

Imprint

© 2020 by Hope for Children Hungary:

Всички права запазени. С изключение на използването в рецензия, никоя част от тази публикация не може да се възпроизвежда, съхранява в система за извличане или да се предава под каквато и да е форма или по какъвто и да е начин, който вече е известен или изобретен по-нататък, без предварителното писмено разрешение на издателя. Този инструментариум не може да бъде даван под наем, препродаван, отдаван под наем или унищожаван по друг начин чрез търговия във форма, обвързваща или обхващаща различна от публикуваната, без предварителното писмено съгласие на издателя.

Редактори (по азбучен ред): Rosario Coco, Joanna Dochevska, Dóra Faragó, László Földi, Andrea Giuliano, Krisztina Gyurkó, Lilla Nedeczky, Andrea Priedniece, Franziska Reinhardt

Оформление: Bálint Szabó

URL: <https://www.throughsport.eu/>

Публикацията е резултат от проекта **Sport.Youth.Inclusion**, организиран от Hope for Children Hungary.

Отказ от отговорност: „Този проект е финансиран с подкрепата на Европейската комисия. Тази публикация [съобщение] отразява само възгледите на автора и Комисията не може да носи отговорност за каквото и да е използване на съдържащата се в нея информация. „Финансирано от програма Еразъм + на Европейския съюз“



Funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

СЪДЪРЖАНИЕ

1. Въведение

2. Добри практики

- 2.1 Адаптирани дейности по плуване
- 2.2 Изкуството да се лекуваш и да общуваш със спортни хора
- 2.3 Акрйога като инструмент за социално приобщаване и развитие на общността
- 2.4 Програма TE IS
- 2.5 Удар на петата
- 2.6 Етичен кодекс за треньори
- 2.7 Адаптирана спортна програма за баскетбол
- 2.8 Плуване за хора с увреждания
- 2.9 Среднощен тенис на маса
- 2.10 Предучилищно образование чрез спорт в Германия
- 2.11 Игрите правят децата силни
- 2.12 Учене в движение
- 2.13 Невидим фитнес
- 2.14 „Повече двигателна активност - повече здрави усмивки“
- 2.15 „Приобщаващо обучение“
- 2.16 Бойните изкуства като инструмент за приобщаване
- 2.17 Етикет за качество “BEWEGUNGSKITA”
- 2.18 Ритмично барабанене

3. Педагогически упражнения

- 3.1 Лична карта
- 3.2 Да си поиграем с разнообразието
- 3.3 Алтернативни препятствия
- 3.4 От време на кръг до 4-3-3
- 3.5 Смесител Margherita

4. Youth.Sport.Inclusion 30-часов модул за обучение

5. Информация за организациите

Въведение

Sport.Youth.Inclusion е проект с мисия за насърчаване на приобщаването чрез спорт в три сектора: спорт, образование и младежка работа. Проектът беше финансиран от Фондация Tempus (Унгарската национална агенция по програма Еразъм +) и координиран от Hope for Children Hungary. Инструментариумът Sport.Youth.Inclusion е един от основните инструменти, разработени в този проект: това е образователен инструмент, включващ добри практики за ангажиране на младите хора в промоцията на приобщаването чрез спорт. Наръчникът отразява ползите и резултатите от неформалното образование, където ученето се случва чрез правене и преживяване.

Изданието е насочено към широк кръг хора:

- млади хора (на 16-30 години),
- младежки работници,
- социални работници,
- организации, работещи по темите за спорта и приобщаването.

Предистория на проекта

Спортът има централна роля в нашето общество в наши дни: той е състезание, но и възможност за усвояване на социални умения. Спортът може да бъде инструмент за положителна социална промяна, но може да бъде и опасен инструмент за социална и политическа манипулация. За да избегнем това, трябва да насочим вниманието на хората към положителните социални потенциали на спорта. Както се посочва в Бялата книга на ЕС за спорта, спортът има много силна социална роля чрез формалното и неформалното образование и укрепва човешкия капитал в Европа. Освен това, чрез спорта можем да засилим превенцията и борбата срещу расизма и насилието. Според Евробарометър в Европейския съюз повече мъже, отколкото жени, спортуват, спортуват или се занимават с друга физическа активност. Това различие е особено видимо във възрастовата група 15-24, където значително повече млади мъже, отколкото млади жени са склонни да спортуват или спортуват редовно (74% срещу 55%).

Целта на проекта е да популяризира и подобри ролята на спорта за подобряване на гражданските умения на младите хора с цел изграждане на по-приобщаващи и демократични общества чрез споделяне и разпространение на добри практики в областта на спорта и физическото възпитание. За тази цел проектът има:

- Изградено устойчиво сътрудничество между заинтересованите страни от различни области като спорт, официално образование и младежка работа,
- Споделени и събрани практики и инструменти за подобряване на гражданските умения на младите хора с цел подобряване на приобщаването чрез спорт,

- Споделени, обсъдени и документирани различни подходи, теория и методология, които са в основата на такива практики,
- Разпространи тези добри практики сред партньорските организации и ги направи достъпни във всички участващи държави за по-широка публика във всичките три области (онлайн събиране на практики и методи),
- Предоставя препоръки на националната администрация на спортната политика и на Европейската комисия с цел да демонстрира как да се развие допълнително потенциалната роля на спорта в общностите за подобряване на приобщаването и борбата с дискриминацията.

Проектът Sport.Youth.Inclusion е съфинансиран от програмата Erasmus + на Европейската комисия (KA2) като стратегическо партньорство с продължителност 16 месеца (от 01.09.2019 г.) в четири страни от Европейския съюз (България, Германия, Италия и Унгария).

Участващи организации:

- България– Asociacia Za Razvitie Na Bulgarskiasport (Bulgarian Sports Development Association),
- Германия – Sportjugend im Landessportbund Brandenburg e.V., (BSJ, Sports Youth Brandenburg),
- Италия – Associazione Italiana Cultura Sport (Italian Association for Culture and Sport),
- Унгария – Reményt a Gyermekeknek Közhasznú Egyesület (Hope for Children Hungary).

Добри практики

Дейностите, представени като добри практики, бяха събрани по време на събития на инструментариум, организирани на международно и национално ниво (във всяка държава). Тези събития предоставиха пространство за споделяне и обмен на добри практики между успешни практикуващи, които използват спортни и физически дейности, за да развият умения и компетенции на младите хора с цел да създадат приобщаваща общност.

Добрите практики:

1. Адаптирани дейности по плуване
2. Изкуството да се отнасяш добре и да общуваш със спортните хора
3. Акройога като инструмент за социално включване и развитие на общността
4. Програма TE IS
5. Удар на петата
6. Етичен кодекс за треньори
7. Адаптирана спортна програма за баскетбол
8. Плуване за хора с увреждания
9. Среднощен тенис на маса
10. Предучилищно образование Чрез спорт в Германия
11. Игрите правят децата силни
12. Учене в движение
13. Невидим фитнес
14. „Повече двигателна активност - повече здрави усмивки“
15. „Приобщаващо обучение“
16. Бойните изкуства като инструмент за включване
17. Етикет за качество „BEWEGUNGSKITA“
18. Ритмично барабанене

1. АДАПТИРАНИ ПЛУВАТЕЛНИ ДЕЙНОСТИ	
Тема	Включване (на хората с увреждания в спорта и в образователните дейности)
Цели	Целта е да се създаде приобщаваща спортна среда, в която децата да имат възможност да се социализират, да придобият комуникативни умения и опит в груповата работа, както и да се адаптират към обществото около тях.
Целева група	Деца и възрастни с интелектуални и физически увреждания (церебрална парализа, аутистичен спектър, синдром на Даун, общо интелектуално увреждане и др.) На възраст между 2 и 43 години.
Описание	<p>Седмично се провеждат обучителни и образователни сесии за формиране на умения в областта на плуването и социалната адаптация.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Придобиване на умения за плуване, повишаване нивото на физическа активност и социализация на участниците с увреждания; 2. Развитие на социални умения, включително комуникация, адаптивност, осъзнаване на околната среда, словесни умения и изразяване; 3. Осигуряване на наистина приобщаваща среда за практикуване на учениците от адаптираната програма за физическа активност, спорт и плуване.
Въздействие на програмата	Тази практика започна преди 8 години с 30 деца и младежи и в момента тя има повече от 60 участници. Плуването води до изключително положителни резултати при подобряване на физическите, социалните и емоционалните умения, необходими за включването на определената целева група. Подобрените комуникационни и социални умения, намалените нива на агресия, напредналите положителни емоции и качеството на живот и увеличеното количество редовна физическа активност са видими резултати от такива програми.
Източник	Диляна Стоянова
Организация / специалист, прилагащ практиката	Детски футболен клуб „Лувчетата“
Мениджъри на дейности	Доц. Проф. Д-р Венцислав Гаврилов и Диляна Стоянова

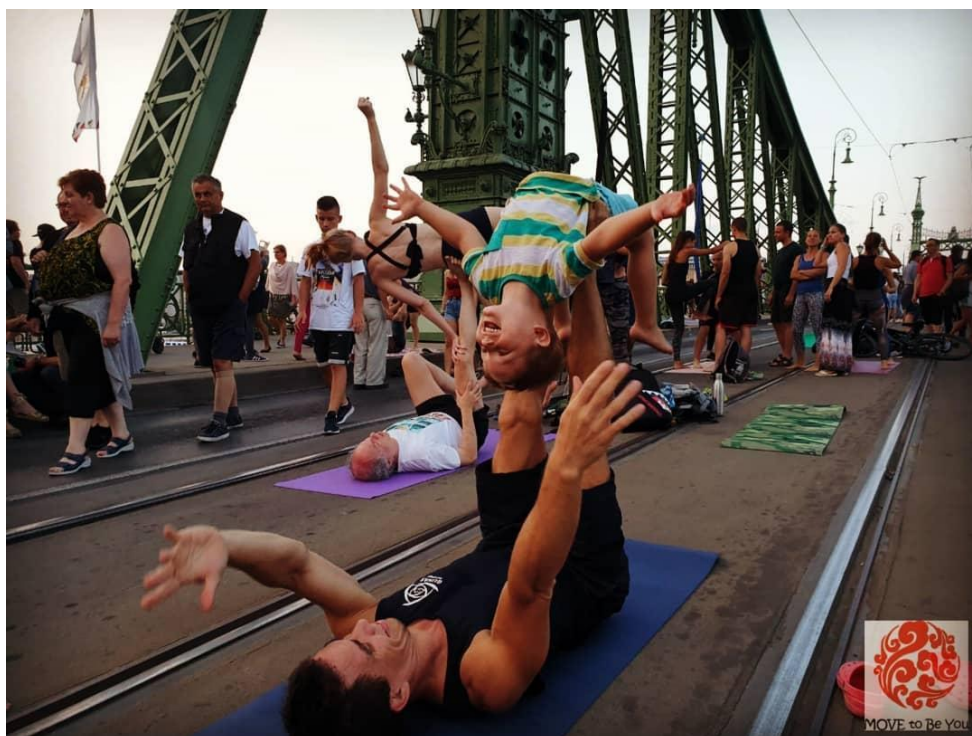
Местоположение	София, България
----------------	-----------------

2. ИЗКУСТВОТО НА ЛЕЧЕНИЕ И КОМУНИКАЦИЯ ДОБРЕ С ХОРА В СПОРТ	
Тема	Самосъзнание, личностно и професионално развитие
Цели	<p>Треньор за обучение на</p> <ul style="list-style-type: none"> • изграждане на самосъзнание за вашия треньорски стил, предпочитания, силни страни и ограничения; • по-добре да разберете въздействието, което оказвате върху вашите спортисти и колегите от треньорския персонал; • научете как да развиете своята поведенческа адаптивност и комуникация във взаимодействието си със спортистите и персонала; • поканете вашите треньори, съотборници и други, чиито наблюдения имат значение за вас, за да предоставите честна обратна връзка (за 1 година, в неограничен брой, за да изградите 360-градусова перспектива за вас); • постигнете по-успешно вашия потенциал и вашите спортисти <p>Обучение на спортист за</p> <ul style="list-style-type: none"> • разработване на поведенчески стил за постигане на най-добри резултати; • открива начини да надградите силните си страни; • идентифицирайте своето ограничаващо поведение и направете крачка напред; • развийте връзката и комуникацията си с вашите треньори и други от екипа; • поканете вашите треньори, съотборници и други, чиито наблюдения са важни за вас, за да предоставите честна обратна връзка (за 1 година, в неограничен брой, за да изградите 360-градусова перспектива за вас); • постигнете пълния си потенциал като спортист.
Целева група	16 години +
Описание	<p>Профилът CoachDISC на Athlete Assessments 'е уникална система за профилиране на личността и поведението, създадена специално за треньори. След завършване на вашата онлайн оценка, която отнема 10-15 минути, получавате задълбочен, персонализиран отчет за профила.</p> <p>В спорта това, което отличава посредственото от отличното, е начинът, по който треньорите, мениджърите и</p>

	<p>спортистите могат да управляват човешкия фактор. Профилите DISC, които предлагаме за развитие на самосъзнанието, извеждат треньорството и спортните постижения на съвсем ново ниво.</p> <p>Помага ви да стигнете до режещия ръб и да останете там. Помага ви да развиете своята адаптивност, емоционалната си интелигентност и ви дава по-добро разбиране за това как можете да отключите своя потенциал както сами, така и в сътрудничество с другите. DISC Profiles на Athlete Assessments 'използват методология, датираща от половин век, уникална в световен мащаб и написана на спортен език.</p> <p>Отличителният фактор на великите треньори е постоянното им преследване за състезателното предимство както за техните спортисти, така и за самите тях, което включва непрекъснато обучение и прилагане на най-добрите методи и решения. Профилът CoachDISC ви помага да реализирате пълния си потенциал да бъдете изключителен треньор, способен да се справя с вашите спортисти като личности. Ключът към постигането на това е всичко за развиване на самосъзнание и разбиране на вашите спортисти, доколкото е възможно.</p>
Въздействие на програмата	Постигане на по-добри резултати в спорта
Източник	Szabolcs Hollósi
Мениджъри на дейности	Kell Egy Csapat Élmény Kft.
Местоположение	Унгария

3. АКРОЙОГА КАТО ИНСТРУМЕНТ ЗА СОЦИАЛНО ВКЛЮЧВАНЕ И РАЗВИТИЕ НА ОБЩНОСТТА	
Тема	Включване, развитие на общността
Цели	Принос към психически и физически здраво, активно и приобщаващо общество.
Целева група	Всяка възрастова група или пол, независимо от културния или религиозния произход
Описание	АcroYoga и партньорската акробатика са спортове със силни характеристики, които използваме в неформалното

	<p>образование по начин на обучение с опит. Това е мощен, забавен, приобщаващ и основен спорт, който включва социални и обществени ценности и допринася за развитието на разнообразни умения.</p> <p>От 2017 г. ние открихме неговите елементи като страхотни активи за учене, като правим за укрепване на доверието, комуникацията и самочувствието. Подобрява способността на хората да се свързват с другите и да правят другите свързани. Поради своя характер, той засилва общностния и екипния дух, подчертава значението на подкрепата, грижите и безопасната игра. Чрез генериране на ситуации, които разширяват зоната на комфорт и самоувереността на участниците, това им помага с личното телесно и самосъзнание, приемане на тялото и присъствие в момента. Може да се използва като практика на внимателност от различни ъгли и предлага много възможности за развиване на разнообразни умения и компетенции извън вече споменатите.</p>
Въздействие на програмата	<p>Подобряване на:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отборен дух ● Лично осъзнаване на тялото ● Самосъзнание ● Приемане на тялото ● Преживяване на настоящия момент ● Упражняване на внимателност ● Развитие на общността ● Справяне със стреса и безпокойството <p>Развитие на разнообразни умения и компетенции извън вече споменатите.</p>
История на организацията	<p>Нашите обучители, преподаватели и треньори от организацията „MOVE to Be You“, базирана в Австрия, предлагат проекти, семинари и различни дейности на местно, национално и международно ниво, използвайки AcroYoga и Partner Acrobatics.</p> <p>Участвахме в много международни лагери, за да развием практическите и техническите знания на нашите обучители и да разширим нашата професионална мрежа в Европа. Междувременно разглеждаме и разработването на лагери за популяризиране и въвеждане на този прекрасен спорт и в Азия.</p> <p>http://movetobeyou.org/</p>
Източник	Orsolya Cziráki
Мениджъри на дейности	MOVE to Be You
Местоположение	Австрия



4. TE IS програма	
Тема	Социално включване и доброволчество чрез спорт
Цели	<p>Основната цел на програмата е да насърчава извънкласната физическа активност (ЗП) в училищата и да засили осведомеността и практиките на доброволчество и социално включване.</p> <p>„TE IS“ помага за развитието на приобщаващи, отворени училищни общности, които мотивират своите членове да бъдат физически активни и които имат за цел да укрепят подхода и моделите на позитивен, ориентиран към здравето начин на живот. Програмата поддържа и помага отдолу нагоре за организиране на РА програми с методологично подходящи средства. Това е отразено и от мотото на програмата TE IS: Преместването е наше!</p>
Целева група	7-18 години
Описание	Програмата „TE IS“ (TE IS буквално означава „и ти“ е игра с думи, получени от унгарското ѝ име TEstmozgás az ISkolában, което означава физическа активност в училище), разработена от Унгарската училищна спортна федерация

[HSSF], е училищна програма за ПА, която се основава на социално включване и доброволчество чрез спорт. През последните години той е въведен в 145 унгарски начални и средни училища. Когато HSSF започна да преосмисля своя подход към ПА в училищна среда, той се основава на спонтанни човешки мотивации като необходимост от активност, доброволчество, социално приемане, способност и желание да бъдат включени. По този начин ТЕ IS е разработен в напречен разрез на сложни и ориентирани към практиката училищни методически елементи, от които ценностите са свързани с развитието на децата, техните компетенции и с разгръщането на личността им, подчертавайки важноста на игра, опит, активно участие и сътрудничество. Изключително важно беше нововъзникващата училищна програма да се впише в системата и културата на нашите училища, да отговори на настоящите предизвикателства в училищния живот и да бъде устойчива.

Основната цел на програмата е да насърчава извънкласната ПА в училищата и да засили осведомеността и практиките на доброволчество и социално включване. ТЕ IS може да се използва във всяко училище. Фокусира се върху официалните и неформалните сцени на училищата, върху извънкласните периоди, които предлагат нови възможности за преподаване, учене и развитие. Програмата е подходяща за даване на възможност и насърчаване на всички ученици от училището да участват в училищни програми за ПА. Основният процес на училищното функциониране е взаимосвързаният момент на учене и преподаване, в който се смесват знанията по предметите и компонентите на личните и социалните отношения. Проектът имаше за цел да създаде рамка за социално съжителство в училище, основана на приемане, сигурност и доверие, която допринася за ефективността на обучението и преподаването и активира социалната и личната динамика.

Задвижването на ТЕ IS е училищният екип на ТЕ IS, група от 8 до 15 деца, които доброволно разработват и прилагат ПА програми за своите връстници. Целият процес на тези дейности се осъществява и координира от членовете на екипа на ТЕ IS, като се започне от изготвянето на идеята за програмата на ПА до съвместната оценка. Планирането, подготовката, изработването на правила, организирането, внедряването и оценяването, обучението на лидерски умения и способности всъщност се осъществяват в процеса, което е специфична, но по-малко подчертана област на междуличностното управление на таланти. Ако е необходимо, учениците могат да поискат помощ от учителите наставници на ТЕ IS, които са били обучени

	<p>преди програмата да помагат на децата. Методологията на TE IS беше подготвена, за да предостави на учениците и преподавателите прости, земни инструменти за проектиране и организиране на PA програми, на които TE IS Wheel дава силна основа. TE IS Wheel е в почти постоянен цикъл в процеса на програмата TE IS. Екипът на TE IS винаги е в един от „балоните“. Съдържанието на елементите на TE IS колелото е различно във всяко училище и може непрекъснато да се разширява със собствен опит, знания и резултати.</p>
Въздействие на програмата	<p>Основното въздействие на TE IS е в качеството на социалните взаимодействия. Студентите се приближават, канят и мотивират взаимно да бъдат физически активни, техните групи стават самоорганизиращи се субекти, докато изпълняват програми за спорт и физическа активност, които допринасят за здравословното поведение.</p>
Източник	Anita Király
Мениджъри на дейности	Hungarian School Sport Federation (Унгарска училищна спортна федерация)
Местоположение	Унгария

5. ПЕТЕН УДАР	
Тема	Антидискриминация
Цели	<p>Инициативата има за цел да обедини хората, да преодолее предразсъдъците, които често се пресичат: липсата на отвореност към LGBTIQ + хората, страхът, че мигрантите могат да представляват заплаха за италианското общество, предразсъдъците към хората, живеещи с увреждания. Спортът може да бъде перфектен инструмент за преодоляване на тези бариери.</p>
Целева група	16 години +
Описание	<p>Lupi Roma Outsport е асоциация за спорт и култура, основана в Рим през 2019 г. и вдъхновена от европейския проект Outsport. Постоянният му ангажимент за борба с дискриминацията срещу LGBTIQ + хора, както и нейният интерсекционен подход, са я накарали да се свърже с други малцинствени групи в района и да се справи с други</p>

	<p>аспекти на дискриминацията. По този начин Lupi Roma Outsport популяризира инициативи за борба с множествената склероза с AISM (Италианско общество за множествена склероза) и за подкрепата на бежанците с бежански футболен отбор Liberi Nantes, както и провеждане на кампания за Международния ден срещу хомобитрансфобията по време на първия Заключване на Covid-19, включващо други местни спортни организации, застъпващи се за включване на LGBTIQ +.</p> <p>Colpi di Tacco (Heel Strike) е инициатива, която се провежда веднъж годишно, в допълнение към специалните издания. Името му е свързано с образа на футболист, облечен с високи токчета, като почит към иронията, използвана исторически от много LGBTIQ + активисти, за да критикува половите роли и мачизма.</p> <p>Това спортно събитие е отворено за всички и се популяризира в римския квартал Пинето, където се провежда футболен турнир, основан на така нареченото правило "феърплей": участниците се регистрират индивидуално, отборите се генерират произволно, а капитаните на отборите действат и като съдии.</p> <p>Презентация, панел или педагогическо упражнение, вдъхновено от ETS (Education Through Sport) практики обикновено отваря турнира и момент на окончателна социализация (т.е. социална вечеря) винаги е гарантиран.</p> <p>Colpi di Tacco е възможно благодарение на сътрудничеството с други групи и сдружения, които действат на територията, включващи различни видове участници, например младежи в икономически неравностойно положение, мигранти, млади футболисти. Целта на тази практика е всъщност да включи хора с различен произход и култури, също принадлежащи към контекст, който обикновено не е замесен в движенията за граждански права.</p>
Източник	Lupi Roma Outsport
Мениджъри на дейности	Lupi Roma Outsport
Местоположение	Рим, Италия

Manifestazione promossa da:



EVENTO EDUCATIVO DI SENSIBILIZZAZIONE SUL TEMA DELLA **DISABILITÀ**

2
OTT

Progetto finalizzato alla raccolta e condivisione di pratiche organizzative e pedagogiche per promuovere l'educazione non formale attraverso lo sport.

AL TERMINE DELL'ATTIVITÀ EDUCATIVA, SI CELEBRERÀ LA **SECONDA EDIZIONE** DEL TORNEO PER L'**INCLUSIONE: COLPI DI TACCO** ALLE ORE **20:00**.

 Campo San Leone, Via d'Alviano 7 (M C Pigneto)  19:00  +39 348 228 7993

Con il sostegno di:



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



6. Етичен кодекс за треньори	
Тема	Поведенческо развитие
Цели	Да се развива целенасочено и да се придържа към нормите, от които се нуждае треньорът.
Целева група	Спортни треньори
Описание	<p>Казвам се Янош Радич, аз съм аспирант в Университета по физическо възпитание и бих искал да прекарам бъдещето си в унгарската гимнастика като гимнастика и аеробика треньор. След 14 години гимнастика като спортист започна работа като треньор. Току-що започнах кариерата си, но вярвам, че в днешния свят треньорът трябва да бъде пример за подражание навън фитнеса също. В допълнение към семействата си, елитни спортисти прекарват по-голямата част от времето с треньора си в продължение на години.</p> <p>Треньорът е човекът, който заедно с родителите познава най-добре своите ученици. В много случаи децата ще прекарват повече време с треньора си, отколкото с родителите си. Спортистът ще го последва действията, поведението и стила на общуване на неговия треньор, освен това се опитват да изразят себе си по същия начин като своя треньор. Ако той оказва положително въздействие върху детето, това ще бъде добре, но за съжаление може да се случи и обратното.</p> <p>Изключително важно е ученикът да може да открие човек в своя треньор, когото той / тя може да счита за модел за подражание, ментор и в други области на живота.</p> <p>Има много олимпийски спортове, в които някога бяхме успешни, но през последните тридесет години унгарските олимпийски спортисти постепенно изчезнаха от картата на спорта.</p> <p>Тенис на маса, футбол, бокс, вдигане на тежести и гимнастика също са сред спортовете, където има много мълчание, когато споменем статистиката на резултатите. Знаем и добре знаем за провала на квалификационните състезания. Сигурно е, че всеки спорт изисква много работа. Обаче вече не е толкова ясно как да се получат днешните деца в тази тежка работа. Младите хора са поразени от невероятно количество стимули. В света на интернет, мобилните телефони, на всички въпроси се отговаря със</p>

светкавична скорост.

Рекламите, проникващи в живота ни и известните личности, имат силно въздействие върху младежта. Законната нужда на внимателен и грижовен родител е да има значими, внимателни и последователни грижи за деца. Ако в допълнение към тях ние сме в състояние да измислим и приложим нови инструменти и методи, които ще уловят младите хора днес, ние сме на прав път. Етичен кодекс за

Треньорите, издадени през 2018 г. от Унгарската асоциация на треньорите, могат да помогнат за установяването на идеалните работни отношения.

С помощта на Етичния кодекс за треньори можем целенасочено да развиваме и да се придържаме към нормите, от които се нуждае треньорът.

Вярвам, че универсалните ценности и морал са тези, които засягат преди всичко моята работа. Параграфите от Етичния кодекс на треньорите носят тези ценности и знаейки това, съвместната работа на треньори и спортисти може да бъде по-ефективна и в крайна сметка по-успешна. За мен успехът в цифри означава успех, но в същото време искам да бъда треньор, на когото учениците му да гледат.

„Истинското познание винаги е свързано с положително морално поведение.“ Моите изследвания показват, че повечето треньори не са запознати с етичния кодекс, но в националния отбор на мъжете този кодекс се използва в хода на работата. Познаването на Етичния кодекс на треньорите би било желателно за всички треньори, работещи по аеробика, гимнастика и други спортове, особено след като детето се среща с треньора още на 4-5 годишна възраст. Тази възрастова група все още е много крехка, чувствителна към всякакви духовни вибрации. Ако искаме да спечелим децата за спорта, трябва да спечелим и тяхната душа и смисъл. Широкото познаване на Етичния кодекс на треньорите се очаква да доведе до развиване на желано поведение за повечето треньори. За да се постигне това, би било от полза за треньорите да имат достъп до видеоклипове за обучение, които анализират правилните и неправилни реакции на треньора в критични ситуации. Това може дори да бъде тест за ситуацията, в които реакцията на треньора не е подходяща.

Чрез такива образователни филми бихме им предоставили практическа възможност да реагират адекватно в определени ситуации. С подходящ интерес и подкрепа, тези видеоклипове могат да бъдат направени, тествани и предоставени на разположение на всички треньори. Тези, които влагат

	живота си в отглеждане и развитие на поколения, имат възможност да се развиват. Независимо от възрастта и годините на практика, всеки е способен да промени грешен подход.
Източник	János Radics
Мениджъри на дейности	János Radics, Kristóf Rada
Местоположение	Nyíregyháza, Унгария



7. АДАПТИРАНА СПОРТНА ПРОГРАМА ЗА КОШНИЦА	
Тема	Включване
Цели	Целта е да се създаде приобщаваща образователна спортна практика, която да включва хора с интелектуални

	затруднения (ИД) в организирани групови спортни дейности, в случая - чрез баскетбол.
Целева група	23 души с интелектуални затруднения (церебрална парализа, аутистичен спектър, синдром на Даун, обща умствена изостаналост и др.) На възраст между 17 и 43 години, както и ученици от НСА „Васил Левски“ в ролята на спортни партньори.
Описание	Има седмични тренировки за придобиване на умения в областта на баскетбола, както и тренировки и лекции за здравословен начин на живот. В сесиите участват и студенти от НСА „Васил Левски“, посветени на развитието на спорта за лица с лична карта. Организиранията програма на Баскетболния сектор и Адаптирания сектор за физическа активност и спорт на НСА е модел, базиран на Обединената спортна програма, създадена от най-голямото в света спортно движение за хора с интелектуални затруднения, Специалната олимпиада и разработена от Special Olympics Bulgaria. От 1968 г. движението предлага спортни тренировки и състезателни възможности за спортисти с интелектуални затруднения. Баскетболът е един от най-атраktivните и развити спортове в програмата на движението. В България редовните програми за обучение по баскетбол за хора с интелектуални затруднения са много ограничени. Поради тази причина броят на спортистите, които се занимават със спорт, е още по-труден за привличане на партньори и поддръжници.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - Придобиване и усъвършенстване на спортни умения в баскетбола, повишаване нивото на физическа активност и социализация на участниците с увреждания. - Осигуряване на наистина приобщаваща среда за практикуване на ученици в Адаптираната физическа активност и спорт и Баскетболната програма. - Осигуряване на развитие на знанията и уменията на участниците чрез спорта като инструмент за обучение.
Ключови фактори за успех	Овластяване на млади хора с ИД чрез показване на техния потенциал и способности, осигурено от доброволчески екип от спортни експерти, посветен на обучението на лица с ИД.

Въздействие на програмата	Тази практика започна преди две години с няколко състезатели и в момента в отбора са включени 40 души, спортистите и партньорите. Комбинацията от спортни сесии, в които индивидите с ИД и учениците участват еднакво, води до изключително положителни резултати за физическите, социалните и емоционалните умения, необходими за включването на определената целева група. Докато нивата им на физическа активност се увеличават, нивата на агресия намаляват, това има голям ефект върху позитивното отношение, повишената редовна физическа активност и развитието на здравословен начин на живот. Образователният аспект на инициативата е важен, тъй като участниците с ИД придобиват нови умения в областта на комуникацията, работата в екип, разбирането на социалната среда около тях, човешките права и аспектите на нейното включване.
Източник	Национална спортна академия „Васил Левски”
Мениджъри на дейности	Доц. Д-р Мариана Борукова, д-р Стефка Джобова, д-р Ивелина Кирилова Треньор: Сюлейман Сюлейман.
Местоположение	София, България

8. ПЛУВАНЕ ЗА ХОРА С ИНВАЛИДИ	
Тема	Развитие на психоемоционалното състояние на деца с увреждания
Цели	Целта е да се внедрят иновативни програми за адаптирана двигателна активност и плуване за въздействие върху физическото, функционалното и психо-емоционалното състояние на децата с физически, интелектуални и сензорни увреждания.
Целева група	35 души с физически, интелектуални и сензорни увреждания (церебрална парализа, аутизъм, общо интелектуално увреждане, разстройство с хиперактивност с дефицит на вниманието, синдром на Даун, нарушения на

	<p>слуха и др.) Между 3 и 26 години.</p>
<p>Описание</p>	<p>Програмата за адаптирано плуване е разработена въз основа на патологично анатомичен и патофизиологичен статус на деца с различни увреждания и физиологичното въздействие на водната среда върху тялото, както и отчитане на индивидуалните и възрастовите характеристики на целевата група.</p> <p>Тя е насочена към подобряване на физическото и функционалното състояние на децата от една страна и активната социализация и усвояването на нови навици и умения, от друга.</p> <p>Плувните дейности се провеждат два пъти седмично по 60 минути в басейна на 131-во училище „К. Тимирязев” Младост 4 при температура на водата 27-28 ° С. За тази цел прилагаме общоприетата схема за практикуване на плуване на урок по плуване: подготвителна част (на сушата 5 - 10 минути), основна част (във вода 35 - 40 минути) и заключителна част (във вода 5 - 10 минути).</p> <p>Учебната програма по плуване за деца и младежи с физически, интелектуални и сензорни увреждания е в съответствие с физическите, соматотипните и психо-емоционалните състояния в тази нозология. Това включва:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Пол и възраст; - Резултати от медицински преглед и препоръка от отоларинголог, ортопед, психолог и др .; - Етап и характер на увреждането; - Наличие на предишни заболявания; - Първоначално физическо развитие; - Състояние на опорно-двигателния апарат; - Разстройство на пространствената ориентация; - Разстройство на емоционалните и волеви качества. <p>По време на заниманията с плуване с децата се използват всички методи на преподаване, но във връзка с усвояването на учебния материал има някои разлики.</p>

	<p>За осъществяване на двигателната активност по време на занятията по адаптирано плуване и в зависимост от изпълняваните задачи и функции използваме индивидуалния подход и следните методи на обучение:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Вербален метод; - визуален метод; - Моторен метод. <p>По време на заниманията с плуване ние отчитаме физическата годност, етапа на увреждане и психо-емоционалното състояние на децата.</p> <p>Процесът на обучение започва с упражнения за адаптиране към водната среда и за развиване на навици и умения за ориентация и баланс.</p> <p>Предвид трудностите при възприемане на учебното съдържание, децата с увреждания се нуждаят от специален учебен подход - избор на упражнения, чувство за сигурност по време на изпълнението им и въздействието върху психо-емоционалното състояние.</p>
Задачи	<p>Разработване и експериментиране на специализирани програми за плуване за (некомпетентни) деца с различни увреждания;</p> <p>Адаптиране на знания и умения, които да бъдат предадени на участниците по време на спортните дейности;</p> <p>Опит за изпълнение на адаптирани програми за плуване за деца с физически, интелектуални и сензорни увреждания, като пример за добри практики в АФА и спорта.</p> <p>Кой фактор за качество на живот се отнася до посочената програма? Включване и социална интеграция чрез включване на деца и младежи с различни увреждания в спортни дейности, както и възможност за придобиване на нови знания и умения по време на спортни дейности.</p>
Въздействие на програмата	<p>Когато изпълняваме възложените задачи, ние стимулираме децата и младежите, като по този начин влияем върху тяхната емоция и им помагаме да премахнат чувството на страх от вода и несигурност.</p>

	С подходящо ръководство по време на плувните дейности, целевата група овладява различни двигателни умения, създава емоционално формиращи движения, особено по време на игрите, развива волеви качества като смелост, решителност и самочувствие.
Източник	НПО „Адаптиран спорт“
Мениджъри на дейности	Асистент. Проф. Д-р Вили Александрова, Александър Александров и Радмила Барганска
Местоположение	София, България

9. ТЕНИС ЗА МАСА ЗА СНОЩ	
Тема	Превенция на престъпността и наркотиците
Цели	Да осигурят безопасно и забавно място за младежи без пари и спортно оборудване да прекарат нощта в безопасност и при цивилизовани обстоятелства, където те имат възможност да спортуват, да се състезават, да говорят и да се хранят.
Целева група	Съставът на групата може да зависи от големината на населеното място и местоположението на клуба. Различни хора посещават такива клубове в град или в малко село. Местоположението на клуба също може да повлияе на състава; когато състезанието се организира в училище, е по-вероятно учениците от училището да присъстват в по-голям брой в сравнение със състезанието, организирано от семеен консултативен център. Не правя дискриминация сред децата, тъй като в днешния свят всички млади хора са изложени на опасност. Хората, работещи за програмата Moonlight, са убедени, че програмата има превантивен характер; не можем да помогнем на хора, които вече са наркомани или имат подобни сериозни проблеми. Всеки може да посети нашите клубове, които приемат и спазват нашите правила.
Описание	Преди около двадесет години г-н G. Van Standyfer, социален работник от Мериленд, изучаващ нощния живот, осъзна, че

престъпността сред непълнолетните и трафикът на наркотици внезапно се увеличават след настъпването на нощта. Той не остана безчувствен към загубата на младите хора и в сътрудничество с приятели организира баскетболни мачове на лунна светлина за онези, които се мотаят по улиците. Резултатите надминаха всички очаквания, само за една година мащабът на престъпността сред непълнолетните спадна с петдесет процента в региона, а за две години подобни спортни клубове възникнаха в почти всички щати на САЩ. Тази програма все още продължава в САЩ. Тяхната уеб страница е www.amblp.com.

След като чу за тази програма, педиатърът и детският психолог д-р. Шандор Фараго реши да започне нещо подобно в Унгария, но вместо баскетбол покани младите хора да играят пинг-понг. Той имаше собствена маса за пинг-понг, донесена от дома му в хирургията, с намерението да организира игри за пинг-понг за младежи, които се разхождат по улиците през нощта през уикенда. Първо, само той и някои ентузиазирани колеги играеха тенис на маса, но скоро в стаята им се появиха все повече и повече млади хора. Те пиеха безалкохолни напитки и ядоха сандвичи, а зрителите скоро се превърнаха в играчи. За един месец двадесет и тридесет младежи редовно играеха пинг-понг през нощта. „Нощната програма“ става все по-популярна сред младежите и родителите също могат да бъдат сигурни, че децата им са извън улицата. По това време започнаха да го наричат „Ping-Pong Doc“. Програмата стана широко известна в страната и в Унгария бяха създадени спортни клубове на лунна светлина. Сега у нас има повече от тридесет такива клуба. Идеята е поета от някои съседни държави и са създадени клубове на лунна светлина в Украйна, Румъния, Словакия и Сърбия. Най-добрият пример е Сърбия, където благодарение на ентузиазирани доброволци за две години са създадени пет такива клуба.

Лунна програма:

Младите хора често напускат дома си без пари и дестинация и нямат представа къде ще стигнат през нощта. Целта на програмата Moonlight е, че тези младежи без пари и спортно оборудване трябва да прекарат нощта в безопасност и при цивилизовани обстоятелства и трябва да имат възможност да спортуват, да се състезават, да говорят и да се хранят. Пинг-понгът отговаря най-добре на тези изисквания, тъй като за играта на тази игра не са необходими специални спортни умения и екипировка. Освен това играчите са разделени от маса, няма телесен

	<p>контакт, така че има по-малък шанс за възможни проблеми. Сред отборните спортни баскетболи е и друга игра, която е много подходяща за тази цел и тези, които изберат този отрасъл спорт, носят екипировката си със себе си и повечето от тях вече могат да играят баскетбол. Оказа се, че футболът не се вписва в категорията на лунните спортове; играта често трябваше да бъде спряна поради битки и заплахи.</p>
<p>Методи</p>	<p>Нашата цел е да има състезание по всеки повод и всеки участник, който остане да играе до края на състезанието, да получи някаква награда. Това обикновено е някакво по-голямо или по-малко шоколадово блокче, а първите три най-добри също получават медал. Състезанието е необходимо, за да ангажира интереса и енергията им и да отговори на търсенето им на вълнение. Участието в състезания не е задължително, но се препоръчва. По-рано това беше проблем, защото те не обичаха да бъдат побеждавани и в резултат не обичаха да участват в състезания. Асистентите, които могат също да играят пинг-понг или футболен футбол, също играят тези игри с младежите и по този начин могат да бъдат в по-близки отношения с тях. Малко са възрастните, които се отнасят към тези млади хора като към равни човешки същества, а има нещо подобно и обратното, малко са възрастните, които се приемат от посетителите на нашите клубове. Гордея се с факта, че където и да се срещнем в града, те не отклоняват глава, а ни поздравяват. Не мисля, че техните учители имат същия опит с тях.</p>
<p>Асистенти</p>	<p>Друго условие за управление на клуб е да има помощници. Добре е да имаш и главен организатор, който прави всички документи и представлява клуба на всички нива. Последният не трябва да присъства на състезанията през всички петък или събота вечер, неговата задача е да осигури условията за управление на клуба. Идеалният брой асистенти е между три и пет, в зависимост от големината на клуба. В случай на малък клуб дори един човек може да бъде достатъчен по повод, но по-големите клубове трябва по-скоро да имат няколко от тях. Може да се наложи да имате почивка от една или две седмици между почивните дни, защото не може да се очаква никой да отговаря за програма всяка седмица. Квалификацията на асистенти не е от съществено значение, макар че е добре, ако те са малко квалифицирани в областта на работата с младите хора и техните проблеми или могат да спортуват. Изключително важно е асистенти да бъдат доброволци и те</p>

	<p>да не работят в името на парите, а от чувство за призвание. Ако изглежда, че се интересуват повече от печелене на пари, хората по-скоро трябва да бъдат заменени.</p>
<p>Местоположение</p>	<p>Мястото на провеждане на спортните дейности трябва да бъде в зала, където могат да бъдат поставени поне две маси и да има допълнителни стаи. Разбира се, мащабът може да бъде удължен, но не е необходима по-голяма зала от гимнастика. У нас клубовете на лунната светлина се различават по размер и според начина на тяхното управление. Има клубове в големи спортни зали, в активни сгради до църкви, в училища, в културни центрове, в наети помещения и кой знае в колко други видове сгради. Организациите, които управляват клубовете, също се различават много; асоциации, фондации, местни власти, Реформаторската църква, частни лица могат да бъдат отговорни за програмата.</p>
<p>Принципи</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Без такси - всички участници могат да посещават дейностите безплатно (също без членски внос). ● Кетъринг - Участниците в дейностите получават безплатни храни и напитки (хляб и капки, чай и др.). ● Без цигари, алкохолни напитки, наркотици - Трябва да се организират дейности на места, където няма такива вредни неща. Тоест, никакви дискотеки, кръчмите не могат да бъдат места за провеждане. ● Нощно работно време - Дейностите обикновено са между осем и полунощ. Те могат да започнат по-рано и да завършат по-късно, но мястото трябва да е отворено поне между осем и полунощ. ● Редовност - Дейностите трябва да се извършват през цялата година в редовно време. За предпочитане клубът трябва да работи в петък или / и събота вечер. ● Състезание + награди - За предпочитане е всеки път да има някакво състезание, а участниците, които остават до края, да получат някаква награда. (Наградата трябва да е шоколадово блокче или нещо подобно по-евтино, но не нещо скъпо.) Тези, които не искат да се състезават, трябва да бъдат включени по друг начин. ● Характерът на спортната дейност - Необходими са

	<p>спортни дейности за свободното време, като акцентът трябва да бъде върху пинг-понга. Освен пинг-понг може да има и други видове дейности, но не и вместо тях.</p>
<p>Допълнителна полезна информация</p>	<p>Освен програмите, организирани от клубовете, има две или три национални състезания годишно, в които всички клубове се опитват да участват. Всяка година организираме конференция, на която ръководителите и асистенти на клубове могат да се срещнат, да обсъдят проблемите си, а ръководителите на нови клубове да опознаят останалите. Въз основа на споразумение с асоциация на брега на река Дунав, младите хора на клубовете могат да прекарат три дни на дунавската страна, където имат такива преживявания, които не биха могли да имат по друг начин (колхозене, обиколка по реката, пътувания, саниране и др.). MÉSE издава списание HÍRPONG на всеки трети или четвърти месец, в което се съобщава за събитията от предходния период. Клубовете допринасят за редактирането на началната страница на Асоциацията. Те могат да добавят снимки, статии. От време на време се опитваме да насочим вниманието към нашите дейности, като организираме състезания на лунна светлина на някои специални места, като зоопарка в Будапеща, ледената пързалка в парк Варослигет, в тържествените зали на кметството или Унгарското радио, в таблицата тенис зала на спортен клуб на БФБ.</p>
<p>Източник</p>	<p>Péter Jakab</p>
<p>Мениджъри на дейности</p>	<p>MÉSE (Péter Jakab)</p>
<p>Местоположение</p>	<p>Унгария</p>



10. ПРЕДШКОЛНО ОБРАЗОВАНИЕ ЧРЕЗ СПОРТ В ГЕРМАНИЯ	
Тема	Развитие на умения, социално и личностно развитие
Цели	Да се даде възможност на децата да усвоят нови умения. Чрез тази програма ние не само бихме искали да развием двигателните умения на децата, но също така се грижим за тяхното социално и личностно развитие.
Целева група	Предучилищна възраст
Описание	<p>Фактът, че ученето е само когнитивна дейност, е остарял днес. В днешно време образованието е доказано сложен процес, включващ и спортни дейности. Следователно спортът в предучилищната и младежката работа се разглежда в Германия като инструмент за образование. В цяла Германия мрежата от младежки спортни асоциации популяризира консолидирани принципи на образование чрез спорт, защото спортният начин на живот улеснява учебния процес на бебета и младежи. Промените в начина на живот в детството на децата се отразяват и на разбирането за образованието.</p> <p>Поддържането на образованието в Германия е работа в екип. Мрежата от участници, участващи в популяризирането на образователните принципи, създаването на нови образователни места и платформи, които дават възможност на децата и младите хора да изживеят съвременен учебен подход. Ученето не се извършва само в училищата. Спортните клубове, младежките клубове и развлекателните съоръжения също играят ключова роля за физическото възпитание в Германия, предлагайки множество програми. Тези програми се фокусират върху неформалното образование, което дава възможност за усвояване на нови умения. В този образователен подход се включват не само двигателните умения на детето, но и социалните и личностни процеси на развитие. От решаващо значение е, че класическите образователни институции като училища и дневни центрове прилагат и този нов образователен подход. По-специално спортните дейности се прилагат като концепция, например концепции за почивка на физическа активност и училища, ориентирани към спорт и здраве или след дневни центрове. Науката изследва и въпроса за дейностите, проектира университети със спортни концепции и насоки за прилагане на ученето чрез движение. През 2020 г. е публикувана антологията „Учене чрез движение -</p>

наръчник за изследвания и практики“ от д-р Andr  and д-р Maccedonia с научни открития и примери за най-добри практики.

Германските спортни младежки организации също осъзнават необходимостта от спортни дейности в предучилищното образование и изпълняват множество проекти в тази област. Спортният младеж Бранденбург допринася за създаването на положително отношение към спорта и упражненията от ранна възраст в предучилищните институции.

Когнитивните учебни процеси и спортните дейности са значително взаимосвързани. Тясната връзка между физическите упражнения и развитието на когнитивните способности може да се наблюдава особено в ранното детство. Децата се учат чрез сетивата си, възприемайки заобикалящата ги среда. Говорните умения са свързани с умствения процес и се развиват по-ефективно по време на различни дейности / игри. Ето защо Бранденбургската младежка спортна асоциация (BSJ) особено подкрепя дейностите в ранна детска възраст, за да повлияе сложно на развитието на детето. Сферите на дейност на BSJ включват:

- ранно образование в спорта,
- допълнително обучение и придобиване на квалификация на квалифицирани работници,
- разпространение на знания и създаване на мрежи чрез спорт.

Следователно BSJ е посветен на различни проекти „учене чрез движение“ за деца в предучилищна възраст. Например, сътрудничеството между спортните клубове и детските заведения помага да се включат децата в спорта в ранна възраст. Чрез награждаването на детските градини с печат за качество „детска градина със спорт и здраве“, BSJ признава качествената работа, която се извършва в областта на физическото възпитание в ранна детска възраст.

Не на последно място е и стартирането на детската олимпиада „Винаги в движение с Фрици“, която популяризира спорта и упражненията в ежедневието на децата и привлича общественото внимание към темата за дейностите. Фокусът на всички проекти винаги е върху учебния опит чрез упражнения. LSB SportService Brandenburg gGmbH е създадена като отговорна

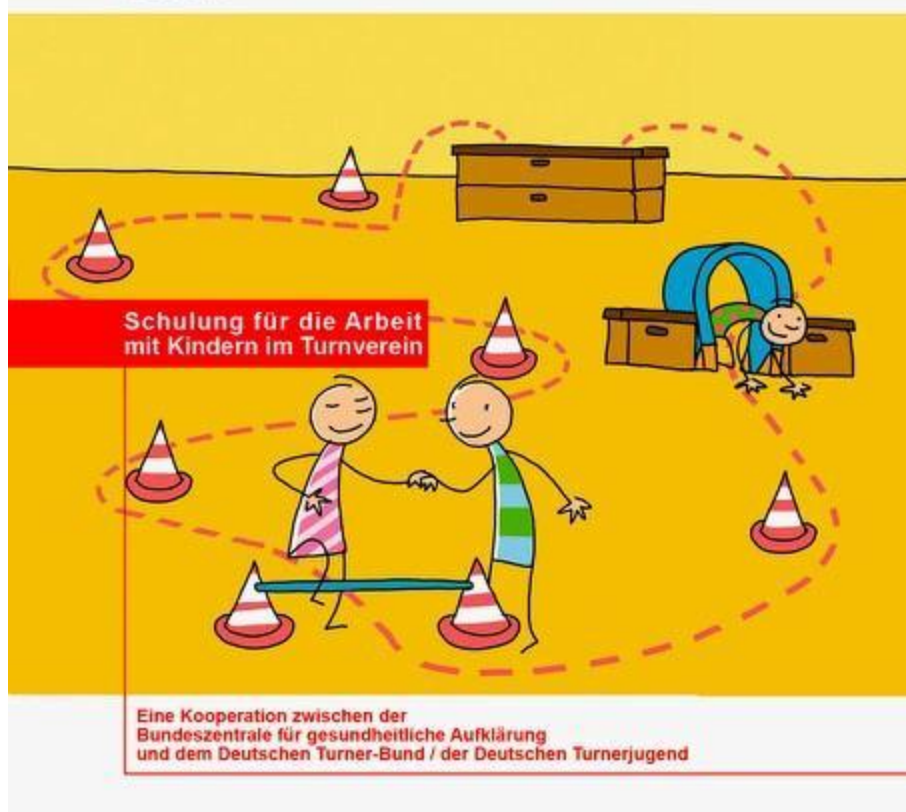
	<p>организация за спортни и здравно ориентирани детски градини, която към днешна дата се брои 10.</p> <p>Ранното образование чрез спорт се прилага широко в Германия. В областта „Светът на децата е свят на дейностите“, например, Германската спортна младеж (основната организация на BSJ) обобщава своите дейности за деца до дванадесет години.</p> <p>„Като детска и младежка асоциация, Германската младежка спортна асоциация действа като част от движението за закрила на децата чрез:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подпомагане и насърчаване на придобиването на умения чрез спортни / физически дейности, - създаване и възстановяване на пространство за занимания на децата, - изпълнение на представителни и лобистки функции. <p>Годишното публикуване на спортни и здравни календари, както и призивите за специални тематични дни като „Четене в движение“ са само два успешни примера за образование чрез спорт в Германия (https://www.dsj.de/kinderwelt/dsj-kinderwelt/dsj-bewegungskalender/).</p> <p>В допълнение към улесняването на процеса на развитие на обучението, в миналото фокусът беше поставен върху областта на психомоторните умения. Основното тук е развитието на компетентности за действие, които са тясно свързани с познанието, двигателните умения и емоциите на детето. Научните институции в Германия са силно обезпокоени от въздействието на психомоторните умения върху развитието на детето. Съществуват практически концепции в детските градини, училищата и дори спортните клубове. Психомоторният клуб Берлин Бранденбург е. V. е пионерска организация, действаща за проекти „учене чрез движение“ в областта на йога двигателни умения и станции / площадки за мобилни физически дейности. И двата проекта съчетават популяризирането на процесите на развитие на двигателните умения на детето за кърмачета и малки деца в ранна детска възраст.</p>
Източник	German Sports Youth Organisation (Германска спортна младежка организация)
Мениджъри на дейности	German Sports Youth Organisation (Германска спортна

	младежка организация)
Местоположение	Германия

11. ИГРИТЕ ПРАВЯТ ДЕЦА СИЛНИ	
Тема	Развитие на умения - намаляване на пристрастяващото поведение
Цели	<p>Да оборудва децата с житейски умения, които позволяват живот без зависимост.</p> <p>Да информира и обучава спортни треньори и всички хора, които се грижат за децата в детските ясли и училища.</p>
Целева група	Деца на възраст от 3 до 12 години
Описание	<p>Много рано в живота си децата започват да развиват умения, от които ще се нуждаят и използват през цялата си зряла възраст. Тяхната концепция за себе си и способността им да се справят с другите са нашият фокус. Децата с негативна себе-концепция са изправени пред трудни житейски ситуации, често безпомощни. Те могат да покажат повишен шанс за развиване на пристрастяващо поведение. От друга страна, децата с положителна концепция за себе си се доверяват на различните си умения, които им помагат да преодолеят препятствията и активно молят другите за помощ и подкрепа. За да развият тези положителни умения, децата трябва да се изправят пред мотивиращи предизвикателства - оптимално в подходящи спортни игри. Освен това те изискват доверени лица да ги придружават в този процес. Повечето от тях се намират в спортните клубове и в ежедневната работа на всички треньори там с деца.</p> <p>Игрите правят децата силни е част от Kinder stark machen. И двете кампании имат за цел да снабдят децата на възраст от 3 до 12 години с житейски умения, които позволяват живот без зависимост. Тези кампании на Националния център по здравно образование си сътрудничат с водещи немски спортни организации.</p>

	Основната цел е информирането и образованието на спортните треньори и всички хора, които се грижат за децата в детските ясли и училища. За спортните клубове и училища е предвидена и кутия за действие, съдържаща игри за деца, флаери и други медии. Намерете повече (само на немски) на: www.kinderstarkmachen.de
Източник	Harald Schmid
Мениджъри на дейности	National Center of Health Education (Национален център по здравно образование)
Местоположение	Германия

Spiele machen Kinder stark



12. УЧЕНЕ В ДВИЖЕНИЕ	
Тема	Учене чрез движение
Цели	Да предаде потенциала на активното обучение от методическа гледна точка.

Целева група	Всяка възрастова група
Описание	<p>Ученето е необходимост, която ще остане с нас за цял живот. Освен това това е умение, което означава, че ние, хората, непрекъснато се развиваме и адаптираме към конкретни обстоятелства и се приспособяваме към новите условия. Всъщност не би било погрешно да се каже, че „ученето“ е това, което наистина осмисля живота.</p> <p>Движението е дейност без хора до известна степен не може да съществува. Като ловец-събирач, да бъдеш в движение беше задължително, защото това беше предпоставка за снабдяване с храна и други аспекти, които бяха от съществено значение за оцеляването. В продължение на много години от човешкото развитие някои аспекти може да са се променили малко по своята значимост. Елементите на ученето и движението са останали в основата на основните човешки същества и винаги ще останат жизненоважни.</p> <p>Съществува научен консенсус, че ученето не работи добре без движение. Голяма част от учените дори вярват, че това е практически невъзможно. В зависимост от това как и в кой контекст се определя (по отношение на обхвата на движението или интензивността на физическата активност), трябва да се посочи, че процесът на обучение винаги е придружен от активност. Понякога обаче има дейности, които включват обширна физическа активност (напр. Обучение на двигателни умения), но това включва и така наречените микро-движения (като жест, промяна в позицията на тялото, докато седите или подобни малки дейности). А обхватът между тях е огромен ...</p> <p>Целта на моите идеи беше да предам потенциала на активното учене от методическа гледна точка. Трябва да се илюстрира, че движението може да бъде подкрепящо без изключение - като се има предвид, че учебното съдържание, което може би е по-пасивно обработено, в най-добрия случай се комбинира с дейност. По този начин обучението може да се извършва в движение, така че информационните процеси да бъдат оптимизирани. По принцип има по-голям смисъл например да се водят разговори по време на ходене, да се консолидира речникът с лека паралелна активност и да се приемат различни работни пози, когато се решават задачи и се обсъждат въпроси. Това предотвратява прекъсванията и свързаният с тях динамизъм насърчава преди всичко творчеството. Тялото и умът не могат да бъдат разделени!</p> <p>Друга, понякога дори по-интересна възможност е ученето чрез движение. Тук често традиционното аудиовизуално обучение чрез слух и зрение се разширява чрез</p>

	<p>по-нататъшен подход, а именно кинестетичният анализатор (така нареченото усещане за движение).</p> <p>В изследванията е доказано достатъчно, че колкото повече сетива активирате по време на учене, толкова по-голям може да бъде успехът в обучението. Тъй като различните сетивни подходи се отнасят до различни церебрални области, които са активни едновременно при разбиране и извличане на учебното съдържание. Всъщност така нареченото мултисензорно обучение е много ефективно и винаги трябва да се има предвид, като се планират контексти на преподаване и обучение. Разбира се, подходите за възприемане на обонянието и вкуса са ограничени във възможностите си в този контекст, но интеграцията на движение работи в много случаи и определено трябва да се обмисли. Например трябва да се възприемат геометрични фигури, лингвистични структури, ефектът от усещането на силите и музиката. Освен това физическите (напр. Ускорение, оптика) и химичните характеристики (напр. Температура, импеданс) могат да бъдат изпитани директно и културните различия (напр. Човешките права) могат да бъдат разпознати в специфични сценарии. Движението помага да се създаде контекст (напр. Да се разберат директно големите и малки букви, да се играе историята по живописен начин). Движението може активно да променя нещата, така че напр. математически корелации (напр. тегло, размер, но също и повърхностни свойства) и географски събития (напр. метеорологични явления) могат да се усетят и интернализират директно. Има много различни начини за съчетаване на ученето с упражнения и научната литература подкрепя този подход с множество положителни ефекти. В крайна сметка трябва да имате предвид, че ние като ученици никога не присъстваме само с главите си, а винаги с цялото си тяло. От нас зависи да използваме този потенциал конструктивно. В семинара бяха представени подходящи идеи, които трябва да послужат като стимул за по-нататъшно целенасочено обсъждане на тази тема.</p>
Източник	Dr. Christian Andrä
Мениджъри на дейности	Sportjugend im Landessportbund Brandenburg e.V.,
Местоположение	Германия

13. НЕВИДИМА ФИТНЕС	
Тема	Включване
Цели	<ul style="list-style-type: none"> - Развитие на състоянието, кинестезия и увереност на слепите, - Сенсибилизация и подобряване на предоставянето на помощ с добре виждащи се участници, - Развиване на сила и баланс, подобряване на стойката.
Целева група	Всяка възрастова / полова група
Описание	<p>Обикновено, когато се казва, че „Невидим фитнес“, следните две реакции обикновено са следните:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какво го прави невидим? Не правим нищо? Тогава го правя и всеки ден ... или 2. Не сте там или сте невидими? Какво означава? ... <p>но в действителност Invisible Fitness е седмична тренировка, при която визионерите и слепите хора тренират заедно със собствените си телесни тежести или кросфит екипировка. От пролетта на 2018 г. провеждаме тези тренировки всяка сряда - с няколко седмици летни и коледни почивки - с подкрепата на LÁSS Sport Club и Decathlon. За участниците е напълно безплатно и за щастие има по-голям интерес.</p> <p>Има две основни цели за тази програма (заедно с много други положителни ефекти):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие на състоянието, кинестезия и увереност на слепите 2. Сенсибилизация и подобряване на предоставянето на помощ с добре виждащи се участници <p>Но като цяло фокусът е върху развитието на сила и баланс, подобряване на стойката. Освен това е важно да се спомене силата на изграждането на общността, тъй като всеки може да дойде, независимо от пола, възрастта или нивото на образование (дори независимо от езика, имаше дама, която участваше, която не можеше да комуникира с нея на английски или унгарски всички, но ние го решихме абсолютно). 70% от отбора се завръща в резултат,</p>

	<p>настроението винаги е добро, но почти всеки път има ново лице. Не е проблем да пропуснете няколко тренировки или да дойдете само на всеки няколко седмици, тъй като обикновено имаме 3, но поне 2 треньори и обикновено има максимум 12-15 души, можем да обърнем внимание на всеки и да разграничим съответно.</p>
<p>Методология</p>	<p>Не бих избрал реализацията на двете цели, споменати по-горе в тренировките поотделно, тъй като в повечето от задачите и двете се реализират. Тъй като в класа има както зрящи, така и зрящи хора, ние се опитваме да ги сдвоим, например: когато посетител помага на слепия човек да премине от една станция на друга, така че уверената помощ и сенсибилизация постоянно присъстват.</p> <p>Треньорите винаги разказват задачите най-подробно и има много директност, тъй като при липса на визуална комуникация трябва да помогнем с физическия контакт за изпълнение на упражненията. Опитваме се да поставяме по двойки и групови упражнения всеки час и дори има задачи, които да се изпълняват за музика по повод. Те винаги са добре дошли и никога не се плашат от това, те винаги се опитват всичко и се насърчават взаимно, това има изключителен ефект на изграждане на общността. В допълнение към тях включваме и задачи за баланс и координация, тъй като хората с увредено зрение наистина се нуждаят от това. В повечето случаи, асиметрични упражнения, задачата е да се координира работата на ръцете и краката от противоположната страна.</p>
<p>Участници и диференциация</p>	<p>Обикновено в класа присъстват 50-50% от зрящите и хората с увредено зрение. Съотношението между мъжете и жените също е същото. В началото на тренировките винаги питаме дали има нещо, което боли, защото не искаме да се случи инцидент. Някои хора имат болки в коленете или не могат да изпълняват поддържащи задачи поради китките си, но това обикновено не е проблем, защото обикновено казваме повече вариации на задача или просто им казваме задача отделно на тази станция. Диференциацията се появява от началото на урока както в местоположението (заедно помагаме да се настроим точно в правилната посока, зрящите хора се приспособяват към слепите), така и при използването на оборудване (напр. Поставяме повече тежест на станция за тежести) председател или ако участник с увредено зрение не е уверен в задачата, ние я подкрепяме например) и т.н. ... Тук бих искал да обърна внимание на необходимостта от оборудване в темата на диференциация. Тук, тъй като става въпрос за общо развитие на силата с доста променливо ниво на обучение и</p>

	<p>здравословно състояние, са необходими по-малко, но повече видове силови инструменти.</p> <p>Разбира се, колкото повече е оборудването, толкова по-разнообразно е обучението, но поради диференциацията е по-важно да има 3 вида якост от гумено въже, а не 3 други вида екипировка.</p>
Източник	Koscsek Alexandra
Мениджъри на дейности	LÁSS Sport Club, Decathlon (Спортен клуб LÁSS, Декатлон)
Местоположение	Унгария

14. “ ПОВЕЧЕ МОТОРНА ДЕЙНОСТ - ПОВЕЧЕ ЗДРАВИ УСМИВКИ ”	
Тема	Хипотерапия и хидротерапия като ETS метод за двигателна дейност и социално развитие
Цели	Прилагане на социално-здравни терапевтични подходи към хипотерапията и хидротерапия при работа с деца и младежи с увреждания.
Целева група	Деца и младежи с различни видове увреждания и техните семейства.
Описание	Проектът предвижда прилагането на доказани терапии (хипотерапия и хидротерапия) и методи, използвани за нарушения на опорно-двигателния апарат и интелектуални увреждания, което ще има благоприятен ефект върху общото здраве, двигателно и социално развитие на участниците включени в групи. Изпълнението на комплекта терапевтично подходи „хипотерапия“ и „хидротерапия“ имат комплекс въздействие, което е приложимо за целевата група (деца и млади хора с увреждания), с които организацията работи и отговаря на нуждите му.
Въздействие на програмата	Подпомага процесите за постигане на основните цели във фокуса на дейността на организацията - използването на сложни методи за постигане на ефективни резултати при осигуряване на физически и психически комфорт за деца и младежи с увреждания, активно стимулиране на цялостното им развитие и социална интеграция. Не на последно място с изпълнението на този комплекс инициатива, Сдружение БАЛИЗ - Плевен ще засили своя актив позиция чрез осигуряване на тези необходими

	терапии за деца и млади хора с увреждания и ще увеличи функционалността му способност за пряка работа и насърчаване на добри практики.
Източник	https://www.facebook.com/photo?fbid=2124997660929309&app%3Bset=pcb.2124996427596099
Организация / специалист прилагане на практика	BALIZ Association
Мениджъри на дейности	Персонал на асоциация BALIZ, Специално обучени физиотерапевти
Местоположение	Град Плевен, България

15. “ ИНКЛУЗИВНО ОБУЧЕНИЕ ”	
Тема	Ранно откриване на деца в риск от обучителни затруднения и техните успешно включване в предучилищното и училищното образование, успешна социализация и интеграция.
Цели	Осигурете подкрепяща среда за равен достъп до образование и за отваряне на образователната система с оглед на прилагане на приобщаващо образование.
Целева група	- Деца от 3 до 7 години, изложени на риск от обучителни затруднения; - Студенти със специални образователни потребности; От ОУ „Св. Климент Охридски “участва 23 ученици със специални образователни потребности.
Описание	Дейности по проекта: - Ранно оценяване и предотвратяване на учебни затруднения в деца в предучилищна възраст; - Осигуряване на условия и подкрепа за прехода от интегрирано към приобщаващо образование в пилотно цялостно училища; - Разработване на нов функционален модел на работа в подкрепа на приобщаващо обучение на деца и ученици със сензорни

	<p>увреждания в специални училища за хора с увредено зрение и слух деца с увреждания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разработване на нов модел на организация и функциониране на специални училища за деца с умствена изостаналост (спомагателни училища) в пилотно помощно училище от интернатен тип; - Създаване на благоприятна среда в училищата и детски градини за адаптивно обучение на деца със специални образователни потребности; - Осигуряване на подкрепа за включването в образователния процес на деца и ученици, лишени от родителски грижи и ползване жилищни услуги, включени в процеса на деинституционализация.
Въздействие на програмата	<ul style="list-style-type: none"> -Повишаване ролята на общообразователните училища за изграждане на приобщаваща образователна среда и за прилагането на качествено образование в съответствие с индивидуалните нужди на всеки ученик. - Повишаване капацитета на специалните училища за деца с сензорни увреждания с цел изграждане на функционален модел на работа да подпомага приобщаващото образование на деца и ученици с сензорни увреждания. - Изграждане на нов модел на организация и функциониране на училища за деца с умствена изостаналост от интернатен тип. - Създаване на положителни нагласи в училищната и родителската общност към приобщаващо образование за постигане на интеграционен ефект. - Осигуряване на подкрепяща среда от психолози, ресурсни учители, логопеди и / или други специалисти за деца и ученици, лишени от родителски грижи и ползване жилищни услуги, участващи в деинституционализацията процес.
Източник	https://www.oupavlikeni.com/
Организация / специалист прилагане на практика	Основно училище „Св. Климент Охридски”, Павликени, България Проектът се изпълнява с финансовата подкрепа на Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси”, съфинансирана от Европейския социален фонд на Европейския съюз.
Мениджъри на дейности	<ul style="list-style-type: none"> - Специалисти с педагогически функции (психолози, реч терапевти, рехабилитатори на слуха и речта), предоставяне ресурсна поддръжка; - Директори, учители, педагогически съветници, родители на деца и ученици от целевите групи. <p>Пълен персонал, включен в проекта - 1 психолог и 3 ресурса учители.</p>

Местоположение	Павликени, България
-----------------------	---------------------



16. БОЙНИТЕ ИЗКУСТВА КАТО ИНСТРУМЕНТ КЪМ ВКЛЮЧВАНЕТО	
Тема	Използването на бойните изкуства изследва различни нови възможности на Спортът като инструмент за образование и приобщаване.
Цели	В България, както и в други балкански страни, хората с увреждания а тези от други групи в неравностойно положение често не са активна част от образованието, заетостта и обществения живот от ранна възраст. Потенциалното изключване ги лишава от възможности да ангажирайте се и развийте отношения с другите – възможности които са от съществено значение за тяхното социално развитие и важни детерминанти на здравето и благосъстоянието. Бойните изкуства като специфика спортните дейности са подходящи за подпомагане на младежи в неравностойно положение хората да придобият социални умения, които им липсват. Тези изкуства учат как да общуват ефективно, както и важността на екипна работа и сътрудничество, поставяне на цели, самодисциплина, уважение към другите и значението на спазването на правилата. Боен изкуствата също така дават възможност на учениците в неравностойно положение да рискуват и да учат как да се справим с неуспеха и успеха по сигурен и подкрепящ начин околени свят. Треньорите и съотборниците им ги осигуряват важни модели за подражание и могат да помогнат на младите хора да развият умения че могат да се прилагат и към други аспекти

	<p>от живота си, като напр наемане на работа. Ползите от физическата активност са универсални за всички деца, включително хората с увреждания. Участието на ученици в неравностойно положение при спортни и развлекателни дейности насърчава включването, минимизира премахването на условията, оптимизира физическо функциониране и подобрява цялостното благосъстояние.</p>
Целева група	<p>Обучете учителите по физическа активност в училищата да въведат бойни умения Изкуства за стимулиране на включването на социално слаби младежи.</p>
Описание	<p>Спортът играе важна роля в нашите общества. Разнообразното образователните практики в спорта, могат да бъдат ефективни за предаване на ценности на солидарност, разнообразие, приобщаване и културно съзнание. То има специфично място в нашите общества, съчетаващо здравословно физическа активност със социално и културно наследство и разнообразие. Спортът може да бъде много мощен инструмент за образование и приобщаване когато работите с млади хора, защото може да бъде много мотивиращо и интересно. Той може да създаде мост между различни социални групи и по-добро взаимно разбиране и диалог.</p>
Въздействие на програмата	<p>Основната цел на проекта беше да тренира физически учители по образование и спорт в училища в отдалечени / селски райони области, както и тези с ученици в неравностойно положение, как да въведете бойни изкуства, за да насърчите включването на младежи в неравностойно положение, независимо от възрастта, расата и умения. По този начин бойните изкуства се превърнаха в начин за повишаване на самоувереността увереност, контрол на насилието и укрепване на общността аспекти. Няма причина бойните изкуства да не могат да бъдат практикувано от всички и ако е необходимо, проектът се е доказал че може да се направи подходяща адаптация към възможностите на индивида.</p> <p>Проектът предлага редица иновативни техники за стимулират и улесняват провеждането на обучение по бойни изкуства, включително използването на мобилни и онлайн обучения чрез платформа за обучение на електронна общност.</p>
Източник	<p>https://inclusivemartialarts.eu/ https://inclusivemartialarts.eu/2019/06/17/multiplier-event-martial-arts-as-tool-for-inclusion-of-people-with-disabilities-video/ http://wingsun-bg.com/</p>

Организация / специалист прилагане на практика	Marie Curie Association- MCA Plovdiv + EWTO Bulgaria (Асоциация Мария Кюри - MCA Пловдив + EWTO България)
Мениджъри на дейности	Спортни клубове по бойни изкуства, специално обучени треньори за обучение деца със специални нужди от различни домове и Ямато Спортен клуб, Стара Загора, България
Местоположение	Пловдив, България



17. Етикет за качество “BEWEGUNGSKITA”	
Тема	Дневни центрове / детска градина, ориентирани към движение
Цели	<ul style="list-style-type: none"> • Да наградите с етикет за качество детските градини, които имат много добра работа в областта на физическата активност • Да подпомогне по-нататъшното развитие на съоръженията • Да се даде възможност за професионален обмен между детските заведения • Да направи работата на детските заведения прозрачна за външния свят и да предложи възможности за работа в мрежа в региона
Целева група	Дневни центрове / детска градина, ориентирани към движение
Описание	Landessportbund Brandenburg e.V. и Спортният младежки

Бранденбург (BSJ) са разработили етикет за качество на ориентирани към движението дневни центрове. Заедно с Министерството на образованието, младежта и спорта, Университета в Потсдам и AOK Nordost, процедурата за сертифициране се прилага във федеративната провинция Бранденбург. Печатът за качество „BEWEGUNGSKITA“ се присъжда като отличие за много добра работа в детската градина в областта на физическата активност. Той обаче има за цел да подпомогне по-нататъшното развитие на съоръженията, да даде възможност за професионален обмен между детските заведения, да направи работата им прозрачна за външния свят и да предложи възможности за работа в мрежа в региона. Освен това всички дневни центрове могат да се възползват от професионална подкрепа и съвети.

Основата за разработване на стандартите за качество на етикета за качество „BEWEGUNGSKITA“ е формирана от „Bausteine eines Bewegungskindergartens“ (модули на детска градина за движение) по R. Zimmer, които бяха публикувани отново през 2013 г. Въз основа на тези научни открития, качествена печат описва изключително характеристиките на движението с антропологичното основно предположение: „детето като същество на движението“. Здравословното хранене в контекста на промоцията на здравето се разбира като важно за развитието на детето, особено във връзка с насърчаването на движението, но се изключва в рамките на характеристиките на етикета за качество.

Наградата за BEWEGUNGSKITA се основава на диференциран анализ на стандартите за качество в следните 4 области:

- педагогическото качество и концепцията на съоръжението за насърчаване на движението,
- концепцията за стая, удобна за движение,
- програмите за физическа активност,
- отварянето към външния свят.

Критериите във всичките четири области бяха определени като насока за процеса на развитие на качеството и разработване на профил за „ДВИЖЕНАТА ДЕТСКА ГРАДИНА на провинция Бранденбург“.

Прави се разлика между минимални изисквания и разширени изисквания, които служат като ориентация за по-нататъшно профилиране отвъд минималните изисквания. Досега сертифицираните 15 съоръжения са изпълнили минималните изисквания и допълниха концепцията си за физическа активност с предложения от разширените изисквания за укрепване на индивидуалния

	<p>им профил. Печатът за качество ще бъде под формата на специално проектиран плакат за реклама на работата на съответния център за грижи за деца и ще бъде озаглавен „BEWEGUNGSKITA des Landes Brandenburg“ (ДВИЖЕНА ДЕТСКА ГРАДИНА на федеративна провинция Бранденбург). Срокът на валидност от три години изисква повторна сертификация след изтичане и илюстрира качествено развитие на детския център.</p>
Източник	Julia Lorek, Franziska Reinhardt
Организация / специалист прилагане на практика	The Landessportbund Brandenburg e.V. and the Sports Youth Brandenburg (BSJ)
Местоположение	Германия

18. РИТИЧНО БЪБАНЕ	
Тема	Движение за развитие и израз на детската радост от живота.
Цели	<ul style="list-style-type: none"> • За да изживеете музиката заедно чрез движение и танци • Да събуди интерес към ритъма и музиката • Насърчаване на груби двигателни умения • За облекчаване на стреса, притесненията и гнева чрез движение
Целева група	За деца от 2/3 годишна възраст
Заден план	<p>Детската градина „Nesthüpfel“ във Фалкензее реализира концепцията „Центрове за дневни грижи, ориентирани към здравето и движението“, създадена в сътрудничество между LSB SportService Brandenburg gGmbH, Спортната конфедерация на Бранденбург eV, Спортната младеж Бранденбург и Университета в Потсдам . Фокусът на тази концепция е поставен върху движението, което се разбира като основната движеща сила за развитие и израз на детската радост от живота. Специалната особеност на тази концепция се крие в обвързването на началните принципи на образованието на федерална провинция Бранденбург с учебното съдържание в областите: „Тяло, движение,</p>

	<p>здраве“, „Език, комуникация и писмено Култура ” „Музика ” „Представяне и дизайн ” „Математика и естествени науки ”, както и „Социален живот ”.</p> <p>В дневните центрове (детски ясли, детски градини и грижи след училище) децата изпитват активно ежедневието, което осигурява рамка за естественото им желание за движение чрез дизайн на стаята, ежедневна структура и под педагогически надзор.</p>
<p>Описание</p>	<p>Ритмично барабанене е образователна програма за детски градини, центрове за грижи след училище и начални училища. Той кани децата да правят ритмична музика и е предназначен събуждат интереса им към ритъма и музиката. Освен това се искат и насърчават грубите двигателни умения.</p> <p>Ритмичното барабанене е свързано с изживяване на музика заедно чрез движение и танци. Особено в по-големи групи е забавно динамично да се преосмислят и придружават парчета от музика. Освен това стресът, притесненията и гневът се облекчават чрез движение. Не е нужно много да барабаните. Всяко дете се нуждае от топка за упражнения, кош / държач за топката и 1-2 барабанни пръчки. Лидерът на движението също се нуждае от музикална система и разнообразна колекция от ритмична музика, за да се присъедини.</p> <p>За кого е подходящо ритмичното барабанене?</p> <p>Ритмично барабанене е подходящо за деца от 2/3 годишна възраст. На тази възраст първите музикални дейности могат да се извършват по подходящ за възрастта начин. Разбира се, първите опити са направени по това време и децата се запознават с ритъма и звука. С увеличаване на възрастта ритмите и движенията могат да бъдат разширени. Все по-сложни барабанни звуци могат да се ръководи. Програмата е подходяща за много ситуации. Естественото желание на децата да се движат - което все по-рядко се използва - може да бъде уловено и креативно оформено. Например това занимание е подходящо за деца в детската градина сутрин или следобед. В началното училище барабанът може да се използва за активна почивка, смяна на темпото или като алтернативна музикална дейност.</p> <p>Къде може да се предложи ритмично барабанене?</p> <p>Тъй като тази дейност не изисква много материали, които е лесно да се получат, тя е доста независима от местоположението. Програмата може да се предлага както на закрито, така и на открито. Единственото нещо, което трябва да имате предвид, е, че гимнастическите топки заемат много място при надуване, което ги прави трудни за</p>

	<p>транспортиране. Този проблем обаче може да бъде решен евтино със сферична помпа.</p> <p>Защо трябва да се предлага ритмично барабанене? Ритмичното барабанене обхваща игриво различни образователни области. Наред с други неща, той насърчава грубите двигателни умения, чувство за ритъм, координация око-ръка, пространствено и позиционно осъзнаване, баланс, отскачане, социални умения и ранно музикално образование. Програмата е подходяща за деца с подходящо за възрастта развитие, но може да бъде предложена и като подкрепа за деца със забавено развитие. Някои от дейностите са подходящи и за приобщаваща употреба. Интензивното движение на всички части на тялото е особено подходящо за мобилизиране на нова енергия. Той също така активира сърдечно-съдовата система.</p>
Източник	Ewelina Jenczewski,Erik Mittag
Организация / специалист прилагане на практика	The kindergarten “Nesthüpfer”, LSB SportService Brandenburg gGmbH, Sports Confederation of Brandenburg e.V., Sports Youth Brandenburg, University of Potsdam.
Местоположение	Германия



Педагогически упражнения

Дейностите, представени като добри практики, бяха събрани по време на събития на инструментариум, организирани на международно и национално ниво (във всяка държава). Тези събития предоставиха пространство за споделяне и обмен на добри практики между успешни практикуващи, които използват спортни и физически дейности, за да развият умения и компетенции на младите хора с цел да създадат приобщаваща общност. Дейностите са активни и интерактивни и са предвидени да вдъхновят саморефлексия, както и интересни и информативни дискусии.

Упражненията:

1. Лична карта (ИТ)
2. Да играем с разнообразието (ИТ)
3. Алтернативни пречки (ИТ)
4. От време на кръг до 4-3-3 (ИТ)
5. Margherita Mixer (ИТ)

1. Лична карта	
Тема	Антидискриминация
Цели	Да се анализират стереотипите и да се ценят различията в групата, като същевременно се предизвиква чувството за съпричастност между хората
Описание	Личната карта е педагогическо упражнение, основано на баскетбол и ролеви игри, насочено към анализ на стереотипите и подхранване на различията вътре в групата, като същевременно предизвиква чувството за съпричастност между хората. Дискриминацията засяга всички слоеве на обществото и може да унищожи живота, като по този начин, действайки върху деконструкцията на стереотипите, можем да успеем да издигнем обществения дебат за правата на човека. Тъй като спортът може да се разглежда като огледало на обществото, ние можем да използваме игриви дейности, за да провокираме размисъл в съзнанието на хората и да използваме резултатите, за да изградим справедливо общество за всички.
Участници	12
Продължителност	90 минути

Инструменти	Тази дейност изисква баскетболно игрище, 12 цветни жилетки (по един цвят на отбор), 12 карти (по един на играч), 6 плаката, свирка
Подготовка	<p>Водещият разделя участниците в два смесени екипа.</p> <p>Преди да започне мача, всеки играч избира тайна лична карта: всяка карта съдържа термин, който определя характер (напр .: мигрант, милионер, бездомник, работник на непълно работно време, гей мъж, майка вкъщи и т.н.). Моля, имайте предвид, че картите (общо 12) трябва да отразяват обществото с всичките му различия, така че трябва да се вземат характеристики като полова идентичност, способност, възраст, сексуална ориентация, културен произход, пол, социално-икономически статус, националност, етническа принадлежност и религия под внимание.</p>
Инструкции	<p>Продължителността на мача е 30 минути. На всеки 5 минути водещият ще свири и ще покаже един плакат на групата. Плакатите съдържат конкретни данни под формата на изявления (напр .: „Мога да пътувам свободно“, „Мога да си позволя да плащам наем“, „Никога не съм се чувствал дискриминиран поради сексуалната си ориентация“ и др.), Които играчите трябва да вземат под внимание съображение. Ако на играч е присвоен характер, който не отговаря на изречението (напр .: „Мога да си позволя да плащам наем“ - бездомник не може да си позволи да плаща наем), той ще трябва да остане на спортното игрище, но ще замръзне за 30 секунди.</p> <p>Играта следва традиционната система за точкуване. В края на мача групата седи в кръг за сесията за разбор.</p>
Дебрифинг	<p>(60 минути)</p> <p>Водещият ще попита всеки участник дали му е харесал мачът и защо.</p> <p>Всеки е свободен да покаже личната си карта на останалата част от групата, докато фасилитаторът ще насърчи дискусията, като задава въпроси като:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Срещали ли сте някога, който съответства на характера, който ви е бил назначен?

	<ul style="list-style-type: none"> - Срещали ли сте някога някой, който съответства на характера, на който са били назначени съотборниците или противниците ви? - Разпознавате ли се с някой от героите, които играят играта? - Как се чувствахте, когато трябваше да замръзвате? - Как се почувствахте, когато видяхте как съотборниците ви замръзват? - Как се почувствахте, когато видяхте как опонентите ви замръзват?
Съвети	<ul style="list-style-type: none"> - Всеки участник се насърчава да участва в дискусиата, но никога не трябва да бъде принуждаван да го прави. Водещият никога не трябва да съди. - Фасилитаторът трябва да се погрижи да се обясни разликата между стереотипа и дискриминацията. - Фасилитаторът може също да избере известни хора, за да определи герои (например: известни спортисти, певци, политици и т.н.), тъй като играчите ще имат по-лесно съчувствие с тях, но най-вече ще могат да отразяват повече по теми като властта и привилегия. - Ако няма кошове, заниманието може да се превърне във футболен или волейболен мач, в зависимост от наличното пространство. - Фасилитаторите могат да решат да направят играта по-трудна, като накарат играчите да замръзнат за 5 минути вместо за 30 секунди (ако техният герой бъде наказан от изявлението). - Фасилитаторите могат да решат да извикват изявления на глас, вместо да използват плакати.
Източник	Maria Vittoria
Мениджъри на дейности	S.CO.S.S.E.
Местоположение	Рим, Италия





2. Да играем с разнообразието

Тема	Инвалидност, Антидискриминация
Цели	Да повиши осведомеността за състоянието на хората, живеещи с увреждания, чрез конкретния опит на спортната практика, опознаването на основните понятия за понятието увреждане и с цел развиване на нагласа за намиране на алтернативни решения за взаимодействие с другите.
Описание	<p>Да играем с разнообразието е педагогическо упражнение, създадено от асоциацията за спорт и култура Lupi Roma Outsport, фокусирано върху темата за уврежданията.</p> <p>Тестван през 2020 г. като част от приятелския турнир Colpi di Tasso (Heel Strike), той е част от най-добрите практики, насочени към справяне с различни аспекти на дискриминацията, предложени от Lupi Roma Outsport. Чрез комуникативен, афективен хуманистичен и игрив подход той е насочен към момчета и момичета от първи и втори клас на гимназията. Той използва Образование чрез спорт (ETS), за да повиши осведомеността за състоянието на хората, живеещи с увреждания, чрез конкретния опит в</p>

	спортната практика, като опознае основните понятия за понятието увреждане и с цел да развие нагласата за намиране на алтернатива решения за взаимодействие с другите.
Участници	30 души, разделени в две групи от по 15, всяка следвана от двама обучители и в 6 отбора според възложените роли. Групите ще изпълняват паралелно дейностите.
Продължителност	3 часа (включително почивки)
Инструменти	След него, маркери, лепенки за очи, ленти за ръце, тапи за уши.
Инструкции	<p>1: Въведение и представяне на участниците (35 минути): Треньорът представя накратко темата на деня и оставя думата на участниците за кратко едноминутно самопрезентация.</p> <p>2: Създаване на екип (10 минути): Всеки участник ще изтегли карта, на която е написано физическо или психическо увреждане, и ще трябва да тренира и играе в съответствие с правилата, предписани от всяка изтеглена карта, (картите ще представляват и двете общи категория инвалидност, която ще определи присъствието в даден отбор, и специфична инвалидност на отделния играч, напр .: категория слепота - специфична - само ляво око). Играчите са разделени в две смесени групи, независимо от отборите, за тренировъчната фаза.</p> <p>3: Тренировка (20 минути): Треньорите организират основна тренировка по футбол, която включва подаване на топката по различни начини (нисък изстрел, висок изстрел, двукратно докосване, първи изстрел), провеждане на топката при избягване на препятствия и стрелба по вратата.</p> <p>4: Мачове (30 минути): Разделени на две игрални полета, 6-те отбора ще се сблъскат в 3 директни мача (продължителност: 10 минути, триъгълни), печелейки 3 точки за всяка победа и 1 точка за равенство. Всеки играч ще трябва да уважава своята роля. Ако правилата не бъдат спазени, играчът ще бъде предупреден за първото нарушение и изпратен за 5 минути за второто нарушение.</p> <p>5: Безплатен мач (10 минути): 30 минути след играта и без никакво предупреждение, играчите на отборите, които са първи в съответните триъгълни мачове, ще бъдат информирани, че ще има последен мач, където те могат свободно да избират как да играят: те могат да запазят</p>

	<p>определеното си увреждане, да изберат ново или да играят свободно. Целта е да се създаде дезориентиращ ефект, който води до овластяване.</p> <p>6: Анонимна обратна връзка (10 минути): Всеки играч ще напише анонимно мисъл, възбудена от емоциите, които изпитва по време на играта, на лист хартия.</p>
Дебрифинг	<p>(40 минути)</p> <p>Обучаващите организират колективна рефлексия въз основа на анонимната обратна връзка и оставяне на думата на участниците. По време на тази сесия се представят основните понятия по темата, а именно разликата между увреждане и недъг, както и значението на социалното улесняване съгласно дефинициите на ICD-10, Международна класификация на болестите.</p>
Източник	Emiliano Caccia
Мениджъри на дейности	Lupi Roma Outsport
Местоположение	Рим, Италия

Кarti за упражнението			
Отбори (5 играчи)	Карта за инвалидност (5 карти на тип)	Ефекти	Действие
Екип 1	Мутизъм	Играчите няма да могат да говорят или да говорят устно по време на замявката и мача.	-
Екип 2	Глухота	Играчите трябва да носят тапи за уши както по време на замявката, така и по време на мача.	Осигурете 5 двойки тапи за уши за еднократна употреба.
Екип 3	Слепота (ляво око)	Играчите трябва да носят пластир за очи по време на замявката и мача.	Осигурете 5 пластира за очи за еднократна употреба.

Екип 4	Слепота (ляво око)	Играчите трябва да носят пластир за очи по време на замяната и мача.	Осигурете 5 пластира за очи за еднократна употреба.
Екип 5	Обездвижване (дясна ръка)	Играчите няма да могат да използват дясната си ръка.	Завържете ръката с превръзка за еднократна употреба.
Екип 6	Обездвижване	Играчите няма да могат да използват лявата си ръка.	Завържете ръката с превръзка за еднократна употреба.

3. Алтернативни пречки

Тема	Антидискриминация, многообразие
Цели	Целта на това упражнение е да покаже често отрицателната роля, която играе многообразието в груповата динамика и как единството и колективните усилия могат да помогнат за тяхното преодоляване.
Описание	Алтернативни пречки е педагогическо упражнение, базирано на волейбол. Основните правила на волейбола и неговите настройки учат координация, доверие и подкрепа между съотборниците. Целта на това упражнение е да покаже често отрицателната роля, която играе многообразието в груповата динамика и как единството и колективните усилия могат да помогнат за тяхното преодоляване.
Участници	10
Продължителност	90 минути
Инструменти	Това упражнение изисква волейбол, мрежа и инструменти за маркиране на корта (креда или лента), ако няма наличен стандартен корт.
Подготовка	(20 минути)

	<p>След кратък кръг от презентации екипите се формират по балансиран начин и се дават основните инструкции на играта. Преди да започне играта, идентичност, която отразява лице в неравностойно положение, се присвоява анонимно на всеки играч. Фасилитаторът е на разположение, за да изясни и обясни всички съмнения.</p>
Инструкции	<p>В началото на 30-минутната игра никой не декларира своята самоличност или дискомфорт. Идентичността на всеки играч става очевидна всеки път, когато съдията / фасилитаторът обяви хендикап (напр .: „в този рунд майките могат да използват само една ръка“). Чрез добавяне на недостатъци от време на време, солидарността и взаимопомощта по време на мача ще бъдат изпитани. Играта продължава да следва традиционните правила за точкуване, но без състезателен подход може да бъде спряна по всяко време.</p>
Дебрифинг	<p>(40 минути)</p> <p>В края на играта групата седи в кръг, за да обсъди случилото се по време на дейността. Всеки участник говори за това, което е научил от предизвикателствата, с които са се сблъскали както на индивидуално ниво, така и на ниво отбор, като се фокусира особено върху това, което са направили и как са се почувствали, когато са видели, че съотборниците им не могат да играят, като по този начин изходът от мача е риск. Целта на дискусиата е да повиши информираността за тежестта, която малцинствата или категориите в неравностойно положение постоянно носят на раменете си, и да говори за значението на солидарността и сътрудничеството в динамиката на екипа, разширявайки тази концепция върху обществото.</p>
Съвети	<p>Уверете се, че определените идентичности отразяват идентичността на съвременното общество - присъствието на жени, хора с увреждания, LGBTIQ +, етнически и религиозни малцинства сред тях е от първостепенно значение. Фасилитаторите могат също така да решат да сформират особено благоприятен екип и много крехък екип, за да се възползват от по-стимулиращ брифинг. В противен случай е по-добре да избягвате твърде много подобни идентичности да са концентрирани в един отбор, така че и</p>

	двете страни на спортното игрище да могат да бъдат стимулирани еднакво.
Източник	Luca Savio
Мениджъри на дейности	Associazione Italiana Cultura Sport
Местоположение	Торино, Италия

4. От време на кръг до 4-3-3	
Тема	Антидискриминация, многообразие
Цели	Да развие разбиране за многообразието; Да насърчи отворената комуникация; Да се засили чувството за работа в екип; За да отпразнуваме разликата.
Описание	Целите на това упражнение, специално предназначено за деца в предучилищна и начална училищна възраст. Като разпознаваме приликите и разликите на хората, можем да станем по-добри играчи и граждани. За да се засили чувството за работа в екип, е от решаващо значение да накарате децата да разберат концепцията за многообразие и да им помогнете да разпознаят (и да коригират) стереотипите. Играта на игри може да им позволи да намерят общ език и да си взаимодействат помежду си, като отпразнуват разликата в екипа и класната стая.
Участници	4-20
Продължителност	60 минути
Инструменти	Това упражнение изисква кръгове с хула обръч, конуси за движение, различни видове топки (футбол, тенис, ръгби, волейбол, плажна топка), въжета и място, в което да играете - това може да бъде училищен двор, парк или достатъчно голяма стая за приспособяване на дейността.
Подготовка	Това упражнение е структурирано в пет различни части. 1) Ледоразбивач 2) ловкост

	<p>3) Хвърляне, подаване, подскочане 4) Забавление 4-3-3 5) Дебрифинг</p>
<p>Инструкции</p>	<p>Следващият модел е само пример за многото дейности, които могат да се извършват с инструментите, изброени в раздела Инструменти.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ледоразбивач (10 минути): децата седят в кръг, обърнати един към друг. Водещият потупва всяко дете по рамото и казва името му. След като приключи първият кръг, водещият насочва към едно от децата, а останалата част от групата трябва да каже името си в хор, увеличавайки темпото кръг след кръг. 2. ловкост (10 минути): водещият подготвя редици от конуси и фитнес кръгове. Децата скачат във и извън фитнес кръговете, поставени на земята, след което правят слалом между конусите за движение. След първия загреващ кръг те ще повторят по двойки, заставайки рамо до рамо със съседните си крака, свързани заедно с въжета. Това ще ги научи на координация и естествено ще насърчи чувството им за сътрудничество. 3. Хвърляне, подаване, подскочане (15 минути): водещият кара всички деца да застанат в голям кръг и започва играта, като хвърля топка на едно от децата, задавайки прост въпрос за тях, като например „какво е любимата ви храна? “. След като детето отговори на въпроса, е ред да зададе друг въпрос (напр. Кой е любимият ви спорт?) И да хвърли топката на друг връстник. На всеки две подавания в кръга се въвежда нова топка, която трябва да се подава въз основа на вида спорт, за който е предназначена (напр .: топка за коша трябва да бъде отскачана, футболна топка трябва да бъде ритана и т.н.). 4. Забавление 4-3-3 (15 минути): водещият разпръсква всички топки около игралното поле. Децата ще трябва да формират автономно два

	<p>отбора, поставени в двата края на терена. След като игралното поле е готово и отборите се сформират, започва необичаен футболен мач: на всеки отбор се присвоява определен вид топка и трябва да събере колкото се може повече, като ги върне на изходното си място (което в идеалния случай замества портата). Нито един отбор няма вратари и всеки играч може да взаимодейства с по една топка наведнъж. Освен това всеки отбор трябва да се опита да изпразни вратата на противниковия отбор, като по този начин създава групова динамика, напомняща на всеобхватното действие на техниката 4-3-3 във футбола, където едновременно се използват както централната, така и страничната част на терена. Поради факта, че това не е традиционен футболен мач, децата имат право да носят топката с ръце, да я отскачат, да я хвърлят, да я ритат и да я подават на съотборниците си, както им харесва. В края на 15-те минути печели отборът, събрал най-много топки.</p> <p>5. Дебрифинг (10 минути): по време на тази фаза фасилитаторът ще накара групата да седне в кръг и ще започне да събира обратна връзка.</p>
Дебрифинг	<p>(10 минути):</p> <p>Водещият моли всяко дете да сподели едно положително и едно отрицателно чувство за практиката и въвежда понятия като сътрудничество, победа, загуба, слушане и междуличностна комуникация.</p>
Съвети	<p>Всяка от тези дейности може да бъде модифицирана, за да отговори на нуждите и вкусовете на групата.</p> <p>Подгответе списък с въпроси за частта „Хвърляне, подаване, отскачане“ и ги прочетете на групата преди упражнението като източник на вдъхновение.</p> <p>Уверете се, че имате достатъчен брой конуси за движение, топки, кръгове с хула обръч и въжета, за да отговорите на нуждите на групата. Не на последно място, срамежливите деца трябва да бъдат насърчавани да участват в играта, но никога да не бъдат принуждавани да го правят.</p>

Източник	Giovanni Castagno
Мениджъри на дейности	Associazione Italiana Cultura Sport
Местоположение	Италия





5. Margherita Mixer

Тема	Включване
Цели	<p>Чрез способността за идентификация и прожекция на участниците, това упражнение има за цел:</p> <ul style="list-style-type: none"> - събуждат усещането за ежедневиия опит на хората в неравностойно положение, като се фокусират върху трудностите или възможностите, които срещат при различни житейски обстоятелства; - хвърлете светлина върху пропастта от възможности, които различните начални условия по отношение на сексуалната ориентация / половата идентичност, но също така възрастта, увреждането, социално-икономическите условия, културните или

	<p>религиозните принадлежности, страните на произход могат да създадат в живота на хората;</p> <ul style="list-style-type: none"> - стимулира сравнението между участниците по тези въпроси. - развиват чувство на съпричастност към хора, които могат да имат различни условия на живот и които могат да бъдат повече или по-малко привилегировани по отношение на дадения контекст.
Участници	10-25
Продължителност	60 минути
Инструменти	<p>Дейността може да се извършва на закрито в средно голяма класна стая (също спрямо размера на групата), освобождавайки централната част от бюрата, във фитнес зала или на открито.</p> <p>Цветни карти (за изработване на био карти), бели листове хартия, голям пакет хартия за окончателно споделяне.</p>
Подготовка	<p>Пространството трябва да бъде освободено от пейки и други предмети. Подготовката изисква създаване на карти, евентуално от различни цветове, на кратки лични профили, които могат да бъдат дефинирани въз основа на една характеристика (напр. Сексуална ориентация или полова идентичност) или повече характеристики (напр. : социално-икономическо състояние, семейство, възраст , способност / увреждане, религия, произход и т.н. ...). В зависимост от избора фокусът ще бъде повече или по-малко концентриран върху различните подчертани аспекти.</p>
Инструкции	<p>(20 минути)</p> <p>Всеки участник е поканен на случаен принцип да избере карта, която трябва внимателно да прочете, без да разкрива съдържанието на никого. Някои членове на групата, които не знаят за съдържанието на картите, могат да бъдат поканени да наблюдават внимателно какво ще се случи.</p> <p>(5 минути)</p> <p>В зависимост от характеристиките на пространството и от броя на участниците, играчите са подредени в кръг на</p>

	<p>разстояние една от друга или в права линия от едната страна на класната стая.</p> <p>(5 минути)</p> <p>В този момент фасилитаторът ще дава задачи, приканвайки играчите да реагират така, сякаш са лицето, описано на био картите, които са избрали. Ако смятат, че могат да изпълнят тази задача, те правят крачка напред (към центъра в случая на кръга, към противоположната стена в случай на права линия), в противен случай ще стоят неподвижно. Например, ако фасилитаторът каже: „Мога да се оженя за когото си поискам“, 20-годишен мъж направо ще направи крачка напред, докато лесбийка може да стои неподвижна. Същото може да се случи на момиче от наблюдателно мюсюлманско семейство или на инвалид. На играчите се дава пълна свобода на избор. В края на заниманието играчите ще бъдат подредени навсякъде. Някои ще са напреднали към противоположната стена или към центъра на кръга, други ще останат в началната точка или ще направят няколко стъпки, други ще се окажат в междинни позиции. В случая на кръга, кръгла структура с лъчи или венчелистчета, докато по отношение на правата линия ще бъде оформена структура на миксер / еквалайзер.</p>
<p>Дебрифинг</p>	<p>(30 минути):</p> <p>Окончателното позициониране на участниците създава много ясна представа за разстоянията, които съществуват между хората в реалния живот въз основа на индивидуални или социални характеристики, които в повечето случаи не са избрани, но са дадени (сексуална ориентация, идентичност на пола, социално-икономически условия, семейна религия / религиозност, възраст, здравословни условия, страни на произход и др.).</p> <p>Физическата дистанция между напредналите участници също буди чувства и емоции в групата.</p> <p>Ако дейността е предвиждала някои наблюдатели, фасилитаторите могат да започнат, като ги попитат какво са видели и какво обяснение могат да дадат по отношение на крайното позициониране на участниците. В противен случай те могат да продължат директно, като попитат участниците каква биология са имали, защо са направили</p>

	<p>крачка напред или не, как се чувстват, когато напредват или когато остават неподвижни и т.н.</p> <p>Това сравнение може да бъде обобщено и чрез докладване на основните елементи, които се появяват на хартия, за да се поправят и евентуално да се използват като отправни точки за по-нататъшни проучвания или дейности.</p>
Съвети	<p>За да извършите това упражнение по възможно най-добрия начин, препоръчително е да дефинирате съвременно биокартите по отношение на характеристиките и аспектите, които фасилитаторите искат да изследват. Не е необходимо да ограничавате упражнението само до едно измерение (напр .: сексуална ориентация / полова идентичност), но може да е дисперсионно, ако се вмъкнат твърде много.</p> <p>Също така е полезно да подредите набора от възможности за предлагане и областите, които да изследвате, за да не ви липсва принос в дебелината на играта! От съществено значение е да разпределите на случаен принцип биокартите (като симулация на това, което се случва в живота по отношение на тези характеристики), като се уверите, че съдържанието им не се разкрива на останалата част от групата и че те не могат да се обменят или променят значението си.</p> <p>В началото, ако даден термин е непознат за играч (например: „интерсекс“, „трансджендър“, „безполов“ и др.), Те могат да поискат разяснения от фасилитатора. или конкретни термини, или термини, които могат да доведат до недоразумения. Например, думата „транс“ или „трансджендър“ се тълкува от много хора като „мъж, който става жена или който се облича като такъв“ - и по-често отколкото не свързано с проституцията - докато явлението е много по-разнообразно и сложно, тъй като съществуват MtF (от мъже към жени) и FtM (от жени до мъже), небинарни и други „видове“ транссексуални лица. Същата сложност и разнообразие от ситуации може да се отнася до увреждания или различни култури или религии.</p>
Източник	Andrea Maccarrone
Мениджъри на дейности	Associazione Italiana Cultura Sport
Местоположение	Италия

Youth.Sport.Inclusion

30-часов обучителен модул

Въз основа на опита от споделянето на избраните практики и анализ на тяхната приложимост и успешност, идентифициране на ключовите фактори за качество и успех и въз основа на заключенията от международното обучение Tool-fair, беше създаден 30-часов обучителен модул (би могъл да се удължи до 60 часа) за младежки работници, треньори и учители по физическо възпитание и спорт.

Целта на обучителния модул е да създаде предпоставки младежките спортни общности и учебните часове да станат по-приобщаващи за маргинализираните и уязвими младежи, като овласти и даде възможност на треньорите и учителите по физическо възпитание и спорт да използват методологията Обучение чрез спорт, за да подобрят включването в спортните общности и учебните часове, които реализират.

Специфични педагогически цели:

- Да се разбере концепцията на методологията Обучение чрез спорт;
- Да станат по-чувствителни и съпричастни към маргинализираните, дискриминирани и уязвими младежи;
- Да бъдат подготвени за справяне с дискриминацията и да използват подходящи инструменти за подобряване на включването на младежката общност чрез и в спорта и физическото възпитание.

Съдържание:

1. Методология Обучение чрез спорт

Много изследователи в социологията определят спорта като „глобален социален фактор“, който създава ценности. Важно е да се разграничи какво е „спортът“ като социален фактор и какво са „спортът и физическата активност“ като потенциални образователни инструменти. Първо е необходимо да има образователни цели, които всички участници в дейността споделят. Прилагането на образователната функция на спорта означава дадена образователна цел да бъде следвана приоритетно. Трябва да се направи ясно разграничение между Обучението ЗА, ОТ и ЧРЕЗ Спорт, опирайки се на различни цели. В този раздел тези аспекти ще бъдат обяснени подробно. За първи път този подход е разработен от Хенинг Айхберг. Тази таблица обяснява основните разлики между трите начина за работа в спорта.

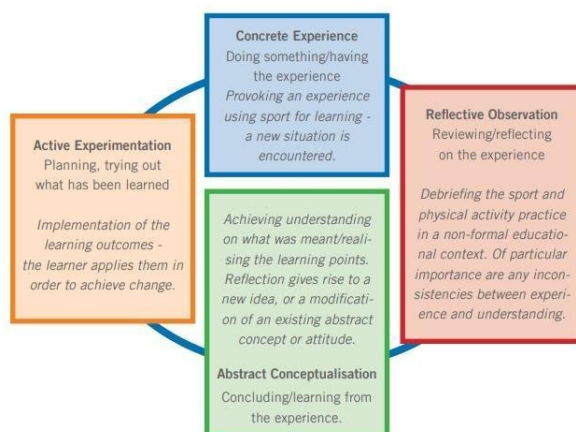
Обучение ЗА Спорт: Много традиционни спортни клубове са водени от целта за постигане на спортни резултати, като свой приоритет. Тук се появява концепцията на Обучение ЗА Спорт, чиято основна цел е развиване на компетенции по отношение на спортни постижения. Обучението ЗА Спорт се отнася до подобряването на уменията, свързани със самия спорт. Следователно, целта му е да служи само за развиването на индивидуалните компетенции, които да подобряват физическите постижения. Обучението ЗА Спорт обикновено е свързано с различни дисциплини на състезателния спорт. Следователно тази концепция има ограничен интерес в контекста на неформалното образование.

Обучение ОТ Спорт: Обучението от спорта е по-сложен процес и включва специфични цели, като например целта за справяне със здравословните проблеми и проблемите на благосъстоянието. В този случай, образователните цели не са маловажни, но понякога се изместват на втори план. Следователно, целта е спортните цели и благосъстоянието на обществото да се съчетаят. Този подход използва спорт, упражнения и физическа активност, за социални каузи като здравеопазване, качество на живот, обществено благосъстояние или социално включване. Новите разновидности на движението „спорт за всички“ са много сходни с този подход. Практикувайки различни спортове, от хората се очаква да научат повече за здравословния начин на живот и по този начин да повишат осведомеността си за споменатия проблем като цяло.

Обучение ЧРЕЗ Спорт (ОЧС): Концепцията на ОЧС е много по-задълбочена по отношение на своите цели и очаквани резултати и трябва да се разглежда през цялостна перспектива, в сравнение с другите два подхода. Самият подход на ОЧС се състои от интегриране и прилагане на спортни елементи, които да се използват с образователна цел за разрешаване на социални проблеми, развиване на социални компетентности и провокиране на трайна социална трансформация. Целият образователен процес е планиран и подготвен и след прилагането му се очакват ясни, реалистични и измерими резултати. ОЧС е неформален образователен подход, използващ спорта и физическата активност и отнасящ се до развиването на ключови компетентности на отделни лица и групи, за да допринесе за личностното развитие и устойчивата социална трансформация. ОЧС създава екзистенциално обучение между хората. Чрез ОЧС следва да се осъществи трайна социална промяна. Целта му е да даде възможност за овластяване и да предизвика устойчива социална трансформация. ОЧС се нуждае от много елементи, като например използването на спорта и физическите

упражнения за постигане на силен резултат от обучението през целия живот, като подобряване на толерантността, солидарността или доверието между нациите. ОЧС трябва да се разглежда повече като план за анализ на процеси, отколкото като действие. От методологическа гледна точка, ОЧС се състои от адаптиране на спорт, упражнения и физическа активност към целите на планирания обучителен процес. Това е процес на адаптация на спорта и физическата активност, както по отношение на тяхното изразяване, така и по отношение на тяхното представяне, което конкретно характеризира подхода ОЧС. Подходът не предлага действия, при които спортът се превръща в основна цел и/или вариант за кариера. Например, практикуването на бойни изкуства без конкретна обучителна цел зад него, водено само от желанието за технически прогрес, се причислява към Обучението ЗА Спорт, но може да развие самоконтрол и уважение към другите. Важното при Обучението чрез спорт е да се ръководи процес, при който спортът и физическата активност стават инструменти, които преди всичко подкрепят образователните цели, при които самият спорт става второстепенен за образователната цел. С цел по-добро разбиране на този процес, предлагаме да се направи връзката между ОЧС и Образователния Цикъл на Колб (Колб, Дейвид (1984)).

Kolb's Experiential learning cycle[®] linked with ETS



Обучение чрез Опит: Опитът като източник на обучение и развитие. (Englewood Cliffs). В ОЧС конкретният опит е спортната (или физическата) активност, адаптирана към образователните цели на програмата. Участниците в практиката анализират заедно във фасилитиран процес на обратна връзка, след което те самите преминават през образователната сесия, което им дава възможност да осъзнаят и използват новите компетенции, които са придобили. Изразяването на желание не е достатъчно, за да се проектира и приложи образователен процес, който е основан на ОЧС. Необходимо е да се подготви реалистична образователна ситуация, основана на осъществими и подлежащи на оценка цели, при която присъства желанието за обучение, изградено върху специфични приоритети на разглежданата работна област. По-конкретно, професионалистите, ръководещи подобни процеси за прилагане на образователната и социална функция на спорта, разработват програми за неформално образование, фокусирани върху социални проблеми, като заетост, социална интеграция, борба с расизма и много други. Това е първият етап от образователния цикъл, когато

обучаващият предлага на обучаващите се да преживеят образователната ситуация.

Формализирането на образователните намерения не е достатъчно, за да се осигури образователната и социална функция на спорта. Образователната дейност трябва да бъде непрекъсната във времето. Тази непрекъснатост има за цел да изгради и приложи обратна връзка, която позволява постигането на основната образователна цел. Това са вторият и третият етап от образователния цикъл на Колб. Специфичните цели на всеки етап трябва да бъдат в полза на основната цел на планирания образователен процес и да бъдат реалистични за оценка. Именно съгласуваността на различните етапи или фази на този процес и тяхната връзка с главната му цел ще осигурят непрекъснатостта на образователния аспект в него. От друга страна, тази непрекъснатост, а също и устойчивостта на образователния процес, използващ спорт и физическа активност, продължават във времето, за да се наблюдават промените в поведението и отношението на хората (Прилагане на образователните резултати в реалния живот – етап 4). Основата на дадена педагогическа ситуация за образователен процес чрез спорт е, че предприетите действия се извършват заедно с други дейности, извън самия спорт. Образователната и социална функция на спорта се проявяват също така, когато действат в рамките на общите социални и образователни политики, което също е дългосрочен процес. Този аспект/подход има предвид цялото измерение на човека и неговата среда.

Статията на Хартман и Куок обяснява: „Разграничаваме два различни, идеални типа, които се появяват: доминираща визия, при която спортът функционира, за да поддържа и възпроизвежда вече установени социални отношения и по-радикален интервенционистки подход, при който спортът е предназначен да допринесе за фундаментални промени и трансформации на социалния живот“. Това може да се смята за различно обяснение на Обучението ЗА и ЧРЕЗ Спорт. Разликите между трите различни концепции вече са ясни, но целта на тази глава е да представи ОЧС по подробен начин, така че употребата и целта му да не бъдат разбрани погрешно. По този начин, въпросът за оценката е важен и в този момент той възниква по естествен начин. Изпълнението на образователната функция на спорта, разбира се, включва процес на оценяване. От гледна точка на методологията и според различни критерии, нагласите и поведението не се измерват по същия начин или с едни и същи показатели като спортните постижения. Всъщност, за един спортен клуб не винаги е лесно да определи показатели за общителност и социализация, или още по-малко в контекста на превантивния подход, например. Ако представата за дете, което спортува, може да бъде обяснена и измерена, то по-трудно е да се установи например „повишаването на осведомеността“ на тийнейджър за риска от алкохола и тютюнопушенето. Също така е трудно да се измери и действителното въздействие на образователните дейности, извършвани в областта на спорта. Също толкова трудно е да се определи мястото и ролята на спорта в процеса. Тази трудност не бива да компрометира ангажираността на спортното движение в неговото желание да допринесе за обучението на тези, които то събира. Всъщност въпросът е: Как оценявате действията от гледна точка на обучението, с оглед на конкретните и

реалистични образователни цели? Тук развиването на ключови компетенции, които са постижими чрез подхода ОЧС е от значение. Представяме ги по-долу в таблицата, позовавайки се на документа „Основни концепции и компетенции за обучение по демократично гражданство“, публикуван от Съвета на Европа, както и на „Ключови компетенции за учене през целия живот“, въведени от Европейската Комисия. Според тези документи, ключовите компетенции представляват комбинация от умения, знания и нагласи, необходими на хората в обществото, за да постигнат личностно развитие, да бъдат активни демократични граждани и да уважават правата на човека. Има се предвид, че развиването на компетенциите на всеки човек допринася за постигането на устойчива социална промяна – например борба с безработицата, дискриминацията и расизма, социалното изключване или бедността и маргинализацията. В таблицата по-долу компетентностите са ясно посочени, както и кои спортни дейности и физическа активност могат да доведат до потенциални образователни резултати, за да се постигне социална трансформация и трайна промяна в нагласите сред отделните лица или общностите. Чрез тези компетенции оценката на въздействието върху неформалното образование с помощта на ОЧС е реалистична и измерима, въпреки че се е свързана със самооценката.

2. Маргинализирана и уязвима младеж

„Заклеваме се да освободим всички наши хора от продължаващото робство на бедността, лишенията, страданията, пола и всяка друга дискриминация“.
Нелсън Мандела

Това означава, че има ясна откритост и проактивно отношение към маргинализираните групи и техните организации, които обикновено са по-слабо представени, имат по-малко възможности да се отрази тяхното мнение или са обект на по-голяма дискриминация. Групи като етническите малцинства, мигрантите и бежанците, жени/момичета, ЛГБТ, младите хора, изправени пред житейски предизвикателства, било то социални или икономически. В този ред на мисли, трябва да се обърне специално внимание на младите хора, които не са включени в икономическия живот, не учат и не се обучават (NEET). Това също така означава, че трябва да има специални мерки (или идеи) в подкрепа на тези групи, за да имат по-голямо участие в диалога и за да бъде чут гласът им.

През 2017 г. процентът на рискът от бедност или социално изключване при младите хора на възраст между 16 и 29 години е бил 27,7% в ЕС-28, което съответства на около 21,8 милиона млади хора (Евростат). Дискриминацията на основата на етнически произход продължава да се разглежда като най-разпространената форма на предразсъдъци в ЕС (64%), последвана от дискриминацията въз основа на сексуалната ориентация (58%), половата идентичност (56%), религията или убежденията (50%), увреждания (50%). Респондентите, които описват себе си като част от малцинство по отношение на увреждане (37%) и тези, които казват, че принадлежат към малцинство по отношение на сексуалната си ориентация (32%) или към етническо малцинство

(30%), най-често казват, че са се сблъскали с дискриминация (Евробарометър 2015).

Хартата на основните права на Европейския Съюз, Член 21, Недискриминация: „Забранена е всяка форма на дискриминация, основана по-специално на пол, раса, цвят на кожата, етнически или социален произход, генетични характеристики, език, религия или убеждения, политически или други мнения, принадлежност към национално малцинство, имотно състояние, рождение, увреждане, възраст или сексуална ориентация“.

В момента усещането на много млади хора е, че те не могат да бъдат чути и следователно не са считани за част от обществото, поради липса на привилегии и възможности. Това схващане може да бъде променено чрез приобщаващи младежки структури за участие и проекти, които позволяват на младите хора в неравностойно положение (по-малко привилегировани или с по-малко възможности) да бъдат активна част от своите общности.

Справянето, овластяването и включването на тези младежки групи може да промени положително местните общности и да осигури дългосрочни решения на проблемите, създадени от маргинализацията, дискриминацията и бедността.

Допълнителни Ресурси:

Европейската Комисия срещу Дискриминацията и Нетърпимостта (Съвет на Европа). Можете да изтеглите отчетите за мониторинг на държавите от тук: <https://www.coe.int/en/web/european-commission-against-racism-and-intolerance/country-monitoring>

Агенцията на Европейския Съюз за Основните Права, **Доклад Относно Основните Права за 2018 г.**: <https://fra.europa.eu/en/publications-and-resources/publications/annual-reports/fundamental-rights-2018>

Разгледайте Финландската Младежка Политика за Ромите, която показва как да се справим с бедността и дискриминацията в непривилегированите групи. <https://stm.fi/en/participation-roma>

Край на Младежката Бездомност: Ръководство за Човешки Права (Публикувано от FEANTSA – Европейската федерация на националните организации, работещи с бездомните). Може да бъде свалено от тук: <https://www.feantsa.org/en/report/2016/12/07/youth?bcParent=27>

Можете да изтеглите няколко публикации по темата за включването от уебсайта на **SALTO Inclusion**:

Препоръчани:

- **Градски Решения** – Представяне на Талантите на Градската Младеж
- **Оценете Разликата** – Ресурсен Пакет
- **Младежи и Екстремизъм** – Ресурсен Пакет

<https://www.salto-youth.net/rc/inclusion/inclusionpublications/>

- Можете да изтеглите Стратегията за Приобщаване и Многообразие на Програма Еразъм+ от тук: <https://www.salto-youth.net/rc/inclusion/inclusionstrategy/aboutid/>

8 Стъпки към Приобщаваща Младежка Работа (отличен Инструментариум, публикуван от Националния Младежки Съвет на Ирландия). Може да се изтегли от тук: <http://www.youth.ie/nyci/8-Steps-Inclusive-Youthwork>

Разгледайте тази глобална дейност за насърчаване на равенството между половете:

<https://dayofthegirl.globalgoals.org/>

3. Педагогически инструменти за справяне с дискриминацията и включването в младежките групи

Тук можете да намерите няколко педагогически упражнения на различни теми:

<https://www.throughsport.eu/resources/>

Налични са четири наръчника, които могат да ви помогнат в четири различни области:

1. Наръчник „Движи се и Учи“ – общо включване;
2. Инструментариум „Нашият Спорт“ – в областта на ЛГБТ;
3. Доброволчеството в Спорта – с различни теми, като например включване на лица с увреждания;
4. Инструментариум „Спорт за Активно Гражданство“ – с различни теми.

Схема на обучителния курс

Рамка на обучителен курс за треньори и учители по физическо възпитание (30 часа – 3 пълни дни, които могат да бъдат преразпределени и в 4 обучителни дни)

1 сесия е с продължителност 90 минути и има две части (А и Б) с почивка между тях

Сесия 1

А) Уводна сесия за запознаване с участниците, обучаващите, целите, програмата, методологията и съдържанието на обучителния курс. Можете също така, да проверите очакванията на участниците и да ги подготвите за чувствителните теми.

Б) Представяне на Обучение Чрез Спорт, въз основа на точка 1 от съдържанието по-горе. Предложение за упражнение: Разделете участниците на два отбора и ги създайте предпоставки за игра на отборен спорт с топка. През първите 10 минути ги инструктирайте за техниката и изпълнението и ги мотивирайте да спечелят. По време на вторите 10 минути ги оставете да играят и след това ги накарайте да седнат, за да обсъдят как този спорт може да подобри техните умения, поведение и здраве. По време на третите 10 минути им дайте карти с роли (с различен социален аспект) и ги помолете да играят в съответната роля, а след това ги приветствайте да седнат и да обсъдят как е минала играта и какво се е променило. В края препоръчваме да проведете сесия за обратна връзка за цялата сесия и да обсъдите образованието за, от и чрез спорт.

Сесия 2

- А. Разяснете какво означава включване и различните уязвими групи въз основа на точка 2 от съдържанието по-горе. Използвайте техниката на мозъчна атака (брейнсторминг), за да обсъдите защо включването е важно за цялото общество и за спорта.
- В. В края, представете правата на човека въз основа на 1-ва глава на Наръчника „Компас“. Обсъдете защо участието в спорта също е вид Право. Кой има лесен достъп и кой няма такъв или има лимитиран достъп до спортни активности.
- С. Реализирайте упражнението „Играйте за Правото си на Здраве“ от Наръчника „Спорт за Активно Гражданство“ на страници 27-29.

Сесия 3

- A. Какво прави един треньор/учител по физическо възпитание и спорт приобщаващ? От какви компетенции се нуждае един спортен педагог, за да бъде приобщаващ и да направи своя спортен отбор приобщаващ? Какви са предизвикателствата пред приобщаването в училище или в спортните клубове? Обсъдете с групата и съберете идеите на флипчарт.
- B. Изпълнете упражнение IV.6. Баскетболът като инструмент за комуникация (стр. 49) в Наръчника „Движи се и Учи“. Обсъдете различните треньорски стилове и колко важна е личността на треньора.

Сесия 4

- A. А) Чувствителна тематична област: ЛГБТ. Представете някои важни аспекти на проблемите на ЛГБТ, въз основа на глава 4 от Наръчника „Нашият Спорт“.
- B. Б) Изберете едно от петте упражнения и го реализирайте с групата.

Сесия 5

- A. Прегледайте всички упражнения от четирите препоръчани наръчника и изберете упражнение по ваш вкус и предпочитание. Адаптирайте го към групата треньори/учители по физическо възпитание и спорт, с които работите, или ги попитайте за техните приоритети. (Можете също така в началото на обучителния курс да помолите доброволци от групата, които могат да подготвят и фасилитират избраното упражнение в последния ден.)
- B. Проведете сесия за обратна връзка с педагозите относно упражнението и обсъдете как те биха изпълнили избраното упражнение. Обсъдете предизвикателствата на упражнението и потенциални адаптации, които участниците биха могли да измислят. Помолете ги да помислят за собствената си работна реалност и как биха могли да представят и изпълнят това упражнение с млади хора.

Сесия 6

А. Обсъдете заключенията на участниците и направете оценка (онлайн форма или под формата на интерактивни упражнения).

Информация за организациите

Надежда за деца Унгария

„Надежда за деца“ Унгария има за цел да помогне и защити прилагането на правата на децата, заложен в писмена форма в Конвенцията на ООН за правата на детето. Надежда за деца Унгария обръща специално внимание на факта, че правата на децата не са влошени кореспонденции на основните права, които са законни за възрастни хора: те са специални права, които произтичат от специалния статус на възрастта, физическите и умствените способности на децата.

Основната цел на Асоциацията е да защитава и защитава правата на децата в съответствие със стандартите и принципите на Конвенцията на ООН за правата на детето. Асоциацията служи като посредническа организация между обществото (включително няколко участници като предприятия, университети и други организации с нестопанска цел) и децата, младежите и семействата в нужда с цел улесняване и координиране на потока от дарения и човешките ресурси (професионални и доброволчески) между тях. Популяризирането на образованието по човешки права в Унгария е част от тази мисия, в рамките на която се организират семинари и обучения за деца и младежи. Целите на кампаниите за повишаване на осведомеността и информационните кампании са

да се предотврати нарушаването на правата и да се осъзнаят и признаят настоящите проблеми, което е от съществено значение за обширна социална консултация и действие.



REMÉNYT A GYERMEKEKNEK

KÖZHASZNÚ EGYESÜLET

Италианска асоциация за култура и спорт AICS (Италия) - основана е през 1962 г. като национална организация за промоция на спорта. През 50 години AICS разширява дейността си в различни области: култура, социални политики и социален туризъм, околна среда и обучение / проекти за дейности по социално сближаване. Той отнема перспективата на хуманизма и разглежда спорта, културата и туризма като социални инструменти с роля, насочена към развиване на предизвикателства за активно гражданство и политика на социално подпомагане.

Според Бялата книга на ЕС за спортните принципи, особено съсредоточена върху спорта като право за всички и като инструмент за лично обучение през целия живот, AICS действа на национално и международно ниво за насърчаване на интеграцията и равните възможности сред хората, за насърчаване на здравето на общностите, за борба с расизма и насието и за насърчаване на устойчивото развитие за всички.

AICS е институционално признат като:

- **Национален доставчик на дейности за популяризиране на спорта, той е записан в CONI (Италиански комитет за олимпийски игри)**
- **Национален доставчик на спортни и културни действия за насърчаване, той е записан в CIP (Италиански комитети за параолимпийски игри)**
- **Национална здравна и социална организация, назначена от Министерството на вътрешните работи на Италия.**
- **Национален доставчик на услуги за социална промоция, назначен от италианското министерство на труда.**
- **Доброволна организация, назначена от председателството на Министерския съвет - отдел „Гражданска защита“.**



Българска асоциация за развитие на спорта

Асоциацията е основана през 2010 г. и е организация с нестопанска цел в обществена полза, посветена на развитието на българския спорт и подобряване на спортната култура в България!

Тъй като спортът се отнася до амбиция, емоция и вдъхновение, инициирани от хората за хората, секторът трябва да се основава на личните убеждения на вземащите решения за почтеност, отдаденост и справедливост, както и на принципите на „честната игра“, екип- работа, дисциплина, равен старт и недискриминация. Ние вярваме, че спортът трябва да бъде част от съвременния живот на децата и младите хора и трябва да предава в тях всички тези ценности и да подкрепя използването им във всички аспекти на живота. Спортът е и отличен начин за предотвратяване на много от проблемите с младите хора като социално изключване, насилие, престъпност и зависимости.

Екипът ни е мотивиран, креативен и изпълнен с новаторски дух, който работи за развитието на българския спорт и повишаване на спортната култура в България с желание и мотивация. Членството в BSDA е доброволно и асоциацията включва както физически, така и юридически лица, които са готови да помогнат за развитието на спорта с време, идеи, усилия или финансова подкрепа. Организиране и различни събития в областите: предприемачество, гражданство и активно общество. Екипът на организацията се състои от професионалисти от различни области като: спортни експерти, медийни специалисти, туризъм и хотелиерство, образование, маркетинг и други.

Нашите основни цели са:

1. Устойчиво развитие на физическото възпитание и спорта в България;
2. Разработване на различни стратегии и програми за спортен туризъм.
3. Разработване, прилагане, изпълнение и координация на национални, общински, държавни, европейски, международни и други проекти и програми за развитие на спорта, спортните съоръжения и физическото възпитание;
4. Подобряване на здравето, физическото състояние и спортната култура на нацията, по отношение на младежките проблеми като приоритет;
5. Оптимизиране и мобилизиране на човешкия и материалния потенциал в спорта и личностното развитие;
6. Създаване на благоприятна среда за устойчиво и ефективно управление и предприемачество в спорта и туризма;
7. Развитие на образованието по физическа култура и спорт и чрез спорт, както и неформално продължаващо образование в областта на спорта, професионалното развитие, бизнеса и предприемачеството;

8. Защита на деца, младежи, професионални спортисти, треньори, спортни дейци и спортни организации; Develop, Stimulate entrepreneurship and personal development of the youngsters;
9. Развитие на превенцията чрез спорт.



„Бранденбургски спорт югенд“

BSJ, Sports Youth Brandenburg е независима работеща младежка организация в „Спортната федерация Бранденбург“ (LSB, Landessportbund Brandenburge.V.). Неговите членове са деца и тийнейджъри, както и техни младежки представители, които са организирани в повече от 2 500 спортни клуба. Той наброява над 137 хиляди членове под 27-годишна възраст. Следователно това е най-голямото младежко сдружение в провинция Бранденбург.

„Sports Youth Brandenburg“ е от обществена полза и е признат за независим поддръжник на „freie Jugendhilfe“ (услуга за помощ за млади хора). Организацията се застъпва за сътрудничеството и определянето на младите хора в спортни клубове и асоциации и действа като представител на техните интереси. Работата на „Спортен младежки Бранденбург“ се ръководи от целта максимално много деца и тийнейджъри да намерят пътя си в спортните клубове. Не се появява само аспектът на забавлението, освен това младите хора трябва да имат място, където да прекарват свободното си време по разумен начин. В тясно сътрудничество с други поддръжници на „Jugendhilfe“, например „Landesjugendring Brandenburg“ и с подкрепата на политиката и търговията, организацията допринася за създаването на обществото и предоставя помощ за социалните и младежките политически проблеми.

Организацията предлага многобройни проекти, свързани със спорта, младежката работа и социалната младежка работа. Кореспонденти на нашите проекти с интересите на децата и особено на тийнейджърите. Например такива проекти като интеграция чрез спорт, превенция на престъпността, уличен футбол за толерантност, мобилни проекти за улични игри, младежки лагери и образование чрез спорт са крайъгълен камък в нашата работа.

BSJ има много партньори в чужбина и винаги търси нови партньори, нови идеи и принос за обмен, международни семинари и конференции.

