “discrimination element”. Stop the game and let the participants know that, to get better results, they are allowed 2-3 minutes to decide on a strategy within their teams. Let them play again; this time the</li> </ul>



IATETS



	<p>referee has to act accordingly to the instructions offered in the tips for facilitation.</p> <p>➤ <b>STEP 5</b> - Debriefing + Closing, 25 min Spend time at the end of the activity talking over what people learned and how they see it relating to their own lives and their communities.</p> <p>Moreover, make sure everyone gets a chance to speak so that they know that their opinion and participation is valued/ appreciated.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ask them to describe the activity, their feelings and their learning.</li> </ul> <p>Examples:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. What happened during the game?</li> <li>2. Did you learn anything new about yourself?</li> </ol> <p>Examples:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. What problems did you have getting organized?</li> <li>2. What responsibility did each group member have?</li> <li>3. How could they improve their performance?</li> </ol> <p>Examples:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Who got the highest score out of all the teams?</li> <li>2. How did you play to win?</li> <li>3. Where any agreements between teams made to co-operate? Why?</li> <li>4. How did the others (the ones left out of the agreement) feel?</li> </ol> <p>Examples:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Did you enjoy the game?</li> <li>2. What did you like/dislike about it?</li> <li>3. Is it an activity you would use/adapt for others?</li> <li>4. Do you think that it helped you to learn something new?</li> </ol>
--	--

### ➤ 3.2 WORKSHOP “EDUCATION THROUGH SPORT METHODOLOGY”

Learning Outcomes	This workshop will underline how sport can be used to develop social competencies and how it can be a tool to solve social conflicts and to support the inclusion and the participation of all people.
-------------------	--





## IATETS



	<p>Objectives:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• To develop social competencies.</li> <li>• The value of inclusion.</li> <li>• To understand and reflect on your own behavior and behavior of others.</li> <li>• Team building.</li> </ul>
Typology	Team role (this activity can be adapted to most team sports such as handball and football)
Timeframe	<p>Preliminary preparation: 5 min</p> <p>Implementation of the activity: 1.15h that include the following steps:</p> <p>STEP 1) -5- min instructions</p> <p>STEP 2) -15- min Education for sport</p> <p>STEP 3) -15- min Education by Sport</p> <p>STEP 4) -20- min Education through sport</p> <p>STEP 5) -20- min Debriefing and closing</p>
Materials	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Basketball court</li> <li>• Basketball</li> <li>• Bibs</li> <li>• 2 whistles</li> <li>• Role card</li> </ul>
Procedure	<p><b>Preliminary preparation – 5 min</b> Organize the participants into 2 teams of 5 or more teams if the numbers are greater than 10.</p> <p><b>Implementation of the activity</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>STEP 1 - instructions. 5 min</b> Give them the instructions: they are supposed to pass through 3 different steps to implement completely the activity. They will play a game based on specific rules and roles that they must follow.</li> <li>➤ <b>STEP 2 - Education for sport, 15 min</b> Explain to participants that they must play basketball in their teams and that the objective is to win. Explain how to play. Demonstrate the rules and boundaries to participants. Ask the participants what the rules of the game are? At this stage simple rules such as double dribble and travelling with the ball will come out.</li> <li>➤ <b>STEP 3 - Education by Sport, 15 min</b> Introduce some conditions to the game to show how the game will use Education by Sport. These can include: <ul style="list-style-type: none"> <li>• no dribbling</li> <li>• only females can score</li> <li>• every team member must touch the ball</li> <li>• ball must be passed at least 3 times before you can score</li> <li>• can only dribble with weak hand</li> <li>• males can only score with weak hand</li> <li>• males can only score outside the key</li> </ul> </li> <li>➤ <b>STEP 4 - Education through sport, 20 min</b> Introduce role cards. You can use different cards to explore different social competencies. Following some examples: <ul style="list-style-type: none"> <li>• being selfish</li> <li>• pass to the other team</li> <li>• yell at those who make a mistake</li> <li>• try to include everyone</li> <li>• only pass to one person</li> <li>• be a referee</li> <li>• coach the team</li> <li>• be over enthusiastic the participants should not discuss their role with anyone. They must now play the</li> </ul> </li> </ul>





IATETS



	<p>game in this role. At this stage there could be conflict due to the roles so take care in the selection of the roles.</p> <p>➤ <b>STEP 5 - Debriefing and closing, 20 min</b> Spend time at the end of the activity talking over what people learned and how they see it relating to their own lives and their communities. Anyway, the debrief should be done only at the end of the game, otherwise you may break the flow of the activity.</p> <p>Moreover, make sure everyone gets a chance to speak so that they know that their opinion and participation is valued/ appreciated.</p> <p>Questions like the following can be used:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Did you like the game?</li> <li>• How did you cope with Limitations?</li> <li>• Did the team work well?</li> <li>• How did you feel in your Roles?</li> <li>• How do you react otherwise when somebody is behaving in that way towards you?</li> <li>• Do you behave in that way in some situations in everyday life?</li> <li>• What did you learn out of this game?</li> </ul> <p><b>Tips for the trainer:</b> adjust accordingly the activity if people with disabilities will implement it.</p>
--	--

## ➤ 4. SITTING VOLLEYBALL

Number of participants to be involved	2 teams of 6 people in each
Learning Outcomes	Teambuilding, team work, communication
Typology	Teamwork, communication, cooperation, empathy and problem solving
Timeframe	80 - 90 minutes
Materials	A sport hall or suitable safe open space, volleyball, net, flipchart, paper, pens, sticky tape, stopwatch, training bibs of different colors, training whistle
Procedure	<p><b>Warm up</b> Start with a simple warm up consisting of stretches.</p> <p>Volleyball Warm-Up No.1: Ball Throw A ball is needed for this drill. Find a partner and stand across the court from each other. Using your hitting arm throw the ball back and forth to each to</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



	<p>other warming up your hitting shoulder and arm. This only needs to be done for a couple of minutes to loosen up the shoulder joint.</p> <p><b>Volleyball Warm-Up No.2: Spike Drill</b> A ball is needed for this drill. Find a partner and stand across the court from each other. Throw the ball up into the air and spike it down into the ground so that after once bounce it should reach your partner. Do this only as long as it takes to warm-up your shoulder.</p> <p><b>Volleyball Warm-Up No.3: Setting Drill</b> A ball is needed for this drill. Standing about ten feet apart set the ball back and forth. As your forearms loosen up try and move the distance back so that you are setting from further away.</p> <p><b>Volleyball Warm-Up No.4: Passing Drill</b> A ball is needed for this drill. Standing about ten feet apart start passing the ball back and forth, concentrating on making good passes to your partner.</p> <p><b>Volleyball Warm-Up No.5: Pepper</b> A ball is needed for this drill. Using a partner stand about ten feet apart from each other. The partner starting with the ball tosses it to his partner who passes the ball back to him. The partner then sets the ball back to the other partner, who in turn spikes the ball back to the other partner.</p> <p><b>Volleyball Warm-Up No.6: Defense</b> This team drill requires at least ten balls and is a great way to warm-up the team's passing skills before a match. The coach needs a bunch of balls at his side, a line of players opposite him, and one "setter" off to the right side between the coach and players. The coach tosses the ball (he can spike or throw it hard too) at the first player in line who passes it to the setter.</p> <p><b>Volleyball Warm-Up No.7: Hitting</b> This warm-up requires a minimum of three balls and is great for hitting just before game or practice time. The setter assumes his position of right front. There is a shagger on the opposite side of the court, a line of outside hitters, a line of middle hitters, a line of right-side hitters, and the coach standing to the right of the middle hitters tossing a ball to the setter to set.  The coach then tosses the ball to the setter who sets the middle hitter and the process is repeated again. The right-side hitter receives the next set and the drill moves back to the outside hitting line. Players can fill in and hit form</p>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>any line they choose; however, it is more practical for the players to hit from the spot in which they would normally hit from in a game.</p> <p>Volleyball Warm-Up No.8: Serving</p> <p>This drill requires an equal number of players on either side of the net and a ball for each player. This is just a quick serving warm-up. Players spread themselves out across the back line and serve the ball to the other side. Both sides are serving at once so there are always balls coming over to grab and serve back.</p> <p>Play for 15 - 20 minutes</p> <p><b>Part 1</b></p> <p>We set teams. Sitting volleyball follows the same set of rules as standing volleyball with a few modifications. All athletes play in a sitting position, and one part of the athlete's torso must remain in contact with the floor when a player is handling the ball. The objective of the game is to send the volleyball over the net so that your opponent is unable to return it.</p> <p>Later on, the team picks up one person, not knowing the task yet. They have to choose a place where this person will be sitting. Only after that learn they that the person can't move. The teams have 3 minutes for practicing and choosing their strategy.</p> <p>Play for 15 - 20 minutes</p> <p><b>Part 2</b></p> <p>The teams continue the game, at each strife; they need to take into account that the non-moving person has to push off the ball, at least once. If they don't do this, the team will not get a point.</p> <p>Play for 15 - 20 minutes</p> <p><b>Debrief and Evaluation</b></p> <p>Start with an overview of what is happening during the activity. The facilitator could use following prepared questions:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- How was the game?</li><li>- How did you feel after the game?</li><li>-</li><li>- How easy / difficult was to play in different parts of the game?</li><li>- What happened in Part 1 and 2?</li> <li>- How did you feel about the behavior of others?</li><li>- What have you learned from this game?</li></ul>
--	--



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## ➤ 5. Communication workshop

Learning Outcomes	This activity helps the group to understand that they can communicate with each other without speaking, using non-verbal communication. This workshop raises awareness of people that they can use different ways to express themselves and to do teamwork to reach common objectives.
Typology	Team building, teamwork, cooperation, empathy, problem solving
Timeframe	80 - 90 minutes
Materials	Big room Different objects (pens, balls.) Blindfolds Fantasy cards (ex: dixit)/ card with drawings or pictures / photos
Procedure	<p>1 – SILENT LINES-UP The group will work out how to line up cooperatively using gestures, facial expressions, nods, etc. Activity Instructions Participants are told they need to get into a straight line according to a specific factor without talking to each other throughout the game. Some examples might be: • Height • Hair color (lightest to darkest) • Age order • Alphabetically based on the first letter of their name • A casual number they are thinking about People should use non-verbal communication skills to achieve this. For example, hand gestures and miming.</p> <p>2. TOM-TOM There are lots of objects scattered around the room, from the largest to the smallest (ex: pens, balls.). Each item recovered will give the team a score. Small items are worth more than large ones (ex: ball 5 points, pen 20 points) Divide the group into teams of 3 people. Each person represents a character among: Google, TOM, Driver. Driver: Blind. He is the only one who can move around the room and collect the objects that will give the team scores, to move he follows TOMTOM's instructions. TomTom: The only one who can use his voice and communicate with the other two, but he can only watch 'Google' and has no visibility of the room, so he has to get directions from Google. Google: he is the only one who sees everything, but cannot speak. The only thing it can do is give directions to the TomTom by making gestures, so that it can give the driver the correct directions. The team that scores the most points taking the objects wins. To develop: Communication Collaboration Ability to communicate (verbal non-verbal) Bring the differences together Everyone works to their full potential Trust Planning strategy and rescheduling</p> <p>3 – DEBRIEFING - I IMAGINE YOU Understanding through images what people bring with them at home from this experience. This activity is very useful in helping people understand how each of them lived this workshop and interprets the world in a different way. through a creative and fun activity, it is possible to talk about our feelings. You need to get FANTASY cards, card with drawings or pictures/photos.</p> <p>GAME MODE The cards go placed in no particular order on the desk or on the floor. Each member of the group is asked to choose one paper that can somehow describe the personal feeling during the activity. We position</p>



**IATETS**



	<p>ourselves in a circle and each member of the group, in random order, must show the group the card they have chosen and explain in a few words the reason for his choice.</p> <p>-It is not allowed to ask for explanations or argue the different opinions given during the game.</p> <p>It is important to give a definite time to choose the card.</p> <p>It is advisable to use an instrumental and slow background music when choosing the card.</p> <p>Afterwards talk about how easy or hard they found the games.</p> <p>Ask them how they adapted the way they communicated so that they could achieve the desired outcome?</p> <p>What are some other ways that you might communicate with a person who is not able to speak?</p>
--	---



**REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## ➤ 6. INTE(G)RACTION MATTERS

Learning Outcomes	Participants will learn how to start and maintain interaction with able-bodied peers-Participants will acquire skills which will improve their interaction with able-bodied peers
Typology	Ice breaking game-Video and discussion-Presentation on interactive skills
Timeframe	-10 minutes for introduction -20 minutes for role play -20 minutes for presentation -10 minutes for evaluation and reflection
Materials	Room for conducting the workshop -Jenga blocks -Computer/laptop, screen and projector
Procedure	<p>1)The workshop starts with a nice-breaking Jenga game:</p> <p>Jenga is the starting point of many fun gatherings. It’s a super easy icebreaker activity to explain and pick up &amp; anyone can join any time. You can spice up a regular tower-toppling contest by writing topic-related questions on each block (or as many as you can). When you draw each block, read the question out loud &amp; answer before placing the piece on the top of the tower. This can ignite exciting conversations about everyday topics like favorite downtime activities to more in-depth stuff, like career and self-development goals. The objective is to encourage interaction between participants.</p> <p>2)Video and discussion:</p> <p><a href="https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/">https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/</a></p> <p>After playing this video, start a discussion with the participants. You may ask the following questions: -Can you relate to this video? If yes, in which way? - What would you suggest to your able-bodied peers in order to improve the interaction with you?-Do you have any problems when trying to start interaction with them? If yes, in which way? -Does anyone know any interaction strategy which might help? If yes, can you share it with us? See how discussion continues and encourage participant to share their opinions and views.</p> <p>3)Presentation:</p> <p>In this part the facilitator is supposed to prepare the presentation on tips which improve interaction skill. The presentation may be made in the form of PPT on the basis of <a href="https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-">https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-</a></p>



IATETS



	<p>home/thoughtwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve-Your-Communication-Skills and it is desirable to be interactive. After each and every tip, facilitator should comment it with the participants, ask their view on it, ask their personal experience related to it, etc.</p> <p>4) Evaluation and reflection:</p> <p>The last part of the workshop is devoted to evaluation and reflection. Participants are asked the following questions:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Did you find this workshop useful? -What have you learned?</li><li>-Did it make you change your view/opinion when it comes to interaction with able-bodied peers?</li></ul> <p>If yes, elaborate on it. -What tips from the presentation did you find especially useful and why?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-What part of the workshop did you like the most and why?</li></ul> <p>Facilitator can continue with as many questions they want. The goal is to get the honest feedback from the participants and thus improve the workshop for future use.</p>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 5. Results of the blended mobility

The training held by MVNGO trainer was held online, since the national rules concerning public gatherings forbidden any meeting with more than 4 people. Considering this context MVNGO together with its trainer evaluated that the training would have been best held online. Participants were both able-bodied and people with disabilities facing conditions of educational exclusion and disadvantage (low-qualified, low-skilled and unemployed). Considering the online modality, no accompany persons were needed since participants had the chance to participate from their place with their own tools. To hold the training online was then also the opportunity to make it more inclusive facilitating the participation of people with disabilities that would have found difficult to take part in an in-person meeting.

The added value of this online training is connected with the project outputs:

- Intellectual Output 1 "ETS Ability Empowering Format". The educational format delivered in the

Output was tested in the online training with representatives of the audience of learners. The findings and insights for improvement achieved in the online training ensured the release of a tested educational methodology as well as allow the Consortium to assess the adequacy of the format to the learning needs.

- Intellectual Output 2 "Manual of Accessible ETS Education". The Consortium produced a

Manual with guidelines and tools for the implementation of ETS educational programs targeted at disadvantaged adult learners with disabilities. The guidelines integrated in the Manual were based on the findings of Trainers' reporting in the online Learning Mobility.

- Intellectual Output 3 "IAETETS Web Platform and Modules". The educational modules included in the Web Platform included footage of the main project workshops as illustrative video simulations providing educational guidance to the audience of learners. Contrary of the project application where a Blended mobility was intended to be created, the selection of participants for the online training was performed at the national level under the responsibility of each partner and the overall coordination of the applicant organization.

Each partner indeed performed a preselection at the national level by means of releasing a call for participants in national language. The call was open to all the interested individuals belonging to the targeted categories (adults with disabilities with low level of skills, qualifications and holding no job position). The release of the call also took place on each partner's website(s) and pages on social media as well as, in order to provide the maximum visibility to the mobility opportunity, by means of spreading the call through each partner's networks of stakeholders. Since the development of training was online, any info pack was produced but basic organizational information was shared with the participants and an agenda of the scheduled meetings and appointments was provided.



## IATETS

The recognition of the learning outcomes comprised the delivery of the Europass certificate to all Participants. The Europass was jointly elaborated by participants and Trainers in a joint assessment session. The certificate also disclosed the knowledge, skills and competences acquired by participants, as compared with their entry-level competence.

The score assigned was allocated to each of the 11 categories (learning units) on the basis of the expected results: knowledge of ETS and benefits of Sport/physical practice, persuasion, presentation, innovation, practical skills in ETS, soft skills, social skills, communication, leadership, capacity of expression in foreign languages, problem solving. Specifically, an Evaluation Board composed of the Trainers and the Organizers wrote down the following information per participant/certificate: name of the beneficiary, the period of mobility, assessment of knowledge, skills and competences acquired.



**REMÉNYT A  
GYERMEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



Erasmus+



# IATETS

## Integr-Action Through ETS

### IO2: Manuale di educazione attraverso lo sport



**REMÉNYT A  
GYERMEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## Indice

<b>1. Introduzione</b> .....	3
<b>2. Sezione teorica: disabilità fisiche</b> .....	4
<b>3. Metodologia</b> .....	5
<b>4. Workshop: Dducare attraverso lo sport</b> .....	6
➤ 1. Sessione HFCH ETS relativa al lavoro di squadra.....	6
➤ 2. Sessione BSDA ETS relativa all'interazione tra coetanei abili.....	9
➤ 3.1 Introduzione al modulo di Training.....	10
➤ 3.2 WORKSHOP "EDUCAZIONE ATTRAVERSO LA METODOLOGIA SPORTIVA" .....	13
➤ 4. PALLAVOLO DA SEDUTI.....	15
➤ 5. Workshop di comunicazione .....	18
➤ 6. QUESTIONI DI INTE(G)RAZIONE .....	20
<b>5. Risultati della blended mobility</b> .....	22



**REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 1. Introduzione

"Integr-Action Through ETS" (IATETS) è un partenariato strategico della durata di 24 mesi che mira a creare nuove opportunità di istruzione e realizzazione personale rivolto ad adulti europei svantaggiati con disabilità. Il progetto mira a raggiungere questi obiettivi attraverso l'implementazione di formati educativi innovativi e metodi di apprendimento personalizzati basati sull'educazione attraverso lo sport (ETS).

IATETS utilizza un approccio di cooperazione transnazionale che coinvolge organizzazioni che hanno come obiettivo il target finale del progetto. Il Consorzio comprende ONG e associazioni sportive con esperienza specifica riconosciuta nel campo degli ETS. I destinatari del progetto, come menzionato, sono adulti in condizioni di svantaggio con un'età compresa tra i 18 e i 35 anni con disabilità fisiche. Il progetto si propone di affrontare l'esclusione educativa degli adulti con disabilità nei Paesi partner e in Europa, cercando di affrontare disagi quali l'inadeguatezza delle competenze rispetto al mercato del lavoro, il fenomeno di esclusione dalla partecipazione e la disoccupazione di massa.

Gli adulti con disabilità sono particolarmente presenti come gruppo tra coloro che sono esclusi dall'istruzione e dal mercato del lavoro, come evidenziato dai dati Eurostat. I dati raccolti indicano che questi individui hanno un livello di istruzione più basso e un tasso di disoccupazione più elevato rispetto alla media dei loro coetanei che non presentano disabilità e, allo stesso tempo, partecipano in misura minore all'istruzione formale e non formale. Anche l'accesso all'istruzione e alla formazione, sia nel settore formale che in quello non formale, risulta più difficile per questa categoria di adulti rispetto ai coetanei. Gli adulti con disabilità, inoltre, devono far fronte a tassi più elevati di abbandono precoce dell'istruzione e, in generale, partecipano in percentuali inferiori a opportunità di apprendimento permanente rispetto alla media della popolazione. Questo si traduce in uno squilibrio nell'acquisizione delle competenze di base, delle competenze trasversali e delle attitudini necessarie per il proseguimento degli studi, l'occupabilità e la partecipazione concreta a tutti i livelli della società.

Questo manuale di educazione attraverso lo sport rappresenta uno degli output intellettuali di IATETS. L'output è basato sui risultati della Blended Learning Mobility ed è prodotto per soddisfare i bisogni educativi dagli operatori al fine di incentivare lo sviluppo di competenze metodologiche che siano utili a coinvolgere i gruppi target finali del progetto, gli adulti svantaggiati con disabilità. Verranno presentati i metodi ETS e lo sviluppo di linee guida e strumenti per l'uso diretto di tali materiali nei programmi educativi. Il Manuale, prodotto in più lingue, sarà integrato come risorsa digitale ad accesso libero sul sito web di ciascun partner e sulla piattaforma web del progetto, una volta completato e messo online.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 2. Sezione teorica: disabilità fisiche

Il termine "disabilità" ha diversi tipi di definizioni; in generale, possiamo dire che sia una condizione fisica, mentale o sensoriale che limita la capacità della persona di svolgere determinate attività. Secondo l'OMS: "Disabilità è un termine ombrello, che comprende menomazioni, limitazioni di attività e restrizioni di partecipazione". Una menomazione è un problema nella funzione o nella struttura del corpo; una limitazione dell'attività è una difficoltà incontrata da un individuo nell'eseguire un compito o un'azione; mentre una restrizione della partecipazione è un problema sperimentato da un individuo nel coinvolgimento in situazioni di vita". A causa della presenza di disabilità, la vita delle persone è generalmente svantaggiata. In termini di istruzione, le persone con disabilità hanno esigenze speciali che devono essere tenute in considerazione nel processo di apprendimento. La mancanza di consapevolezza su ciò che le persone disabili devono affrontare, sulle loro sfide e sulle loro pratiche impedisce agli educatori di coinvolgere in maniera inclusiva tutti i possibili partecipanti nelle attività, da qui la necessità di migliorare le conoscenze e le competenze relative alla gestione e alla creazione di attività ETS per adulti con disabilità.

Gli adulti con disabilità sono tra i gruppi demografici più esclusi dall'istruzione e dal mercato del lavoro. Le ricerche indicano che questo gruppo target rispecchia dei livelli di istruzione e disoccupazione più alti rispetto alla media dei coetanei che non hanno disabilità, e allo stesso tempo sono meno presenti in contesti di apprendimento formale e non formale. Anche l'accesso all'istruzione e alla formazione, sia nell'ambito dell'istruzione formale che di quella non formale, è più difficile per gli adulti con disabilità rispetto ai loro coetanei. Gli adulti con disabilità devono affrontare tassi più elevati di abbandono precoce dell'istruzione e una minore partecipazione all'apprendimento permanente rispetto alla media della popolazione, il che si traduce in uno squilibrio nell'acquisizione delle competenze di base, delle competenze trasversali e degli atteggiamenti necessari per l'ulteriore istruzione, l'occupabilità e la partecipazione concreta a tutti i livelli della società.

Le barriere tipiche che impediscono alle persone con disabilità di praticare sport rientrano in tre categorie distinte: individuali, sociali e ambientali, dove le barriere individuali si riferiscono alle limitazioni funzionali della disabilità o ad aspetti psicologici e fisici. Le barriere sociali si riferiscono principalmente alla mancanza di preparazione professionale del personale addetto allo sport e all'attività fisica nella comunicazione e nell'adattamento delle attività fisiche alle esigenze delle persone con disabilità. Le barriere ambientali si riferiscono in genere alla rara presenza di strutture attrezzate che permettano alle persone con disabilità di accedere ai loro spazi e alle opportunità, in ambito sportivo, disponibili per le persone con disabilità di passare dalla semplice attività fisica allo sport agonistico. Oltre a queste, alcune barriere strutturali impediscono alle persone con disabilità di praticare uno sport, vale a dire: la lontananza dal club sportivo, l'attrezzatura, il viaggio, il costo dello sport vero e proprio spesso superiore al budget, la difficoltà di ottenere informazioni e infine il fatto che le opportunità di sport inclusivo/adattato non sono sempre adatte/applicabili.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



### 3. Metodologia

L'educazione attraverso lo sport può essere descritta come un processo mirato. L'apprendimento avviene in modo pianificato, mirato e controllato. Il debriefing sistematico e la riflessione su esperienze o eventi specifici nel contesto delle attività sportive (momenti di insegnamento) sono un elemento centrale di questo metodo. L'educazione attraverso lo sport è uno strumento particolarmente adatto a dotare i giovani di un'ampia gamma di competenze utili nella vita quotidiana. L'uso mirato dello sport come strumento di apprendimento può essere utilizzato per avviare o stimolare processi di apprendimento. Tuttavia, l'approccio raggiunge i suoi limiti quando i "momenti di apprendimento" rimangono delle situazioni create artificialmente. Infatti, solo quando situazioni simili, ma autentiche vengono vissute in situazioni non pianificate (ad esempio nello sport agonistico), lo sport come strumento riesce a dispiegare tutto il suo potenziale educativo.

L'uso dell'educazione attraverso lo sport (ETS) come mezzo per collegare le pratiche sportive con il raggiungimento di risultati educativi più ampi - collegando così l'attività fisica con la sua dimensione sociale - è cresciuto nel tempo fino a diventare una pratica consolidata con età e target diversi, comprese le persone con disabilità. L'ETS combina la pratica sportiva e l'educazione non formale (NFE) con l'obiettivo di sviluppare le competenze trasversali, le abilità di base e le attitudini che migliorano l'inclusione sociale nello sport e attraverso lo sport.

L'educazione attraverso lo sport (ETS), utilizzata come mezzo che impiega il potenziale dello sport per il raggiungimento di risultati educativi che si estendano oltre la sfera propriamente sportiva, è divenuta una pratica riconosciuta in tempi relativamente recenti. Il favore incontrato nei contesti sportivi e di educazione non formale ha innescato un flusso di pratiche consistente e geograficamente diffuso, che però ancora deve riuscire a ritagliarsi uno spazio di autonomia metodologica rispetto ai concetti di educazione "nello" Sport e di educazione non formale. Allo stesso tempo, l'utilizzo degli ETS per il raggiungimento di risultati socialmente apprezzabili - per lo più legati all'inclusione sociale - attraverso il coinvolgimento di target svantaggiati in una varietà di programmi di "educazione allo sport" spinge a esplorare i confini del potenziale degli ETS attraverso l'innovazione delle pratiche/metodi.

Il progetto IATETS innova con un'attenzione particolare all'interazione tra la dimensione fisica e quella psicologica del benessere. Quello che il progetto cerca di creare e diffondere attraverso questo manuale è un set di strumenti metodologici unici che collegano l'ETS con la vita pratica per adattarlo alle percezioni delle persone con disabilità e fornire un supporto su misura che possa essere applicato durante tutte le fasi di un processo educativo attraverso lo sport.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 4. Workshop: Educare attraverso lo sport

### ➤ 1. Sessione HFCH ETS relativa al lavoro di squadra

<b>E se tu fossi...</b>	
<b>1.1</b>	<b>Introduzione</b>
<b>Learning Outcomes</b>	Conoscersi per avere una settimana proficua e di successo
<b>Tipologia</b>	Ice breakers, team building
<b>Tempi</b>	50 min (30 + 20)
<b>Materiale</b>	Carta colorata, penne, pennarelli, nastro adesivo.
<b>Procedura</b>	<p><b>Conoscersi</b></p> <p>Presentare l'altro (30 min - dipende dal numero dei partecipanti)</p> <p>Dividere il gruppo in coppie. Ognuno parlerà di sé all'altro, a volte con istruzioni specifiche per condividere un'informazione aneddoti e informazioni relative all'ambito dello sport (massimo 3 frasi). Ad esempio, "La cosa di cui sono particolarmente orgoglioso nella mia vita sportiva è..."; "La mia attività preferita nello sport è... ed ecco perché"; "Non mi piace troppo [inserire esempio]...".</p> <p>Passati cinque minuti, i partecipanti presentano l'altra persona al resto del gruppo.</p> <p><b>Icebreaker</b></p> <p>Gioco dell'aeroplanino di carta (20 min)</p> <p>Distribuite dei fogli di carta multicolor. Chiedete a tutti di scrivere sul foglio un fatto interessante che li riguarda e chiedetegli di piegarlo in modo da formare</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





## IATETS

	<p>un aeroplano di carta. Quando i partecipanti sono pronti, lanciano contemporaneamente il loro aeroplanino in aria e ognuno ne prende uno. Dopodiché, i partecipanti si muovono nella stanza e cercano di indovinare quale fatto interessante corrisponde a chi.</p> <p>Esempi: Ho imparato a nuotare solo a 28 anni. Sono stato uno snowboarder medaglia di bronzo alle Olimpiadi giovanili prima di andare all'università.</p>
--	--



**REMÉNYT A  
GYERMEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



<b>1.2</b>	<b>Esercizio</b>
<b>Learning Outcomes</b>	Sensibilizzare alle disabilità utilizzando lo sport come strumento di sviluppo personale e di team building.
<b>Tipologia</b>	Educazione attraverso lo sport, team building, esercizio sportivo, cooperazione
<b>Tempi</b>	50-60 min
<b>Materiale</b>	<p>L'esercizio si basa sulle basi dell'allenamento aerobico. Per questo motivo, per la sua esecuzione è necessario un allenatore qualificato.</p> <p>Gli esercizi devono essere adattati alla forza e alla composizione del gruppo.</p> <p>Dopo un <b>riscaldamento generalizzato</b>, è possibile procedere con gli esercizi. Se non è disponibile un istruttore qualificato, si possono utilizzare semplici esercizi di movimento (equilibrio, affondi), ma sarà comunque necessaria la presenza di un leader che componga delle sequenze di movimenti. Dividere il gruppo a metà. Uno dei due gruppi sarà bendato. I partecipanti si alleneranno in coppia, questa sarà composta da un partecipante bendato e da uno senza benda. Il compito della persona vedente è quello di fornire al compagno non vedente le istruzioni per svolgere l'esercizio presentato dall'allenatore, in modo che possa eseguirle.</p> <p>È consigliabile dividere la sessione in due parti in modo che ogni partecipante possa provare entrambi i ruoli (vedente e non vedente).</p>
	<b>DEBRIEF E VALUTAZIONE (20 min)</b>
<b>Tempi</b>	<b>20 min</b>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



<b>Procedura</b>	<p>Nella fase di valutazione è importante riflettere sull'esperienza:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Com'è stato aiutare i propri compagni?</li> <li>• Com'è stato fare sport con la benda?</li> <li>• Quali sensazioni avete provato da persone non vedenti durante l'esercizio?</li> <li>• Siete stati in grado di fidarvi pienamente del vostro partner che vi guidava?</li> <li>• Che cosa è stato più difficile per voi in questo esercizio?</li> </ul> <p>Idea bonus: Per l'allenamento, consigliamo di utilizzare musica a volume normale e variare la posizione degli autoparlanti nella stanza. Chiedete poi al gruppo un feedback sul cambiamento di posizione della fonte sonora. Come vi siete sentiti ad essere bendati e a sentire la musica da una posizione diversa ogni 10 minuti?</p>
------------------	---

➤ 2. Sessione BSDA ETS relativa all'interazione tra coetanei abili

<b>DIVERTIMENTO PER TUTTI</b>	
Risultati dell'apprendimento	Sensibilizzare le persone con disabilità utilizzando lo sport come strumento per stimolare uno sviluppo personale e una trasformazione sociale sostenibile.
Tipologia	Icebreaker, stimolare il lavoro di squadra, la cooperazione, l'empatia, il problem solving e la cittadinanza.
Tempi	35 minuti
Materiale	Un palazzetto dello sport o uno spazio aperto sicuro adeguato, coni, pallamano, lavagna a fogli mobili, carta, penne, nastro adesivo, cronometro, gesso, pettorine da allenamento di diversi colori, fischietto o campanella da allenamento, carte per ruoli segreti
Procedura	<p><b>Icebreaker</b> Chi l'ha scritto? (10-15 minuti)</p> <p>Chiedete a tutti i partecipanti di scrivere su un foglio di carta un fatto unico, strano o inaspettato che li riguarda. Dopodiché, mettete i pezzi in una scatola</p>



IATETS



	<p>e mescolateli. Leggete ad alta voce ogni aneddoto. Lasciate che i partecipanti indovinino chi l'ha scritto. Dopo aver indovinato, chiedete al partecipante che ha scritto il biglietto di identificarsi e di fornire ulteriori informazioni, se necessario.</p> <p><b>Energizer</b> Arance, mele e banane (10-15 min)</p> <p>Chiedete ai partecipanti di disporsi in cerchio e di girarsi in senso orario. Poi invitateli a mettere le braccia sulle spalle del partecipante di fronte. Il facilitatore che dà le indicazioni, in piedi all'interno o all'esterno del cerchio, griderà 3 comandi. Ogni comando sarà il nome di un frutto diverso e sarà un'azione che il gruppo farà. Il primo comando è "Mela". Tutti ripeteranno "Mela" e poi salteranno in avanti una volta. Chiedete al gruppo di esercitarsi un paio di volte.</p> <p>Quindi introdurre il secondo comando "Banana". Tutti ripeteranno "Banana" e salteranno all'indietro una volta. Il terzo comando è "Arancia". Tutti ripeteranno "Arancia" e si gireranno di 180 gradi. Chiedete al gruppo di esercitarsi a eseguire i comandi in diverse combinazioni.</p> <p><b>Riscaldamento completo del corpo dei partecipanti - muscoli, tendini e articolazioni per la sessione ETS (5 min)</b></p> <p>Iniziare con lo stretching di diverse parti del corpo come testa, collo, spalle, gomiti, glutei, addome, ginocchia, polpacci, piedi. Quindi, chiedete ai partecipanti di marciare sul posto, poi avanti e indietro. Si può terminare il riscaldamento con qualche ripetizione di "jumping jack" (saltare in piedi, allargare i piedi e unire le mani sopra la testa) o di "ankle hops" (rimbalzare sul pavimento con un movimento rapido e ripetitivo, mantenendo le ginocchia morbide).</p>
--	--

### ➤ 3.1 Introduzione al modulo di Training

<b>WORKSHOP "INTRODUZIONE"</b>	
Risultati dell'apprendimento	<p>Il workshop consiste in un'attività fisica suddivisa in tre fasi che mira a sensibilizzare i partecipanti sul concetto di educazione attraverso lo sport, mostrando la differenza tra l'educazione <i>per</i>, <i>dallo</i> e <i>attraverso</i> lo sport. Inoltre, sensibilizzerà i partecipanti sul tema della discriminazione.</p> <p>Obiettivi:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Introdurre il concetto di educazione attraverso lo sport.</li></ul>



IATETS



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sottolineare le differenze tra l'educazione <i>per, dallo</i> e <i>attraverso</i> lo sport.</li><li>• Sviluppare le capacità di comunicazione e cooperazione.</li><li>• Sensibilizzare sul tema della discriminazione.</li></ul>
Tipologia	Ruolo di simulazione
Tempi	Preparazione: 1 h Attuazione: 1.25h Fase 1) -10- min distribuzione dei materiali Fase 2) -10- min spiegazione delle istruzioni Fase 3) -20- min prima parte dell'attività Fase 4) -20- min seconda parte dell'attività (elemento di discriminazione) Fase 5) -25- min debriefing e chiusura
Materiale	<ul style="list-style-type: none"><li>• 20 scampoli di stoffa o sciarpe/bandane</li><li>• Spazio sicuro per lo svolgimento dell'attività in base alle dimensioni del gruppo</li><li>• fogli per lavagna a fogli mobili e pennarelli.</li></ul>
Procedura	<p>Preparazione preliminare</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Delimitare lo spazio dell'attività (se necessario).</li><li>• Preparare gli scampoli/sciarpe per le squadre.</li><li>• Spiegare le regole e farle leggere chiaramente o affiggere su una lavagna a fogli mobili.</li><li>• Preparazione dell'arbitro.</li></ul> <p>Il ruolo dell'arbitro (introdotto fin dall'inizio) è quello di discriminare una delle squadre nella terza parte dell'esercizio. Questo può avvenire in qualsiasi modo: per es. può decidere di dare il cinque alle altre squadre e ignorare quella discriminata, dare punti per il tifo/incoraggiare gli altri/lo spirito di squadra solo alla squadra privilegiata, togliere punti per vari motivi alla squadra discriminata. Tuttavia, si dovrebbe passare gradualmente dall'imparzialità all'aiutare chiaramente alcune squadre sfavorendo le altre, quindi assicuratevi che il ruolo dell'arbitro sia affidato a una persona in grado di rimanere nel personaggio per tutta la durata della sessione, mantenendola così realistica.</p> <p><b>Attuazione dell'attività</b></p> <p>➤ <b>Parte 1</b> - Preparazione dei partecipanti, 10 min. Ogni partecipante riceverà una pettorina o una sciarpa e cercherà di prenderla dagli altri senza perdere la propria. Le sciarpe/scampoli vengono infilati nei pantaloni o nei pantaloncini dietro a ciascuno. Il gioco può essere usato come esercizio di riscaldamento. Spiegate ai partecipanti che devono avere almeno metà dello scampolo in mostra perché gli altri possano prenderlo.</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>Separare il gruppo in 3-4 squadre (le squadre dovrebbero essere composte da circa 4-5 persone). Se vogliono, possono scegliere i loro compagni di squadra.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Parte 2</b> - Istruzioni, 10 min. È arrivato il momento di fornire ai partecipanti istruzioni: devono agire come un serpente con l'obiettivo di rubare lo scampolo/sciarpa che è attaccato all'ultimo membro dell'altra squadra. La cattura dello scampolo/sciarpa sarà premiata con punti solo se la catena di persone non viene spezzata. Scegliere un arbitro.</li><li>➤ <b>Parte 3</b> - realizzazione dell'attività, 20 min</li><li>➤ <b>Parte 4</b> - elemento discriminazione, 20 min Durante l'attività, introdurre l'"elemento discriminazione". Fermate il gioco e informate i partecipanti che, per ottenere risultati migliori, hanno a disposizione 2-3 minuti per decidere una strategia all'interno delle loro squadre. Lasciateli giocare di nuovo; questa volta l'arbitro deve agire secondo le istruzioni fornite nei suggerimenti per la facilitazione.</li><li>➤ <b>Parte 5</b> - Debriefing + Chiusura, 25 min Alla fine dell'attività, dedicate del tempo a discutere di ciò che le persone hanno imparato e di come lo vedono in relazione alla loro vita e alla loro comunità.</li></ul> <p>Assicuratevi che tutti abbiano la possibilità di parlare ed esprimersi, di modo che sappiano che la loro opinione e partecipazione alla discussione è apprezzata e fondamentale.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Chiedete ai partecipanti di descrivere l'attività, le loro sensazioni e il loro apprendimento.</li></ul> <p>Esempi:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Cosa è successo durante il gioco?</li><li>2. Hai imparato qualcosa di nuovo su di te?</li></ol> <p>Esempi:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Quali problemi avete avuto nell'organizzarvi?</li><li>2. Quali responsabilità aveva ogni membro del gruppo?</li><li>3. Come potrebbero migliorare le loro prestazioni?</li></ol> <p>Esempi:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Chi ha ottenuto il punteggio più alto tra tutti i gruppi?</li><li>2. Come avete giocato per vincere?</li><li>3. Sono stati presi accordi tra le squadre per collaborare? Perché?</li><li>4. Come si sono sentiti gli altri (quelli esclusi dall'accordo)?</li></ol> <p>Esempi:</p>
--	--



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Vi è piaciuto il gioco?</li><li>2. Cosa ti è piaciuto/non hai apprezzato?</li><li>3. È un'attività che usereste/adattereste per altre occasioni?</li><li>4. Pensate che vi abbia aiutato a imparare qualcosa di nuovo?</li></ol>

### ➤ 3.2 Workshop "Educazione attraverso la metodologia sportiva"

Learning Outcomes	<p>Questo workshop sottolineerà come lo sport possa essere utilizzato per sviluppare competenze sociali e come possa essere uno strumento per risolvere i conflitti sociali e per sostenere l'inclusione e la partecipazione di tutte le persone.</p> <p>Obiettivi:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sviluppare le competenze sociali.</li><li>- Il valore dell'inclusione.</li><li>- Comprendere e riflettere sul proprio comportamento e su quello degli altri.</li><li>- Creare un gruppo di lavoro.</li></ul>
Tipologia	Ruolo di squadra (questa attività può essere adattata alla maggior parte degli sport di squadra come la pallamano e il calcio)
Tempi	Preparazione preliminare: 5 min Realizzazione dell'attività: 1,15h che comprende le seguenti fasi: FASE 1) -5- min istruzioni FASE 2) -15- min Educazione allo sport FASE 3) -15- min Educazione allo sport FASE 4) -20- min Educazione attraverso lo sport FASE 5) -20- min Debriefing e chiusura
Materiale	<ul style="list-style-type: none"><li>• Campo da basket</li><li>• Pallacanestro</li><li>• Pettorine</li><li>• 2 fischietti</li><li>• Scheda ruolo</li></ul>
Procedura	<p><b>Preparazione preliminare - 5 min</b> Dividere i partecipanti in 2 squadre da 5 o più componenti se il numero di partecipanti è superiore a 10.</p> <p><b>Attuazione dell'attività</b></p>



IATETS



➤ **FASE 1 - istruzioni. 5 min**

Dare le istruzioni: devono passare attraverso 3 diverse fasi per realizzare completamente l'attività. I ragazzi giocheranno un gioco basato su regole e ruoli specifici che dovranno seguire.

➤ **FASE 2 - Educazione allo sport, 15 min.**

Spiegate ai partecipanti che devono giocare a basket nelle loro squadre e che l'obiettivo è vincere. Spiegare come si gioca. Dimostrare ai partecipanti le regole e i limiti. Chiedete ai partecipanti quali sono le regole del gioco. In questa fase verranno spiegate regole semplici come il doppio palleggio e il viaggio con la palla.

➤ **FASE 3 - Educazione allo sport, 15 min.**

Introdurre alcune condizioni nel gioco per mostrare come il gioco utilizzerà l'Educazione allo sport. Queste possono includere: • non si può palleggiare • solo le persone di sesso femminile possono segnare • ogni membro della squadra deve toccare la palla • la palla deve essere passata almeno 3 volte prima di poter segnare • si può palleggiare solo con la mano debole • i maschi possono segnare solo con la mano debole • i maschi possono segnare solo al di fuori della chiave di lettura

➤ **FASE 4 - Educazione allo sport, 15 min.**

Introdurre le carte dei ruoli. Si possono usare carte diverse per esplorare le diverse competenze sociali. Seguono alcuni esempi: • essere egoista • passare all'altra squadra • sgridare chi sbaglia • cercare di includere tutti • passare solo a una persona • fare l'arbitro • allenare la squadra • essere troppo entusiasta I partecipanti non devono discutere il loro ruolo con nessuno. Ora devono giocare in questo ruolo. In questa fase potrebbero verificarsi conflitti a causa dei ruoli, quindi fate attenzione alla scelta dei ruoli.

➤ **FASE 5 - Debriefing e chiusura, 20 min.**

Alla fine dell'attività, dedicate del tempo a discutere su ciò che i partecipanti hanno imparato e di come lo relazionano alla loro vita e alla loro comunità. In ogni caso, il debriefing dovrebbe essere fatto solo alla fine del gioco, altrimenti si rischia di interrompere il flusso dell'attività.

Inoltre, assicuratevi che tutti abbiano la possibilità di parlare, in modo che sappiano che la loro opinione e partecipazione è apprezzata.

Si possono usare domande come le seguenti:

- Ti è piaciuto il gioco?
- Come ha affrontato le limitazioni?



IATETS



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La squadra ha lavorato bene?</li> <li>• Come vi siete sentiti nei vostri ruoli?</li> <li>• Come reagite quando qualcuno si comporta in quel modo con voi?</li> <li>• Vi comportate così in alcune situazioni della vita quotidiana?</li> <li>• Che cosa avete imparato da questo gioco?</li> </ul> <p><b>Suggerimenti per il formatore:</b> adattare di conseguenza l'attività se le persone con disabilità la svolgeranno.</p>

## ➤ 4. Pallavolo da seduti

Numero di partecipanti da coinvolgere	2 squadre composte da 6 persone ciascuna
Learning outcomes	Teambuilding, lavoro di squadra, comunicazione
Tipologia	Lavoro di squadra, comunicazione, cooperazione, empatia e problem solving
Tempi	80 - 90 minutes
Materiale	Un palazzetto dello sport o uno spazio aperto sicuro adeguato, pallavolo, rete, lavagna a fogli mobili, carta, penne, nastro adesivo, cronometro, pettorine da allenamento di diversi colori, fischietto da allenamento.
Procedura	<p><b>Riscaldamento</b></p> <p>Iniziate con un semplice riscaldamento composto da allungamenti.</p> <p>Riscaldamento pallavolo n. 1: Lancio della palla</p> <p>Per questa esercitazione è necessaria una palla. Fate in modo che ogni partecipante trovi un compagno che si disponga dall'altra parte del campo. Con il braccio che colpisce, i partecipanti devono lanciare la palla avanti e indietro verso l'altro per riscaldare i muscoli della spalla e del braccio. Sono sufficienti un paio di minuti per sciogliere le articolazioni e scaldare la muscolatura.</p> <p>Riscaldamento per la pallavolo n. 2: esercitazione con le punte</p> <p>Per questa esercitazione è necessaria una palla. Fate in modo che ogni partecipante trovi un compagno che si disponga dall'altra parte del campo. I partecipanti devono lanciare la palla in aria e colpirla a terra in modo che dopo un rimbalzo raggiunga il compagno dall'altro lato. Questo esercizio andrà effettuato solo per il tempo necessario a riscaldare la spalla.</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>Riscaldamento pallavolo n. 3: esercizio di palleggio</p> <p>Per questa esercitazione è necessario un pallone. In piedi, a una distanza di circa tre metri l'uno dall'altro, i partecipanti fanno andare la palla avanti e indietro. Quando gli avambracci si allentano, devono provare a spostare la distanza in modo da aumentare la distanza tra uno e l'altro.</p> <p>Riscaldamento pallavolo n. 4: esercitazione di passaggio</p> <p>Per questa esercitazione è necessaria una palla. In piedi, a circa tre metri di distanza l'uno dall'altro, i partecipanti passano la palla avanti e indietro, concentrandosi su un buon passaggio al compagno.</p> <p>Riscaldamento pallavolo n. 5: Pepe</p> <p>Per questa esercitazione è necessario un pallone. Con l'aiuto di un compagno, i partecipanti si collocano a circa tre metri di distanza l'uno dall'altro. Il compagno che inizia con la palla la lancia al compagno che gliela passa di nuovo. Il compagno poi rimette la palla all'altro compagno, che a sua volta la passa all'altro compagno.</p> <p>Riscaldamento pallavolo n. 6: difesa</p> <p>Questa esercitazione di squadra richiede almeno dieci palloni ed è un ottimo modo per sollecitare le capacità di fare passaggi della squadra prima di una partita. L'allenatore ha bisogno di diversi palloni al suo fianco, una linea di giocatori di fronte a lui e un "palleggiatore" sul lato destro tra l'allenatore e i giocatori. L'allenatore lancia la palla (può anche fare uno spike o lanciarla forte) al primo giocatore in linea, che la passa al palleggiatore.</p> <p>Riscaldamento pallavolo n. 7: colpire</p> <p>Questo riscaldamento richiede un minimo di tre palle ed è ottimo per allenare a "colpire" il pallone poco prima della partita o dell'allenamento. Il palleggiatore assume la posizione di fronte destro. C'è un giocatore sul lato opposto del campo, una linea di battitori esterni, una linea di battitori centrali, una linea di battitori sul lato destro e l'allenatore in piedi a destra dei battitori centrali che lancia una palla al palleggiatore per iniziare il gioco.</p> <p>L'allenatore lancia poi la palla al palleggiatore che imposta il battitore centrale e il processo si ripete. Il battitore di destra riceve il set successivo e l'esercitazione si sposta nuovamente sulla linea di battuta esterna. I giocatori possono colpire e riempire lo spazio dalla linea che preferiscono; tuttavia, è</p>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



	<p>più pratico per i giocatori colpire dal punto in cui normalmente colpirebbero in partita.</p> <p>Riscaldamento pallavolo n. 8: il servizio</p> <p>Questa esercitazione richiede un numero uguale di giocatori su entrambi i lati della rete e una palla per ogni giocatore. Si tratta di un riscaldamento veloce per il servizio. I giocatori si distribuiscono sulla linea di fondo e servono la palla all'altro lato. Entrambi i lati giocano contemporaneamente, quindi ci sono sempre palloni da afferrare e servire.</p> <p>Giocare per 15-20 minuti.</p> <p><b>Parte 1</b></p> <p>Stabiliamo le squadre. La pallavolo da seduti segue le stesse regole della pallavolo in piedi, con alcune modifiche. Tutti gli atleti giocano in posizione seduta e una parte del busto dell'atleta deve rimanere a contatto con il pavimento quando un giocatore gestisce la palla. L'obiettivo del gioco è mandare la palla oltre la rete in modo che l'avversario non possa restituirla.</p> <p>In seguito, la squadra sceglie una persona, senza un compito definito. La squadra deve anche scegliere il posto che questa persona occuperà da seduta. Solo dopo imparano che la persona non può muoversi. Le squadre hanno 3 minuti per esercitarsi e scegliere la loro strategia.</p> <p>Giocare per 15-20 minuti.</p> <p><b>Parte 2</b></p> <p>Le squadre continuano il gioco, a ogni incontro; devono tenere conto che la persona che non si muove deve spingere via la palla, almeno una volta. Se non lo fanno, la squadra non otterrà un punto.</p> <p>Giocare per 15-20 minuti.</p> <p><b>Debrief e valutazione</b></p> <p>Iniziare con una panoramica di ciò che sta accadendo durante l'attività. Il facilitatore può utilizzare le seguenti domande preparate:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Com'è stato il gioco?</li><li>- Come vi siete sentiti dopo il gioco?</li><li>- Quanto è stato facile o difficile giocare nelle diverse parti del gioco?</li><li>- Cosa è successo nelle parti 1 e 2?</li> <li>- Come vi siete sentiti rispetto al comportamento degli altri?</li><li>- Che cosa avete imparato da questo gioco?</li></ul>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## ➤ 5. Workshop di comunicazione

Learning outcomes	Questa attività serve ad aiutare il gruppo a comprendere che può comunicare con gli altri senza usare per forza la parola, utilizzando la comunicazione non verbale. Questo laboratorio sensibilizza le persone a usare modi diversi per esprimersi e a fare lavoro di squadra per raggiungere obiettivi comuni.
Tipologia	Team building, lavoro di squadra, cooperazione, empatia, problem solving
Tempi	80-90 minuti
Materiale	Stanza grande Oggetti diversi (penne, palline) Blindfold (es.: dixit) / carte con disegni o immagini / foto
Procedura	<p>1 - LINEA SILENZIOSA Il gruppo si concentra su come allinearsi in modo cooperativo usando gesti, espressioni facciali, cenni, ecc. Istruzioni per l'attività: ai partecipanti viene comunicato che devono disporsi in fila in base a un fattore specifico senza parlarsi per tutta la durata del gioco. Alcuni esempi potrebbero essere: • Altezza • Colore dei capelli (dal più chiaro al più scuro) • Ordine di età • Ordine alfabetico in base alla prima lettera del loro nome • Un numero casuale a cui stanno pensando Le persone devono utilizzare le abilità di comunicazione non verbale per raggiungere questo obiettivo. Ad esempio, gesti delle mani e mimica.</p> <p>2. TOM-TOM Ci sono molti oggetti sparsi per la stanza, dai più grandi ai più piccoli (es. penne, palline). Ogni oggetto recuperato darà un punteggio alla squadra. Gli oggetti piccoli valgono di più di quelli grandi (es: palla 5 punti, penna 20 punti). Ogni persona rappresenta un personaggio tra: Google, TOM, Autista.</p> <p>Autista: Cieco. È l'unico che può muoversi nella stanza e raccogliere gli oggetti che daranno i punteggi alla squadra; per muoversi segue le istruzioni di TomTom.</p> <p>TomTom: è l'unico che può usare la voce e comunicare con gli altri due, ma può solo guardare "Google" e non ha visibilità della stanza, quindi deve ricevere indicazioni da Google.</p> <p>Google: è l'unico che vede tutto, ma non può parlare. L'unica cosa che può fare è dare indicazioni a TomTom facendo dei gesti, in modo che possa dare al guidatore le indicazioni corrette.</p> <p>Vince la squadra che fa più punti prendendo gli oggetti.</p> <p>Questo esercizio serve a sviluppare: Comunicazione, Collaborazione, Capacità di comunicare (verbale non verbale), Unire le differenze. Ognuno lavora al massimo delle proprie potenzialità, Fiducia, Pianificazione della strategia e riprogrammazione</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>3 - DEBRIEFING – TI IMMAGINO</p> <p>Comprendere attraverso le immagini ciò che le persone portano con sé grazie a questa esperienza. Questa attività è utile per aiutare le persone a capire come ognuno di loro ha vissuto questo laboratorio e interpreta il mondo in modo diverso. Attraverso un'attività creativa e divertente, è possibile parlare ed esprimersi liberamente.</p> <p>È necessario procurarsi carte FANTASIA, carte con disegni o immagini/foto.</p> <p>MODALITÀ DI GIOCO</p> <p>Le carte vanno disposte in ordine sparso su un tavolo o sul pavimento. A ogni membro del gruppo viene chiesto di scegliere una carta che possa in qualche modo descrivere il sentimento personale provato durante l'attività. Ci si posiziona in cerchio e ogni membro del gruppo, in ordine casuale, deve mostrare al gruppo la carta che ha scelto e spiegare in poche parole il motivo della sua scelta.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Non è consentito chiedere spiegazioni o discutere le diverse opinioni espresse durante il gioco.</li><li>• È importante dare un tempo preciso per la scelta della carta.</li><li>• È consigliabile utilizzare un sottofondo musicale strumentale e lento per la scelta della carta.</li><li>• In seguito, parlate di quanto hanno trovato facile o difficile il gioco.</li><li>• Chiedete loro come hanno adattato il modo di comunicare per raggiungere il risultato desiderato.</li><li>• Quali sono altri modi per comunicare con una persona che non è in grado di parlare?</li></ul>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## ➤ 6. Questioni di inte(g)razione

Learning outcomes	I partecipanti impareranno ad avviare e mantenere l'interazione con i coetanei non disabili- I partecipanti acquisiranno competenze che miglioreranno la loro interazione con i coetanei
Tipologia	Gioco per rompere il ghiaccio-Video e discussione-Presentazione sulle abilità interattive
Tempi	-10 minuti per l'introduzione -20 minuti per il gioco di ruolo -20 minuti per la presentazione -10 minuti per la valutazione e riflessione
Materiale	Sala per lo svolgimento del laboratorio -Blocchi Jenga -Computer/laptop, schermo e proiettore
Procedura	<p>1)Il workshop inizia con un simpatico gioco del Jenga:</p> <p>Jenga è un ottimo strumento per rompere il ghiaccio, infatti, si tratta di una serie di attività molto semplici da spiegare e realizzare dove chiunque può partecipare in qualsiasi momento. Si può rendere più vivace una normale gara scrivendo su ogni blocco della torre (o sul maggior numero possibile di blocchi) delle domande legate all'argomento. Quando estrarranno ogni blocco, i partecipanti dovranno leggere la domanda ad alta voce e rispondere prima di posizionare il pezzo in cima alla torre. In questo modo si possono avviare conversazioni interessanti su argomenti quotidiani, come le attività preferite nel tempo libero, o più approfondite, come gli obiettivi di carriera e di autosviluppo. L'obiettivo è incoraggiare l'interazione tra i partecipanti.</p> <p>2)Video e discussione:</p> <p><a href="https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/">https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/</a></p> <p>Dopo la proiezione del video, avviate una discussione con i partecipanti. Potete porre le seguenti domande: -Ci si può immedesimare in questo video? Se sì, in che modo? -Cosa suggerireste ai vostri coetanei normodotati per migliorare l'interazione con voi? Se sì, in che modo? -Qualcuno conosce una strategia di interazione che potrebbe essere utile? Se sì, può condividerla con noi? Osservare come prosegue la discussione e incoraggiare i partecipanti a condividere le loro opinioni e i loro punti di vista.</p> <p>3) Presentazione:</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>In questa fase, il facilitatore deve preparare una presentazione sui suggerimenti che migliorano l'abilità di interazione. La presentazione può essere fatta sotto forma di PPT sulla base di: <a href="https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-home/thoughtwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve-Your-Communication-Skills">https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-home/thoughtwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve-Your-Communication-Skills</a> ed è auspicabile che sia interattiva. Dopo ogni singolo suggerimento, il facilitatore deve commentarlo con i partecipanti, chiedere il loro punto di vista, chiedere la loro esperienza personale in merito, ecc.</p> <p>4) Valutazione e riflessione:</p> <p>L'ultima parte del workshop è dedicata alla valutazione e alla riflessione. Ai partecipanti vengono poste le seguenti domande:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Hai trovato utile questo workshop?</li><li>- Che cosa avete imparato?</li><li>- Vi ha fatto cambiare il vostro punto di vista/opinione quando si tratta di interagire con i coetanei? Se sì, spiegate meglio.</li><li>- Quali consigli della presentazione avete trovato particolarmente utili e perché?</li><li>- Quale parte del workshop vi è piaciuta di più e perché?</li></ul> <p>Il facilitatore può continuare con tutte le domande che desidera e ritiene opportune. L'obiettivo è quello di ottenere un feedback onesto dai partecipanti e migliorare così il workshop per usi futuri.</p>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 5. Risultati della blended mobility

La formazione, tenuta da un educatore professionista dell'organizzazione MVNGO, si è svolta online, poiché le norme nazionali relative agli incontri pubblici vietavano qualsiasi riunione che contasse più di quattro presenti. In questo contesto, MVNGO e il formatore coinvolto hanno valutato rivalutato la situazione e cercato di adattarla al nuovo contesto. I partecipanti erano sia persone abili che con disabilità, che si trovavano in condizioni di esclusione e svantaggio educativo (poco qualificate, poco qualificate e disoccupate). Considerando che la formazione si è tenuta in modalità online, non è stato necessario alcun accompagnatore poiché i partecipanti hanno avuto la possibilità di partecipare da casa propria con i propri strumenti. Il vantaggio di tenere la formazione online è stato sicuramente quello di renderla un'occasione formativa più inclusiva sotto certi aspetti, poiché ha facilitato la partecipazione di persone con disabilità che avrebbero avuto delle difficoltà a partecipare a un incontro di persona.

Il valore aggiunto di questa formazione online è legato ai risultati del progetto:

- Intellectual Output 1 "ETS Ability Empowering Format". Il formato educativo fornito nell'Output è stato testato nella formazione online. I risultati e gli spunti ottenuti nella formazione online hanno garantito il rilascio di una metodologia didattica testata e hanno permesso al Consorzio di valutare l'adeguatezza del format alle esigenze di apprendimento.
- Output intellettuale 2 "Manuale di formazione ETS accessibile". Il Consorzio ha prodotto un manuale con linee guida e strumenti per l'implementazione di programmi educativi ETS rivolti a studenti adulti svantaggiati con disabilità. Le linee guida integrate nel manuale si basano sui risultati delle relazioni dei formatori nella Mobilità di apprendimento online.
- Output intellettuale 3 "Piattaforma web e moduli IAETETS". I moduli didattici inclusi nella piattaforma web comprendono filmati dei principali workshop del progetto come simulazioni video illustrative che forniscono una guida educativa al pubblico. Contrariamente a quanto previsto dalla domanda di progetto, che prevedeva la creazione di una mobilità mista, la selezione dei partecipanti alla formazione online è stata effettuata a livello nazionale sotto la responsabilità di ciascun partner e il coordinamento generale dell'organizzazione richiedente.

Ogni partner ha effettuato una preselezione a livello nazionale pubblicando un bando per i partecipanti nella lingua nazionale. L'invito era aperto a tutte le persone interessate appartenenti alle categorie target (adulti con disabilità con un basso livello di competenze e qualifiche e senza una posizione lavorativa). Il bando è stato pubblicato anche sui siti web e sulle pagine dei social media di ciascun partner e, al fine di fornire la massima visibilità all'opportunità di mobilità, è stato diffuso attraverso le reti di stakeholder di ciascun partner. Poiché lo sviluppo della formazione è avvenuto online, non è stato prodotto alcun pacchetto informativo, ma sono state condivise con i partecipanti informazioni organizzative di base ed è stata fornita un'agenda degli incontri e degli appuntamenti previsti.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





## IATETS

Il riconoscimento dei risultati di apprendimento è consistito nella consegna del certificato Europass a tutti i partecipanti. L'Europass è stato elaborato congiuntamente dai partecipanti e dai formatori in una sessione di valutazione comune. Il certificato testimonia anche le conoscenze, le abilità e le competenze acquisite dai partecipanti, rispetto alle loro competenze di base.

Il punteggio assegnato è stato attribuito a ciascuna delle undici categorie (unità di apprendimento) sulla base dei risultati attesi: conoscenza dell'ETS e dei benefici della pratica sportiva/fisica, persuasione, presentazione, innovazione, abilità pratiche nell'ETS, soft skills, abilità sociali, comunicazione, leadership, capacità di espressione nelle lingue straniere, problem solving. Nello specifico, una Commissione di valutazione composta dai Formatori e dagli Organizzatori ha annotato le seguenti informazioni per partecipante/certificato: nome del beneficiario, periodo di mobilità, valutazione delle conoscenze, abilità e competenze acquisite.



**REMÉNYT A  
GYERMEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



# IATETS

## Интеграция Чрез ОЧС

### ИП2: Наръчник за Достъпно ОЧС Образование



REMÉNYT A  
GYERMEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



<b>Съдържание</b> .....	2
Уъркшоп	
Обучение Чрез Спорт	
1 HFCH сесия за ОЧС, свързана с работата в екип .....	7
2 АРБС сесия за ОЧС, свързана с взаимоотношенията с връстници без увреждания .....	10
3.1 Представяне на учебния модул .....	11
3.2 УЪРКШОП „МЕТОДОЛОГИЯТА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ СПОРТ“ .....	13
4 СЕДЯЩ ВОЛЕЙБОЛ .....	15
5 Уъркшоп за комуникация .....	17
6 ИНТЕГРАЦИЯТА Е ВАЖНА .....	19



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS

## 1. Резюме

„Интеграция чрез ОЧС“ (Integr-Action Through ETS – IATETS) е 24-месечно стратегическо партньорство, което има за цел да създаде нови възможности за обучение и лична реализация за възрастните европейци в неравностойно положение, засегнати от някакъв вид увреждане, като предостави образователни формати и методи за персонализирано обучение, основани на методологията Обучение чрез спорт (ОЧС).

IATETS е подход на международно сътрудничество, включващ организации, чиято дейност е свързана с целта и целевата група на проекта. Консорциумът включва признати неправителствени и спортни асоциации със специфичен опит в областта на ОЧС. Целевата група на проекта са възрастни хора в неравностойно положение на възраст 18-35 години, засегнати от някакъв вид физическо увреждане. Проектът има за цел да се справи с изключването от образованието на възрастните хора с увреждания, в партньорските страни и в Европа, като вземе предвид последиците от несъответствията в уменията, изключването от участие и масовата безработица.

Представителството на възрастните хора с увреждания в образованието и на пазара на труда е непропорционално, както се подчертава от данните на Евростат. Резултатите показват, че възрастните хора с увреждания имат по-ниско ниво на образование, а процентът на безработицата също е по-висок отколкото при техните връстници, които не са засегнати от увреждания. Достъпът от образование и обучение, както във формалния, така и в неформалния сектор, също е по-труден за възрастните хора с увреждания в сравнение с техните връстници. При възрастните хора с увреждания, процентът на ранно напускане на образованието и по-ниското участие в ученето през целия живот е по-висок от този на средното население, което води до несъответствие при придобиването на основни и трансверсални умения и нагласи, необходими за по-нататъшно обучение, работоспособност и участие във всички нива на обществото.

„Наръчникът за Достъпно ОЧС Образование“ е вторият интелектуален продукт на проекта. Наръчникът е базиран на резултатите от смесената образователна мобилност и има за цел да покрие образователните нужди на операторите, които ще получат методически умения, с които да ангажират крайната целева група на проекта – възрастните хора с увреждания в неравностойно положение. Ще бъде представена методологията на ОЧС, както и разработените насоки и инструменти за директно прилагане на тези материали в образователни програми. Наръчникът е наличен на няколко езика и ще бъде интегриран като дигитален ресурс с отворен достъп на уебсайта на всяка партньорска организация, както и на уеб платформата на проекта.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 2. Теоретичен Раздел – Физически Увреждания

Терминът „увреждане“ има различни дефиниции, но като цяло можем да го определим като физическо, психическо или сетивно състояние, което ограничава способността на даден човек да извършва определени дейности. Според **СЗО**: „Увреждането е общ термин, обхващащ нарушенията, ограниченията на активността и ограниченията на участието. Нарушението е проблем във функцията или структурата на тялото; ограничението на активността е трудност, с която се сблъсква човек при изпълнение на задача или действия; ограничението на участието е проблем, с който се сблъскват лицата, при участие в житейски ситуации“. В резултат на уврежданията, животът на хората обикновено се различава от живота на другите. По отношение на образованието, хората с увреждания наистина имат специални нужди, които образователният процес трябва да покрива. Липсата на осведоменост относно това пред какви предизвикателства са изправени хората с увреждания, пречи на учителите да включат всички в своите дейности, въпреки желанието което имат. В следствие на това възниква необходимостта от подобряване на знанията и уменията, свързани с управлението и създаването на дейности за ОЧС за възрастни хора с увреждания.

Възрастните хора с увреждания са сред демографските групи, които са най-изключени от образованието и пазара на труда. Изследванията показват, че възрастните хора с увреждания имат по-ниска степен на образование и по-високи нива на безработица в сравнение с техните връстници, които не са засегнати от увреждания, като в същото време имат и по-ниски нива на участие във формално и неформално обучение. Достъпът до образование и обучение (както формално, така и неформално) също е по-труден за възрастните хора с увреждания, в сравнение с техните връстници. Високият процент на ранно напускане на образованието и по-ниските нива на учене през целия живот също са характерни за възрастните хора с увреждания, в сравнение със средното население. Показател за това е несъответствието в придобиването на основни и трансверсални умения и нагласи, необходими за по-нататъшното образование, възможността за заетост и пълноценното участие на всички нива на обществото.

Типичните бариери, които възпрепятстват участието в спортни дейности на хората с увреждания се делят на 3 отделни категории: **индивидуални, социални и екологични**, където индивидуалните бариери са свързани с функционалните ограничения на увреждането или с психологически и физически аспекти. Социалните бариери са свързани основно с липсата на професионална подготовка на спортните специалисти, свързана с комуникацията и адаптирането на физическата активност към нуждите на хората с увреждания. Екологичните бариери са свързани с удобното разположение на съоръженията и възможностите за хората с увреждания да преминат от развлекателния към състезателния спорт. В допълнение към това, някои структурни бариери пречат на хората с увреждания да се наслаждават на спорта, а именно: отдалечено местоположение на спортния клуб, оборудване, пътуване и разходи за самия спорт, които често надвишават бюджета, трудности при получаване на информация и накрая – фактът, че приобщаващите/адаптираните спортове не винаги са подходящи/приложими.



REMÉNYT A  
GYERMEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



### 3. Методологията

Обучението чрез спорт може да се опише като целенасочен процес. Обучението се осъществява по планиран, целенасочен и контролиран начин. Систематичният разбор и обратната връзка от преживяванията или конкретните събития, в контекста на спортни дейности (аспекти, които могат се преподават) са основни елементи на методологията. Обучението чрез спорт е особено подходящ инструмент, който предоставя широк спектър от житейски умения на младите хора. Целенасоченото приложение на спорта като средство за обучение може да се използва за инициране на учебни процеси. Подходът достига своите граници, когато съзнателно се създават „моменти за обучение“. Спортът разгръща пълния си образователен потенциал, само когато подобни, но автентични ситуации се разиграват в непланирани ситуации (например в състезателен спорт).

Употребата на Обучението чрез спорт (ОЧС) като средство, свързващо спортните практики с по-мощните образователни резултати и по този начин обединяващо физическата активност с нейното социално измерение, с течение на времето се е превърнала в установена практика за различни възрасти и с различни цели, която включва и хората с увреждания. ОЧС съчетава спортната практика и неформално образование, с оглед развиване на меки и основни умения и нагласи, засилващи социалното включване в и чрез спорта.

Обучението чрез спорт (ОЧС), в качеството си на средство за използване на потенциала на спорта за постигане на образователни резултати, простиращи се извън сферата на спортната дейност, и разширяване на индивидуалните и, в допълнение, обществените перспективи, се радва на сравнително скорошно признание. Ползите от спорта и неформалното образование задействат значителен и географски разпръснат поток от практики, който все още е изправен пред предизвикателството да изгради абсолютната автономност на методологията ОЧС, за разлика от концепциите за обучението „в“ спорта и неформално образование. В същото време, използването на ОЧС за постигане на социално значими резултати – най-вече свързани със социалното включване – чрез включване на целеви групи в неравностойно положение в различни програми за „Спортно образование“, стимулира усилията за изследване на границите на потенциала на ОЧС чрез иновативни практики/методи.

Проектът е иновативен, благодарение на особеното внимание, което обръща на взаимодействието между физическото и психологическото измерение на благосъстоянието, като се стреми да създаде и разпространи наръчника, съдържащ уникален набор от методологични инструменти, свързващи ОЧС с практическата комуникация, за да го адаптира към нагласите на хората с увреждания, както и да предостави персонализирана подкрепа през всички фази на процеса на обучение чрез спорт.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 4. Уъркшоп: Обучение Чрез Спорт

### ➤ 1. HFCH сесия за ОЧС, свързана с работата в екип

<b>Ами ако беше...</b>	
<b>1.1</b>	<b>ВЪВЕДЕНИЕ</b>
<b>Образователни Резултати</b>	Да се опознаем, за да имаме ползотворна и успешна седмица
<b>Типология</b>	За разбиване на леда, изграждане на екип
<b>Времева рамка</b>	50 мин (30 + 20)
<b>Материали</b>	Цветни листчета, химикалки, маркери, тиксо
<b>Процедура</b>	<p><b>Да се опознаем</b></p> <p>Представете се един друг (<b>30 мин – зависи от броя на участниците</b>)</p> <p>Разделете участниците по двойки. Всеки участник трябва да разкаже за себе си на другия, понякога с конкретни инструкции, и да сподели определена информация, свързана със спорта (максимум 3 изречения). <b>Например:</b> „Спортно постижение, с което много се гордея е ...“; „Любимото ми нещо в спорта е ..., защото“; „Не харесвам прекалено [вмъкнете пример]...“.</p> <p>След пет минути участниците трябва да представят своя партньор на останалата част от групата.</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p><b>За разбиване на леда</b></p> <p>Хартиеният Самолет <b>(20 мин)</b></p> <p>Раздайте на участниците цветни листчета. Помолете всеки да напише интересен факт за себе си на листчето, след което да го сгъне във формата на самолет. Всички участници трябва да пуснат самолетите си едновременно и всеки да хване по един. След това, участниците трябва да обиколят стаята и да познаят на кого принадлежи листчето.</p> <p><b>Примери:</b> Научих се да плувам, чак когато станах на 28; Преди да вляза в университета бях юношески Олимпийски бронзов медалист по сноуборд.</p>
--	--



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



<b>1.2</b>	<b>УПРАЖНЕНИЕ</b>
<b>Образователни Резултати</b>	Да повиши осведомеността относно уврежданията, използвайки спорта като инструмент за личностно развитие и изграждане на екип
<b>Типология</b>	Обучение чрез спорт, изграждане на екип, спорт, сътрудничество
<b>Времева Рамка</b>	50 – 60 мин
<b>Процедура</b>	<p>Упражнението е базирано на основите на аеробната тренировка. Поради тази причина е необходимо да се проведе от квалифициран учител.</p> <p>Упражненията трябва да бъдат адаптирани към възможностите и състава на групата.</p> <p>Упражненията могат да започнат след <b>загрявка на цялото тяло</b>. Ако не е наличен квалифициран треньор, могат да се използват прости упражнения (за равновесие, напади), но все пак е необходим лидер, който да демонстрира последователността на движенията. Разделете групата наполовина. Едната група ще трябва да завърже очите си. Участниците ще играят по двойки – единият ще вижда, а другият не. Работата на играчът, който вижда е да обясни упражненията, които треньорът показва, на своя незрящ партньор, за да може той/тя да ги изпълни.</p> <p>Добра идея е да разделите сесията на две части, за да може всеки участник да изпробва и двете роли (зрящ и незрящ).</p>
	<b>ОБРАТНА ВРЪЗКА И ОЦЕНКА (20 мин)</b>
<b>Времева Рамка</b>	<b>20 мин</b>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



<b>Процедура</b>	<p>По време на сесията за оценка е важно да обсъдите впечатленията от деня:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Как се чувствахте, когато помагахте на партньора си?</li><li>• Какво беше чувството да играете без зрението си?</li><li>• Как се чувствахте, когато бяхте в ролята на незрящ по време на упражнението?</li><li>• Доверихте ли се напълно на партньора си?</li><li>• Какво ви затрудни най-много по време на упражнението?</li></ul> <p><b>Бонус идея:</b> По време на упражнението използвайте музика с нормална сила на звука, като променяте местоположението на колоната в стаята. Помолете групата за обратна връзка относно промяната на местоположението на източника на звук.</p> <p>Какво бе чувството да бъдете със завързани очи и да чувате музиката от различно място на всеки 10 минути?</p>
------------------	---

## ➤ 2. АРБС сесия за ОЧС, свързана с взаимоотношенията с връстници без увреждания

<b>ЗАБАВЛЕНИЕ ЗА ВСИЧКИ</b>	
Образователни Резултати	Да повиши осведомеността относно хората с увреждания, като използва спорта като инструмент, провокиращ личностното развитие и устойчивата социална трансформация.
Типология	За разбиване на леда, ендърджайзър, работа в екип, сътрудничество, емпатия, разрешаване на проблеми и гражданство
Времева Рамка	35 мин
Материали	Спортна зала или подходящо открито пространство, конуси, топки за хандбал, флипчарт, хартия, химикалки, тиксо, хронометър, тебешир, нагръдници с различни цветове, треньорска свирка или звънец, карти с тайни роли
Процедура	За разбиване на леда <b>Кой го е написал? 10–15 мин</b>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



	<p>Нека всеки участник да напише уникален, странен или неочакван факт за себе си на лист хартия. След това пуснете листчетата в кутия и ги разбъркайте. Прочетете всеки факт. Нека участниците да отгатнат кой го е написал. След като познаят, помолете участника, който е написал факта, да се представи и да даде повече информация, ако е необходимо.</p> <p><b>Портокал, ябълка и банан Енърджайзър 10–15 мин</b>          Участниците трябва да застанат в кръг и да се обърнат по посока на часовниковата стрелка. След това всички трябва да поставят ръце на раменете на участника пред себе си. Фасилитаторът, който дава инструкции трябва да застане в или извън кръга и да извика 3 команди. Всяка команда е името на различен плод и се изразява в действие, което групата извършва. Първата команда е „Ябълка“. Всички трябва да повторят думата „Ябълка“ и след това да подскочат веднъж напред. Накарайте групата да опита няколко пъти.</p> <p>След това въведете втората команда „Банан“. Всички трябва да повторят думата „Банан“ и да подскочат веднъж назад. Третата команда е „Портокал“. Всички трябва да повторят думата „Портокал“ и да се завъртят на 180 градуса. Нека групата опита да изпълни командите в различни комбинации.</p> <p><b>Преди сесията за ОЧС е необходима пълна замявка на тялото на участниците – мускули, сухожилия и стави – 5 мин.</b></p> <p><b>Инструкции:</b>          Започнете с разтягане на частите на тялото като глава, шия, рамене, лакти, бедра, корем, колене, прасци, стъпала. Продължете с маршируване на място и след това с маршируване напред-назад. Движете ръцете си нагоре и надолу в ритъм със стъпките, като държите лактите свити, а юмруците отпуснати. Можете да завършите замявката с няколко повторения скокове (скочете, разтворете краката си настрани и съберете двете си ръце над главата) или скокове, използвайки глезените си (отскачайте от пода с бързи, повтарящи се движения, като държите коленете си отпуснати).</p>
--	---

### ➤ 3.1 Представяне на обучителния модул

<b>УЪРКШОП „ВЪВЕДЕНИЕ“</b>	
Образователни Резултати	Уъркшопът е под формата на 3-етапна физическа активност, която има за цел да запознае участниците с концепцията на обучението чрез спорт, като покаже разликата между обучението за, от и чрез спорт. Това ще повиши и осведомеността по темата за дискриминацията.





IATETS



	<p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Да представи концепцията на обучението чрез спорт;</li><li>• Да подчертае разликите между обучението за, от и чрез спорт;</li><li>• Да развие умения за комуникация и сътрудничество;</li><li>• Да повиши осведомеността по темата за дискриминацията.</li></ul>
Типология	Симулация
Времева Рамка	<p>Подготовка: 1 час Превеждане: 1.25 часа Стъпка 1) – 10 мин – раздаване на материали Стъпка 2) – 10 мин – инструктаж Стъпка 3) – 20 мин – първа част на уъркшопа Стъпка 4) – 20 мин – втора част на уъркшопа (засегната е темата за дискриминацията) Стъпка 5) – 25 мин – обратна връзка и обобщение</p>
Материали	<ul style="list-style-type: none"><li>• 20 нагръдника или шала;</li><li>• Безопасно място за провеждане на дейността, съобразено с обема на групата;</li><li>• Флипчарт и маркери.</li></ul>
Процедура	<p>Предварителна подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Очертайте пространството, където ще проведете дейността (ако е необходимо);</li><li>• Подгответе нагръдниците/шаловете за отборите;</li><li>• Обяснете правилата, напишете ги на флипчарт и го поставете на видно място;</li><li>• Определете рефера.</li></ul> <p>Ролята на рефера (въведена от самото начало) е да дискриминира един от отборите в третата част на упражнението. Дискриминацията може да бъде под всякаква форма – малки неща като „даване на пет“ на всички отбори, освен на дискриминирания, даване на точки за аплодисменти/насърчаване на другите/отборния дух само на привилегирания отбор, отнемане на точки по различни причини на дискриминирания отбор. Преходът от безпристрастност към умишлено подпомагане на някои от отборите трябва да бъде плавен, така че се уверете, че ролята на рефера е дадена на човек, който може да остане в роля по време на цялата сесия, като по този начин всичко ще изглежда по-реалистично.</p> <p><b>Провеждане на дейността</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>СТЪПКА 1</b> – подготовка на участниците, 10 мин. Опашка. Всеки участник ще получи нагръдник или шал и ще се опита да вземе тези на останалите участници, без да губи своя. Нагръдниците се захващат за задната част на панталоните или шортите на всеки играч. Играта може да се използва като упражнение за загрявка. Обяснете на участниците, че половината от нагръдника трябва да</li></ul>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>бъде на показ, за да могат другите да го хванат. Змия. Разделете групата на 3–4 отбора (отборите трябва да са съставени от около 4–5 души). Нека си играчите изберат съотборниците си, ако искат.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>СТЪПКА 2</b> – инструкции, 10 мин. Дайте инструкции на играчите: трябва да движат като змия, а целта им е да откраднат нагръдника/шала, който е прикрепен към последния член на другия отбор (напр. пъхнат в шортите). За хващане на лигавника/шала ще бъдат присъдени точки само ако човешката змия не се разкъса. Представете рефера.</li><li>➤ <b>СТЪПКА 3</b> – провеждане на дейността, 20 мин.</li><li>➤ <b>СТЪПКА 4</b> – елемент на дискриминация, 20 мин. По време на играта въведе „елемента на дискриминация“. Спрете играта и уведомете участниците, че за да постигнат по-добри резултати, им се предоставят 2-3 минути, за да си определят стратегия. Нека играят отново, като този път реферът трябва да действа в съответствие с инструкциите, предложени в съветите за фасилитиране.</li><li>➤ <b>СТЪПКА 5</b> – обратна връзка + обобщение, 25 мин. Отделете време в края на сесията, за да обсъдите какво са научили участниците и как могат да го свържат със собственото си ежедневие и общности.</li></ul> <p>Уверете се, че всеки участник е получил възможност да говори и, че е наясно, че мнението и участието му се ценят.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Помолете участниците да опишат дейността, чувствата си и това какво са научили.</li></ul> <p>Примери:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Какво се случи по време на играта?</li><li>2. Научихте ли нещо ново за себе си?</li></ol> <p>Примери:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. С какви организационни проблеми се сблъскахте?</li><li>2. Какви бяха отговорностите на всеки член на отбора?</li><li>3. Как бихте могли да подобрите представянето си?</li></ol> <p>Примери:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Кой отбор получи най-висок резултат?</li><li>2. Каква бе стратегията ви за победа?</li><li>3. Бяха ли сключени споразумения за сътрудничество между отборите? Защо?</li><li>4. Как се чувстваха останалите (тези, които не са част от споразумението)?</li></ol> <p>Примери:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Хареса ли ви играта?</li><li>2. Какво ви хареса/не ви хареса в нея?</li><li>3. Бихте ли използвали/адаптирали тази игра за приятелите си?</li><li>4. Смятате ли, че тази дейност ви помогна да научите нещо ново?</li></ol>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## ➤ 3.2 УЪРКШОП „МЕТОДОЛОГИЯТА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ СПОРТ“

Образователни Резултати	<p>Този уъркшоп ще подчертае как спортът може да се използва, като инструмент за развиване на социални компетенции, разрешаване на социални конфликти и подпомагане на включването и участието на всички хора</p> <p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развиване на социални компетенции;</li> <li>• Стойността на включването;</li> <li>• Разбиране и размисъл върху собственото поведение и поведението на другите.</li> </ul>
Типология	Ролята на отбора (тази дейност може да бъде адаптирана към повечето отборни спортове като хандбал и футбол)
Времева Рамка	<p>Предварителна подготовка: 5 мин</p> <p>Провеждане на дейността: 1.15 ч, които включват следните стъпки:</p> <p>СТЪПКА 1) – 5 мин – инструкции</p> <p>СТЪПКА 2) – 15 мин – обучение за спорт</p> <p>СТЪПКА 3) – 15 мин – обучение от спорт</p> <p>СТЪПКА 4) – 20 мин – обучение чрез спорт</p> <p>СТЪПКА 5) – 20 мин – обратна връзка и обобщение</p>
Материали	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Баскетболно игрище;</li> <li>• Баскетболна топка;</li> <li>• Нагръдници;</li> <li>• 2 треньорски свирки;</li> <li>• Ролеви карти.</li> </ul>
Процедура	<p><b>Предварителна подготовка – 5 мин</b> Организирайте участниците в 2 (или повече) отбора от по 5 души.</p> <p><b>Провеждане на дейността</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>СТЪПКА 1 – инструкции 5 мин.</b> Дайте инструкции на участниците: те трябва да преминат през 3 различни стъпки, за да завършат играта. Ще играят игра, базирана на специфични правила и роли, които трябва да спазват.</li> <li>➤ <b>СТЪПКА 2 – обучение за спорт, 15 мин.</b> Обяснете на участниците, че трябва да играят баскетбол по отбори, а целта е да спечелят. Обяснете как се играе. Демонстрирайте правилата и границите на участниците. Попитайте ги за правилата на играта. На този етап ще се следи за спазването на прости правила като двоен дрибъл и изминати крачки с топката.</li> <li>➤ <b>СТЪПКА 3 – обучение от спорт, 15 мин.</b> Въведете някои условия в играта, за да демонстрирате употребата на „обучението от спорт“. Те могат да включват: <ul style="list-style-type: none"> <li>• без дрибъл</li> <li>• само жените могат да</li> </ul> </li> </ul>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>бележат точки • всеки член на отбора трябва да докосне топката • топката трябва да бъде подадена поне 3 пъти, преди да можете да отбележите точка • позволено е да се дриблира само с ръката, която не е водеща • мъжете могат да бележат точки само с ръката, която не е водеща • мъжете могат да бележат точки само извън игрището.</p> <p>➤ <b>СТЪПКА 4 – обучение чрез спорт, 20 мин.</b> Въведете ролевите карти. Можете да използвате различни карти, за да се запознаят участниците с различни социални компетенции. Ето няколко примера: • да бъдеш егоист • да подаваш на другия отбор • да крещиш на тези, които допускат грешки • да се опиташ да включиш всички • да подаваш само на един човек • да бъдеш рефер • да обучаваш отбора • да бъдеш прекалено ентузиазирани. Участниците не трябва да обсъждат ролите си с другите. Сега те трябва да играят играта в тази роля. На този етап може да възникне конфликт, така че внимавайте с разпределението на ролите.</p> <p>➤ <b>СТЪПКА 5 – обратна връзка и обобщение, 20 мин.</b> Отделете време в края на сесията, за да обсъдите какво са научили участниците и как могат да го свържат със собственото си ежедневие и общности. Сесията за обратна връзка трябва да се провежда само в края на играта, в противен случай може да нарушите потока на дейността.</p> <p>Уверете се, че всеки участник е получил възможност да говори и, че е наясно, че мнението и участието му се ценят.</p> <p>Могат да бъдат използвани подобни въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Хареса ли ви играта?</li> <li>• Как се справихте с ограниченията?</li> <li>• Добре ли се справи отборът?</li> <li>• Как се чувствахте в ролите си?</li> <li>• Как реагирате по принцип, когато някой се държи с вас по този начин?</li> <li>• Държите ли се по този начин в някои житейски ситуации?</li> <li>• Какво научихте от играта?</li> </ul> <p><b>Съвети за треньора:</b> ако в играта ще участват хора с увреждания, то трябва да я адаптирате според нуждите им.</p>
--	---

## ➤ 4. СЕДЯЩ ВОЛЕЙБОЛ

Брой Участници	2 отбора от по 6 души
Образователни Резултати	Изграждане на екип, работа в екип, комуникация



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



Типология	Работа в екип, комуникация, сътрудничество, емпатия и разрешаване на проблеми
Времева Рамка	80–90 мин
Материали	Спортна зала или подходящо открито пространство, волейболни топки, мрежа, флипчарт, хартия, химикалки, тиксо, хронометър, нагръдници с различни цветове, треньорска свирка.
Процедура	<p><b>Загрявка</b> Започнете с проста загрявка, включваща разтягане.</p> <p>Загрявка за волейбол №.1: Хвърляне на топка За това упражнение е необходима топка. Намерете си партньор и застанете в двата края на игрището един срещу друг. Подавайте си топката един на друг, като по този начин ще загреете рамото и ръката, с която хвърляте. Това трябва да се прави в продължение само на няколко минути, за да се разхлаби раменната става.</p> <p>Загрявка за волейбол № 2: Забивки За това упражнение е необходима топка. Намерете си партньор и застанете в двата края на игрището един срещу друг. Хвърлете топката във въздуха и я забийте към земята, така че с един отскок да достигне до партньора ви. Упражнението трябва да се изпълнява, само докато загреете рамото си.</p> <p>Загрявка за волейбол № 3: Подаване на топката За това упражнение е необходима топка. Застанете на около три метра разстояние един от друг и започнете да си подавате топката напред-назад. Докато разгривате предмишниците си се опитайте да увеличите разстоянието помежду си.</p> <p>Загрявка за волейбол № 4: Подаване За това упражнение е необходима топка. Застанете на около три метра разстояние един от друг и започнете да си подавате топката напред-назад, като се стремите да правите добри подавания.</p> <p>Загрявка за волейбол № 5: Подаване и забивка За това упражнение е необходима топка. Застанете на около три метра разстояние от партньора си. Единият играч подава топката на партньора си, който му я връща обратно. След това, първият играч връща топката към съотборника си, който от своя страна забива топката обратно към него.</p> <p>Загрявка за волейбол № 6: Защита</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



За тази отборна тренировка са необходими поне десет топки и е чудесен начин да упражните уменията за подаване на отбора преди мач. Треньорът се нуждае от няколко топки от страни на игрището, редица играчи срещу него и един разпределител от дясната страна между него и играчите. Треньорът хвърля топката (може също да я забие или да я засили) към първия играч в редицата, който я подава на разпределителя.

#### Загрявка за волейбол № 7: Удряне

За това упражнение са необходими минимум три топки и е чудесен начин да упражните ударите на отбора преди мач или тренировка. Разпределителят заема позицията си отпред вдясно. От противоположната страна на игрището има линия от външни нападатели, линия от средни нападатели, линия от десни нападатели и треньорът, които стои отдясно на средните нападатели и хвърля топката към разпределителя, за да подава.

След това треньорът подава топката на разпределителя, който подава на средния нападател и процесът се повтаря отново. Десният нападател нанася следващият удар и топката се връща към външната линия. Играчите могат да покриват и да удрят от всяка линия, но е по-практично да удрят от мястото, от което биха ударили по време на игра.

#### Загрявка за волейбол № 8: Сервис

За това упражнение е необходим равен брой играчи от двете страни на мрежата и топка за всеки играч. Това е само бърза загрявка за сервиране. Играчите се разпръскват по задната линия и прехвърлят топката от другата страна. И двете страни сервират едновременно, така че винаги да има топки, които да хванат и да сервират обратно.

Играйте в продължение на 15–20 минути.

#### Част 1

Определяме отборите. Седящият волейбол следва същите правила като волейбола в изправено положение, но има няколко модификации. Всички играчи са в седнало положение, като една част от тялото на спортиста трябва да бъде в контакт с пода, когато борави с топката. Целта на играта е да изпратите топката над мрежата, така че опонентът ви да не може да я прехвърли обратно.

По-късно отборът избира един от играчите, като все още не знаят задачата. Те трябва да изберат мястото, на което ще седи този играч. Едва след това научават, че той не може да се движи. Отборите имат 3 минути за тренировка и избор на стратегия.

Играйте в продължение на 15–20 минути.



IATETS



	<p><b>Част 2</b></p> <p>Отборите продължават с играта, като трябва да имат предвид, че неподвижният играч трябва да отблъсне топката поне веднъж. Ако не изпълнят това, отборът няма да получи точка.</p> <p>Играйте в продължение на 15–20 минути.</p> <p><b>Обратна връзка и оценка</b></p> <p>Започнете с преглед на това, което се е случило по време на играта. Фасилитаторът може да използва следните въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Как мина играта?</li><li>- Как се чувствахте след мача?</li><li>- Лесно/трудно ли беше да играете в различните части на играта?</li><li>- Какво се случи по време на част 1 и 2?</li><li>- Как ви накара да се чувствате поведението на другите?</li><li>- Какво научихте от тази игра?</li></ul>
--	---

## ➤ 5. Уъркшоп за комуникация

Образователни Резултати	Тази сесия ще покаже на групата, че могат да общуват помежду си без да говорят, като използват невербална комуникация. Този уъркшоп повишава осведомеността на хората, относно различните начини, по които могат да изразят себе си и да работят в екип, за да постигнат общи цели.
Типология	Изграждане на екип, работа в екип, сътрудничество, емпатия, разрешаване на проблеми
Времева Рамка	80–90 мин
Материали	Голяма стая, различни предмети (химикалки, топки), превръзки за очи, фентъзи карти (напр. Dixit), карти с рисунки или картинки/снимки
Процедура	<p>1 – МЪЛЧАЛИВИ РЕДИЦИ – Групата ще трябва да се подреди по определен начин с помощта на жестове, мимики, кимания и др. Инструкции за дейността: На участниците се казва, че трябва да се подредят в права линия по конкретен признак, без да разговарят помежду си по време на цялата игра. Някои примери за подредба: • по ръст • по цвят на косата (от най-светлия към най-тъмния) • по възраст • по азбучен ред, въз основа на първата буква от името си • по случайно намислено число. Участниците трябва да използват невербални комуникационни умения, за да постигнат това. Например жестове и мимики.</p> <p>2. ТОМ-ТОМ – В стаята има много разпръснати както малки, така и големи предмети (напр. химикалки, топки и др.). Всеки възстановен предмет ще носи точки на отбора. Малките предмети са по-ценни от големите (напр. топката носи 5 точки, а химикалка 20 точки). Разделете групата на отбори от по 3 души. Всеки човек представлява герой: Google, ТОМ или Шофьор. Шофьорът е спял. Той е единственият, който може да се движи из стаята и</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



	<p>да събира предметите, които ще печелят точки на отбора, но за да се движи, той трябва да следва инструкциите на ТОМ-ТОМ. ТОМ-ТОМ е единственият, който може да използва гласа си и да комуникира с другите двама, но може да гледа само към Google и няма видимост към стаята и следователно трябва да получава указания. Google е единственият, който вижда всичко, но не може да говори. Единственото нещо, което може да прави, е да дава указания на ТОМ-ТОМ, чрез жестове, така че да може ТОМ-ТОМ да насочва Шофьора. Печели отборът, който събере най-много предмети и точки. Целта да играта е да развие умения за комуникация, сътрудничество, планиране на стратегии, способността за общуване (вербално и невербално), да обедини различията, да развие пълния потенциал на участниците и да изгради доверието в групата.</p> <p>3 – ОБРАТНА ВРЪЗКА – ПРЕДСТАВЯМ СИ ТЕ. Чрез изображения трябва да разберете какво е донесло това преживяване на всеки участник. Тази сесия е много полезна, за да покаже как се е чувствал всеки участник по време на уъркшопа и как всеки интерпретира света по различен начин. Чрез тази креативна и забавна дейност е по-лесно да говорим за чувствата си. За целта трябва да използвате ФЕНТЪЗИ карти, картички с рисунки или картинки/снимки.</p> <p>ХОД НА ИГРАТА. Картите се поставят, без определен ред, на бюрото или на пода. Всеки член на групата трябва да избере една карта, която по някакъв начин описва чувствата му по време на дейността. Групата застава в кръг и всеки участник, в произволен ред, трябва да покаже на останалите избраната карта и да обясни с няколко думи причината за своя избор.</p> <p>- Не е позволено да се искат обяснения или аргументация на различните мнения по време на играта.</p> <p>Важно е да дадете определено време за избор на картата.</p> <p>Препоръчително е да използвате инструментална и бавна музика за фон, когато избирате картите.</p> <p>След това говорете за това колко лесна или трудна е била играта.</p> <p>Попитайте участниците как са адаптирали начина, по който общуват, за да постигнат желания резултат?</p> <p>Какви са другите начини, по които можете да общувате с човек, който не може да говори?</p>
--	--



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## ➤ 6. ИНТЕГРАЦИЯТА Е ВАЖНА

Образователни Резултати	Участниците ще се научат как да започнат и поддържат взаимодействие с връстниците си, които нямат увреждания.
Типология	Игра за разбиване на леда, видеоклип, дискусия, презентация на интерактивни умения
Времева Рамка	-10 мин за въведение -20 мин за игра с роли -20 мин за презентация -10 мин за оценка и обратна връзка
Материали	Стая за провеждане на уъркшопа -Дженга блокчета -Компютър, лаптоп, екран и проектор
Процедура	<p>1)Уъркшопът започва с приятна игра на Дженга за разбиване на леда:</p> <p>Дженга е отправната точка на много забавни събирания. Това е супер игра за разбиване на леда, която е лесна за обяснение и всеки може да се присъедини по всяко време. Можете да разнообразите обикновеното състезание по разрушаване на кули, като напишете тематични въпроси на всеки блок. Когато издърпвате блокче, прочетете въпроса на него и отговорете, преди да го поставите на върха на кулата. Това може да разпали вълнуващи разговори – от ежедневните теми като любимите дейности, до по-задълбочени неща, като целите за професионален растеж и саморазвитие. Целта е да се насърчи взаимодействието между участниците.</p> <p>2)Видео и дискусия:</p> <p><a href="https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/">https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/</a></p> <p>След като изгледате това видео, започнете дискусия с участниците. Можете да зададете следните въпроси: -Позната ли ви е ситуацията от това видео? Ако да, по какъв начин? -Какво бихте предложили на вашите връстници без увреждания, за да подобрят взаимодействието си с вас? – Изпитвали ли сте трудности, когато сте се опитвали да имате контакт с тях? Ако да, какви? -Някой знае ли някаква стратегия за взаимодействие, която може да помогне? Ако да, можете ли да я споделите с нас? Вижте как върви дискусията и насърчете участниците да споделят своите мнения и възгледи.</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>3) Презентация:</p> <p>В тази част фасилитаторът трябва да представи съвети, които подобряват уменията за взаимодействие. Презентацията може да бъде направена под формата на PPT на базата на <a href="https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-home/thoughtwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve-Your-Communication-Skills">https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-home/thoughtwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve-Your-Communication-Skills</a>, като е желателно да бъде интерактивна. След всеки съвет, фасилитаторът трябва да отдели време, за да го обсъди с участниците, да ги попита какво е мнението им за него, да обсъдят личния им опит, свързан с него и т.н.</p> <p>4) Оценка и обратна връзка:</p> <p>Последната част на уъркшопа е посветена на оценка и размисъл. На участниците се задават следните въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Беше ли ви полезен този уъркшоп? -Какво научихте?</li><li>-Накара ли ви да промените нагласите/мнението си, когато става въпрос за взаимодействие с връстници без увреждания? Ако да, разкажете ни по-подробно.</li><li>-Кои съвети от презентацията ви се сториха най-полезни и защо?</li><li>-Коя част от уъркшопа ви хареса най-много и защо?</li></ul> <p>Фасилитаторът може да зададе колкото въпроса желае. Целта е да се получи честна обратна връзка, като по този начин уъркшопа ще се подобри.</p>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 5. Резултати от Смесената Мобилност

Обучението, проведено от MVNGO, се осъществи онлайн, тъй като националните мерки, свързани с обществените мероприятия забраняваха всяка среща с повече от 4 души. Имайки предвид този контекст, MVNGO, заедно със своя учител прецениха, че би било най-добре обучението да се проведе онлайн. Участниците бяха хора с и без увреждания, изправени пред различни проблеми, свързани с изключването от образованието и неравностойното положение (ниска квалификация, липса на умения и безработни). Имайки предвид онлайн модалността, не бяха необходими придружители, тъй като участниците имаха възможност да участват от дома си със собствените си средства. Провеждането на обучението онлайн ни даде възможност да го направим по-приобщаващо, като улеснихме хората с увреждания, които иначе биха се затруднили да вземат участие в офлайн среща.

Добавената стойност на това онлайн обучение е свързана с резултатите на проекта:

- Интелектуален Продукт 1 „Формат за Овластяване на Способностите за ОЧС“. Учебният формат бе тестван по време на онлайн обучението. Констатациите и предложенията за подобрене, получени от онлайн обучението, направиха възможно пускането на изпитана образователна методология и дадох възможност на Консорциума да оцени адекватността на формата спрямо образователните нужди.

- Интелектуален Продукт 2 „Наръчник за Достъпно ОЧС Образование“. Консорциумът изготви Наръчник с насоки и инструменти за прилагане на образователни програми за ОЧС, насочени към обучаващи се възрастни хора с увреждания в неравностойно положение. Насоките, интегрирани в наръчника, са базирани на констатациите от директното тестване на учителите по време на онлайн учебната мобилност.

- Интелектуален Продукт 3 „IATETS Уеб Платформа и Модули“. Образователните модули на уеб платформата, включват кадри от основните уъркшопи по проекта, които служат като илюстративни видео симулации, предоставящи образователни насоки на аудиторията. Противно на първоначалната идея на проекта, която предвиждаше провеждането на смесена мобилност, подборът на участниците за онлайн обучението бе извършен на национално ниво, под контрола на всеки партньор и цялостната координация на кандидатстващата организация.

Всеки партньор извърши предварителен подбор на национално ниво, като разпространи покана за участие на националния си език. Поканата бе отворена за всички заинтересовани лица, принадлежащи към целевите групи (възрастни хора с увреждания с ниски нива на умения и квалификация и без работа). Поканата за участие бе достъпна на уебсайта на всяка партньорска организация, в социалните медии и, за да се осигури максимална видимост на мобилността, бе разпространена сред заинтересованите страни на всеки партньор. Тъй като обучението се проведе онлайн, бе изготвен



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





## IATETS

информационен пакет, но основната информация, програмата и насрочените срещи бяха споделени с участниците.

Резултатите от обучението бяха затвърдени, като на всеки участник бе връчен Europass сертификат. Europass сертификатът е разработен съвместно от участниците и учителите в сесия за оценка. Сертификатът разкрива и сравнява първоначалните и придобитите знания, умения и компетенции на участниците.

Крайната оценка се формира въз основа на всяка от 11-те категории (учебни единици), на базата на очакваните резултати: познания за ОЧС и ползите от спорта/физическата активност, убеждаване, представяне, иновации, практически умения за ОЧС, меки умения, социални умения, комуникация, лидерство, способност за изразяване на чужд език, разрешаване на проблеми. Комисия за оценка, съставена от учители и организатори, записва следната информация за всеки участник/сертификат: име на бенефициента, период на мобилността, оценка на придобитите знания, умения и компетенции.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



Erasmus+



# IATETS

Integrirano djelovanje putem ETS-a  
IO2: Priručnik pristupačnog ETS obrazovanja



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET



Gelişim  
Gençlik ve Spor  
Kulübü Derneği





IATETS



<b>Sadržaj</b> .....	2
Radionica	
Obrazovanje kroz sport	
1 HFCH ETS sesija vezana uz timski rad .....	6
2 BSDA ETS sesija vezana uz interakciju s fizički sposobnim kolegama .....	9
3.1 Predstavljanje modula obuke .....	10
3.2 RADIONICA “UČENJE KROZ SPORTSKU METODOLOGIJU” .....	12
4 SJEDEĆA ODBOJKA.....	14
5 Radionica o komunikaciji .....	16
6 INTE(G)RAKCIJA JE BITNA.....	19



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 1. Uvod

"**Integr-Action Through ETS**" (IATETS) je 24-mjesečno strateško partnerstvo usmjereno na stvaranje novih mogućnosti obrazovanja i osobnog ispunjenja za ugrožene europske odrasle osobe pogođene invaliditetom kroz pružanje obrazovnih formata i metoda prilagođenog učenja na temelju Education Through Sport (ETS).

IATETS je pristup transnacionalne suradnje koji uključuje organizacije s dometom do cilja projekta i s dosegom do konačnog cilja projekta. Konzorcij čine nevladine organizacije i sportske udruge sa specifičnim iskustvom i priznatom kvalitetom u području ETS-a. Cilj projekta su odrasle osobe u nepovoljnom položaju u dobi od 18-35 godina pogođene tjelesnim invaliditetom. Projekt se zalaže za rješavanje obrazovne isključenosti odraslih osoba s invaliditetom u partnerskim zemljama i Europi, s posljedicom neusklađenosti vještina, isključenosti iz sudjelovanja i velike nezaposlenosti.

Odrasle osobe s invaliditetom nesrazmjerno su zastupljene među isključenima iz obrazovanja i tržišta rada, što ističu podaci Eurostata. Nalazi pokazuju da se odrasle osobe s invaliditetom suočavaju s nižim obrazovnim postignućima i višom nezaposlenošću od svojih vršnjaka koji nisu pogođeni invalidnošću, dok u isto vrijeme sudjeluju u nižem stupnju u formalnoj i neformalnoj sklonosti. Pristup obrazovanju i osposobljavanju, bilo u formalnom tako i u neformalnom sektoru, također je veći izazov za odrasle osobe s invaliditetom u usporedbi s njihovim vršnjacima. Odrasle osobe s invaliditetom suočavaju se s višim stopama ranog napuštanja obrazovanja i nižim sudjelovanjem u cjeloživotnom učenju od prosječne populacije, što se pretvara u neusklađenost u stjecanju osnovnih vještina, transversalnih vještina i stavova potrebnih za daljnje obrazovanje, zapošljivost i konkretno sudjelovanje na svim razinama društva.

**Priručnik pristupačnog ETS obrazovanja** je drugi rezultat intelektualnih rezultata projekta. Rezultat se temelji na rezultatima Mješovitog učenja mobilnosti, a proizveden je za zadovoljavanje obrazovnih potreba, od operatera koji stječu metodološke vještine kako bi bolje uključili krajnje ciljne skupine projekta, odrasle osobe s invaliditetom u nepovoljnom položaju. Predstavit će se ETS metode uz razvoj smjernica i alata za izravnu upotrebu takvih materijala u obrazovnim programima. Priručnik, proizveden na više jezika, bit će integriran kao digitalni izvor otvorenog pristupa na web-stranici svakog partnera kao i na web-platfomi projekta.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



## 2. Teorijski dio - Tjelesni invaliditet

Pojam "invalidnost" definira se u različitim objašnjenjima, općenito, možemo ga definirati kao fizičko, psihičko ili osjetilno stanje koje ograničava sposobnost osobe za obavljanje određenih aktivnosti.. Prema **WHO-u**: "Invaliditet je krovni pojam koji pokriva oštećenja, ograničenja aktivnosti i ograničenja sudjelovanja. Oštećenje je problem u funkciji ili strukturi tijela; ograničenje aktivnosti je poteškoća s kojom se pojedinac susreće u izvršavanju zadatka ili radnje; dok je ograničenje sudjelovanja problem s kojim se pojedinac suočava u uključenosti u životne situacije." Kao posljedica invaliditeta, život ljudi obično nije isti kao život drugih. Što se tiče obrazovanja, osobe s invaliditetom imaju posebne potrebe koje bi se trebale pridržavati u procesu učenja. Nedostatak svijesti o tome s čime se osobe s invaliditetom susreću te njihovim izazovima i praksi onemogućuju odgajatelje da uključe svakoga koliko god bi htjeli u svoje aktivnosti, stoga postoji potreba za poboljšanjem znanja i vještina u vezi upravljanja i kreiranja ETS aktivnosti za odrasle s invaliditetom.

Odrasle osobe s invaliditetom jedna su od najisključenijih demografskih skupina iz obrazovanja i tržišta rada. Istraživanja pokazuju da se odrasle osobe s invaliditetom suočavaju s obrazovnim postignućem i višom nezaposlenošću u usporedbi sa svojim vršnjacima koji nisu pogođeni invaliditetom, dok u isto vrijeme sudjeluju u nižem stupnju u formalnom i neformalnom učenju. Pristup obrazovanju i osposobljavanju, bilo u formalnom i neformalnom obrazovanju, također je izazovniji za odrasle osobe s invaliditetom u usporedbi s njihovim vršnjacima. Odrasle osobe s invaliditetom suočavaju se s višim stopama ranog napuštanja obrazovanja i nižim sudjelovanjem u cjeloživotnom učenju od prosječne populacije, što se pretvara u neusklađenost u stjecanju osnovnih vještina, transverzalnih vještina i stavova potrebnih za daljnje obrazovanje, zapošljivost i uopće konkretno sudjelovanje razinama društva.

Tipične prepreke za osobe s invaliditetom da se bave sportom dijele se u 3 različite kategorije: **individualne, društvene i okolišne**, gdje se pojedinačne prepreke odnose na funkcionalna ograničenja invaliditeta ili na psihološke i fizičke aspekte. Društvene prepreke uglavnom se odnose na nedostatak profesionalne pripremljenosti osoblja za sport i tjelesnu aktivnost u zajednici u komuniciranju i prilagodbi tjelesnih aktivnosti potrebama osoba s invaliditetom. Prepreke u okolišu općenito se odnose na dostupnost objekata koji su povoljno locirani i općenito mogućnosti dostupne osobama s invaliditetom da pređu s pukih fizičkih aktivnosti na natjecateljske sportove. Osim toga, neke strukturne prepreke sprječavaju osobe s invaliditetom da uživaju u bavljenju sportom, tj.: udaljena lokacija sportskog kluba, oprema, putovanja i troškovi stvarnog sporta često iznad i izvan proračuna, poteškoće u dobivanju informacija i konačno činjenica da inkluzivne/prilagođene sportske mogućnosti nisu uvijek prikladne/primjenjive.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



### 3. Metodologija

Obrazovanje kroz sport može se opisati kao ciljani proces. Učenje se odvija planirano, ciljano i kontrolirano. Sustavno izvještavanje i promišljanje iskustava ili specifičnih događaja u kontekstu sportskih aktivnosti (trenuci koji se mogu naučiti) je temeljni element metode. Obrazovanje kroz sport posebno je pogodno za osposobljavanje mladih ljudi širokim spektrom životnih vještina. Ciljana uporaba sporta kao alata za učenje može se koristiti za pokretanje procesa učenja. Međutim, pristup doseže svoje granice kada se uvijek namjerno stvaraju „trenuci koji se mogu naučiti“. Tek kada se slične, ali autentične situacije dožive u neplaniranim situacijama (npr. u natjecateljskom sportu), sport razvija svoj puni obrazovni potencijal.

Korištenje Education Through Sport (ETS) kao spojnicu koja povezuje sportske prakse s postizanjem širih obrazovnih ishoda - povezujući na taj način tjelesnu aktivnost s njezinom društvenom dimenzijom - prekovremeno je prerastao u ustaljenu praksu s različitim dobima i ciljevima, uključujući osobe s invaliditetom. ETS kombinira sportsku praksu i non formal education (NFE) s ciljem razvoja mekih vještina, osnovnih vještina i stavova koji poboljšavaju društvenu uključenost u i kroz sport.

Education Through Sport (ETS), u svojoj kvaliteti kao spojnica za iskorištavanje potencijala sporta za postizanje obrazovnih ishoda koji se protežu izvan sfere sportske aktivnosti kako bi poprimili širu relevantnost iz individualne i, prema tome, društvene perspektive, relativno nedavno poznaje priznanje. Naklonost u okruženju sporta i neformalnog obrazovanja pokrenula je značajan i geografski raspršen tok prakse koji se još uvijek suočava s izazovom potpunog stvaranja prostora metodološke autonomije za ETS u usporedbi s presijecajućim konceptima obrazovanja "u" sportu i ne formalno obrazovanje. Istodobno, korištenje ETS-a za postizanje društveno vrijednih ishoda – uglavnom povezanih sa socijalnom uključenosti – putem uključivanja ciljeva u nepovoljnom položaju u različite programe „Sportskog obrazovanja“ potiče napore da se kroz inovacije istraže granice potencijala ETS-a. u praksi/metodama.

Projekt inovira s posebnom pozornošću na međusobnu igru između fizičke i psihološke dimenzije dobrobiti, nastojeći stvoriti i širiti priručnik s jedinstvenim metodološkim alatom koji povezuje ETS s praktičnim znanjem kako bi ga prilagodio percepciji osoba s invaliditetom, kao i pružio prilagođene podrška u svim fazama procesa Obrazovanje kroz sport.



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 4. Radionica: Obrazovanje kroz sport

### ➤ 1. HFCH ETS sesija vezana uz timski rad

Što da jesi...	
<b>1.1</b>	<b>UVOD</b>
<b>Ishodi učenja</b>	Da se upoznamo kako bismo imali isplativ i uspješan tjedan
<b>Tipologija</b>	Igra upoznavanja, team building
<b>Vremenski okvir</b>	50 min (30 + 20)
<b>Materijali</b>	Papiri u boji, olovke, markeri, trake
<b>Procedura</b>	<p><b>Upoznajte se</b></p> <p>Predstavite drugoga (<b>30 min – ovisi o broju sudionika</b>)</p> <p>Podijelite grupu u parove. Svaka osoba govori o sebi drugome, ponekad s konkretnim uputama da podijeli određenu informaciju koja se odnosi na sport (maksimalno 3 rečenice). <b>Za primjer</b>, “Ono na što sam posebno ponosan u svom sportskom životu je...”; “Moja omiljena sportska aktivnost je... i evo zašto”; “Ne sviđa mi se previše [umetnuti primjer]. ...”</p> <p>Nakon pet minuta, sudionici upoznaju drugu osobu s ostatkom grupe.</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





## IATETS

	<p><b>Igra upoznavanja</b></p> <p><b>Igra Papirni avion (20 min)</b></p> <p>Provucite okolo paket raznobojnog papira. Zamolite svakoga da napiše zanimljivu činjenicu o sebi na papir, a zatim ga presavijte u papirnati avion. Odjednom svi lansiraju avion u zrak, a svaka osoba podigne po jedan. Zatim idite po sobi i pogodite čija se zanimljivost s kim podudara.</p> <p><b>Primjer:</b> Nisam naučio plivati do svoje 28. Bio sam juniorski osvajač brončane olimpijske medalje prije nego što sam otišao na koledž.</p>
--	--



**REMÉNYT A  
GYERMEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



<b>1.2</b>	<b>VJEŽBA</b>
<b>Ishodi učenja</b>	Podići svijest o invaliditetu korištenjem sporta kao alata za osobni razvoj i izgradnju tima
<b>Tipologija</b>	Erasmus kroz sport, team building, sportsko vježbanje, suradnju
<b>Vremenski okvir</b>	50-60 min
<b>Procedura</b>	<p>Vježba se temelji na osnovama aerobnog treninga. Iz tog razloga za njegovu provedbu potreban je kvalificirani trener.</p> <p>Vježbe treba prilagoditi snazi i sastavu grupe.</p> <p>Nakon zagrijavanja cijelog tijela mogu započeti sportske vježbe. Ako kvalificirani trener nije dostupan, mogu se koristiti jednostavne vježbe pokreta (stajanje ravnoteže, iskoraci), ali je još uvijek potreban voditelj za sastavljanje sekvenci pokreta. Podijelite grupu na pola. Jedna skupina povezuje oči, druga ne. Trenirati će u paru, jedan vid, a drugi ne. Zadatak osobe s vidom je reći vježbe koje je trener prikazao svom nevidnom partneru kako bi ih on ili ona mogli izvesti.</p> <p>Također je dobro rasporediti sesiju na vrijeme kako bi svaki sudionik mogao isprobati obje uloge (videće i nevidljive).</p>
	<b>OPIS I EVALUACIJA (20 min)</b>
<b>Vremenski okvir</b>	<b>20 min</b>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



<b>Procedura</b>	<p>U fazi evaluacije važno je razmisliti o iskustvu:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kako je bilo u ulozi pomagača?</li><li>• Kako je bilo baviti se sportom bez vida?</li><li>• Što ste se osjećali kao osoba koja ne vidi tijekom vježbe?</li><li>• Jeste li mogli u potpunosti vjerovati svom partneru da vas vodi?</li><li>• Što vam je bilo najteže u ovoj vježbi?</li></ul> <p><b>Bonus ideja:</b> Za trening koristite glazbu na normalnoj glasnoći i mijenjajte položaj zvučnika u prostoriji. Pitajte grupu za povratne informacije o promjeni lokacije izvora zvuka.</p> <p>Kakav je bio osjećaj imati povež na očima i čuti glazbu iz drugog položaja svakih 10 minuta?</p>
------------------	--

➤ 2. BSDA ETS sesija vezana uz interakciju s fizički sposobnim kolegama

<b>ZABAVA ZA SVIH</b>	
Ishodi učenja	Podići svijest za osobe s invaliditetom korištenjem sporta kao alata za poticanje osobnog razvoja i održive društvene transformacije.
Tipologija	timski rad, suradnja, empatija, rješavanje problema i građanstvo
Vremenski okvir	35 min
Materijali	Sportska dvorana ili odgovarajući siguran otvoreni prostor, čunjevi, rukomet, flipchart, papir, olovke, ljepljiva traka, štoperica, kreda, marame različitih boja, zviždaljka ili zvonce za trening, kartice tajnih uloga
Procedura	<p><b>Tko je to napisao? 10-15 min</b></p> <p>Neka svatko napiše jedinstvenu, čudnu ili neočekivanu činjenicu o sebi na komad papira. Zatim stavite komadiće u kutiju i pomiješajte ih. Pročitajte svaku činjenicu. Dopustite sudionicima da pogode tko je to napisao. Nakon što pogode, zamolite sudionika koji je napisao tu činjenicu da se identificira i po potrebi da više informacija.</p> <p><b>Naranča, jabuka i banana igra 10-15 min</b></p>



IATETS



	<p>Neka sudionici stanu u krug i neka budu okrenuti u smjeru kazaljke na satu. Zatim neka svi stave ruke na ramena sudionika ispred sebe. Voditelj koji daje upute stojeći unutar/izvan kruga će viknuti 3 naredbe. Svaka naredba bit će naziv drugog voća i bit će radnja koju grupa radi. Prva naredba je "Jabuka". Svi će ponoviti "Jabuka" i onda jednom skočiti naprijed. Neka grupa vježba nekoliko puta.</p> <p>Zatim uvedite drugu naredbu "Banana". Svi će ponoviti "Banana" i jednom skočiti unatrag. Treća naredba je "Narančasta". Svi će ponoviti "Narančasto" i okrenuti se za 180 stupnjeva. Neka grupa vježba izvršavanje naredbi u različitim kombinacijama.</p> <p><b>Zagrijavanje cijelog tijela sudionika - njihovih mišića, tetiva i zglobova za ETS sesiju - 5 min</b></p> <p><b>Upute:</b> Počnite s istezanjem različitih dijelova tijela kao što su glava, vrat, ramena, laktovi, tetive koljena, trbuh, koljena, listovi i stopala. Zatim počnite marširati na licu mjesta, a zatim marširajte naprijed-natrag. Pumčite ruke gore-dolje u ritmu koraka, držeći laktove savijenim, a šake mekim. Zagrijavanje možete završiti s nekoliko ponavljanja skakanja (skočiti, raširiti noge i spojiti obje ruke iznad glave) ili poskoka na gležnju (odskočiti od poda brzim, ponavljajućim pokretima i držati koljena mekana).</p>
--	--

### ➤ 3.1 Predstavljanje modula obuke

<b>RADIONICA "UVOD"</b>	
Ishodi učenja	<p>Radionica je tjelesna aktivnost u 3 faze koja ima za cilj otvoriti oči sudionicima u konceptu Obrazovanje kroz sport pokazujući razliku između obrazovanja za, kroz i kroz sport. To će također podići svijest o temi diskriminacije.</p> <p>Ciljevi:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Uvesti koncept Obrazovanje kroz sport.</li><li>• Podcrtati razlike između obrazovanja za, uz i kroz sport.</li><li>• Razvijati vještine komunikacije i suradnje.</li><li>• Podići svijest o temi diskriminacije.</li></ul>
Tipologija	Uloga simulacije
Vremenski okvir	Priprema: 1 h Implementacija: 1.25h Korak 1) -10- min priprema sudionika Korak 2) -10- min upute



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p>Korak 3) -20- min provedba aktivnosti Korak 4) -20- min element diskriminacije Korak 5) -25- min Razmatranje i završetak</p>
Materijali	<ul style="list-style-type: none"><li>• 20 bibs or scarves</li><li>• Safe space for running the activity according to the size of the group,</li><li>• Flipchart papers &amp; markers.</li></ul>
Procedura	<p>Preliminarna priprema</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Označite prostor aktivnosti (ako je potrebno).</li><li>• Pripremite bibs/šalove za timove.</li><li>• Objasnite pravila i neka budu jasno navedena ili postavljena na flipchart.</li><li>• Priprema za suca.</li></ul> <p>Uloga suca (uvedena od početka) je diskriminirati jednu od momčadi u trećem dijelu vježbe. To može biti bilo što, od suptilnih stvari kao što je davanje petica drugim momčadima i ignoriranje diskriminiranog, davanje bodova za navijanje/poticanje drugih/timski duh samo privilegiranoj momčadi, oduzimanje bodova iz raznih razloga diskriminiranoj momčadi. Međutim, trebao bi postojati postupni prijelaz s nepristranog na jasno pomaganje nekim momčadima dok se druge stavljaju u nepovoljan položaj, stoga se pobrinite da uloga suca bude data osobi koja može ostati u svom karakteru tijekom cijele sesije, tako da bude realistična..</p> <p><b>Provedba aktivnosti</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>KORAK 1</b> - priprema sudionika, 10 min. Svaki sudionik će dobiti maramu ili šal i pokušati ga nabaviti od ostalih, a da ne izgubi svoj. Marama / šal se uvlači u hlače ili kratke hlače na stražnjoj strani svake osobe. Igra se može koristiti kao vježba za zagrijavanje. Odvojite grupu u 3-4 tima (timovi bi trebali biti od oko 4-5 ljudi). Neka biraju suigrače, ako žele.</li><li>➤ <b>KORAK 2</b> - upute, 10 min Dajte im upute: trebaju se ponašati kao zmija s ciljem da ukradu maramu/šal koji je pričvršćen za posljednjeg člana druge ekipe (primjer uvučen u kratke hlače). Hvatanje marame/šala dobit će bodove samo ako lanac ljudi nije prekinut. Predstavite suca.</li><li>➤ <b>KORAK 3</b> - provedba aktivnosti, 20 min</li><li>➤ <b>KORAK 4</b> - element diskriminacije, 20 min Tijekom aktivnosti uvedite „element diskriminacije“. Zaustavite igru i dajte sudionicima do znanja da im je, kako bi postigli bolje rezultate, dopušteno 2-3 minute da odluče o strategiji unutar svojih timova. Neka opet igraju; ovaj put sudac mora postupiti u skladu s uputama ponuđenim u savjetima za olakšavanje.</li><li>➤ <b>KORAK 5</b> – Razmatranje i završetak, 25 min Provedite vrijeme na kraju aktivnosti govoreći o tome što su ljudi naučili i kako to vide u odnosu na svoje živote i svoje zajednice.</li></ul> <p>Štoviše, pobrinite se da svi dobiju priliku govoriti kako bi znali da se njihovo mišljenje i sudjelovanje cijeni/cijeni.</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zamolite ih da opišu aktivnost, svoje osjećaje i učenje.</li> </ul> <p>Primjeri:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Što se dogodilo tijekom igre?</li> <li>2. Jeste li naučili nešto novo o sebi?</li> </ol> <p>Primjeri:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Koje ste probleme imali s organiziranjem?</li> <li>2. Koju je odgovornost imao svaki član grupe?</li> <li>3. Kako bi mogli poboljšati svoj učinak?</li> </ol> <p>Primjeri:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tko je dobio najveći rezultat od svih timova?</li> <li>2. Kako ste igrali na pobjedu?</li> <li>3. Gdje su sklopljeni sporazumi o suradnji? Zašto?</li> <li>4. Kako su se osjećali ostali (oni izostavljeni iz sporazuma)?</li> </ol> <p>Primjeri:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jeste li uživali u igri?</li> <li>2. Što vam se svidjelo/ne svidjelo na njemu?</li> <li>3. Je li to aktivnost koju biste koristili/prilagodili drugima?</li> <li>4. Mislite li da vam je pomoglo da naučite nešto novo?</li> </ol>
--	---

### ➤ 3.2 RADIONICA “UČENJE KROZ SPORTSKU METODOLOGIJU”

Ishodi učenja	<p>Ova radionica će naglasiti kako se sport može koristiti za razvoj društvenih kompetencija i kako može biti alat za rješavanje društvenih sukoba te za podršku uključivanju i sudjelovanju svih ljudi.</p> <p>Ciljevi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Razvijati socijalne kompetencije.</li> <li>• Vrijednost inkluzije.</li> <li>• Razumjeti i razmišljati o vlastitom ponašanju i ponašanju drugih.</li> <li>• Team building</li> </ul>
Tipologija	Timska uloga (ova aktivnost može se prilagoditi većini timskih sportova kao što su rukomet i nogomet)
Vremenski okvir	<p>Preliminarna priprema: 5 min</p> <p>Provedba aktivnosti: 1.15h što uključuje sljedeće korake:</p> <p>KORAK 1) -5- min Upute</p> <p>KORAK 2) -15- min Obrazovanje za sport</p> <p>KORAK 3) -15- min Sportsko obrazovanje</p> <p>KORAK 4) -20- min Obrazovanje kroz sport</p> <p>KORAK 5) -20- min Razmatranje i završetak</p>
Materijali	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Košarkaško igralište</li> </ul>



**REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Košarka</li><li>• Lopte</li><li>• 2 zviždaljke</li><li>• Kartica uloga</li></ul>
Procedura	<p><b>Preliminarna priprema – 5 min</b> Organizirajte sudionike u 2 tima od 5 ili više timova ako su brojevi veći od 10.</p> <p><b>Provedba aktivnosti</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>KORAK 1 – Upute, 5 min</b> Give them the instructions: they are supposed to pass through 3 different steps to implement completely the activity. They will play a game based on specific rules and roles that they must follow.</li><li>➤ <b>KORAK 2 - Obrazovanje za sport, 15 min</b> Objasnite sudionicima da moraju igrati košarku u svojim timovima i da je cilj pobjeda. Objasnite kako se igra. Pokažite sudionicima pravila i granice. Pitajte sudionike koja su pravila igre? U ovoj fazi će se pojaviti jednostavna pravila kao što su dvostruki dribling i putovanje s loptom.</li><li>➤ <b>KORAK 3 – Sportsko obrazovanje, 15 min</b> Uvedite neke uvjete u igru kako biste pokazali kako će igra koristiti Education by Sport. To može uključivati:<ul style="list-style-type: none"><li>• nema driblinga</li><li>• samo cure mogu postići bodove</li><li>• svaki član tima mora dotaknuti loptu</li><li>• lopta mora biti dodana najmanje 3 puta prije nego što možete postići pogodak i može se driblati samo slabom rukom</li><li>• dečki mogu postići bodove samo korištenjem slabe ruke</li></ul></li><li>➤ <b>KORAK 4 - Obrazovanje kroz sport, 20 min</b> Uvedite kartice uloga. Možete koristiti različite kartice za istraživanje različitih društvenih kompetencija. Slijedeći neke primjere:<ul style="list-style-type: none"><li>• biti sebičan</li><li>• dodati drugoj momčadi</li><li>• urlati na one koji griješe</li><li>• pokušajte uključiti sve</li><li>• proći samo jednoj osobi</li><li>• biti sudac</li><li>• trenirati momčad</li><li>• biti previše entuzijastičan, sudionici ne bi trebali ni s kim razgovarati o svojoj ulozi.</li></ul>Sada moraju igrati igru u ovoj ulozi. U ovoj fazi može doći do sukoba zbog uloga pa vodite računa o odabiru uloga.</li><li>➤ <b>KORAK 5 - Razmatranje i završetak, 20 min</b> Provedite vrijeme na kraju aktivnosti govoreći o tome što su ljudi naučili i kako to vide u odnosu na svoje živote i svoje zajednice. U svakom slučaju, ispitivanje treba obaviti tek na kraju igre, inače možete prekinuti tijek aktivnostiy.</li></ul>



IATETS



	<p>Štoviše, pobrinite se da svi dobiju priliku govoriti kako bi znali da se njihovo mišljenje i sudjelovanje cijeni/cijeni.</p> <p>Mogu se koristiti pitanja poput sljedećih:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Svidjela vam se igra?</li> <li>• Kako ste se nosili s Ograničenjima?</li> <li>• Je li tim dobro radio?</li> <li>• Kako ste se osjećali u svojim ulogama?</li> <li>• Kako inače reagirate kada se netko tako ponaša prema vama?</li> <li>• Ponašate li se tako u nekim situacijama u svakodnevnom životu?</li> <li>• Što ste naučili iz ove igre?</li> </ul> <p><b>Savjeti za trenera:</b> sukladno tome prilagoditi aktivnost ako će je osobe s invaliditetom provoditi.</p>
--	---

## ➤ 4. SJEDEĆA ODBOJKA

Broj sudionika koji će biti uključeni	2 grupe po 6 ljudi
Ishodi učenja	Team Building, timski rad, komunikacija
Tipologija	Timski rad, komunikacija, suradnja, empatija i rješavanje problema
Vremenski okvir	80 - 90 minutes
Materijali	Sportska dvorana ili odgovarajući siguran otvoreni prostor, odbojka, mreža, flipchart, papir, olovke, ljepljiva traka, štoperica, trenažerke različitih boja, zviždaljka
Procedura	<p><b>Zagrijavanje</b> Započnite jednostavnim zagrijavanjem koje se sastoji od istezanja.</p> <p>Zagrijavanje za odbojku Br.1: Ball Throw Za ovu vježbu potrebna je lopta. Pronađite partnera i stanite jedan nasuprot drugog na terenu. Koristeći svoju udarnu ruku, bacajte loptu naprijed-natrag jedno drugome zagrijavajući svoje rame i ruku za udaranje. To je potrebno učiniti samo nekoliko minuta da se olabavi rameni zglob.</p> <p>Zagrijavanje za odbojku Br.2: Spike Drill Za ovu vježbu potrebna je lopta. Pronađite partnera i stanite jedan nasuprot drugog na terenu. Bacite lopticu u zrak i zabijte je u zemlju tako da nakon jednog odbijanja stigne do vašeg partnera. Radite to samo onoliko dugo koliko je potrebno za zagrijavanje ramena.</p>



IATETS



	<p><b>Zagrijavanje za odbojku Br.3: Setting Drill</b> Za ovu vježbu potrebna je lopta. Stojeći na udaljenosti od desetak stopa, postavite loptu naprijed-natrag. Dok vam se podlaktice opuštaju, pokušajte pomaknuti udaljenost unatrag tako da sedite s veće udaljenosti.</p> <p><b>Zagrijavanje za odbojku Br.4: Passing Drill</b> Za ovu vježbu potrebna je lopta. Stojeći na udaljenosti od oko deset stopa, počnite dodavati loptu naprijed-natrag, koncentrirajući se na dobre dodavanja svom partneru.</p> <p><b>Zagrijavanje za odbojku Br.5: Pepper</b> Za ovu vježbu potrebna je lopta. Koristeći partnera stanite oko deset stopa jedan od drugog. Partner koji počinje s loptom je baca svom partneru koji mu vraća loptu. Partner zatim vraća loptu drugom partneru, koji zauzvrat baca loptu natrag drugom partneru.</p> <p><b>Zagrijavanje za odbojku Br.6: Defense</b> Za ovu timsku vježbu potrebno je najmanje deset lopti i odličan je način za zagrijavanje momčadi u dodavanju prije utakmice. Treneru treba hrpa lopti uz bok, niz igrača nasuprot njemu i jedan "seter" s desne strane između trenera i igrača. Trener baca loptu (i može je zabiti ili snažno baciti) prvom igraču u redu koji je dodaje seteru.</p> <p><b>Zagrijavanje za odbojku Br.7: Hitting</b> Ovo zagrijavanje zahtjeva minimalno 3 lopte i izvrsno je za udaranje neposredno prije utakmice ili vremena za trening. Seter zauzima svoj položaj desno ispred.. Na suprotnoj strani terena nalazi se jedan igrač, linija vanjskih udarača, linija srednjih udarača, linija desnih udarača, a trener koji stoji desno od srednjih udarača baca loptu seteru da postavi</p> <p>Trener zatim baca loptu seteru koji postavlja srednjeg udarača i postupak se ponovno ponavlja. Desni udarač prima sljedeći set i bušilica se vraća na vanjsku liniju udaranja. Igrači mogu ispuniti i pritisnuti obrazac bilo koju liniju koju odaberu; međutim, praktičnije je da igrači pogađaju s mjesta u kojem bi inače pogodili formu u igri.</p> <p><b>Zagrijavanje za odbojku Br.8: Serving</b> Ova vježba zahtijeva jednak broj igrača s obje strane mreže i loptu za svakog igrača. Ovo je samo brzo zagrijavanje za posluživanje. Igrači se rašire preko zadnje linije i serviraju loptu drugoj strani. Obje strane serviraju odjednom tako da uvijek dolaze loptice koje se zgrabe i serviraju.</p> <p>Igrajte 15-20 minuta</p>
--	--



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	<p><b>1 dio</b> Postavljamo timove. Sjedeća odbojka slijedi isti skup pravila kao i stajaća s nekoliko izmjena. Svi sportaši igraju u sjedećem položaju, a jedan dio torza sportaša mora ostati u kontaktu s podom kada igrač rukuje loptom. Cilj igre je poslati odbojku preko mreže tako da je vaš protivnik ne može vratiti.</p> <p>Kasnije, tim pokupi jednu osobu koja još ne zna zadatak. Moraju odabrati mjesto gdje će ta osoba sjediti. Tek nakon toga saznaju da se osoba ne može kretati. Timovi imaju 3 minute za vježbanje i odabir strategije.</p> <p>Igrajte 15-20 minuta</p> <p><b>2 dio</b> Momčadi nastavljaju igru, u svakoj borbi; moraju uzeti u obzir da osoba koja se ne kreće mora odgurnuti loptu, barem jednom. Ako to ne učine, momčad neće dobiti bod.</p> <p>Igrajte 15-20 minuta</p> <p><b>Evaluacija i releksija</b> Započnite s pregledom onoga što se događa tijekom aktivnosti. Voditelj bi mogao koristiti sljedeća pripremljena pitanja:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Kakva je bila igra ?</li><li>- Kako ste se osjećali nakon igre?</li> <li>- Koliko je bilo lako/teško igrati u različitim dijelovima igre?</li><li>- Što se dogodilo u 1. i 2. dijelu?</li> <li>- Što ste osjećali prema ponašanju drugih?</li><li>- Što ste naučili iz ove igre?</li></ul>
--	---

## ➤ 5. Radionica o komunikaciji

Ishodi učenja	Ova aktivnost pomaže skupini da shvati da mogu komunicirati jedni s drugima bez govora, koristeći neverbalnu komunikaciju. Ova radionica podiže svijest ljudi da mogu koristiti različite načine izražavanja i timskog rada kako bi postigli zajedničke ciljeve.
Tipologija	Izgradnja tima, timski rad, suradnja, empatija, rješavanje problema
Vremenski okvir	80 - 90 minuta
Materijali	Velika soba, Različiti predmeti (olovke, lopte.) Povezi za oči, Fantasy karte (npr. dixit)/ kartica s crtežima ili slikama/fotografijama



IATETS



Procedura	<p>1 – TIHO POSTROJAVANJE</p> <p>Grupa će razraditi kako se kooperativno postrojiti koristeći geste, izraze lica, kimanje itd.</p> <p>Upute za rad: Sudionicima je rečeno da moraju ući u ravnu liniju prema određenom faktoru bez međusobnog razgovora tijekom igre. Neki primjeri bi mogli biti: • Visina • Boja kose (svjetlija do tamnije) • Godine • Abecedno po prvom slovu imena • Ležeran broj o kojem razmišljaju</p> <p>Ljudi bi trebali koristiti neverbalne komunikacijske vještine kako bi to postigli. Na primjer, geste rukama i oponašanje.</p> <p>2. TOM-TOM</p> <p>Mnogo je predmeta razasutih po prostoriji, od najvećih do najmanjih (npr. olovke, lopte.). Svaka pronađena stavka dat će timu bodove. Mali predmeti vrijede više od velikih (npr. lopta 5 bodova, olovka 20 bodova) Podijelite grupu u timove Svaka osoba predstavlja lik između: Google, TOM, Driver.</p> <p>Vozač: Slijepi. On je jedini koji se može kretati po sobi i skupljati predmete koji će timu dati bodove, za kretanje slijedi TOMTOMove upute.</p> <p>TomTom: Jedini koji može koristiti svoj glas i komunicirati s ostalo dvoje, ali može gledati samo 'Google' i nema vidljivost sobe, pa mora dobiti upute od Googlea.</p> <p>Google: on jedini sve vidi, ali ne može govoriti. Jedino što može učiniti je davati upute TomTom-u kretanjama kako bi vozač mogao dati ispravne upute.</p> <p>Tim koji osvoji najviše bodova uzimajući predmete pobjeđuje.</p> <p>Razvijanje: Komunikacije, suradnje, sposobnosti komuniciranja (verbalno neverbalno), udruživanje razlika, svatko radi do svog punog potencijala, strategije planiranja povjerenja i ponovnog rasporeda</p> <p>3 – ISPITIVANJE - ZAMIŠLJAM TE</p> <p>Razumijevanje kroz slike što ljudi donose sa sobom kod kuće iz ovog iskustva. Ova aktivnost je vrlo korisna jer pomaže ljudima da shvate kako je svatko od njih živio ovu radionicu i tumači svijet na drugačiji način. kroz kreativnu i zabavnu aktivnost moguće je razgovarati o svojim osjećajima. Trebate nabaviti FANTASY kartice, karticu s crtežima ili slikama/fotografijama.</p> <p>NAČIN IGRE Karte se ne postavljaju određenim redoslijedom na stol ili pod. Od svakog člana grupe traži se da odabere jedan rad koji na neki način može opisati osobni osjećaj tijekom aktivnosti. Postavljamo se u krug i svaki član grupe, slučajnim redoslijedom, mora pokazati grupi kartu koju je odabrala i u nekoliko riječi objasniti razlog svog izbora.</p> <p>- Nije dopušteno tražiti objašnjenja ili argumentirati različita mišljenja iznesena tijekom igre.</p> <p>Važno je dati određeno vrijeme za odabir kartice.</p> <p>Pri odabiru kartice preporučljivo je koristiti instrumentalnu i sporu pozadinsku glazbu.</p> <p>Nakon toga razgovarajte o tome koliko su im igre bile lake ili teške.</p> <p>Pitajte ih kako su prilagodili način komunikacije da bi postigli željeni ishod?</p>
-----------	--



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



	Koji su još neki načini na koje možete komunicirati s osobom koja ne može govoriti?
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## ➤ 6. INTE(G)RAKCIJA JE BITNA

Ishodi učenja	Sudionici će naučiti kako započeti i održati interakciju s sposobnim vršnjacima
Tipologija	- Igra upoznavanja - Video i diskusija - Presentacija o interaktivnim vještinama
Vremenski okvir	- 10 minuta za uvod - 20 minuta za igru uloga - 20 minuta za prezentaciju - 10 minuta za evaluaciju i refleksiju
Materijali	Prostorija za vođenje radionice - Jenga blokovi - Računalo/laptop, platno i projektor
Procedura	<p>1) Radionica počinje lijepom igrom Jenga:</p> <p>Jenga je polazište mnogih zabavnih druženja. To je super laka aktivnost za objasniti i svatko se može pridružiti u bilo koje vrijeme. Možete začiniti redovito natjecanje u rušenju tornja tako što ćete napisati pitanja vezana za temu na svaki blok (ili onoliko koliko možete). Kada crtate svaki blok, pročitajte pitanje naglas i odgovorite prije nego što stavite dio na vrh tornja. To može potaknuti uzbuđujuće razgovore o svakodnevnim temama kao što su omiljene aktivnosti do detaljnijih stvari, poput karijera i ciljeva samorazvoja. Cilj je potaknuti interakciju između sudionika.</p> <p>2) Video i diskusija:</p> <p><a href="https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/">https://www.respectability.org/inclusion-toolkits/etiquette-interacting-with-people-with-disabilities/</a></p> <p>Nakon reprodukcije ovog videa, započnite raspravu sa sudionicima. Možete postaviti sljedeća pitanja:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Možete li se povezati s ovim videom? Ako da, na koji način?</li><li>- Što biste predložili svojim sposobnim vršnjacima da poboljšaju interakciju s vama?</li><li>- Imate li problema kada pokušavate započeti interakciju s njima? Ako da, na koji način?</li><li>- Zna li netko kakvu strategiju interakcije koja bi mogla pomoći? Ako da, možete li to podijeliti s nama?</li></ul> <p>Pogledajte kako se rasprava nastavlja i potaknite sudionike da podijele svoja mišljenja i stavove.</p>



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET







IATETS



	<p>3) Prezentacija:</p> <p>U ovom dijelu voditelj treba pripremiti prezentaciju o savjetima koji poboljšavaju vještinu interakcije. Prezentacija se može izvesti u obliku PPT-a na temelju <a href="https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-home/thoughtwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve-Your-Communication-Skills">https://manpowergroup.com/wcm/connect/right-it-it/legacy-home/thoughtwire/categories/career-work/10-Ways-to-Improve-Your-Communication-Skills</a> a poželjno je biti interaktivan. Nakon svakog savjeta voditelj bi ga trebao prokomentirati sa sudionicima, pitati njihovo viđenje, pitati o njihovim osobnim iskustvima u vezi s tim, itd.</p> <p>4) Evaluacija i refleksija:</p> <p>Posljednji dio radionice posvećen je evaluaciji i refleksiji. Sudionicima se postavljaju sljedeća pitanja:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Je li vam ova radionica bila korisna? - Što ste naučili?</li><li>- Je li vas to natjeralo da promijenite svoj pogled/mišljenje kada je u pitanju interakcija s sposobnim vršnjacima?</li></ul> <p>Ako da, detaljnije o tome. -Koji su vam savjeti iz prezentacije bili posebno korisni i zašto?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Koji vam se dio radionice najviše svidio i zašto?</li></ul> <p>Voditelj može nastaviti s onoliko pitanja koliko želi. Cilj je dobiti iskrene povratne informacije od sudionika i tako unaprijediti radionicu za buduću upotrebu.</p>
--	---



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





IATETS



## 5. Rezultati kombinirane mobilnosti

Trening koji je održao trener MVNGO-a održan je online, budući da su nacionalna pravila koja se odnose na javna okupljanja zabranjivala bilo kakav susret s više od 4 osobe. S obzirom na ovaj kontekst, MVNGO je zajedno sa svojim trenerom procijenio da bi obuku bilo najbolje održati online. Sudionici su bili radno sposobni te i osobe s invaliditetom koje se suočavaju s uvjetima obrazovne isključenosti i nepovoljnog položaja (niskokvalificirani i nezaposleni). S obzirom na online modalitet, nisu bile potrebne osobe u pratnji jer su sudionici imali priliku sudjelovati iz svog mjesta sa svojim vlastitim alatima. Održavanje obuke putem interneta tada je također bila prilika da se učini uključivijim olakšavajući sudjelovanje osoba s invaliditetom kojima bi bilo teško sudjelovati u osobnom sastanku.

Dodatna vrijednost ove online obuke povezana je s rezultatima projekta:

- Intelektualni rezultat 1 "Format za osnaživanje ETS sposobnosti ". Obrazovni format isporučen u izlazu testiran je na online treningu s predstavnicima publike. Nalazi i uvidi za poboljšanje postignuti u online obuci osigurali su puštanje testirane obrazovne metodologije, kao i omogućili Konzorciju da procijeni primjerenost formata potrebama učenja.

- Intelektualni rezultat 2 „Priručnik pristupačnog ETS obrazovanja ". Konzorcij je izradio priručnik sa smjernicama i alatima za provedbu ETS obrazovnih programa usmjerenih na odrasle osobe s teškoćama u razvoju u nepovoljnom položaju. Smjernice integrirane u Priručniku temeljile su se na nalazima izvješćivanja trenera u internetskoj mobilnosti za učenje.

- Intelektualni rezultat 3 "IAETETS web platforma i moduli ". Obrazovni moduli uključeni u Web platformu uključivali su snimke glavnih projektnih radionica kao ilustrativne video simulacije koje pružaju obrazovne smjernice za publiku. Za razliku od projektne prijave u kojoj se namjeravala izraditi kombinirana mobilnost, odabir sudionika za online obuku obavljen je na nacionalnoj razini pod odgovornošću svakog partnera i cjelokupnom koordinacijom organizacije prijavitelja.

Svaki je partner doista izvršio preSelekciju na nacionalnoj razini raspisivanjem poziva za sudionike na nacionalnom jeziku. Poziv je bio otvoren za sve zainteresirane osobe iz ciljanih kategorija (odrasle osobe s invaliditetom s niskim stupnjem vještina, kvalifikacija i bez radnog mjesta). Poziv je također objavljen na web stranici svakog partnera i stranicama na društvenim mrežama kako bi se omogućila maksimalna vidljivost mogućnosti mobilnosti, širenjem poziva kroz mreže dionika svakog partnera. Budući da je razvoj obuke bio online, izrađen je bilo koji informativni paket, ali su sudionicima podijeljene osnovne organizacijske informacije te je dostavljen dnevni red zakazanih sastanaka i termina.

Priznavanje ishoda učenja uključivalo je uručenje Europass certifikata svim Sudionicima. Europass su zajednički razradili sudionici i treneri u zajedničkoj sjednici ocjenjivanja. Certifikat



REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET





## IATETS

je također otkrio znanja, vještine i kompetencije koje su sudionici stekli u usporedbi s njihovim početnim kompetencijama.

Bodovi su dodijeljeni svakoj od 11 kategorija (jedinica za učenje) na temelju očekivanih rezultata: poznavanje ETS-a i prednosti sporta/fizičke prakse, uvjeravanje, prezentacija, inovativnost, praktične vještine u ETS-u, meke vještine, socijalne vještine, komunikacija, vodstvo, sposobnost izražavanja na stranim jezicima, rješavanje problema. Konkretno, ocjenjivačko povjerenstvo sastavljeno od trenera i organizatora ispisalo je sljedeće podatke po sudioniku/certifikatu: ime korisnika, razdoblje mobilnosti, procjenu stečenih znanja, vještina i kompetencija



**REMÉNYT A  
GYERMEKEKNEK**  
KÖZHASZNÚ EGYESÜLET

