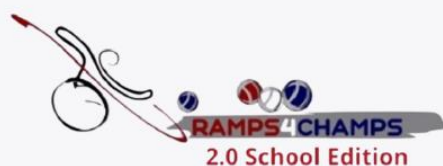


#Ramps4Champs2

Szkolenie trenerów



ramps4champs2.eu



Co-funded by
the European Union



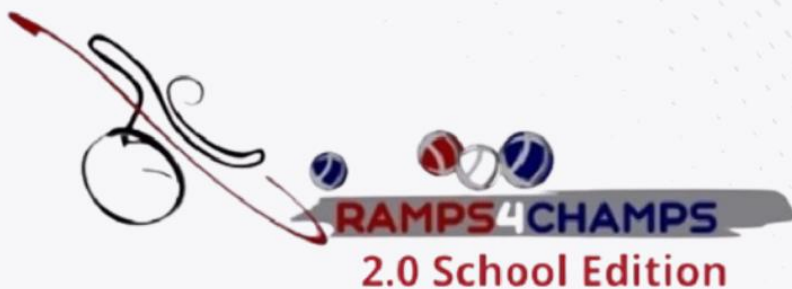


TABLE OF CONTENTS

Szkolenie trenerów	1
Spis treści	2
Moduł 1 – Dzień 1 Włączająca edukacja fizyczna w szkołach oraz rola nauczyciela	3
Moduł 2 – Dzień 2 Ochrona i odpowiedzialne wsparcie	33
Moduł 3 – Dzień 3 Praktyczna metodologia BC3 i umiejętności, adaptacje, sprzęt i rampy	48
Moduł 4 – Dzień 4 Planowanie sesji, ewaluacja, narzędzia obserwacji, omówienie (debriefing) i wpływ	61
Moduł 5 – Dzień 5 Wdrażanie w szkołach, organizacja działań i wydarzeń, partnerstwa, trwałość	78





Szkolenie dla trenerów (ToT) – 5-dniowy program

Moduł 1 – Dzień 1

Włączająca wychowanie fizyczne w szkołach i rola nauczyciela

Główny autor (partner): **APEFDP**

1. Podsumowanie modułu

Wychowanie fizyczne (WF) to jedna z najbogatszych dziedzin pedagogicznych, jeśli chodzi o promowanie integracji w środowisku szkolnym. Praktyczny, oparty na współpracy i społeczny charakter aktywności fizycznej daje wyjątkowe możliwości rozwoju umiejętności motorycznych, społecznych i emocjonalnych, a także promowania podstawowych wartości, takich jak szacunek dla różnorodności, empatia i współpraca.

Jednak skuteczny udział wszystkich uczniów w zajęciach WF nadal napotyka na poważne wyzwania. Bariery fizyczne, pedagogiczne i społeczne mogą ograniczać zaangażowanie uczniów z niepełnosprawnościami lub o różnym poziomie sprawności ruchowej, co często prowadzi do sytuacji wykluczenia lub ograniczonego udziału.

Promowanie praktyk pedagogicznych sprzyjających integracji w wychowaniu fizycznym wymaga zatem świadomego i przemyślanego podejścia, opartego na dostosowywaniu zajęć, elastyczności metod nauczania oraz tworzeniu środowisk edukacyjnych, które doceniają różnorodność.

Zasady edukacji integracyjnej są poparte ważnymi dokumentami międzynarodowymi, takimi jak Deklaracja z Salamanki i Ramy działania w zakresie edukacji specjalnej, w których stwierdza się, że wszystkie dzieci powinny uczyć się razem, gdy tylko jest to możliwe, niezależnie od dzielących je różnic.

W dziedzinie aktywności fizycznej wytyczne UNESCO, zawarte w „Wytycznych dotyczących wysokiej jakości wychowania fizycznego (QPE) dla decydentów”, podkreślają, że wysokiej jakości programy wychowania fizycznego muszą zapewniać równe szanse uczestnictwa wszystkim uczniom.

W Portugalii zasada ta jest wzmocniona przez ramy prawne ustanowione w dekrete z mocą ustawy nr 54/2018, który określa ramy prawne edukacji włączającej oraz definiuje odpowiedzialność szkół za tworzenie rozwiązań edukacyjnych dostosowanych do potrzeb wszystkich uczniów.

W tym kontekście niniejszy moduł ma na celu szkolenie trenerów, którzy będą szkolić nauczycieli, dostarczając wiedzę, narzędzia pedagogiczne i praktyczne strategie umożliwiające promowanie praktyk integracyjnych w szkolnej wychowaniu fizycznym.



Moduł łączy:

- Ramy teoretyczne
- Analizę praktyk pedagogicznych
- Ćwiczenia praktyczne
- refleksję krytyczną

umożliwiając uczestnikom szkolenia rozwijanie umiejętności pełnienia roli propagatorów praktyk integracyjnych w ich środowiskach zawodowych.

2. Grupa docelowa, warunki wstępne i profil trenera

2.1 Grupa docelowa

Moduł ten jest skierowany do trenerów, którzy będą szkolić specjalistów z dziedziny wychowania fizycznego i sportu szkolnego w zakresie wdrażania praktyk pedagogicznych sprzyjających integracji.

Uczestnikami szkolenia mogą być:

- Nauczycieli wychowania fizycznego
- Kształcących nauczycieli
- Trenerzy sportu szkolnego
- trenerów sportowych
- specjalistów zajmujących się projektami edukacyjnymi lub społecznymi związanymi ze sportem

Celem jest, aby ci specjaliści mogli przekazywać zdobytą wiedzę, szkoląc innych nauczycieli i profesjonalistów sportowych.

2.2 Wymagania wstępne

Chociaż moduł ma charakter wprowadzający do tematyki wychowania fizycznego sprzyjającego włączeniu społecznemu, zaleca się, aby uczestnicy szkolenia posiadali:

- podstawową wiedzę z zakresu pedagogiki wychowania fizycznego
- doświadczenie w nauczaniu lub szkoleniu sportowym
- zainteresowanie praktykami edukacyjnymi sprzyjającymi włączeniu społecznemu

Nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie w zakresie wychowania fizycznego dostosowanego do potrzeb osób niepełnosprawnych, ponieważ moduł ten wprowadza podstawowe pojęcia z tej dziedziny.

2.3 Zalecane umiejętności trenera

Trener odpowiedzialny za realizację modułu musi posiadać:

- doświadczenie w zakresie edukacji fizycznej sprzyjającej włączeniu społecznemu lub dostosowanej
- doświadczenie w szkoleniu nauczycieli



- umiejętności w zakresie prowadzenia zajęć grupowych
- umiejętność jasnego przedstawiania teorii i praktyki pedagogicznej

Ponadto trener musi przyjąć postawę pedagogiczną zgodną z zasadami integracji, promującą bezpieczne, oparte na współpracy i partycypacyjne środowiska uczenia się.

3. Efekty kształcenia

Po zakończeniu tego modułu uczestnicy szkolenia powinni wykazać się umiejętnościami w trzech głównych wymiarach: wiedzy koncepcyjnej, zastosowaniach pedagogicznych oraz prowadzeniu szkoleń.

Wiedza koncepcyjna

Uczestnicy szkolenia powinni umieć:

- wyjaśnić koncepcję integracyjnej wychowania fizycznego
- zrozumieć zasady edukacji włączającej stosowane w kontekście szkolnym
- rozpoznać polityczne i prawne ramy integracji w edukacji
- wskazać korzyści płynące z integracyjnej aktywności fizycznej dla uczniów z niepełnosprawnościami i bez niepełnosprawności

Zastosowanie pedagogiczne

Uczestnicy szkolenia powinni umieć:

- zidentyfikować bariery utrudniające uczestnictwo w zajęciach wychowania fizycznego
- dostosowywać aktywności fizyczne i gry
- stosować pedagogiczne modele zróżnicowania
- planować lekcje integracyjne

Umiejętności facylitacyjne (ToT)

Uczestnicy szkolenia powinni umieć:

- prowadzić sesje szkoleniowe z zakresu integracyjnej wychowania fizycznego
- wykorzystywać zajęcia praktyczne jako narzędzia podnoszenia świadomości
- promować krytyczną refleksję wśród nauczycieli
- wspierać nauczycieli w dostosowywaniu ich praktyk pedagogicznych.

4. Kluczowe przesłania

- Integracja oznacza nie tylko obecność, ale także znaczący udział.
- Wychowanie fizyczne może być potężnym narzędziem integracji społecznej.
- Różnorodność uczniów stanowi szansę pedagogiczną.
- Dostosowywanie zajęć to proces ciągły.
- Klimat społeczny w klasie ma duży wpływ na zaangażowanie uczniów.



5. Kluczowe pojęcia i definicje

Termin	Definicja
Edukacja włączająca	Podjęcie edukacyjne, które promuje uczestnictwo wszystkich uczniów.
Wychowanie fizyczne dostosowane	Dziedzina wychowania fizycznego, w której zajęcia są dostosowane do możliwości uczestników.
Aktywne zaangażowanie	Aktywne zaangażowanie ucznia w działania o wartości pedagogicznej.
Zróżnicowanie pedagogiczne	Strategia nauczania, która dostosowuje cele i metody do cech uczniów.
Bariery uczestnictwa	Przeszkody ograniczające udział uczniów w zajęciach.

6. Materiały, logistyka i organizacja przestrzeni

Odpowiednie przygotowanie materiałów, przestrzeni i organizacji logistycznej jest czynnikiem decydującym o sukcesie szkolenia. W szczególności w przypadku szkolenia poświęconego integracyjnej wychowaniu fizycznemu organizacja musi odzwierciedlać te same zasady integracji, które mają być przekazane uczestnikom.

W tym module zajęcia obejmują część teoretyczną, refleksję w grupie oraz ćwiczenia praktyczne oparte na grach integracyjnych i symulacjach pedagogicznych inspirowanych projektem „We Play Everything, We Play Everyone”. Dlatego zaleca się korzystanie z przestrzeni, które pozwalają na łatwe przechodzenie między częścią teoretyczną a praktyczną.

Skuteczne zarządzanie materiałami i zasobami ludzkimi również przyczynia się do stworzenia bezpiecznego, dynamicznego i sprzyjającego nauce środowiska, w którym uczestnicy mogą eksperymentować z różnymi strategiami dostosowywania aktywności fizycznej.

6.1 Lista materiałów

Poniższa tabela przedstawia główne materiały niezbędne do przeprowadzenia ćwiczeń proponowanych w tym module.

Materiał	Zalecana ilość	Zastosowanie
Projektor multimedialny	1	Prezentacja treści teoretycznych
Laptop	1	Pomoce do prezentacji
Tablica flipchart	1–2	Notowanie pomysłów podczas dyskusji
Zakładki do flipchartu	4–6	Zapisywanie podczas pracy w grupach



Materiał	Zalecana ilość	Zastosowanie
Karteczki samoprzylepne	1 blok na grupę	Refleksje i ćwiczenia burzy mózgów
Stożki lub znaczniki boiskowe	20–30	Wyznaczenie przestrzeni do zabawy
Piłki o różnych rozmiarach	6–8	Gry dostosowane
Balony	20–30	Gry oparte na współpracy i adaptacji
Kręgle lub butelki	10	Ćwiczenia precyzyjne
Piłki dźwiękowe (lub piłki z dzwoneczkami)	2–4	Symulacja czynności wykonywanych przez osoby z dysfunkcją wzroku
Opaskami na oczy	10–12	Zajęcia podnoszące świadomość
Krzeseła	12–20	Symulacja ograniczonej sprawności ruchowej
Liny lub wstążki	3–4	Tworzenie sieci lub stref
Pudełka lub cele	6–8	Gry precyzyjne
Arkusze robocze (załączniki dydaktyczne)	1 na uczestnika	Materiały wspomagające ćwiczenia refleksyjne

W miarę możliwości zaleca się, aby trener przedstawił przykłady dostosowanych materiałów, pokazując, że wiele adaptacji można przeprowadzić przy użyciu prostych i niedrogich zasobów.

Podejście to jest zgodne z wytycznymi UNESCO „Quality Physical Education (QPE) Guidelines for Policy Makers”, które podkreślają znaczenie kreatywności pedagogicznej w dostosowywaniu aktywności fizycznej.

6.2 Wymagania przestrzenne

Zajęcia w ramach tego modułu można realizować w różnego rodzaju przestrzeniach edukacyjnych, o ile spełniają one podstawowe warunki bezpieczeństwa i umożliwiają przeprowadzenie zajęć praktycznych.

Najlepiej byłoby, gdyby szkolenie odbywało się w dwóch rodzajach uzupełniających się przestrzeni:

1. Przestrzeń do zajęć teoretycznych

Może to być:

- Sala lekcyjna
- Sala szkoleniowa
- Mała sala wykładowa



Wymagania:

- Pojemność dla wszystkich uczestników
- Elastyczny układ miejsc (najlepiej w półokręgu lub w grupach)
- Dostęp do projektora multimedialnego
- Tablica lub flipchart
- Odpowiednie oświetlenie

Ta przestrzeń będzie wykorzystywana do:

- prezentacji koncepcji teoretycznych
- dyskusji w grupie
- analizę przypadków pedagogicznych

2. Przestrzeń do zajęć praktycznych

Może to być:

- hala sportowa
- Sala gimnastyczna
- płaski teren zewnętrzny
- sala wielofunkcyjna

Najważniejsze wymagania:

- Płaska i bezpieczna powierzchnia
- Wystarczająca ilość miejsca, aby podzielić uczestników na małe grupy
- możliwość wyznaczenia stref aktywności
- Łatwy dostęp do sprzętu sportowego

Zalecana jest powierzchnia o wymiarach około 15 × 20 metrów, umożliwiającą utworzenie różnych stanowisk do ćwiczeń.

Organizacja przestrzeni do zajęć praktycznych

W trakcie modułu przestrzeń można zorganizować w stacje edukacyjne, umożliwiając małym grupom doświadczenie różnych zajęć integracyjnych.

Przykład:

Sezon 1 – zabawa oparta na współpracy Sezon 2 – symulacja niedowidzenia Sezon 3 – adaptacja gier sportowych Sezon 4 – dostosowane ćwiczenia precyzyjne

Taka organizacja ułatwia aktywny udział wszystkich uczestników szkolenia i pozwala na wypróbowanie różnych strategii pedagogicznych.

6.3 Zasoby ludzkie

Aby zapewnić wysoką jakość szkolenia, zaleca się obecność niewielkiego zespołu prowadzących.

Główny trener

Zalecana liczba: 1



Obowiązki:

- prowadzenie szkolenia
- przedstawianie treści teoretycznych
- kierowanie ćwiczeniami praktycznymi
- stwarzanie okazji do refleksji

Asystent lub współprowadzący (opcjonalnie, ale zalecane)

Zalecana liczba: **1**

Obowiązki:

- wspieranie organizacji zajęć
- pomoc w rozdawaniu materiałów
- towarzyszenie grupom podczas zajęć praktycznych
- wspieranie uczestników mających trudności.

Obecność współprowadzącego jest szczególnie przydatna podczas zajęć praktycznych, ponieważ pozwala na:

- Lepszy nadzór
- zwiększenie bezpieczeństwa
- zindywidualizowane wsparcie.

Uczestnicy

Zalecana liczba uczestników na szkolenie: **od 12 do 20 osób**

Liczba ta pozwala na:

- Owocną interakcję
- pracę w małych grupach
- odpowiednią opiekę pedagogiczną.

6.4 Kwestie związane z dostępnością i bezpieczeństwem

Szkolenie powinno odzwierciedlać zasady edukacji włączającej zdefiniowane w dokumentach międzynarodowych, takich jak Deklaracja z Salamanki i Ramy działania w zakresie edukacji specjalnej, a także ujęte w portugalskim systemie edukacji w dekreście z mocą ustawy nr 54/2018.

W związku z tym należy uwzględnić różne wymiary dostępności.

Dostępność fizyczna

Przestrzeń musi gwarantować:

- dostęp bez schodów lub ramp
- Wystarczająco długie otwory
- Przejście wolne od przeszkód



- dostępne łazienki.

W miarę możliwości pomieszczenia powinny umożliwiać poruszanie się osobom o ograniczonej sprawności ruchowej.

Dostępność pedagogiczna

Podczas szkolenia trener musi stosować strategie sprzyjające zrozumieniu przez wszystkich uczestników.

Przykłady:

- Jasne i uporządkowane wyjaśnienia
- Praktyczne demonstracje
- Wykorzystanie materiałów wizualnych
- Powtarzanie ważnych instrukcji

Bezpieczeństwo fizyczne

Podczas zajęć praktycznych należy uwzględnić następujące środki:

- Sprawdź stan podłogi przed rozpoczęciem zajęć
- Upewnij się, że materiały są w dobrym stanie
- unikać śliskich miejsc
- zapewnić odpowiednie odległości między grupami.

Ponadto podczas ćwiczeń symulacyjnych (np. z zasłoniętymi oczami) należy koniecznie zapewnić:

- Stały nadzór
- Trasy wolne od niebezpiecznych przeszkód
- wsparcie ze strony kolegów lub trenera.

Bezpieczeństwo psychologiczne

Niezbędne jest również stworzenie atmosfery opartej na wzajemnym szacunku.

Podczas szkolenia trener powinien:

- promować język sprzyjający integracji
- unikać stygmatyzacji osób z niepełnosprawnościami
- zachęcać do okazywania szacunku i empatii
- reagować na dyskryminujące komentarze.

7. Program dnia

Całkowity czas trwania dnia szkoleniowego (w tym przerwy i lunch): 6 godzin

Program dnia jest zorganizowany w sposób progresywny, łącząc elementy ram koncepcyjnych, refleksji pedagogicznej i praktycznych eksperymentów, co pozwala uczestnikom zrozumieć zasady integracyjnej wychowania fizycznego i zastosować je w konkretnych działaniach.

Struktura dnia opiera się na logice pedagogicznej wynikającej z:



1. Zrozumienia koncepcji integracji
2. Rozpoznania barier
3. badania strategii pedagogicznych
4. praktycznego wypróbowania gier integracyjnych
5. Refleksji nad rolą wychowawcy

Model ten jest zgodny z zasadami wytycznych dotyczących wysokiej jakości wychowania fizycznego (QPE) dla decydentów promowanych przez UNESCO, które opowiadają się za zintegrowanym podejściem łączącym teorię i praktykę w kształceniu nauczycieli wychowania fizycznego.

Harmonogram dnia

Harmonogram	Sesja	Treść
09:30 – 09:45	Otwarcie szkolenia	Prezentacja programu, celów szkolenia oraz ram projektu
09:45 – 10:30	Sesja 1 – Podstawy integracyjnej wychowania fizycznego	Kluczowe pojęcia, zasady integracji oraz rola wychowania fizycznego w kontekście szkolnym
10:30 – 11:15	Sesja 2 – Bariery w uczestnictwie w zajęciach wychowania fizycznego	Identyfikacja barier fizycznych, pedagogicznych i społecznych
11:15 – 11:30	Przerwa	Przerwa
11:30 – 12:15	Sesja 3 – Strategie pedagogiczne na rzecz integracji	Zróżnicowanie pedagogiczne, dostosowanie działań i model TREE
12:15 – 13:00	Sesja 4 – Rola nauczyciela w promowaniu integracji	Atmosfera w klasie, współpraca uczniów i strategie wsparcia rówieśniczego
13:00 – 14:00	Przerwa obiadowa	Przerwa
14:00 – 14:45	Sesja 5 – Gry integracyjne i praktyczne eksperymenty	Eksperymenty z dostosowanymi grami inspirowane projektem „We Play Everything, We Play Everyone”
14:45 – 15:15	Sesja 6 – Planowanie działań integracyjnych	Opracowanie propozycji dostosowanych zajęć
15:15 – 15:30	Podsumowanie i refleksja końcowa	Dyskusja, ocena szkolenia i powiązania z kolejnymi modułami

Całkowity czas trwania

6 godzin szkolenia, rozłożonych w następujący sposób:

- **Całkowity czas sesji szkoleniowych:** 4 godz. 45 min
- **Przerwa poranna:** 15 minut
- **Przerwa obiadowa:** 1 godzina



Oczekiwane efekty dnia

Pod koniec modułu uczestnicy szkolenia powinni zdobyć wiedzę i narzędzia, które pozwolą im promować praktyki pedagogiczne sprzyjające integracji w wychowaniu fizycznym.

Główne oczekiwane efekty pedagogiczne obejmują:

1. Identyfikacja barier utrudniających uczestnictwo

Uczestnicy szkolenia powinni umieć zidentyfikować typowe bariery utrudniające uczestnictwo w zajęciach wychowania fizycznego oraz zaproponować strategie pozwalające je pokonać.

2. Zestaw strategii pedagogicznych sprzyjających integracji

Uczestnicy szkolenia powinni znać i stosować różne strategie dostosowywania zajęć, w tym:

- Dostosowanie zasad
- Dostosowanie materiałów
- współpraca przy organizacji zajęć
- zróżnicowanie pedagogiczne.

3. Praktyczne doświadczenie w zakresie gier integracyjnych

Uczestnicy szkolenia wypróbują różne dostosowane gry, które można wykorzystać w kontekście szkolnym w celu promowania uczestnictwa wszystkich uczniów.

4. Wstępna propozycja zajęć integracyjnych

Podczas szkolenia uczestnicy opracują prostą propozycję dostosowanego ćwiczenia lub gry, którą będą mogli wykorzystać na swoich zajęciach lub w przyszłych szkoleniach.

5. Refleksja na temat roli wychowawcy

Uczestnicy szkolenia zastanowią się nad rolą nauczyciela wychowania fizycznego jako podmiotu promującego integrację, uznając znaczenie postaw pedagogicznych i atmosfery społecznej panującej w klasie.

8. Treści pisemne

W niniejszym rozdziale zebrano informacje teoretyczne i pedagogiczne, które uzupełniają treści omówione podczas poszczególnych sesji szkoleniowych. Teksty te stanowią materiał pomocniczy dla uczestników szkolenia, pozwalający im pogłębić wiedzę na temat głównych koncepcji związanych z integracyjną wychowaniem fizycznym oraz roli nauczyciela w promowaniu uczestnictwa wszystkich uczniów.

Treści przedstawione w tym rozdziale są uporządkowane według głównych tematów poruszanych w trakcie dnia szkoleniowego, zgodnie z sesjami przewidzianymi w programie modułu.



8.1 Podstawy integracyjnej wychowania fizycznego

Włączająca wychowanie fizyczne opiera się na zasadzie, że wszyscy uczniowie powinni mieć możliwość uczestniczenia w zajęciach fizycznych i sportowych, które przyczyniają się do ich rozwoju motorycznego, społecznego i emocjonalnego, niezależnie od ich zdolności, cech osobistych lub szczególnych potrzeb.

W kontekście szkolnym integracja oznacza coś więcej niż tylko zapewnienie fizycznej obecności uczniów w klasie. Głównym celem jest promowanie znaczącego uczestnictwa, umożliwiającego wszystkim uczniom aktywne angażowanie się w zajęcia i czerpanie korzyści z doświadczeń edukacyjnych zapewnianych przez wychowanie fizyczne.

Zasada ta została zapisana w ważnych dokumentach międzynarodowych, takich jak Deklaracja z Salamanki i Ramy działania w zakresie edukacji specjalnej, które stanowią, że szkoły oparte na zasadach integracji () powinny przyjmować wszystkich uczniów, niezależnie od ich różnic fizycznych, intelektualnych, społecznych czy kulturowych.

W dziedzinie aktywności fizycznej wytyczne dotyczące wysokiej jakości wychowania fizycznego (QPE) dla decydentów, opracowane przez UNESCO, wskazują, że programy wychowania fizycznego powinny oferować równe szanse uczestnictwa oraz promować bezpieczne i sprzyjające włączeniu środowiska uczenia się.

Wychowanie fizyczne odgrywa szczególnie istotną rolę w promowaniu integracji, ponieważ:

- sprzyja interakcjom społecznym wśród uczniów
- docenia różne formy kompetencji
- umożliwia współpracę i zdobywanie doświadczeń w pracy zespołowej
- Przyczynia się do rozwoju poczucia własnej wartości i pewności siebie.

Aby cele te mogły zostać osiągnięte, niezbędne jest, aby nauczyciele stosowali elastyczne praktyki pedagogiczne, pozwalające reagować na różnorodność występującą w klasach.

8.2 Bariery w uczestnictwie w zajęciach wychowania fizycznego

Pomimo integracyjnego potencjału wychowania fizycznego udział niektórych uczniów może być ograniczony przez różnego rodzaju bariery.

Bariery te można podzielić na trzy główne kategorie: bariery fizyczne, bariery pedagogiczne i bariery społeczne.

Bariery fizyczne

Bariery fizyczne są związane ze środowiskiem lub organizacją przestrzeni, w której odbywają się zajęcia.

Przykłady obejmują:

- Niedostępne obiekty sportowe
- Niewystarczający sprzęt
- Brak dostosowanych materiałów
- miejsca do ćwiczeń, które są zbyt skomplikowane lub niebezpieczne.



Bariery te mogą utrudniać uczestnictwo uczniom o ograniczonej sprawności ruchowej lub mającym inne szczególne potrzeby.

Bariery pedagogiczne

Bariery pedagogiczne często wynikają ze sposobu organizacji lub prowadzenia zajęć.

Oto kilka przykładów:

- Zajęcia o zbyt wysoce konkurencyjnym charakterze
- Zbyt surowe zasady
- Zadania o jednym poziomie trudności
- brak dostosowania do różnych poziomów kompetencji.

Gdy zajęcia nie są dostosowane, niektórzy uczniowie mogą odczuwać frustrację lub wykluczenie.

Bariery społeczne

Bariery społeczne są związane z postawami i zachowaniami występującymi w grupie.

Przykłady obejmują:

- Uprzedzenia wobec niepełnosprawności
- stygmatyzacja uczniów o mniejszych zdolnościach motorycznych
- wykluczenie ze strony kolegów.

Badania w dziedzinie wychowania fizycznego dostosowanego do potrzeb uczniów niepełnosprawnych pokazują, że klimat społeczny w klasie odgrywa kluczową rolę w promowaniu integracji.

Z tego powodu nauczyciel musi odgrywać aktywną rolę w tworzeniu atmosfery szacunku i współpracy wśród uczniów.

8.3 Strategie pedagogiczne na rzecz integracji

Promowanie integracji na zajęciach wychowania fizycznego wymaga stosowania strategii pedagogicznych, które pozwalają na dostosowanie zajęć do cech uczniów.

Jedną z najczęściej stosowanych strategii jest zróżnicowanie pedagogiczne, które polega na dostosowaniu celów, zadań i metod nauczania do potrzeb uczniów.

Do głównych strategii integracji należą:

- Dostosowanie zasad prowadzenia zajęć
- Wykorzystanie zmodyfikowanych materiałów
- Organizacja grup heterogenicznych
- Promowanie działań opartych na współpracy
- Tworzenie różnych poziomów trudności.

Model TREE

Szczególnie przydatnym narzędziem do adaptacji aktywności fizycznej jest model TREE.

Model ten proponuje cztery wymiary dostosowania:



Element	Znaczenie	Przykłady
Nauczanie	Sposób nauczania	Demonstracje wizualne, instrukcje krok po kroku
Zasady	Zasady	Uproszczenie lub zmiana zasad
Sprzęt	Materiały	Użycie większych lub lżejszych piłek
Otoczenie	Przestrzeń	Zmiana rozmiaru boiska lub organizacji przestrzeni

Zastosowanie tego modelu pozwala nauczycielom w prosty i skuteczny sposób dostosowywać zajęcia, zwiększając możliwości uczestnictwa wszystkich uczniów.

8.4 Rola nauczyciela w promowaniu integracji

Nauczyciel wychowania fizycznego odgrywa kluczową rolę w promowaniu integracji w kontekście szkolnym.

Oprócz planowania i organizowania zajęć nauczyciel ma bezpośredni wpływ na:

- klimat społeczny w klasie
- interakcje między uczniami
- sposób postrzegania i doceniania różnic.

Nauczyciel zaangażowany w integrację stara się stworzyć środowisko, w którym wszyscy uczniowie czują się szanowani i doceniani.

Niektóre strategie, które można zastosować, to:

- zachęcanie do współpracy między kolegami
- promowanie wzajemnego wsparcia
- docenianie indywidualnego wysiłku
- uznawanie różnych form sukcesu.

Ponadto nauczyciel powinien zachęcać uczniów do przyjmowania różnych ról podczas zajęć, takich jak:

- gracza
- sędziego
- organizatora
- obserwatora.

Takie podejście zapewnia większe możliwości uczestnictwa i wzmacnia autonomię uczniów.

8.5 Gry integracyjne i nauka przez doświadczenie

Wykorzystanie gier integracyjnych jest skuteczną strategią promującą uczestnictwo wszystkich uczniów w zajęciach wychowania fizycznego.

Gry dostosowane pozwalają eksperymentować z różnymi formami uczestnictwa i pomagają uczniom zrozumieć trudności, z jakimi mogą borykać się niektórzy koledzy z klasy.



W ramach tego modułu wykorzystywane są gry inspirowane projektem „Jogamos Tudo, Brincamos Todos”, którego celem jest promowanie integracji poprzez aktywność fizyczną.

Oto kilka przykładów:

- Zajęcia oparte na współpracy rówieśniczej
- gry z symulowanymi ograniczeniami (np. słabym wzrokiem)
- Dostosowane gry zręcznościowe.

Zajęcia te mają wiele zalet pedagogicznych:

- wspierają empatię wśród uczniów
- zachęcają do współpracy
- umożliwiają eksperymentowanie z różnymi strategiami adaptacyjnymi.

Uczenie się przez doświadczenie jest szczególnie skuteczne w szkoleniu nauczycieli, ponieważ pozwala na praktyczne zrozumienie wyzwań związanych z integracją.

8.6 Planowanie działań integracyjnych

Wdrażanie praktyk integracyjnych wymaga starannego planowania działań.

Planując lekcję sprzyjającą włączeniu społecznemu, nauczyciel powinien wziąć pod uwagę kilka aspektów:

- Charakterystyka klasy
- Poziom sprawności ruchowej
- szczególne potrzeby niektórych uczniów
- cele pedagogiczne zajęć.

Przydatną strategią jest przewidywanie różnych poziomów trudności w ramach tego samego zadania, co pozwala każdemu uczniowi uczestniczyć w zajęciach zgodnie ze swoimi możliwościami.

Na przykład w grze polegającej na rzucaniu można wyznaczyć różne odległości rzutu, dając wszystkim uczniom szansę na sukces.

8.7 Refleksja pedagogiczna i rozwój zawodowy

Promowanie integracji w wychowaniu fizycznym jest ciągłym procesem uczenia się i refleksji.

Nauczyciele powinni regularnie oceniać swoje praktyki pedagogiczne, starając się zidentyfikować:

- Strategie, które sprawdzają się dobrze
- napotkane trudności
- możliwości poprawy.

Ważne dla rozwoju praktyk sprzyjających integracji jest również dzielenie się doświadczeniami między nauczycielami oraz udział w działaniach związanych z kształceniem ustawicznym.

W kontekście tego szkolenia dla trenerów oczekuje się, że uczestnicy będą również odgrywać aktywną rolę w rozpowszechnianiu dobrych praktyk, przyczyniając się do



tworzenia bardziej integracyjnych środowisk edukacyjnych w swoich szkołach i społecznościach.

9. Scenariusze sesji i główne działania

W niniejszym rozdziale przedstawiono szczegółowe scenariusze sesji składających się na dzień szkoleniowy. Każda sesja zawiera praktyczne wytyczne, które wspierają pracę trenera w realizacji działań określonych w programie.

Sesje łączą elementy wykładu teoretycznego, wspólnej refleksji i praktycznych eksperymentów, umożliwiając uczestnikom zrozumienie zasad integracyjnej wychowania fizycznego oraz zgłębienie strategii pedagogicznych, które można zastosować w kontekście szkolnym.

Sesja 1 – Podstawy integracyjnej wychowania fizycznego

Czas trwania: 45 minut

Układ sali:

Krzesła ustawione w półokręgu lub w małych grupach po 3–4 absolwentów; projektor i tablica flipchart z przodu sali.

Materiały:

- Komputer i projektor
- Prezentacja
- tablica flipchart
- Zakładki
- Karteczki samoprzylepne

Wykorzystane materiały dydaktyczne:

- Załącznik 1 – Lista kontrolna dotycząca integracji w zajęciach wychowania fizycznego

Etapy zajęć

1. Powitanie i prezentacja modułu (10 min)

Trener przedstawia cel szkolenia oraz ramy modułu w ramach programu szkolenia trenerów. Uczestnicy są proszeni o krótkie podzielenie się swoim doświadczeniem zawodowym w zakresie wychowania fizycznego.

2. Wstępna prezentacja na temat wychowania fizycznego sprzyjającego włączeniu społecznemu (15 min)

Trener przedstawia podstawowe pojęcia związane z integracją w kontekście edukacyjnym, poruszając następujące kwestie:

- Pojęcie znaczącego uczestnictwa



- zasady edukacji integracyjnej
- rolę wychowania fizycznego w promowaniu integracji
- korzyści płynące z aktywności fizycznej dla wszystkich uczniów.

Na tym etapie można odwołać się do odpowiednich dokumentów międzynarodowych, takich jak Deklaracja z Salamanki i Ramy działania w zakresie edukacji specjalnej oraz wytyczne UNESCO dotyczące wysokiej jakości wychowania fizycznego (QPE) dla decydentów.

3. Ćwiczenie z indywidualną refleksją (10 min)

Każdy uczestnik szkolenia otrzymuje karteczkę samoprzylepną i jest proszony o udzielenie odpowiedzi na następujące pytanie:

„Jakie jest największe wyzwanie związane z promowaniem integracji na lekcjach wychowania fizycznego w realiach Twojej szkoły?”

Uczestnicy zapisują swoją odpowiedź i umieszczają karteczkę samoprzylepną na tablicy lub flipcharcie.

4. Dyskusja w grupie (5 min)

Prowadzący grupuje odpowiedzi według kategorii (np. zasoby, postawy, organizacja zajęć) i zachęca do krótkiej dyskusji.

5. Podsumowanie sesji (5 min)

Trener podkreśla główne idee i łączy je z kolejnymi sesjami szkolenia.

Skup się na integracji

- docenianie różnorodności doświadczeń uczestników
- promuj pozytywne postrzeganie integracji
- podkreśl, że wszyscy uczniowie mogą w znaczący sposób uczestniczyć w zajęciach.

Skup się na bezpieczeństwie

Stwórz atmosferę wzajemnego szacunku, w której uczestnicy szkolenia będą czuli się swobodnie, omawiając trudności lub wyzwania napotymane w praktyce zawodowej.

Pytania do refleksji

- Co oznacza znaczące uczestnictwo w kontekście zajęć wychowania fizycznego?
- Jakie wyzwania wiążą się z promowaniem integracji w Twojej szkole?
- Jaką rolę mogą odegrać nauczyciele w pokonywaniu tych wyzwań?

Sesja 2 – Bariery w uczestnictwie w zajęciach wychowania fizycznego

Czas trwania: 45 minut



Układ sali:

Stoły ustawione w małych grupach roboczych (3–4 uczestników).

Materiały:

- tablica flipchart
- Zakładki
- arkusze robocze

Wykorzystane materiały dydaktyczne:

- Załącznik 2 – Narzędzie do obserwacji uczestniczącej w kontekście integracji

Etapy sesji

1. Wprowadzenie do tematu (10 min)

Prowadzący przedstawia pojęcie barier utrudniających uczestnictwo, wyjaśniając, że mogą one mieć charakter fizyczny, pedagogiczny lub społeczny.

2. Praca w małych grupach (15 min)

Każda grupa otrzymuje arkusz roboczy i musi wskazać przykłady barier utrudniających uczestnictwo w zajęciach wychowania fizycznego.

Grupy powinny wymyślić rzeczywiste przykłady z kontekstu szkolnego.

3. Wymiana poglądów i dyskusja (10 min)

Każda grupa przedstawia wyniki swojej dyskusji. Trener zapisuje główne pomysły na tablicy flipchart.

4. Powiązanie z praktyką pedagogiczną (10 min)

Trener przedstawia strategie, które mogą pomóc w pokonaniu zidentyfikowanych barier.

Skup się na integracji

Zachęć uczestników do zastanowienia się, w jaki sposób niewielkie zmiany pedagogiczne mogą znacznie zwiększyć możliwości uczestnictwa uczniów.

Skup się na bezpieczeństwie

Upewnij się, że dyskusja nie przerodzi się w krytykę szkół lub kolegów, a będzie raczej konstruktywną refleksją.

Pytania do refleksji

- Jakie bariery najczęściej występują na lekcjach wychowania fizycznego?
- Które z tych barier może pokonać nauczyciel?
- Jakie strategie można wdrożyć, aby zwiększyć zaangażowanie uczniów?



Sesja 3 – Strategie pedagogiczne na rzecz integracji

Czas trwania: 45 minut

Układ sali:

Półkole z miejscem na demonstrację.

Materiały:

- piłki
- Balony
- Pachołki

Wykorzystane załączniki pedagogiczne:

- Załącznik 4 – Przewodnik po adaptacji ćwiczeń (model TREE)

Etapy sesji

1. Wprowadzenie do modelu TREE (10 min)

Prowadzący przedstawia model TREE, stosowany w dziedzinie adaptowanej wychowania fizycznego w celu dostosowania aktywności fizycznej.

2. Praktyczna demonstracja (15 min)

Prowadzący pokazuje, jak można dostosować prostą grę, zmieniając:

- Zasady
- Materiałów
- przestrzeni
- metody nauczania.

3. Praca w grupach (15 min)

Uczestnicy otrzymują przykład aktywności fizycznej i muszą zaproponować jej adaptację, korzystając z modelu TREE.

4. Dyskusja i podsumowanie (5 min)

Prowadzący przedstawia główne wnioski z ćwiczenia.

Nacisk na integrację

Pokaż, że wiele dostosowań można wprowadzić w prosty i kreatywny sposób, wykorzystując materiały dostępne w szkołach.

Skup się na bezpieczeństwie

Upewnij się, że proponowane dostosowania nie stwarzają fizycznego zagrożenia dla uczniów.



Pytania do refleksji

- Jakie dostosowania można wprowadzić bez zmiany celów zajęć?
- Jak zapewnić, by wszyscy uczniowie czuli się zmotywowani i włączeni?

Sesja 4 – Rola nauczyciela w promowaniu integracji

Czas trwania: 45 minut

Układ sali:

Krąg dyskusyjny.

Materiały:

- tablica flipchart
- Zakładki

Wykorzystane materiały dydaktyczne:

- Załącznik 9 – Przewodnik po komunikacji integracyjnej

Etapy sesji

1. Wprowadzenie do roli pedagoga (10 min)

Prowadzący omawia znaczenie postawy nauczyciela w promowaniu integracji.

2. Studium przypadku (15 min)

Uczestnicy analizują fikcyjną sytuację wykluczenia ucznia podczas lekcji wychowania fizycznego.

3. Dyskusja w grupach (15 min)

Uczestnicy szkolenia omawiają możliwe działania nauczyciela.

4. Podsumowanie sesji (5 min)

Prowadzący zwraca uwagę na najskuteczniejsze strategie pedagogiczne.

Skup się na integracji

Promuj podejście oparte na szacunku i docenianiu różnic.

Skup się na bezpieczeństwie

Upewnij się, że strategie pedagogiczne sprzyjają tworzeniu środowiska bezpiecznego pod względem emocjonalnym.

Pytania do refleksji

- W jaki sposób nauczyciel może promować współpracę wśród uczniów?
- Jak atmosfera w klasie wpływa na uczestnictwo?



Sesja 5 – Gry integracyjne i praktyczne eksperymenty

Czas trwania: 45 minut

Organizacja przestrzeni:

Pawilon lub sala gimnastyczna z stanowiskami do ćwiczeń.

Materiały:

- Balony
- piłki
- Sprzedaż
- Pachołki

Wykorzystane materiały dydaktyczne:

- Załącznik 5 – Arkusz pedagogiczny do gry „Follow Me”
- Załącznik 6 – Arkusz pedagogiczny do gry „BalãoBall”
- Załącznik 7 – Arkusz pedagogiczny do gry „Sitting Bowling”
- Załącznik 8 – Arkusz pedagogiczny do gry „Pudełka”

Etapy sesji

1. Wprowadzenie do ćwiczeń praktycznych (5 min)

Trener wyjaśnia cele zajęć.

2. Przejście przez stacje ćwiczeń (30 min)

Uczestnicy w małych grupach próbują różnych gier integracyjnych.

3. Dyskusja w grupie (10 min)

Uczestnicy dzielą się swoimi wrażeniami.

Skupienie się na integracji

Promowanie empatii i zrozumienia trudności, z jakimi borykają się niektórzy uczniowie.

Skupienie się na bezpieczeństwie

Stały nadzór podczas ćwiczeń symulacyjnych.

Pytania do refleksji

- Jakie dostosowania pozwoliły wszystkim uczestniczyć w zajęciach?
- Jak wykorzystać te ćwiczenia na lekcjach wychowania fizycznego?

Sesja 6 – Planowanie zajęć integracyjnych

Czas trwania: 30 minut



Organizacja sali:

Praca w małych grupach.

Materiały:

- Arkusze
- Zakładki

Wykorzystane materiały dydaktyczne:

- Załącznik 3 – Przykładowy plan zajęć w klasie integracyjnej

Etapy zajęć

1. Wprowadzenie do ćwiczenia (5 min)

Prowadzący wyjaśnia cel zadania.

2. Praca w grupach (20 min)

Uczestnicy opracowują propozycję ćwiczenia sprzyjającego integracji.

3. Wymiana doświadczeń i podsumowanie (5 min)

Niektóre grupy przedstawiają swoje propozycje.

Skup się na integracji

Upewnij się, że proponowane działania oferują różne formy uczestnictwa.

Skup się na bezpieczeństwie

Sprawdź, czy zaplanowane działania są bezpieczne dla wszystkich uczniów.

Pytania do refleksji

- Jakie dostosowania uwzględniono w zajęciach?
- Jak zapewnić aktywny udział wszystkich uczniów?

10. Wytyczne dotyczące integracji i dostępności

Promowanie praktyk integracyjnych w wychowaniu fizycznym wymaga świadomego podejścia pedagogicznego, które uwzględni różnorodność umiejętności, doświadczeń i potrzeb obecnych w każdej klasie. Nauczyciel odgrywa kluczową rolę w tworzeniu dostępnych i sprzyjających uczestnictwu środowisk edukacyjnych, zapewniając wszystkim uczniom realne możliwości zaangażowania się w proponowane zajęcia.

Integracja w zajęciach wychowania fizycznego nie ogranicza się do dostosowania zadań ruchowych; obejmuje ona również stworzenie warunków do skutecznej komunikacji, odpowiednią organizację przestrzeni oraz zapewnienie różnych form uczestnictwa. Podejście to jest zgodne z międzynarodowymi zasadami edukacji integracyjnej, takimi jak te propagowane w Deklaracji z Salamanki i Ramach działania w zakresie edukacji



specjalnej, a także z wytycznymi dotyczącymi wysokiej jakości programów wychowania fizycznego określonymi w wytycznych UNESCO dla decydentów politycznych dotyczących wysokiej jakości wychowania fizycznego (QPE).

W kontekście wychowania fizycznego wytyczne dotyczące integracji i dostępności powinny skupiać się w szczególności na dwóch istotnych wymiarach: komunikacji pedagogicznej oraz możliwościach uczestnictwa w zajęciach.

10.1 Wskazówki dotyczące komunikacji

Komunikacja odgrywa kluczową rolę w promowaniu integracji. Niejasne instrukcje, zbyt skomplikowane wyjaśnienia lub brak praktycznych pokazów mogą stanowić bariery w uczestnictwie dla niektórych uczniów.

Z tego powodu nauczyciel musi stosować strategie komunikacyjne, które ułatwiają wszystkim uczniom zrozumienie zadań.

Używaj jasnego i prostego języka

W miarę możliwości instrukcje powinny być przedstawiane w prosty i uporządkowany sposób, przy użyciu krótkich zdań i przystępnego słownictwa. Gdy zajęcia są złożone, pomocne może być podzielenie wyjaśnienia na kilka etapów.

Na przykład zamiast wyjaśniać wszystkie zasady gry naraz, nauczyciel może najpierw przedstawić podstawową dynamikę zadania, a dodatkowe zasady wprowadzać stopniowo.

Połącz wyjaśnienia słowne z praktyczną demonstracją

Demonstracja wizualna ułatwia zrozumienie zadań motorycznych, zwłaszcza uczniom mającym trudności z przetwarzaniem informacji werbalnych.

W miarę możliwości nauczyciel może:

- zademonstrować ruch lub zadanie
- poprosić ochotnika z klasy o wykonanie demonstracji
- wykorzystać krótkie filmy lub ilustracje.

Tego typu podejście jest szczególnie przydatne podczas wprowadzania nowych ćwiczeń lub gier dostosowanych do potrzeb uczniów.

Sprawdź, czy uczniowie zrozumieli instrukcje

Po wyjaśnieniu ćwiczenia nauczyciel może sprawdzić, czy uczniowie zrozumieli instrukcje, zadając proste pytania, takie jak:

- „Kto może jeszcze raz wyjaśnić główną zasadę gry?”
- „Jaki jest cel tego ćwiczenia?”

Ten proces pozwala zidentyfikować wątpliwości i upewnić się, że wszyscy uczniowie są gotowi do rozpoczęcia zadania.

Wykorzystaj sygnały wizualne lub dźwiękowe



W niektórych sytuacjach pomocne może być uzupełnienie komunikacji werbalnej o sygnały wizualne lub dźwiękowe, takie jak:

- Gesty wskazujące na rozpoczęcie lub zakończenie ćwiczenia
- sygnały dźwiękowe (gwizdek lub klaskanie)
- karty wizualne lub znaczniki.

Tego typu strategia może ułatwić uczestnictwo uczniów mających trudności z koncentracją lub rozumieniem.

Zachęcaj do komunikacji między rówieśnikami

Komunikacja między kolegami może być ważnym narzędziem promującym integrację. W wielu zadaniach uczniowie mogą pracować w parach lub małych grupach, wspierając się nawzajem w realizacji zadań.

Strategia ta sprzyja nie tylko uczestnictwu, ale także rozwijaniu umiejętności społecznych, takich jak współpraca i empatia.

10.2 Opcje uczestnictwa w zajęciach

Jedną z głównych strategii promowania integracji na zajęciach wychowania fizycznego jest oferowanie różnych form uczestnictwa w zajęciach.

Nie wszyscy uczniowie mają takie same umiejętności motoryczne ani taki sam poziom pewności siebie w zakresie aktywności fizycznej. Z tego powodu ważne jest, aby proponowane zadania pozwalały na różne poziomy zaangażowania i trudności.

Oferowanie różnych poziomów trudności

O ile to możliwe, zajęcia powinny obejmować różne poziomy trudności, umożliwiając uczniom uczestnictwo zgodnie z ich możliwościami.

Na przykład podczas ćwiczenia rzucania do celu nauczyciel może wyznaczyć różne odległości rzutu, umożliwiając każdemu uczniowi wybór poziomu najlepiej odpowiadającego jego możliwościom.

Takie podejście sprzyja indywidualnym sukcesom i pozwala uniknąć sytuacji frustracji.

Dostosuj zasady i materiały

Dostosowanie zasad i materiałów może znacznie ułatwić uczestnictwo wszystkich uczniów.

Oto kilka przykładów:

- użyj większych lub lżejszych piłek
- przeznaczenie większej ilości czasu na wykonanie zadania
- zmniejszenie rozmiaru boiska
- uproszczenie skomplikowanych zasad.

Adaptacje te są często stosowane w ramach adaptowanej wychowania fizycznego i pozwalają zwiększyć możliwości uczestnictwa bez zmiany celów pedagogicznych danej aktywności.



Zróznicuj role w ramach zajęć

Inną ważną strategią jest umożliwienie uczniom przyjmowania różnych ról podczas zajęć.

Oprócz roli gracza uczniowie mogą również uczestniczyć jako:

- Sędzia
- Obserwator
- Sędzia punktowy
- osoby odpowiedzialnej za sprzęt.

Takie podejście poszerza możliwości uczestnictwa i docenia różne rodzaje wkładu w ramach klasy.

Promowanie działań opartych na współpracy

Zajęcia oparte na współpracy są szczególnie skuteczne w promowaniu integracji, ponieważ kładą nacisk na pracę zespołową i współpracę między uczniami.

W takich sytuacjach sukces zadania zależy od wkładu wszystkich członków grupy, co zachęca uczniów do wspierania kolegów i doceniania różnych umiejętności obecnych w klasie.

Zapewnij wybór i autonomię

W miarę możliwości uczniowie powinni mieć możliwość wyboru między różnymi działaniami lub formami uczestnictwa. Możliwość wyboru zwiększa motywację i pozwala uczniom angażować się w działania w bardziej znaczący sposób.

Na przykład na stanowisku z zadaniami uczniowie mogą wybrać, które wyzwanie chcą wykonać lub jaką rolę wolą pełnić.

11. Ocena i kontrola jakości

Ocena szkolenia jest kluczowym elementem zapewniającym jakość procesu szkoleniowego i pozwalającym zweryfikować, czy oczekiwane efekty uczenia się zostały faktycznie osiągnięte przez uczestników.

W tym module ocena jest postrzegana jako proces formatywny i ciągły, łączący różne strategie, które pozwalają na gromadzenie dowodów nauki uczestników w trakcie sesji.

Strategie oceny obejmują:

- obserwację udziału w zajęciach
- analizę pracy w grupach
- szybki test wiedzy
- samoocenę uczestników.

Takie podejście pozwala trenerowi śledzić postępy uczestników i w razie potrzeby dostosowywać sposób prowadzenia szkolenia.

11.1 Dowody potwierdzające osiągnięcie efektów uczenia się



Poniższa tabela przedstawia główne efekty uczenia się związane z sesjami modułu, a także dowody i narzędzia, które można wykorzystać do weryfikacji, czy efekty te zostały osiągnięte.

Sesja	Oczekiwane efekty uczenia się	Dowody/wykorzystane narzędzia
Sesja 1 – Podstawy integracyjnej wychowania fizycznego	Zrozumienie koncepcji integracyjnej wychowania fizycznego i uznanie znaczenia aktywnego udziału wszystkich uczniów.	Udział w dyskusji wstępnej; odpowiedzi na karteczkach samoprzylepnych dotyczące wyzwań związanych z integracją; obserwacja udziału w debacie.
Sesja 2 – Bariery w uczestnictwie w zajęciach wychowania fizycznego	Zidentyfikowanie różnych rodzajów barier utrudniających uczestnictwo (fizycznych, pedagogicznych i społecznych) występujących w kontekście szkolnym.	Wyniki pracy grupowej nad identyfikacją barier; prezentacja wniosków przez grupy; wykorzystanie siatki obserwacyjnej.
Sesja 3 – Strategie pedagogiczne na rzecz integracji	Zastosowanie strategii dostosowywania działań z wykorzystaniem modelu TREE.	Prezentacja propozycji dostosowań przedstawionych przez grupy; dyskusja na temat znalezionych rozwiązań; analiza sugerowanych dostosowań.
Sesja 4 – Rola nauczyciela w promowaniu integracji	Uświadomienie sobie roli nauczyciela w tworzeniu środowisk sprzyjających integracji oraz promowaniu pozytywnych interakcji między uczniami.	Udział w analizie studium przypadku; wkład przedstawiony podczas dyskusji w grupie.
Sesja 5 – Gry sprzyjające integracji i praktyczne eksperymenty	Wypróbowanie dostosowanych gier i refleksja nad strategiami promującymi uczestnictwo wszystkich uczniów.	Udział w zajęciach praktycznych; obserwacja zaangażowania uczestników; końcowa dyskusja na temat doświadczeń z życia.
Sesja 6 – Planowanie działań sprzyjających integracji	Opracowanie prostej propozycji dostosowanego ćwiczenia lub gry, które można wykorzystać w kontekście szkolnym.	Przygotowanie propozycji integracyjnych zajęć grupowych; prezentacja i dyskusja nad propozycjami.

Tabela ta pozwala trenerowi śledzić postępy uczestników i gromadzić konkretne dowody nauki w trakcie trwania modułu.

11.2 Szybki sprawdzian wiedzy



Na zakończenie szkolenia prowadzący może przeprowadzić szybki test wiedzy w celu utrwalenia głównych treści omówionych w ciągu dnia.

Może to przybrać formę krótkiego kwestionariusza ustnego lub pisemnego albo moderowanej dyskusji grupowej.

Oto kilka przykładowych pytań lub tematów:

1. Zdefiniuj w jednym zdaniu pojęcie integracyjnej wychowania fizycznego.
2. Co oznacza znaczący udział w zajęciach wychowania fizycznego?
3. Wymień trzy rodzaje barier, które mogą ograniczać udział uczniów w zajęciach ruchowych.
4. Krótko wyjaśnij model TREE i w jaki sposób można go wykorzystać do dostosowania aktywności fizycznej.
5. Podaj dwa przykłady dostosowań, które można wprowadzić, aby gra była bardziej integracyjna.
6. Jaką rolę może odegrać nauczyciel w promowaniu klimatu sprzyjającego integracji w klasie?
7. Dlaczego zajęcia oparte na współpracy sprzyjają integracji na lekcjach wychowania fizycznego?

Pytania te pozwalają szybko sprawdzić, czy uczestnicy szkolenia zrozumieli podstawowe pojęcia omówione podczas szkolenia.

11.3 Samoocena uczestników szkolenia

Samoocena jest ważną strategią zachęcającą uczniów do refleksji nad własnym uczeniem się oraz nad tym, jak mogą zastosować zdobytą wiedzę w kontekście zawodowym.

Na zakończenie szkolenia uczestnicy mogą zostać poproszeni o refleksję nad poniższymi stwierdzeniami, korzystając ze skali od 1 do 5:

(1 – Zdecydowanie się nie zgadzam | 5 – Zdecydowanie się zgadzam)

- Rozumiem podstawowe zasady integracyjnej wychowania fizycznego.
- Potrafię zidentyfikować bariery, które mogą ograniczać udział uczniów w zajęciach wychowania fizycznego.
- Czuję się na siłach, by dostosować aktywność fizyczną do zróżnicowanych umiejętności uczniów.
- Potrafię stosować strategie komunikacyjne sprzyjające uczestnictwu wszystkich uczniów.
- Potrafię zaplanować zajęcia wychowania fizycznego, które oferują różne opcje uczestnictwa.
- Czuję się przygotowany do zastosowania zdobytej wiedzy w moim środowisku zawodowym.
- Czuję się pewnie, dzieląc się tą wiedzą z innymi nauczycielami lub kolegami z branży.

Po zakończeniu samooceny prowadzący może zaproponować krótką chwilę wspólnej refleksji, zachęcając uczestników do podzielenia się:



- aspekt szkolenia, który uznali za szczególnie przydatny
- strategię, którą zamierzają zastosować podczas przyszłych zajęć lub szkoleń.

Ten końcowy moment pozwala utrwalić wiedzę i zachęca do przeniesienia zdobytej wiedzy do praktyki zawodowej.

12. Slajdy i materiały wizualne

Slajdy pomocnicze są ważnym zasobem pedagogicznym wspierającym prowadzenie sesji modułowych, pozwalającym na przejrzystą organizację treści i ułatwiającym uczestnikom zrozumienie głównych pojęć.

W kontekście szkolenia trenerów slajdy powinny być zaprojektowane w sposób zwięzły i wizualny, z przewagą schematów, obrazów i praktycznych przykładów, a nie długich bloków tekstu. Głównym celem jest wsparcie wyjaśnień prowadzącego i ułatwienie dyskusji z uczestnikami.

Treści przedstawione na slajdach muszą być zgodne z zasadami edukacji włączającej zawartymi w Deklaracji z Salamanki i Ramach działania w zakresie edukacji specjalnej oraz w wytycznych dotyczących jakości wychowania fizycznego zaproponowanych w Wytycznych UNESCO dotyczących jakości wychowania fizycznego (QPE) dla decydentów, a także z krajowymi ramami prawnymi ustanowionymi dekretem z mocą ustawy nr 54/2018 w sprawie edukacji włączającej.

Zalecana długość prezentacji

Zaleca się, aby trener korzystał z prezentacji zawierającej około 25–35 slajdów, co odpowiada średnio 4–6 slajdom na sesję, biorąc pod uwagę, że moduł obejmuje momenty dyskusji, ćwiczenia praktyczne i pracę w grupach.

Taka długość pozwala na:

- ustrukturyzować najważniejsze treści szkolenia;
- wizualnie uzupełnić wyjaśnienia prowadzącego;
- uniknąć nadmiaru informacji, który może ograniczyć interakcję z uczestnikami.

W miarę możliwości slajdy powinny zawierać:

- obrazy lub schematy wyjaśniające;
- przykłady dostosowanych ćwiczeń;
- proste wykresy lub tabele;
- pytania do refleksji.

Minimalne tematy slajdów

Prezentacja powinna zawierać co najmniej następujące tematy, uporządkowane zgodnie z treściami poruszonymi w programie dnia.



Ramy szkolenia

- Cel formatu edukacyjnego Train-the-Trainers (ToT) oraz cele modułu
- Znaczenie integracyjnej wychowania fizycznego w kontekście szkolnym.
- Rola trenerów w szkoleniu nauczycieli w zakresie praktyk pedagogicznych sprzyjających integracji.
- Ramy koncepcyjne edukacji włączającej w międzynarodowych politykach edukacyjnych.

Podstawowe pojęcia związane z integracyjną wychowaniem fizycznym

- Kluczowe terminy:
 - Integracja
 - Znaczące uczestnictwo
 - Zróżnicowanie pedagogiczne
 - Dostosowanie zajęć
 - Integracja za pośrednictwem rówieśników
- Koncepcja dostosowanej wychowania fizycznego i jej znaczenie dla uczestnictwa uczniów o różnych możliwościach.
- Podstawowe zasady integracji na zajęciach wychowania fizycznego.

Bariery w uczestnictwie w zajęciach wychowania fizycznego

- Rodzaje barier utrudniających uczestnictwo uczniów:
 - Bariery fizyczne i środowiskowe
 - Bariery pedagogiczne
 - Bariery społeczne i związane z nastawieniem.
- Przykłady rzeczywistych sytuacji, które mogą ograniczać udział niektórych uczniów.
- Strategie mające na celu zmniejszenie lub wyeliminowanie tych barier.

Model opcji uczestnictwa

- Prezentacja modelu opcji uczestnictwa w zajęciach, w tym różnych możliwych ról dla uczniów:
 - Odgrywanie
 - obserwować
 - Sędziowanie
 - Organizowanie
 - wspieranie kolegów.
- Znaczenie dywersyfikacji ról w celu zwiększenia możliwości uczestnictwa.
- Przykłady zastosowania tego modelu w praktyce.

Strategie pedagogiczne na rzecz integracji

- Zasady dostosowywania aktywności fizycznej.



- Prezentacja modelu **TREE** dotyczącego dostosowania zadań:
 - T – Styl nauczania
 - R – Zasady
 - E – Sprzęt
 - E – Środowisko
- Konkretne przykłady dostosowania gier szkolnych.

Integracja za pośrednictwem rówieśników

- Rola kolegów w promowaniu uczestnictwa.
- Strategie współpracy i wsparcia wśród uczniów.
- Ograniczenia roli kolegi-opiekuna:
 - Wsparcie bez zastępowania
 - Zachęcanie do samodzielności
 - promowanie pozytywnych interakcji.

Przykłady gier sprzyjających integracji

- Prezentacja dostosowanych gier, które można wykorzystać w kontekście szkolnym.
- Przykłady możliwych adaptacji dla różnych poziomów sprawności.
- Ilustracje lub schematy organizacji przestrzeni.

Organizacja przestrzeni i zajęć

- Przykładowy układ stanowisk do zajęć.
- Wyznaczenie wyraźnych obszarów do zabawy i poruszania się.
- Strategie organizowania grup uczniów podczas zajęć integracyjnych.

Planowanie zajęć integracyjnych

- Niezbędne elementy planu lekcji integracyjnej:
 - Cele zajęć
 - organizacja przestrzeni
 - Potrzebne materiały
 - Możliwe dostosowania
 - role uczniów
- Uprozczone przykłady planowania zajęć integracyjnych.

Refleksja pedagogiczna i podsumowanie

- Znaczenie refleksji po przeprowadzeniu zajęć.
- Pytania przewodnie do podsumowania z uczniami.
- Strategie oceny udziału i zaangażowania uczniów w działania.

Podsumowanie końcowe



Co-funded by
the European Union



- Kluczowe idee modułu.
- Rola nauczyciela wychowania fizycznego jako podmiotu sprzyjającego integracji.
- Wyzwania i możliwości związane z wdrażaniem praktyk integracyjnych w szkołach.

Załączniki

Moduł 1 zawiera:

1. Listę kontrolną integracji na zajęciach wychowania fizycznego
2. Narzędzie do obserwacji uczestnictwa w zajęciach integracyjnych
3. Szablon planu lekcji sprzyjającej integracji
4. Przewodnik po adaptacji ćwiczeń (model TREE)
5. Arkusz pedagogiczny do gry „Follow Me”
6. Arkusz pedagogiczny do gry „BalãoBall”
7. Arkusz pedagogiczny do gry „Sitting Bowling”
8. Arkusz pedagogiczny do gry „Pudełka”
9. Przewodnik po komunikacji integracyjnej
10. Narzędzie do refleksji dla nauczycieli.



Szkolenie trenerów (ToT) – 5-dniowy program

Moduł 2 – Dzień 2

Ochrona i odpowiedzialne wsparcie

Główny autor (partner): FPDD

1. Podsumowanie modułu

Moduł ten wyposaża nauczycieli, trenerów i personel szkolny w wiedzę i umiejętności niezbędne do zapewnienia bezpieczeństwa, poszanowania praw oraz odpowiedzialnego wsparcia dla uczniów z poważnymi niepełnosprawnościami fizycznymi uprawiających boccję, zwłaszcza tych z klasy sportowej BC3. Obejmuje on kluczowe pojęcia, takie jak niepełnosprawność ruchowa, klasyfikacja w boccji oraz główne schorzenia występujące wśród sportowców BC3, podkreślając ich wpływ na bezpieczny i integracyjny udział w aktywności fizycznej. Moduł porusza również kwestię praw osób niepełnosprawnych, odpowiedzialności etycznej nauczycieli, trenerów i asystentów sportowych oraz kluczowej roli operatorów ramp w wspieraniu sportowców BC3. Uczestnicy angażują się w praktyczne działania mające na celu stosowanie zasad bezpieczeństwa, przestrzeganie praw sportowców oraz zapewnienie odpowiedzialnego wsparcia zarówno w kontekście szkolnym, jak i podczas treningów boccii.

2. Grupa docelowa, wymagania wstępne i profil trenera

2.1 Grupa docelowa

Moduł jest skierowany w szczególności do nauczycieli szkolnych zajmujących się wychowaniem fizycznym lub integracyjnymi zajęciami szkolnymi, trenerów sportowych pracujących w ramach sportów adaptowanych lub integracyjnych programów aktywności fizycznej, asystentów sportowych i operatorów ramp wspierających sportowców BC3 Boccia, pracowników szkół oraz osób prowadzących integracyjne programy sportowe (rodziny i wolontariuszy sportowych).

2.2 Wymagania wstępne

Nie ma żadnych formalnych wymagań wstępnych, aby wziąć udział w tym module szkoleniowym. Moduł został zaprojektowany tak, aby zapewnić podstawową wiedzę i praktyczne wskazówki, dzięki czemu jest dostępny dla uczestników o różnym poziomie doświadczenia.

2.3 Zalecane kompetencje trenera



- Doświadczenie w zakresie **dostosowanej aktywności fizycznej lub sportu dla osób niepełnosprawnych**
- Praktyczne doświadczenie w pracy z **osobami z niepełnosprawnością fizyczną**, w szczególności z poważnymi zaburzeniami motorycznymi
- Znajomość wpływu niepełnosprawności na życie codzienne i zadania sportowe, zwłaszcza w przypadku sportowców BC3
- Znajomość systemu klasyfikacji w boccii
- Zrozumienie **zasad bezpieczeństwa i wsparcia etycznego w kontekście sportowym**
- Doświadczenie w **szkoleniu nauczycieli, trenerów lub instruktorów sportowych**

3. Efekty uczenia się

Pod koniec tego dnia uczestnicy będą potrafili:

1. Wyjaśnić pojęcie niepełnosprawności ruchowej, szczególnych potrzeb zawodników boccii oraz jego implikacji dla bezpiecznego uczestnictwa w aktywności fizycznej i sporcie.
2. Opisać cechy funkcjonalne i fizjologiczne związane z typowymi schorzeniami występującymi u sportowców BC3, takimi jak porażenie mózgowe, uraz rdzenia kręgowego i choroby nerwowo-mięśniowe.
3. Rozpoznać prawa osób niepełnosprawnych, w szczególności prawo do dostępu do sportu i aktywności fizycznej w środowiskach sprzyjających integracji.
4. Zrozumieć rolę i obowiązki nauczycieli, trenerów i asystentów sportowych we wspieraniu sportowców z poważnymi niepełnosprawnościami podczas treningów boccii.
5. Stosować zasady bezpieczeństwa, aby zapewnić bezpieczne, pełne szacunku i etyczne wsparcie dla uczniów z niepełnosprawnościami zarówno w kontekście szkolnym, jak i sportowym.
6. Określić odpowiednie strategie wsparcia i sprzęt pomocniczy, które przyczyniają się do bezpiecznego i znaczącego udziału w zajęciach z boccii.

4. Kluczowe przesłania

- Integracja to nie tylko uczestnictwo, ale także znaczące i bezpieczne uczestnictwo. Uczniowie z niepełnosprawnościami powinni być wspierani w sposób promujący autonomię, godność i równe szanse.
- Zrozumienie niepełnosprawności i ograniczeń funkcjonalnych jest niezbędne do zapewnienia bezpiecznych i odpowiednich praktyk aktywności fizycznej.
- Ochrona jest wspólną odpowiedzialnością nauczycieli, trenerów, asystentów i wszystkich osób zaangażowanych we wspieranie sportowców.
- Asystenci sportowi i operatorzy ramp odgrywają kluczową rolę w umożliwianiu sportowcom BC3 uczestnictwa przy jednoczesnym poszanowaniu zasad, neutralności i niezależności sportowca.
- Szacunek dla praw osób z niepełnosprawnościami musi kierować wszystkimi działaniami w środowiskach edukacyjnych i sportowych.



5. Kluczowe terminy i definicje

Niepełnosprawność ruchowa

Upośledzenie fizyczne wpływające na ruch, koordynację lub kontrolę mięśni. Może wynikać z zaburzeń neurologicznych, mięśniowych lub szkieletowych i może wpływać na zdolność danej osoby do wykonywania czynności fizycznych.

Klasyfikacja sportowa

System stosowany w sporcie paraolimpijskim w celu zapewnienia uczciwej rywalizacji poprzez grupowanie sportowców w zależności od wpływu ich niepełnosprawności na wyniki sportowe (). W boccii klasyfikacja określa uprawnienia sportowca do udziału w zawodach oraz klasę sportową, w której startuje.

Integracja

Proces, który gwarantuje, że wszystkie osoby, niezależnie od niepełnosprawności lub innych różnic, mają równe szanse na pełne uczestnictwo w takich działaniach, jak edukacja, sport i życie społeczne. W sporcie inkluzja oznacza dostosowanie otoczenia i systemów wsparcia tak, aby każdy mógł w pełni uczestniczyć w zajęciach.

Asystent sportowy: Osoba, która w razie potrzeby wspiera sportowca z poważną niepełnosprawnością w wykonywaniu zadań związanych ze sportem. W boccii asystenci pomagają w ustawianiu sprzętu lub materiałów, przestrzegając przy tym surowych zasad, które gwarantują, że to sportowiec zachowuje kontrolę nad podejmowaniem decyzji.

Operator rampy (BC3): Specjalny rodzaj asystenta sportowego, który obsługuje rampę używaną przez sportowców BC3 w boccii. Operator rampy musi postępować zgodnie z instrukcjami sportowca, nie udzielając porad taktycznych ani nie patrząc na boisko podczas gry, zapewniając sportowcowi pełną kontrolę nad rozgrywką.

6. Materiały, logistyka i przygotowanie sali

6.1 Lista materiałów

- Kule do boccii (6 czerwonych + 6 niebieskich + 1 kula docelowa)
- Rampa
- Wózek inwalidzki
- Stół
- Krzesło
- Taśma do wytyczania boiska (boisko do boccii)
- Znaczniki
- Karty z sytuacjami
- Karty z rolami

6.2 Wymagania dotyczące miejsca i układu sali



Płaska przestrzeń wewnątrz budynku, taka jak sala gimnastyczna lub sala wielofunkcyjna, z wyraźnie wyznaczonymi granicami i wystarczającą ilością miejsca na prezentację teoretyczną oraz ćwiczenia praktyczne. W sali powinny znajdować się krzesła i stoły ustawione w sposób sprzyjający interakcji, a także sprzęt do projekcji (komputer, projektor i ekran). Powinna być również dostępna odpowiednia otwarta przestrzeń, na której uczestnicy będą mogli wykonywać ćwiczenia praktyczne i odgrywać scenki związane ze wspieraniem sportowców niepełnosprawnych oraz uprawianiem boccii.

6.3 Kadra i nadzór

Moduł szkoleniowy powinien być prowadzony przez wykwalifikowanych specjalistów posiadających wiedzę i doświadczenie w zakresie dostosowanej aktywności fizycznej i sportu integracyjnego.

Za przekazywanie treści teoretycznych i koordynację sesji szkoleniowych powinien odpowiadać jeden trener lub instruktor. Powinien on mieć doświadczenie w pracy z osobami niepełnosprawnymi oraz wiedzę na temat uprawiania boccii i wspierania sportowców.

Podczas zajęć praktycznych i ćwiczeń z odgrywaniem ról trener powinien bezpośrednio nadzorować uczestników, aby upewnić się, że postępują zgodnie z instrukcjami oraz wykonują zadania bezpiecznie i z szacunkiem.

W miarę możliwości podczas zajęć praktycznych powinna być obecna dodatkowa osoba pomagająca lub prowadząca. Osoba ta mogłaby pomagać w przygotowaniu materiałów, kierować uczestnikami podczas ćwiczeń z odgrywaniem ról oraz dbać o prawidłowe odtworzenie sytuacji związanych ze wsparciem dla sportowców.

Odpowiedni nadzór jest niezbędny, aby zapewnić, że uczestnicy rozumieją swoje obowiązki podczas wspierania sportowców z niepełnosprawnościami, a także w celu promowania bezpiecznych i pełnych szacunku praktyk.

6.4 Kwestie związane z dostępnością miejsca szkolenia

- Miejsce szkolenia powinno być w pełni dostępne dla uczestników z niepełnosprawnościami, zwłaszcza tych o ograniczonej sprawności ruchowej.
- Miejsce powinno mieć dostęp bez schodów, np. rampy lub windy, aby umożliwić osobom na wózkach inwalidzkich łatwe wejście i poruszanie się. Drzwi i korytarze powinny być wystarczająco szerokie, aby pomieścić wózki inwalidzkie i zapewnić bezpieczne i wygodne poruszanie się.
- W pobliżu sali szkoleniowej powinny znajdować się dostępne toalety. Przestrzeń szkoleniowa powinna również zapewniać wystarczającą ilość otwartej powierzchni, aby umożliwić manewrowanie wózkiem inwalidzkim i udział w zajęciach praktycznych.
- Meble powinny być rozmieszczone w sposób elastyczny, aby umożliwić osobom poruszającym się na wózkach inwalidzkich wygodne ustawienie się i aktywny udział zarówno w sesjach teoretycznych, jak i praktycznych.



- W miarę możliwości należy zapewnić wyraźne oznakowanie i niezakłócone przejścia, aby stworzyć bezpieczne i integracyjne środowisko dla wszystkich uczestników.

7. Plan dnia

Harmonogram (cały dzień wraz z przerwami: 6 godzin). Przykładowy harmonogram (patrz tabela poniżej):

Czas	Treść
09:30–10:30	Sesja 1 – Ochrona, niepełnosprawność ruchowa i bezpieczeństwo w praktyce sportowej (60 min)
10:30–11:20	Sesja 2 – Najczęstsze patologie w klasie BC3 i implikacje dla bezpieczeństwa w praktyce sportowej (50 min)
11:20–11:40	Przerwa
11:40–12:30	Sesja 3 – Prawa osób niepełnosprawnych w zakresie dostępu do sportu (50 min)
12:30–13:30	Lunch
13:30–14:20	Sesja 4 – Odpowiedzialne wsparcie dla sportowców z niepełnosprawnościami (50 min)
14:20–14:35	(Krótka przerwa)
14:35–15:30	Sesja 5 – Praktyczne działania na rzecz wsparcia sportowców (55 min)

Oczekiwane efekty dnia:

- Zrozumienie zasad ochrony i bezpieczeństwa
- Znajomość cech charakterystycznych sportowców BC3 i ich potrzeb w zakresie wsparcia
- Świadomość praw i obowiązków etycznych
- Praktyczne umiejętności w zakresie wspierania sportowców z poważną niepełnosprawnością

8. Treść pisemna

8.1 Niepełnosprawność ruchowa i kwestie bezpieczeństwa w aktywności fizycznej i sporcie

Niepełnosprawność ruchowa odnosi się do schorzeń układu nerwowo-mięśniowego, szkieletowego lub stawów, które ograniczają zdolność osoby do poruszania się, utrzymywania postawy lub koordynacji ruchów. Schorzenia te mogą być wrodzone lub nabyte i mogą wpływać na codzienne czynności, takie jak chodzenie, utrzymywanie równowagi, trzymanie przedmiotów lub wykonywanie precyzyjnych ruchów. Osoby z niepełnosprawnością ruchową mogą doświadczać zmniejszonej siły mięśniowej, zmienionego napięcia mięśniowego (takiego jak spastyczność lub hipotonia), ograniczonego zakresu ruchu lub trudności z koordynacją, a niektóre z nich mogą



korzystać z urządzeń wspomagających, takich jak wózki inwalidzkie, chodziki, kule lub ortozy, aby wspierać mobilność i uczestnictwo. Co ważne, niepełnosprawność ruchowa niekoniecznie wpływa na zdolności poznawcze. Uczestnictwo w aktywności fizycznej i sporcie może przynieść znaczące korzyści, w tym poprawę zdrowia, większą niezależność, większą pewność siebie i większe uczestnictwo w życiu społecznym. Jednak bariery, takie jak niedostępne środowisko, brak dostosowanego sprzętu lub ograniczona wiedza na temat praktyk integracyjnych, mogą ograniczać uczestnictwo. Z tego powodu bezpieczeństwo ma zasadnicze znaczenie przy planowaniu aktywności fizycznej dla osób z niepełnosprawnością ruchową. Zajęcia powinny być dostosowane do możliwości funkcjonalnych, otoczenie powinno być dostępne i dobrze zorganizowane, a ćwiczenia powinny być stopniowo zwiększane pod odpowiednim nadzorem. Dzięki odpowiedniemu planowaniu, wskazówkom i wsparciu aktywność fizyczna może być uprawiana bezpiecznie i może znacząco przyczynić się do poprawy jakości życia osób z niepełnosprawnością ruchową.

8.2 Cechy funkcjonalne sportowców BC3 i implikacje dla bezpiecznego uprawiania sportu

Boccia to sport paraolimpijski przeznaczony dla sportowców z poważnymi zaburzeniami motorycznymi, a aby zapewnić uczciwą rywalizację, sportowcy są klasyfikowani zgodnie z ich zdolnościami funkcjonalnymi. Klasa BC3 obejmuje sportowców z bardzo poważnymi ograniczeniami motorycznymi, którzy nie są w stanie samodzielnie i konsekwentnie rzucać lub kopać piłki, dlatego używają urządzenia z rampą do umieszczania piłki na boisku. Sportowcom BC3 pomaga asystent sportowy, który ustawia rampę i umieszcza piłkę zgodnie z instrukcjami sportowca; podczas oficjalnych zawodów asystent musi stać tyłem do boiska, aby zapewnić, że sportowiec pozostaje w pełni odpowiedzialny za decyzje taktyczne. Z zawodnikami klasy BC3 może wiązać się kilka schorzeń, w tym porażenie mózgowo-rdzeniowe, urazy rdzenia kręgowego i choroby nerwowo-mięśniowe. Porażenie mózgowo-rdzeniowe może wpływać na ruch, postawę i koordynację, często powodując sztywność mięśni lub ruchy mimowolne, podczas gdy urazy rdzenia kręgowego mogą skutkować częściowym lub całkowitym paraliżem oraz zmniejszoną stabilnością tułowia. Choroby nerwowo-mięśniowe, takie jak dystrofia mięśniowa, wpływają na komunikację między nerwami a mięśniami i często prowadzą do postępującego osłabienia mięśni. Schorzenia te mogą wpływać na siłę, koordynację, postawę i poziom zmęczenia, co sprawia, że dostosowany sprzęt, podpory postawy i staranne planowanie aktywności są niezbędne do bezpiecznego uprawiania sportu. Zrozumienie tych cech funkcjonalnych pomaga nauczycielom, trenerom i asystentom w tworzeniu bezpiecznego, integracyjnego i wspierającego środowiska dla sportowców BC3.

8.3 Prawa osób niepełnosprawnych w zakresie dostępu do sportu

Uznanie praw osób niepełnosprawnych odegrało ważną rolę w poszerzaniu możliwości uczestnictwa w sporcie i aktywności fizycznej. Międzynarodowe i europejskie ramy prawne promują równość, dostępność i integrację we wszystkich obszarach życia społecznego, w tym w sporcie. Kluczowym kamieniem milowym w tym rozwoju jest Konwencja ONZ o prawach osób niepełnosprawnych (2006), która potwierdza, że osoby niepełnosprawne mają prawo do uczestnictwa w zajęciach rekreacyjnych i sportowych na równi z innymi, oraz zachęca kraje do promowania polityki sportu integracyjnego i



dostępnych obiektów. Na poziomie europejskim inicjatywy takie jak Europejska Karta Sportu wspierają równe szanse uczestnictwa w sporcie i podkreślają znaczenie usuwania barier społecznych i środowiskowych. Ramy te są ściśle powiązane z zasadami samodzielnego życia i aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym, promującymi autonomię, interakcje społeczne i równy dostęp do działań społeczności. Sport może odgrywać znaczącą rolę we wspieraniu tych zasad poprzez poprawę zdrowia, samopoczucia, pewności siebie i integracji społecznej. W rezultacie wiele krajów opracowało programy sportu integracyjnego, dostosowane inicjatywy wychowania fizycznego oraz możliwości uprawiania sportu wyczynowego w formie dostosowanej, przyczyniając się do tworzenia bardziej dostępnych i integracyjnych środowisk sportowych dla osób z niepełnosprawnościami.

8.4 Odpowiedzialne wsparcie i ochrona w boccii

Wspieranie sportowców niepełnosprawnych wymaga zarówno wiedzy technicznej, jak i zrozumienia zasad etycznych, takich jak szacunek, autonomia, godność i bezpieczeństwo. Odpowiedzialne wsparcie oznacza zapewnienie pomocy niezbędnej do udziału w zawodach, przy jednoczesnym zagwarantowaniu, że to sportowiec pozostaje głównym decydentem. W boccii potrzeby w zakresie wsparcia mogą się różnić w zależności od możliwości funkcjonalnych poszczególnych sportowców i mogą obejmować pomoc w ustawieniu się, przygotowaniu sprzętu lub przygotowaniu otoczenia gry. W przypadku sportowców z klasy BC3 asystenci mogą również pomagać w ustawieniu rampy i umieszczeniu piłki zgodnie z instrukcjami sportowca. Asystenci muszą jednak zawsze szanować autonomię sportowca i nie mogą wpływać na decyzje taktyczne podczas gry. Skuteczna komunikacja i zaufanie między sportowcem a asystentem są niezbędne do udanej współpracy. Ochrona jest również kluczowym elementem sportu adaptacyjnego i polega na tworzeniu środowisk, w których sportowcy czują się bezpieczni, szanowani oraz chronieni przed krzywdą fizyczną, emocjonalną lub psychiczną. Nauczyciele, trenerzy i asystenci wspólnie ponoszą odpowiedzialność za zapewnienie, że zajęcia są prowadzone w sposób bezpieczny i sprzyjający integracji. Ćwiczenia refleksyjne i dyskusje mogą pomóc uczestnikom w rozpoznaniu potencjalnych zagrożeń oraz określeniu strategii promujących bezpieczny, pełen szacunku i integracyjny udział w sporcie. Ćwiczenia refleksyjne mogą pomóc uczestnikom w zidentyfikowaniu potencjalnych zagrożeń i opracowaniu strategii zapewniających bezpieczny udział w sporcie. Dzięki dyskusjom i dzieleniu się doświadczeniami uczestnicy mogą lepiej zrozumieć, w jaki sposób odpowiedzialne wsparcie przyczynia się do integracji i dobrego samopoczucia w środowiskach sportowych.

8.5 Nauka praktyczna i zajęcia oparte na doświadczeniu

Nauka praktyczna jest istotnym elementem rozwijania umiejętności niezbędnych do skutecznego wspierania sportowców z niepełnosprawnościami. Ćwiczenia oparte na doświadczeniu, takie jak odgrywanie ról, symulowane sytuacje sportowe i praktyczne pokazy, pozwalają uczestnikom zapoznać się z rzeczywistymi scenariuszami i lepiej zrozumieć wyzwania związane z uprawianiem sportu w sposób integracyjny. Podczas tych zajęć uczestnicy mogą wcielić się w różne role, takie jak sportowiec, asystent lub



obserwator, co pomaga im rozwijać umiejętności komunikacyjne, współpracę i świadomość kwestii bezpieczeństwa podczas wspierania sportowców z niepełnosprawnościami. Doświadczenia te zachęcają również do refleksji na temat pełnego szacunku interakcji, odpowiednich strategii wsparcia oraz bezpiecznej organizacji zajęć sportowych. Sesje praktyczne dają możliwość dyskusji i uzyskania informacji zwrotnej, co pozwala uczestnikom nabrać pewności w stosowaniu praktyk integracyjnych i odpowiedzialnych strategii wsparcia zarówno w środowisku edukacyjnym, jak i sportowym.

9. Scenariusze sesji i główne działania

Sesja 1 – Niepełnosprawność ruchowa, ochrona i bezpieczeństwo w sporcie adaptacyjnym

Czas trwania: 50 minut

Układ sali: Ustawienie krzeseł w półokręgu; projektor/tablica flipchart z przodu; otwarta przestrzeń do dyskusji w małych grupach

Materiały: slajdy, tablica flipchart, markery

Wykorzystany załącznik: Załącznik A – Lista kontrolna bezpieczeństwa

1. Powitanie i wprowadzenie do sesji – Trener przedstawia cel sesji: zrozumienie niepełnosprawności ruchowej oraz kluczowych zasad bezpieczeństwa niezbędnych do zapewnienia bezpiecznego i integracyjnego uczestnictwa w aktywności fizycznej oraz w kontekście boccii.

2. Wkład trenera (15 min): Pojęcie niepełnosprawności ruchowej

Wyjaśnienie definicji i głównych cech niepełnosprawności ruchowej (ograniczenia w ruchu i mobilności; zmienione napięcie mięśniowe (spastyczność lub hipotonia); trudności z koordynacją; potrzeba stosowania urządzeń wspomagających (wózki inwalidzkie, kule, protezy))

3. Refleksja z przewodnikiem (15 min): Bariery w aktywności fizycznej –

Uczestnicy indywidualnie zastanawiają się nad sytuacjami, w których niepełnosprawność ruchowa może stanowić wyzwanie w uczestnictwie w sporcie (np. równowaga, koordynacja, zmęczenie).

4. Wkład trenera (15 min): Bezpieczeństwo i zapobieganie ryzyku

Prezentacja kluczowych kwestii dotyczących bezpieczeństwa w dostosowanej aktywności fizycznej: wcześniejsza ocena kondycji fizycznej; bezpieczne otoczenie i dostępne przestrzenie; wyjaśnienie typowych zagrożeń (upadki, przeciążenia, zderzenia, problemy z postawą) oraz strategii zapobiegania.

5. Ćwiczenie w małych grupach (15 min) – Identyfikacja ryzyka

Uczestnicy pracują w małych grupach, analizując typowy scenariusz szkolny lub treningowy.



Każda grupa identyfikuje: potencjalne zagrożenia dla bezpieczeństwa; możliwe dostosowania w celu zmniejszenia tych zagrożeń.

Nacisk na integrację

Podkreśl, że dostosowanie nie ogranicza udziału, a raczej umożliwia osobom z niepełnosprawnością ruchową bezpieczne i znaczące zaangażowanie się w aktywność fizyczną.

Nacisk na bezpieczeństwo

Podkreśl znaczenie zapobiegania ryzyku, dostosowanego otoczenia oraz odpowiedniego nadzoru w celu zminimalizowania wypadków i zapewnienia bezpiecznego uprawiania sportu.

Pytania podsumowujące

- Jakie zagrożenie bezpieczeństwa występuje najczęściej w Twoim środowisku nauczania lub trenowania?
- Jakie proste dostosowania mogłyby poprawić bezpieczeństwo uczestników z niepełnosprawnością ruchową?
- W jaki sposób nadzór i planowanie mogą zmniejszyć ryzyko bez ograniczania udziału w zajęciach?

Sesja 2 – Najczęstsze cechy BC3 i bezpieczne uprawianie sportu Schorzenia

Czas trwania: 50 minut

Układ sali: Układ półokrągły; projektor/tablica flipchart z przodu

Materiały: slajdy, tablica flipchart, markery

Wykorzystany załącznik: Załącznik B – Schemat klasyfikacji w boccii

Kroki

1. Wprowadzenie do sesji: Trener przedstawia cel sesji – zrozumienie najczęstszych schorzeń/cech charakterystycznych związanych z klasą BC3 w boccii oraz ich wpływu na uprawianie sportu.

2. Wkład trenera (10 min): Przegląd profilu funkcjonalnego BC3

Wyjaśnienie cech charakterystycznych klasy BC3: bardzo poważne ograniczenia motoryczne; niemożność konsekwentnego rzucania piłką, korzystanie z rampy i asystenta sportowego, zawodnik odpowiedzialny za strategię i podejmowanie decyzji.

3. Wkład trenera (15 min): Porażenie mózgowe

a) Przedstawienie kluczowych cech tych schorzeń: spastyczność, trudności z koordynacją, problemy z równowagą; rodzaje porażenia mózgowego (spastyczne, dyskinetyczne, ataksyjne, mieszane)

b) Omów, w jaki sposób porażenie mózgowe wpływa na udział w boccii



4. Wkład trenera (15 min): Choroby nerwowo-mięśniowe i urazy rdzenia kręgowego

a) Przedstawienie kluczowych cech tych schorzeń: osłabienie i zwyrodnienie mięśni (choroby nerwowo-mięśniowe), paraliż lub utrata czucia (urazy rdzenia kręgowego)

b) Wyjaśnienie wpływu na uprawianie sportu

5. Ćwiczenie refleksyjne dotyczące ochrony i bezpieczeństwa (10 min): Uczestnicy pracują w małych grupach, aby zastanowić się nad kwestiami ochrony i bezpieczeństwa podczas pracy z zawodnikami z takimi schorzeniami jak porażenie mózgowe, urazy rdzenia kręgowego lub choroby nerwowo-mięśniowe w boccii

Nacisk na integrację Podkreśl, że sportowcy z poważnymi niepełnosprawnościami ruchowymi mogą aktywnie uczestniczyć w sporcie, gdy zasady, sprzęt i otoczenie są dostosowane.

Kwestie bezpieczeństwa

Należy zadbać o prawidłowe stosowanie dostosowań i sprzętu wspomagającego w celu ochrony postawy zawodników, zapobiegania zmęczeniu oraz zapewnienia bezpieczeństwa podczas udziału w zawodach.

Pytania podsumowujące

- W jaki sposób różne zaburzenia motoryczne wpływają na sposób uprawiania sportu?
- Jakie kwestie związane z ochroną i bezpieczeństwem uznałbyś za priorytetowe podczas pracy ze sportowcami z poważnymi ograniczeniami motorycznymi?

Sesja 3 – Prawa osób niepełnosprawnych w zakresie dostępu do sportu.

Czas trwania: 50 minut

Układ sali: Ustawienie krzesel w półokręgu; projektor/tablica flipchart z przodu

Materiały: slajdy (lub wydrukowane kluczowe punkty), markery

Wykorzystany załącznik: Brak

Kroki:

7. Wprowadzenie do sesji: Trener przedstawia cel sesji – zrozumienie praw osób z niepełnosprawnościami
8. Wkład trenera (10 min): wyjaśnienie historycznej ewolucji praw osób niepełnosprawnych
9. Wkład trenera (10 min): międzynarodowe i europejskie ramy dotyczące prawa do uprawiania sportu.
10. Wkład trenera (10 min): zasady samodzielnego życia i aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym.
11. Wkład trenera (10 min): Sposób, w jaki modele te wpłynęły na europejską politykę integracji



12. Krótka dyskusja/refleksja z przewodnikiem (10 min): Wpływ tych praw na promowanie aktywności fizycznej i sportu wśród osób z niepełnosprawnościami
- 13.

Nacisk na integrację: używaj języka sprzyjającego integracji i podkreślaj możliwość wyboru: wiele ważnych ról uczestnictwa dla każdego ucznia.

Nacisk na bezpieczeństwo: Bezpieczeństwo psychologiczne: ustanowienie pełnego szacunku tonu i zapobieganie osądzającym komentarzom na temat niepełnosprawności.

Pytania podsumowujące:

- W jaki sposób Twoja szkoła gwarantuje prawo do pełnego uczestnictwa uczniów z niepełnosprawnościami w szkolnych zajęciach sportowych?
- W jaki sposób szkoła może zaangażować całą społeczność szkolną w promowanie praw osób z niepełnosprawnościami?
- Które praktyki sportowe w szkole promują lub ograniczają prawo do integracji edukacyjnej?
- W jaki sposób aktywny udział uczniów z niepełnosprawnościami może wzmocnić poszanowanie ich praw w szkole?

Sesja 4 – Odpowiedzialne wsparcie dla sportowców z niepełnosprawnościami

Czas trwania: 55 minut

Układ sali: Przestrzeń do prezentacji teoretycznej i ćwiczeń praktycznych. W sali powinny znajdować się krzesła i stoły ustawione w sposób sprzyjający interakcji, a także sprzęt do projekcji (komputer, projektor i ekran).

Materiały: Slajdy

Wykorzystany załącznik: Brak

1. Wprowadzenie do sesji: Trener przedstawia cel sesji – Trener przedstawia cel sesji: zrozumienie koncepcji odpowiedzialnego wsparcia w sporcie adaptacyjnym
2. Wkład trenera – Zasady odpowiedzialnego wsparcia (10 min)
Trener przedstawia główne zasady odpowiedzialnego wsparcia w sporcie adaptacyjnym: poszanowanie autonomii sportowca; bezpieczeństwo i ochrona; jasna komunikacja; godność i szacunek; promowanie niezależności.
Uczestnicy są zachęceni do zastanowienia się, w jaki sposób wsparcie powinno ułatwiać uczestnictwo, nie zastępując roli sportowca.
3. Wkład trenera (10 min): Zrozumienie potrzeb w zakresie wsparcia w boccii
Trener wyjaśnia typowe rodzaje wsparcia, jakiego sportowcy mogą potrzebować podczas treningu lub zawodów: korekta pozycji i postawy; przygotowanie i organizacja sprzętu do boccii (); wsparcie w komunikacji; przygotowanie bezpiecznego i dostępnego środowiska treningowego.



Przykłady z praktyki boccii ilustrują, w jaki sposób asystenci i trenerzy mogą wspierać sportowców, zachowując jednocześnie ich niezależność i zdolność do podejmowania decyzji.

4. Wkład trenera (15 min): Rola asystenta sportowego w BC3
Trener przedstawia klasę BC3 oraz wykorzystanie ramp i asystentów sportowych: ustawianie rampy; umieszczanie piłki; wykonywanie poleceń sportowca; utrzymywanie neutralnej pozycji podczas gry.

5. Ćwiczenie dotyczące bezpieczeństwa i refleksji nad bezpieczeństwem (15 min)
Uczestnicy w małych grupach krótko omawiają kwestie związane z ochroną podczas wspierania sportowców z poważnymi niepełnosprawnościami ruchowymi.

Grupy identyfikują:

- potencjalne zagrożenia (bariery komunikacyjne, nadmierna pomoc, kwestie bezpieczeństwa związane ze sprzętem)
- strategie zapewniające pełne szacunku i bezpieczne wsparcie.

Uczestnicy są zachęceni do stosowania tych zasad w kontekście sportowym, szkolnym i społecznym.

Nacisk na integrację

Wsparcie powinno umożliwiać uczestnictwo, zachowując jednocześnie autonomię, godność i prawo do podejmowania decyzji przez sportowca.

Nacisk na bezpieczeństwo

Asystenci i trenerzy muszą zapewnić bezpieczne ustawienie, prawidłowe użycie sprzętu oraz pełne szacunku interakcje, zapobiegając zarówno ryzyku fizycznemu, jak i psychologicznemu.

Pytania podsumowujące

- Co oznacza odpowiedzialne wsparcie w kontekście sportu adaptacyjnego?
- Dlaczego poszanowanie autonomii sportowca jest niezbędne dla uprawiania sportu integracyjnego?
- Jakie wyzwania mogą pojawić się podczas wspierania sportowców z poważnymi ograniczeniami motorycznymi?
- W jaki sposób komunikacja może poprawić jakość uczestnictwa?

Sesja 5 – Ćwiczenie praktyczne: Wspieranie sportowca

Czas trwania: 60 minut

Układ sali: Przestrzeń do ćwiczeń praktycznych.



Materiały: rampa, kule do boccii.

Wykorzystane załączniki: Załącznik C – Karty ról oraz Załącznik C – Karty ćwiczeń

1. Wprowadzenie do sesji praktycznej. Trener przedstawia cel: zapewnienie praktycznego doświadczenia w zakresie wspierania sportowców z niepełnosprawnościami poprzez odgrywanie ról i symulowane sytuacje sportowe.

2. Ćwiczenie z odgrywaniem ról – komunikacja i podejście (10 min).

Uczestnicy symulują przybycie sportowca z niepełnosprawnością na sesję treningową. Asystenci ćwiczą: powitanie i komunikację; oferowanie wsparcia z szacunkiem; organizację przestrzeni do ćwiczeń.

Obserwatorzy udzielają informacji zwrotnej na temat stylu komunikacji, zapewnienia bezpieczeństwa oraz poszanowania autonomii.

3. Ćwiczenie z odgrywaniem ról – Wspieranie przygotowań do treningu (10 min).

Uczestnicy symulują takie sytuacje, jak: przygotowanie przestrzeni treningowej; organizacja sprzętu; pomoc w ustawieniu sportowca.

4. Ćwiczenie z odgrywaniem ról – symulacja roli asystenta BC3 (15 min).

Uczestnicy symulują rolę asystenta sportowego BC3. Jeden z uczestników wciela się w rolę sportowca, a drugi w rolę asystenta odpowiedzialnego za: ustawienie rampy; umieszczenie piłki; wykonywanie poleceń sportowca; Asystenci muszą unikać wywierania wpływu na decyzje sportowca.

5. Refleksja na temat bezpieczeństwa i środków ochronnych (10 min).

Uczestnicy zastanawiają się nad: kwestiami bezpieczeństwa podczas korzystania z ramp i sprzętu; komunikacją między sportowcem a asystentem; sposobami zapobiegania nadmiernej pomocy.

Nacisk na integrację

Ćwiczenia z odgrywaniem ról pomagają uczestnikom zrozumieć, w jaki sposób wsparcie może wzmocnić pozycję sportowców, a nie zastąpić ich rolę.

Nacisk na bezpieczeństwo

Uczestnicy ćwiczą bezpieczne obchodzenie się ze sprzętem, prawidłowe ustawianie się oraz pełne szacunku interakcje podczas wspierania sportowców z poważnymi ograniczeniami motorycznymi.

Pytania podsumowujące

- Co było największym wyzwaniem podczas wspierania sportowca w trakcie ćwiczeń?
- W jaki sposób komunikacja wpłynęła na interakcję między sportowcem a asystentem?



- W jaki sposób asystenci mogą zapewnić wsparcie bez ograniczania autonomii sportowca?
- Czego dowiedziałeś się o obowiązkach asystenta sportowego w kategorii BC3?

10. Wytyczne dotyczące integracji i dostępności

Należy przyjąć podejście oparte na „opcjach uczestnictwa”: każda sesja powinna umożliwiać uczniom z niepełnosprawnościami pełnienie różnych ról, takich jak zawodnik, sędzia, sędzia punktowy lub obserwator, zapewniając bezpieczne i znaczące uczestnictwo. W razie potrzeby należy dostosować zajęcia, korzystając z modelu STEP (przestrzeń, zadanie, sprzęt, ludzie), aby stworzyć środowisko sprzyjające integracji. Należy zachęcać uczniów bez niepełnosprawności do pełnienia roli asystentów w razie potrzeby, zapewniając wsparcie tylko na prośbę i szanując autonomię sportowca. Wyjaśnij jasno wszystkie role, aby zapewnić sprawiedliwy, bezpieczny i pełen szacunku udział, oraz regularnie zmieniaj role, tak aby każdy uczeń doświadczył zarówno funkcji aktywnych, jak i wspierających

10.1 Wskazówki dotyczące komunikacji

- Używaj krótkich zdań (jedna instrukcja na raz).
- Najpierw zademonstruj, a następnie pozwól uczestnikom spróbować.
- Sprawdź zrozumienie poprzez działanie (pokaż mi pierwszy krok).
- Przekazuj konkretne i konstruktywne informacje zwrotne (co się sprawdziło, a co można poprawić).
- Zachęcaj do pełnej szacunku komunikacji między zawodnikami, asystentami i rówieśnikami

10.2 Opcje uczestnictwa i rotacja ról

- Pozwól uczniom z niepełnosprawnościami na pełnienie różnych ról, takich jak gracz, sędzia lub obserwator, zapewniając bezpieczny i znaczący udział.
- Dostosuj aktywność w razie potrzeby, korzystając z modelu STEP (przestrzeń, zadanie, sprzęt, ludzie), aby wspierać integrację.
- Zachęcaj uczniów bez niepełnosprawności do pełnienia roli asystentów, zapewniających wsparcie tylko wtedy, gdy zostanie o to poproszone, oraz szanujących autonomię sportowca.
- Upewnij się, że asystenci szanują autonomię i decyzje sportowca.
- Jasno wyjaśnij role, aby zapewnić sprawiedliwy, bezpieczny i pełen szacunku udział.

11. Ocena i kontrola jakości

11.1 Dowody na osiągnięcie efektów uczenia się

Efekt uczenia się	Dowód / narzędzie
Zrozumienie niepełnosprawności ruchowej i cech charakterystycznych BC3	Udział w dyskusjach i ćwiczeniach refleksyjnych
Znajomość zasad bezpieczeństwa	Odpowiedzi podczas refleksji grupowej i analizy scenariuszy



Znajomość praw osób niepełnosprawnych w zakresie dostępu do sportu	Dyskusje grupowe i refleksja z przewodnikiem
Umiejętność zapewnienia odpowiedzialnego wsparcia	Obserwacja podczas odgrywania ról i ćwiczeń praktycznych
Bezpieczne stosowanie strategii wsparcia	Obserwacja trenera podczas zajęć praktycznych

11.2 Szybki sprawdzian wiedzy

1. Czym jest niepełnosprawność ruchowa i jak może wpływać na uprawianie sportu?
2. Dlaczego autonomia jest ważna w pracy z zawodnikami z niepełnosprawnością?
3. Jakie są obowiązki asystenta sportowego BC3?
4. Wymień dwa czynniki bezpieczeństwa, które należy wziąć pod uwagę podczas pracy ze sportowcami z poważnymi ograniczeniami motorycznymi.
5. W jaki sposób nauczyciele mogą zapewnić uczniom z niepełnosprawnościami pełnoprawne uczestnictwo w zajęciach?

11.3 Pytanie do samooceny

- Potrafię wskazać kluczowe kwestie związane z bezpieczeństwem przy organizowaniu zajęć ruchowych dla uczniów z niepełnosprawnością ruchową. (1–5)
- Rozumiem cechy funkcjonalne sportowców BC3 oraz rolę asystenta sportowego lub operatora rampy. (1–5)
- Potrafię wskazać co najmniej dwie strategie zapewniające bezpieczny i integracyjny udział w zajęciach z boccii. (1–5)
- Potrafię promować pełną szacunku komunikację i praktyki zapewniające bezpieczeństwo podczas pracy z uczniami z niepełnosprawnościami. (1–5)
- Jedną ze zmian, którą wprowadzę w mojej szkole lub środowisku sportowym w celu poprawy bezpiecznego i integracyjnego uczestnictwa, jest: _____

12. Slajdy i materiały wizualne

Zalecana długość prezentacji: 25–35 slajdów. Minimalna liczba tematów slajdów:

- Zrozumienie niepełnosprawności ruchowej
- Cechy funkcjonalne sportowców BC3
- Porażenie mózgowe, urazy rdzenia kręgowego i choroby nerwowo-mięśniowe
- Kwestie bezpieczeństwa w dostosowanej aktywności fizycznej
- Prawa osób niepełnosprawnych w sporcie
- Zasady odpowiedzialnego wsparcia
- Rola asystentów sportowych i operatorów ramp
- Ochrona i wsparcie etyczne w sporcie integracyjnym
- Praktyczne przykłady integracyjnego uczestnictwa w boccii



5-dniowe szkolenie trenerów (ToT) – format edukacyjny

Moduł 3 – Dzień 3

Praktyczna metodologia i umiejętności BC3, adaptacje, sprzęt i rampy

Główny autor (partner): AETOI

1. Podsumowanie modułu

Ten dzień wyposaża uczestników szkolenia ToT (edukatorów/trenerów) w wiedzę i praktyczne metody potrzebne do wzmocnienia pozycji nauczycieli szkolnych i organizatorów zajęć sportowych, aby mogli wdrażać integracyjne programy BC3 (boccia) z udziałem osób z poważnymi niepełnosprawnościami i ich pełnosprawnych rówieśników w rzeczywistych warunkach szkolnych. Moduł łączy rozbudowane treści teoretyczne (znaczące uczestnictwo, integracja za pośrednictwem rówieśników, zróżnicowanie i opcje uczestnictwa specyficzne dla BC3, w tym realizacja z wykorzystaniem ramp) z praktycznymi ćwiczeniami (ćwiczenia BC3 na stanowiskach, wskazówki trenerskie, progresja, konfiguracja sprzętu i rotacja ról). Załączniki zawierają karty ćwiczeń do wydrukowania, listy kontrolne, karty ról, arkusz obserwacyjny oraz szablon planu lekcji szkolnej trwającej 45–60 minut, aby wesprzeć natychmiastowe wdrożenie. Uwaga: szczegółowy projekt programu BC3 w ramach inicjatywy „Safer School”, protokoły bezpieczeństwa oraz kompleksowe wytyczne dotyczące oceny ryzyka znajdują się w oddzielnym dokumencie „Podręcznik programu BC3 w ramach inicjatywy Safer School”; niniejszy moduł koncentruje się na praktycznej metodologii realizacji oraz narzędziach gotowych do wykorzystania podczas szkoleń.

2. Grupa docelowa, wymagania wstępne i profil trenera

2.1 Grupa docelowa

Nauczyciele/trenerzy, którzy będą wspierać nauczycieli szkolnych i organizatorów zajęć sportowych we wdrażaniu integracyjnych programów BC3 (boccia) w rzeczywistych warunkach szkolnych (grupy mieszane, w tym osoby z poważnymi niepełnosprawnościami i ich pełnosprawni rówieśnicy).

2.2 Wymagania wstępne

Uczestnicy powinni znać podstawowe zasady gry w boccie (kolejność rzutów, punktacja, podstawy boiska).

2.3 Zalecane kompetencje trenera

- Doświadczenie w zakresie aktywności fizycznej sprzyjającej integracji lub dostosowanej do potrzeb oraz w prowadzeniu szkoleń dla dorosłych.
- Umiejętność demonstrowania i prowadzenia zajęć związanych z BC3 przy użyciu prostego języka i wskazówek wizualnych.



- Kompetencje w zakresie podstawowego zarządzania ryzykiem podczas zajęć praktycznych (przestrzeń, sprzęt, granice ról).
- Zrozumienie kwestii godności, autonomii i pełnego szacunku wsparcia w pracy z osobami z poważnymi niepełnosprawnościami.

3. Efekty uczenia się

Pod koniec tego dnia uczestnicy będą potrafili:

1. Wyjaśnić podstawowe zasady integracyjnego prowadzenia zajęć BC3 dla uczestników z poważnymi niepełnosprawnościami w środowisku szkolnym (oparte na prawach, godności, autonomii, znaczącym uczestnictwie).
2. Wybrać i wdrożyć opcje uczestnictwa (gra, pomoc, sędziowanie, organizowanie), które zapewniają, że każdy uczeń wnosi znaczący wkład w działania BC3.
3. Stworzyć dostępną przestrzeń do zajęć BC3, w tym sprawdzić podstawowy sprzęt i ustawienie ramp
, w ramach typowych ograniczeń szkolnych (szczegółowe informacje na temat projektowania z uwzględnieniem bezpieczeństwa i oceny ryzyka można znaleźć w podręczniku Safer School BC3
w celu uzyskania szczegółowych informacji na temat projektowania z uwzględnieniem bezpieczeństwa i oceny ryzyka).
4. Przeprowadź co najmniej dwa integracyjne zajęcia rozwijające umiejętności BC3, stosując podejście oparte na trzech poziomach zróżnicowania (poziom 1/2/3) oraz jasne wskazówki trenerskie.
5. Stworzyć kompletny, trwający 45–60 minut, integracyjny plan lekcji BC3 (obejmujący rotację ról
, nacisk na integrację, nacisk na bezpieczeństwo i podsumowanie).
6. Wykorzystaj proste narzędzia obserwacji i refleksji do monitorowania integracji, bezpieczeństwa i procesu uczenia się podczas realizacji zajęć.

4. Kluczowe przesłania

- Integracja to nie tylko uczestnictwo — to znaczący wkład z zachowaniem godności i możliwości wyboru.
- Dostosowania powinny zmieniać zadanie, a nie wartość uczącego się.
- Rówieśnicy są zasobem: ustrukturyzowane role partnerów sprawiają, że integracja staje się realna i trwała.
- Praktyczna realizacja jest skuteczna, gdy procedury są proste: jasne role, jasne stanowiska, jasne sygnały.
- Urządzenia wspomagające (np. rampy BC3) zwiększają uczestnictwo, gdy są używane za zgodą, przy jasno określonych rolach i sprawiedliwych zasadach.

5. Kluczowe terminy i definicje



Poważna niepełnosprawność: niepełnosprawność wymagająca znacznego wsparcia, która może wpływać na mobilność, kontrolę motoryczną, komunikację, wytrzymałość lub niezależność; wsparcie musi być zaplanowane tak, aby chronić godność i autonomię.

Znaczący udział: zaangażowanie, w którym osoba pełni rzeczywistą rolę, ma wpływ i wnosi cenny wkład, a nie jest tylko symbolicznym uczestnikiem.

Zróżnicowanie: Dostosowanie zadania, zasad, przestrzeni, sprzętu, czasu lub ról, tak aby różni uczniowie mieli dostęp do tego samego celu nauczania.

Opcje uczestnictwa: różne sposoby wniesienia wkładu (gra, pomoc, sędziowanie, organizowanie, punktowanie, mierzenie czasu), tak aby każdy był włączony.

Włączenie za pośrednictwem rówieśników: zorganizowane wykorzystanie rówieśników (role partnerów) w celu wspierania uczestnictwa, komunikacji i poczucia przynależności.

Urządzenie wspomagające: narzędzie, które wspiera uczestnictwo (np. rampa) i powinno być używane z szacunkiem, za zgodą i z jasno określonymi granicami.

BC3 (Boccia): Metoda gry w boccę odpowiednia dla uczestników z poważnymi niepełnosprawnościami fizycznymi; udział może obejmować korzystanie z rampy oraz rolę wsparcia/partnera pod kierunkiem uczestnika.

6. Materiały, logistyka i przygotowanie sali

6.1 Lista materiałów

- Kule do boccii: 12 + kula docelowa (lub równoważne miękkie kule, jeśli kule do boccii są niedostępne).
- Cele/znaczniki: pachołki (10), taśma podłogowa lub płaskie znaczniki, kreda (opcjonalnie).
- Karty ról (wydrukowane): partner, sędzia punktowy, sędzia czasowy, sędzia główny, kierownik ds. sprzętu.
- Rampy BC3: 1–2 (lub model demonstracyjny) + pasy stabilizacyjne, jeśli są używane.
- Miarka, notes z klipsem, długopisy, wydrukowane karty zadań i listy kontrolne.
- Opcjonalnie: przenośna tablica suchościeralna/flipchart, stopery, gwizdek (w razie potrzeby).

6.2 Wymagania dotyczące miejsca i układu sali

Płaska przestrzeń wewnątrz budynku (sala gimnastyczna lub sala wielofunkcyjna) z wyraźnie wyznaczonymi granicami. Ustaw półkole do zajęć teoretycznych i dyskusji oraz stacje do ćwiczeń praktycznych (co najmniej 4 stacje). Zapewnij szerokie przejścia dla urządzeń ułatwiających poruszanie się oraz dobrą widoczność podczas pokazów.

6.3 Kadra i nadzór

Zalecane: 1 główny trener + 1 asystent do części praktycznych. Jeśli wśród uczestników są osoby wymagające dużego wsparcia podczas pokazów, należy zapewnić osobę wspierającą, znającą granice szacunku w udzielaniu pomocy.



6.4 Kwestie związane z dostępnością miejsca

- Dostęp bez schodów i toalety przystosowane dla osób niepełnosprawnych.
- Przejrzyste przejścia między stanowiskami (minimum 1,2 m, jeśli to możliwe).
- Miejsca siedzące z przestrzenią na urządzenia ułatwiające poruszanie się.
- Oświetlenie o niskim poziomie olśnienia i zredukowany hałas w tle, ułatwiający komunikację.
- Wyraźne oznakowanie wizualne dotyczące rotacji stanowisk i kluczowych zasad.

7. Plan dnia

Harmonogram (cały dzień wraz z przerwami: 6 godzin). Przykładowy harmonogram (patrz tabela poniżej):

Czas	Treść
09:30-10:15	Sesja 1 – Rozszerzona teoria I: Inkluzja BC3 w szkołach i integracja osób z poważnymi niepełnosprawnościami (45 min)
10:15–11:05	Sesja 2 – Rozszerzona teoria II: Opcje uczestnictwa, role rówieśników i korzystanie z rampy BC3 (50 min)
11:05–11:25	Przerwa (20 min)
11:25–12:15	Sesja 3 – Metody praktyczne: wskazówki trenerskie BC3, progresja ćwiczeń i ustawienie sprzętu (50 min)
12:15–13:00	Przerwa obiadowa (45 min)
13:00–14:15	Sesja 4 – Ćwiczenia praktyczne: integracyjne zajęcia BC3 na stanowiskach, korzystanie z rampy i rotacja ról (75 min)
14:15–14:30	Przerwa (15 min)
14:30–15:30	Sesja 5 – Mikronauczanie oraz planowanie lekcji szkolnych BC3 + ocena i podsumowanie (60 min)

Oczekiwane wyniki dnia:

- Gotowy do użycia plan lekcji integracyjnej w szkole BC3 trwającej 45–60 minut (wypełniony szablon).
- Co najmniej dwie wydrukowane karty ćwiczeń z opcjami na poziomie 1/2/3.
- Krótka lista kontrolna dotycząca integracji oraz krótka lista kontrolna dotycząca bezpieczeństwa podczas realizacji zajęć.
- Prosty arkusz obserwacyjny (do monitorowania integracji i bezpieczeństwa).

8. Treści pisemne

8.1 Dlaczego programy integracyjne BC3 w rzeczywistych warunkach szkolnych mają znaczenie



Programy integracyjne BC3 w szkołach to nie tylko kwestia dostępu; to droga do poczucia przynależności, uczestnictwa społecznego i równych szans. Dla uczniów z poważnymi niepełnosprawnościami środowisko szkolne może być jednym z niewielu miejsc, gdzie mogą regularnie odbywać się zorganizowane interakcje z rówieśnikami i regularna aktywność fizyczna. Dobrze zaprojektowana integracja przynosi korzyści wszystkim: uczniowie z niepełnosprawnościami zyskują możliwości ruchu, samodzielności i nawiązywania przyjaźni; pełnosprawni rówieśnicy uczą się współpracy, empatii i przywództwa; a szkoła wzmacnia swoją kulturę szacunku. Jednak integracja nie następuje automatycznie. W rzeczywistych warunkach szkolnych nauczyciele borykają się z ograniczeniami, takimi jak ograniczony czas (lekcje trwające 45–60 minut), duże klasy o zróżnicowanym poziomie umiejętności, ograniczony sprzęt i zróżnicowane wsparcie ze strony personelu. Niniejszy moduł przedstawia ramy realizacji integracyjnego programu BC3, które są realistyczne, bezpieczne i możliwe do utrzymania w tych warunkach.

8.2 Zrozumienie poważnych niepełnosprawności w realizacji zajęć BC3 (potrzeby funkcjonalne, a nie etykiety)

W praktyce edukacyjnej i sportowej termin „poważna niepełnosprawność” obejmuje szeroki zakres schorzeń. Przy planowaniu zajęć BC3 potrzeby funkcjonalne są bardziej przydatne niż etykiety medyczne. Duże potrzeby w zakresie wsparcia mogą obejmować ograniczoną kontrolę motoryczną, niską wytrzymałość, nietypowe napięcie mięśniowe, ruchy mimowolne, zaburzenia wzroku lub słuchu, niepełnosprawność intelektualną lub ograniczoną mowę. Niektórzy uczestnicy mogą korzystać z urządzeń ułatwiających poruszanie się, pomocy komunikacyjnych lub osobistego asystenta. Realizacja programu BC3 w sposób sprzyjający włączeniu społecznemu wymaga od nauczycieli uwzględnienia tych potrzeb przy jednoczesnym zachowaniu godności i autonomii uczestników. Kluczowe pytania dla nauczyciela realizującego program „ ” to: Co dana osoba chce robić? Jakie opcje są dostępne, aby w pełni uczestniczyć w zajęciach dzisiaj? Jakie wsparcie jest konieczne, a jakie opcjonalne? Podejście oparte na prawach oznacza, że wsparcie jest oferowane w sposób, który pozwala zachować kontrolę i zgodę danej osoby.

8.3 Znaczące uczestnictwo w programie BC3: wyjście poza symboliczne włączenie

Częstym zagrożeniem w integracji szkolnej jest symboliczne włączenie: uczeń z niepełnosprawnością jest fizycznie obecny, ale ma niewielki wpływ, niewiele możliwości wyboru i ograniczoną rolę. Znaczące uczestnictwo oznacza, że uczeń wnosi cenny wkład i ma możliwość doświadczenia kompetencji, autonomii oraz więzi społecznych. Znaczące uczestnictwo w BC3 może odbywać się poprzez wiele ról, nie tylko poprzez grę. W kontekście szkolnym opcje uczestnictwa mogą obejmować grę z dostosowaniami, kierowanie rówieśnikiem, liczenie punktów, mierzenie czasu, sędziowanie, organizowanie sprzętu lub prowadzenie rozgrzewki. Zadaniem nauczyciela jest wybór opcji, które odpowiadają mocnym stronom i aktualnemu poziomowi energii, a także rotacja ról, aby rówieśnicy rozumieli integrację jako wspólną odpowiedzialność. Gdy



uczestnictwo jest znaczące, wzrasta motywacja, a trudności behawioralne często maleją, ponieważ uczeń doświadcza szacunku i poczucia celu.

8.4 Integracja za pośrednictwem rówieśników: jak pełnosprawni rówieśnicy sprawiają, że integracyjna BC3 jest trwała

W rzeczywistych warunkach szkolnych nauczyciel nie jest w stanie zapewnić indywidualnego wsparcia każdemu uczniowi. Dlatego niezbędne jest ustrukturyzowane wsparcie rówieśnicze. Integracja za pośrednictwem rówieśników nie polega na nieformalnej „pomocy uczniowi niepełnosprawnemu”; jest to zaplanowana strategia z jasno określonymi rolami i granicami. Rola partnera może obejmować wyjaśnianie instrukcji prostym językiem, pomoc w przygotowaniu sprzętu, oferowanie możliwości wyboru, sprawdzanie, czy uczeń czuje się komfortowo, lub wspieranie komunikacji. Aby uniknąć nadmiernej pomocy (która ogranicza autonomię), partnerzy muszą nauczyć się pytać przed podjęciem działania, czekać na odpowiedź i zaakceptować fakt, że uczeń może wybrać inną opcję. Rotacja ról zapobiega nierównowadze sił i gwarantuje, że integracja nie opiera się na jednym „dobrym” uczniu. Role rówieśników wzmacniają również efekty społeczne: rówieśnicy rozwijają zdolności przywódcze i empatię, podczas gdy uczniowie z niepełnosprawnościami doświadczają poczucia przynależności i wspólnej zabawy.

8.5 Adaptacje i różnicowanie w BC3: zmiana zadania bez obniżania oczekiwań

Dostosowania nie są skrótami. Są to wybory projektowe, które zapewniają równy dostęp do celu nauczania. Różnicowanie można osiągnąć za pomocą pięciu głównych dźwigni: zadania (co się robi), zasad (jak się to robi), przestrzeni (gdzie się to robi), sprzętu (jakimi narzędziami) oraz ról (kto co robi). Prostym i skutecznym podejściem jest trypoziomowy projekt dla każdego zadania w BC3: poziom 1 zapewnia maksymalny dostęp (uproszczone ruchy, krótszy dystans, więcej czasu lub alternatywna rola); poziom 2 to wersja standardowa; poziom 3 dodaje wyzwanie (większa precyzja, podejmowanie decyzji taktycznych lub ograniczenia). Co ważne, poziomy powinny być przedstawiane jako wybory, a nie jako etykiety umiejętności. Nauczyciele powinni normalizować wybór dla wszystkich uczniów: każdy może wybrać poziom, który pasuje do jego planu na dany dzień.

8.6 Rampy i urządzenia wspomagające BC3: zasady praktyki opartej na szacunku (nie jest to podręcznik bezpieczeństwa)

Rampy BC3 mogą zwiększyć dostępność dla uczestników, którzy nie są w stanie samodzielnie rzucać lub toczyć piłki. Podczas zajęć szkolnych korzystanie z ramp musi opierać się na jasnych zasadach: zgodzie, jasnym podziale ról i sprawiedliwych zasadach. Zgoda oznacza, że to uczestnik decyduje o ustawieniu i momencie wykonania rzutu. Jasność ról oznacza określenie, kto ustawia rampę, kto wybiera piłkę, kto ją wypuszcza oraz w jaki sposób odbywa się komunikacja między uczestnikiem a partnerem/asystentem. Sprawiedliwość oznacza, że zasady aktywności i punktacja są tak



skonstruowane, aby uczestnictwo z wykorzystaniem rampy było doceniane i zrównoważone. Niniejszy moduł przedstawia te zasady i zawiera praktyczne ćwiczenia stacyjne. Szczegółowe informacje na temat bezpiecznego projektowania zajęć BC3 w szkole, zabezpieczeń i oceny ryzyka można znaleźć w oddzielnym „Podręczniku bezpiecznych zajęć BC3 w szkole”.

8.7 Wskazówki dotyczące nauczania i trenowania, które sprawdzają się w szkolnych grupach BC3 o zróżnicowanych umiejętnościach

Realizacja zajęć BC3 w duchu inkluzywności zależy od komunikacji. W grupach o zróżnicowanym poziomie umiejętności instrukcje muszą być krótkie, spójne i poparte demonstracją. Należy stosować prosty schemat: najpierw pokaż, potem powiedz, a na końcu spróbuj. Wskazówki trenerskie powinny skupiać się na jednym kluczowym punkcie naraz (na przykład: „celuj, powoli, puść”) i być wzmocnione za pomocą wizualnych oznaczeń na podłodze. W przypadku uczestników mających trudności z komunikacją wskazówki można połączyć z obrazkami, kolorowymi kartami lub prostymi gestami. Sprawdź zrozumienie poprzez działanie, zamiast pytać „czy rozumiesz?”. Zamiast tego poproś uczestników o zademonstrowanie pierwszego kroku. Na koniec używaj pozytywnej i konkretnej informacji zwrotnej: opisz, co się udało i co należy spróbować dalej, zamiast ogólnych pochwał.

8.8 Przeniesienie do rzeczywistych warunków szkolnych: ograniczenia i rozwiązania dla integracyjnego BC3

Kontekst szkolny różni się od klubowego. Czas jest ograniczony, klasy są większe, a sprzęt może być minimalny. Realistyczna sesja integracyjna BC3 wymaga zatem: (1) przewidywalnej rutyny, (2) szybkiego przygotowania i (3) rotacji ról w celu rozłożenia odpowiedzialności. Model oparty na stacjach jest skuteczny, ponieważ skraca czas oczekiwania i pozwala na zróżnicowanie bez izolowania uczniów. Wykorzystaj 3–4 stacje z przejrzystymi kartami wizualnymi i prostym sygnałem rotacji. Jeśli klasa jest duża, przydziel uczniom role, takie jak kierownik ds. sprzętu i lider stacji. Jeśli sprzęt jest ograniczony, użyj niedrogich alternatyw (miękkie piłki, taśma podłogowa), zachowując ten sam cel nauczania. Dla uczniów z poważnymi niepełnosprawnościami zaplanuj co najmniej dwie opcje uczestnictwa na sesję: opcję gry i opcję bez gry, aby integracja była możliwa w przypadku zmęczenia, bólu lub przeciążenia sensorycznego.

8.9 Typowe błędne przekonania, których należy unikać

- Błędne przekonanie: „Integracja oznacza, że wszyscy wykonują to samo zadanie”. Rzeczywistość: integracja oznacza, że wszyscy dążą do tego samego celu, ale różnymi drogami.
- Błędne przekonanie: „Rówieśnicy naturalnie będą wiedzieć, jak pomóc”. Rzeczywistość: wsparcia rówieśniczego należy uczyć, ustalając zasady i granice.
- Błędne przekonanie: „Rampy obniżają wartość sportową”. Rzeczywistość: rampy zwiększają udział w zajęciach i pozwalają utrzymać wysoki poziom nauki taktycznej.



- Błędne przekonanie: „Bezpieczeństwo dotyczy wyłącznie urazów”. Rzeczywistość: bezpieczeństwo obejmuje również godność, pełne szacunku interakcje i bezpieczeństwo emocjonalne.

9. Scenariusze sesji i podstawowe działania

Sesja 1 – Rozszerzona teoria I: Inkluzja BC3 w szkołach i integracja osób z poważnymi niepełnosprawnościami

Czas trwania: 45 minut

Układ sali: Ustawienie krzeseł w półokręgu; projektor/tablica flipchart z przodu

Materiały: slajdy (lub wydrukowane kluczowe punkty), tablica flipchart, markery, karteczki samoprzylepne

Wykorzystany załącznik: Brak (tylko slajdy)

Kroki:

1. Powitanie i zapoznanie uczestników z celem: szkolenie dla trenerów (ToT) mające na celu wzmocnienie pozycji nauczycieli i organizatorów zajęć sportowych w zakresie prowadzenia integracyjnych zajęć BC3 w rzeczywistych warunkach szkolnych.
2. Wkład trenera (15 min): wyjaśnienie znaczenia aktywnego uczestnictwa, podejścia opartego na prawach oraz tego, dlaczego integracja osób z poważnymi niepełnosprawnościami wymaga planowania w ramach zajęć BC3.
3. Refleksja z przewodnikiem (10 min): uczestnicy przypominają sobie rzeczywistą barierę szkolną (czas, przestrzeń, postawy) i zapisują jeden przykład na karteczce samoprzylepnej.
4. Krótka dyskusja (10 min): pogrupuj bariery w kategorii (środowisko, komunikacja, role, sprzęt).
5. Podsumowanie trenera (10 min): przedstaw model opcji uczestnictwa (gra, pomoc, sędziowanie, organizacja) i nawiąż do późniejszych praktycznych zajęć BC3.

Nacisk na integrację: Używaj języka sprzyjającego integracji i podkreślaj możliwość wyboru: wiele ważnych ról uczestnictwa dla każdego ucznia.

Nacisk na bezpieczeństwo: Bezpieczeństwo psychologiczne: ustal ton oparty na szacunku i zapobiegaj osądzającym komentarzom na temat niepełnosprawności.

Pytania podsumowujące:

- Która bariera jest najczęstsza w kontekście Twojej szkoły i dlaczego?
- Co sprawiłoby, że uczestnictwo byłoby znaczące dla ucznia z poważną niepełnosprawnością w Twoim środowisku?
- W jaki sposób role rówieśnicze mogą zmniejszyć bariery bez ograniczania autonomii?

Sesja 2 – Rozszerzona teoria II: Opcje uczestnictwa, role rówieśników i korzystanie z rampy BC3

Czas trwania: 50 minut



Układ sali: półkole + miejsce z przodu na krótkie pokazy

Materiały: Karty ról, rampa (lub zdjęcie/film), 2–3 piłki, znaczniki podłogowe

Wykorzystany załącznik: Załącznik C (Karty ról)

Kroki:

1. Wkład trenera (20 min): wyjaśnienie integracji za pośrednictwem rówieśników, granic w relacjach z partnerem (pytaj, czekaj, wspieraj, nie kontroluj) oraz rotacji ról.
2. Demonstracja (10 min): pokaz interakcji między partnerami z wyrażoną zgodą i bez niej (co powiedzieć, czego nie robić).
3. Przegląd udziału w rampie BC3 (10 min): cel, kontrola uczestników, podstawowe strefy i uczciwe zasady (szczegółowy projekt bezpieczeństwa jest omówiony w podręczniku Safer School BC3).
4. Zadanie w małych grupach (10 min): grupy opracowują 5-minutowy plan rotacji ról dla typowej klasy (kto się zmienia, kiedy i dlaczego).

Nacisk na integrację: Naucz partnerów wspierania autonomii: proś o zgodę przed udzieleniem pomocy i oferuj różne opcje.

Nacisk na bezpieczeństwo: Świadomość działania rampy: ustabilizuj urządzenie i trzymaj ręce z dala podczas wypuszczania piłki.

Pytania podsumowujące:

- Jaka jest różnica między wsparciem a kontrolą w rolach partnerów?
- Co sprawia, że plan rotacji ról jest sprawiedliwy dla wszystkich uczniów?
- Jak można korzystać z rampy, nie izolując ucznia, który z niej korzysta?

Sesja 3 – Metody praktyczne: wskazówki trenerskie BC3, etapy nauki i konfiguracja sprzętu

Czas trwania: 50 minut

Układ sali: Otwarta przestrzeń z 1–2 obszarami demonstracyjnymi i widocznym planem rozmieszczenia stanowisk

Materiały: pachołki, taśma/markery, piłki, wydrukowane karty ćwiczeń, listy kontrolne dotyczące przygotowania

Wykorzystane załączniki: Załącznik A (Lista kontrolna przygotowania sesji integracyjnej), Załącznik B (Lista kontrolna bezpieczeństwa)

Kroki:

1. Trener demonstruje metodę „pokaż-powiedz-spróbuj” na przykładzie jednego prostego zadania z poziomu BC3 (wycelowanie i rzut).
2. Uczestnicy ćwiczą przekazywanie po 2 wskazówek coachingowych w parach (jasność, krótkie zdania, najpierw demonstracja).
3. Trener przedstawia metodę różnicowania poziomów 1/2/3 i pokazuje, jak zaprezentować ją jako opcję dla wszystkich.
4. Ćwiczenie grupowe: dostosuj jedno zadanie, korzystając z pięciu elementów (zadanie, zasady, przestrzeń, sprzęt, role).
5. Szybka próba przygotowań: uczestnicy korzystają z załącznika A i załącznika B, aby w ciągu 5 minut wyznaczyć granice, strefy bezpieczeństwa i oznakować stanowiska.



Nacisk na integrację: Normalizacja wyboru: wszyscy uczestnicy wybierają poziom i rolę, nie tylko osoby z widoczną niepełnosprawnością.

Nacisk na bezpieczeństwo: Bezpieczeństwo przestrzeni: jasne granice i bezpieczne odległości między stanowiskami, aby zapobiec kolizjom.

Pytania podsumowujące:

- Która wskazówka była najjaśniejsza i dlaczego?
- Który element dostosowania (zadanie/zasady/przestrzeń/sprzęt/role) był najłatwiejszy do zastosowania w warunkach szkolnych?
- Jak można przyspieszyć przygotowanie bez obniżania bezpieczeństwa?

Sesja 4 – Ćwiczenia praktyczne: integracyjne zajęcia BC3 oparte na stacjach, korzystanie z rampy i rotacja ról

Czas trwania: 75 minut

Układ sali: 4 stacje w kwadracie; zaznaczona ścieżka rotacji; centralny punkt odprawy

Materiały: Karty stanowisk, pachołki, piłki, rampa (jeśli jest dostępna), stopery, karty ról

Wykorzystane załączniki: Załącznik A (Lista kontrolna przygotowania integracyjnego), Załącznik B (Lista kontrolna bezpieczeństwa), Załącznik C (Karty ról), Załączniki D/E/F (Karty ćwiczeń)

Kroki:

1. Odprawa (5 min): wyjaśnienie rotacji stanowisk, rotacji ról i kluczowych zasad (czekaj na sygnał; nie blokuj torów).
2. Runda 1 (25 min): uczestnicy przechodzą przez dwie stacje, próbując opcji poziomu 1/2/3 (użyj załączników D/E/F).
3. Podsumowanie w połowie zajęć (5 min): szybka kontrola — co się sprawdziło, co wymaga zmian w przypadku rzeczywistej wielkości klasy szkolnej.
4. Runda 2 stacji (25 min): rotacja między pozostałymi stacjami, w tym opcja uczestnictwa z wykorzystaniem rampy, jeśli jest dostępna.
5. Sprint projektowy (15 min): grupy wybierają jedną stację i przerabiają ją na 45–60-minutowy fragment lekcji szkolnej BC3 z jasno określonymi rolami i dwiema opcjami uczestnictwa dla osób z poważnymi niepełnosprawnościami.

Nacisk na integrację: Upewnij się, że rotacja ról jest widoczna i sprawiedliwa: każdy uczestnik pełni co najmniej dwie role (gracz + wsparcie/sędzia).

Kwestie bezpieczeństwa: Kontroluj tempo rotacji i utrzymuj wolną przestrzeń wokół ramp; wybierz prostsze zasady, gdy nadzór jest ograniczony.

Pytania podsumowujące:

- Który projekt stacji najlepiej wspierał znaczący udział?
- Gdzie pojawiło się ryzyko symbolicznego udziału i jak je zminimalizowaliście?
- Jaką zasadę dodałbyś/dodałabyś dla bezpieczeństwa w prawdziwej klasie szkolnej?

Sesja 5 – Mikronauczanie oraz planowanie lekcji w szkole BC3 + ocena i podsumowanie



Czas trwania: 60 minut

Układ sali: półkole + jeden pas demonstracyjny; grupy mają stoły do planowania

Materiały: szablon planu lekcji, arkusz obserwacyjny, krótki quiz (wydrukowany), tablica flipchart

Wykorzystane załączniki: Załącznik G (Szablon planu lekcji na 45–60 minut), Załącznik H (Arkusz obserwacyjny)

Etapy:

1. Mikro-nauczanie (30 min): w małych grupach każda z nich przeprowadza 5-minutowy fragment integracyjnego ćwiczenia BC3; pozostali używają załącznika H do obserwacji integracji i bezpieczeństwa.
2. Informacja zwrotna (10 min): każda grupa otrzymuje jedną zaletę i jedną wskazówkę do poprawy, skupiającą się na integracji i bezpieczeństwie.
3. Planowanie lekcji szkolnej (15 min): uczestnicy wypełniają załącznik G, wykorzystując dzisiejsze ćwiczenia i rotację ról.
4. Podsumowanie i ocena (5 min): wypełnij krótki quiz i jedno-minutowe zobowiązanie „co dalej” (jedno działanie do zastosowania w szkole).

Nacisk na integrację: Skup informacje zwrotne na zachowaniach integracyjnych i opcjach uczestnictwa, a nie tylko na umiejętnościach technicznych.

Nacisk na bezpieczeństwo: Bezpieczna pomoc: przed wyjściem przypomnij o granicach i zgodzie (szczegółowe procedury znajdują się w podręczniku Safer School BC3).

Pytania podsumowujące:

- Co zastosujesz jako pierwsze w swojej szkole lub klubie?
- Którą opcję uczestnictwa wprowadzisz, aby integracja była trwała?
- W jaki sposób sprawdzisz, czy uczeń z poważnymi niepełnosprawnościami miał możliwość znaczącego uczestnictwa?

10. Wytyczne dotyczące integracji i dostępności

Przyjmij podejście oparte na „opcjach uczestnictwa”: każda sesja musi oferować co najmniej dwa znaczące sposoby uczestnictwa. Zaplanuj rotację ról (partner, punktujący, chronometrażysta, sędzia, kierownik ds. sprzętu) i zmieniaj je co 8–12 minut, w zależności od długości lekcji. Wyraźnie naucz wspierania rówieśników: partnerzy powinni prosić o zgodę przed udzieleniem pomocy, oferować możliwości wyboru, czekać na odpowiedzi i unikać wykonywania zadań za daną osobę. Przedstaw poziomy 1/2/3 jako opcje dla wszystkich, a nie jako hierarchię. Jeśli to pomocne, używaj neutralnych nazw (opcja A/B/C). W celu ułatwienia komunikacji najpierw zademonstruj, używaj krótkich wskazówek i zapewnij wizualne karty stacji. Jeśli uczeń odczuwa zmęczenie, ból lub przeciążenie sensoryczne, przejdź do opcji uczestnictwa bez gry, nie przedstawiając tego jako porażki. Na koniec uwzględnij 3–5-minutowe podsumowanie, aby wzmocnić zachowania sprzyjające integracji i język oparty na szacunku.

10.1 Wskazówki dotyczące komunikacji

- Używaj krótkich zdań (jedna instrukcja na raz).



- Najpierw zademonstruj, a następnie pozwól uczestnikom spróbować.
- Używaj wskazówek wizualnych (karty stacji, oznaczenia na podłodze, karty ról).
- Sprawdź zrozumienie poprzez działanie (pokaż mi pierwszy krok).
- Przekazuj konkretne informacje zwrotne (co się sprawdziło + co warto wypróbować następnym razem).

10.2 Opcje uczestnictwa i rotacja ról

- Zaproponuj co najmniej 2 opcje uczestnictwa na sesję dla uczniów z poważnymi niepełnosprawnościami (zabawa + bez zabawy).
- Zmieniaj role co 8–12 minut lub po każdej mini-grze.
- Określ granice relacji z partnerem: pytaj, czekaj, wspieraj, nie kontroluj.
- Upewnij się, że każdy uczeń doświadcza zarówno roli aktywnej, jak i wspierającej w trakcie lekcji.
- Używaj prostych kart ról, aby role były widoczne i sprawiedliwe.

11. Ocena i kontrola jakości

11.1 Dowody na osiągnięcie efektów uczenia się

Efekt uczenia się	Dowody / narzędzie
Zasady prowadzenia zajęć BC3 w sposób sprzyjający włączeniu	Krótki quiz + obserwacja prowadzącego podczas dyskusji.
Opcje uczestnictwa i role uczestników	Zadanie grupowe: plan rotacji ról + arkusz obserwacyjny podczas mikronauczania (załącznik H).
Dostępna konfiguracja i podstawowe ustawienie rampy	Listy kontrolne dotyczące przygotowania wypełnione podczas sesji 3 i 4 (załącznik A + załącznik B).
Realizacja zajęć integracyjnych na poziomie 1/2/3	Obserwacja mikronauczania + wypełnione karty ćwiczeń (załącznik D/E/F).
Stworzenie 45–60-minutowego planu lekcji BC3	Wypełniony szablon planu lekcji sprawdzony przez trenera (załącznik G).
Monitorowanie włączenia pacjentów do badania i bezpieczeństwa	Korzystanie z arkusza obserwacyjnego i pytań podsumowujących podczas zajęć praktycznych w laboratorium (załącznik H).

11.2 Szybki sprawdzian wiedzy

1. Zdefiniuj znaczące uczestnictwo w jednym zdaniu.
2. Wymień dwie opcje uczestnictwa, które nie wymagają grania.
3. Wymień dwie zasady, które chronią autonomię podczas korzystania ze wsparcia partnera.
4. Jakie jest pięć głównych czynników sprzyjających adaptacji (zróżnicowaniu)?



5. Podaj jedną zasadę bezpiecznej praktyki dotyczącą uczestnictwa opartego na stopniowaniu.
6. Dlaczego poziomy 1/2/3 powinny być przedstawiane jako wybór dla wszystkich?
7. Wymień jedną strategię, dzięki której sesja BC3 sprzyjająca integracji będzie realna w ramach 45–60-minutowej lekcji szkolnej.
8. Napisz jedno pytanie podsumowujące, które wzmacnia zachowania sprzyjające integracji.

11.3 Podpowiedź do samooceny

- Potrafię zaproponować co najmniej dwie sensowne opcje uczestnictwa dla ucznia z poważnymi niepełnosprawnościami. (1–5)
- Potrafię zorganizować bezpieczną sesję BC3 opartą na stacjach w szkolnej sali gimnastycznej w ciągu 5 minut. (1-5)
- Potrafię udzielać wskazówek za pomocą krótkich sygnałów i oferować opcje na poziomie 1/2/3 do wyboru. (1–5)
- Jedna zmiana, którą wprowadzę w moim środowisku w przyszłym tygodniu, to:

12. Slajdy i materiały wizualne

Zalecana długość prezentacji: 25–35 slajdów. Minimalne tematy slajdów:

- Cel formatu edukacyjnego i cele dnia 3 (z naciskiem na integracyjne BC3).
- Kluczowe pojęcia: znaczące uczestnictwo, zróżnicowanie, integracja za pośrednictwem rówieśników, urządzenia wspomagające/rampy.
- Model opcji uczestnictwa (gra, pomoc, sędziowanie, organizowanie).
- Granice relacji z partnerem (wsparcie a kontrola) oraz rotacja ról.
- Zasady uczestnictwa w programie BC3: zgoda, jasność ról, sprawiedliwe zasady (szczegółowy projekt bezpieczeństwa znajduje się w podręczniku Safer School BC3).
- Przykładowy układ stacji + strefy wolne.
- Podsumowanie kart aktywności z opcjami poziomu 1/2/3.
- Przegląd szablonu planu lekcji i metoda podsumowania.



5-dniowe szkolenie dla trenerów (ToT) – format edukacyjny

Moduł 4 – Dzień 4

Planowanie sesji, ocena, narzędzia obserwacyjne, podsumowanie i wpływ

Główny autor (partner): BSDA

1. Podsumowanie modułu

Moduł ten wzmacnia zdolność uczestników do projektowania, oceny i ciągłego doskonalenia integracyjnych sesji BC3 w rzeczywistych warunkach szkolnych i społecznych. Opierając się na praktycznej metodologii omówionej w dniu 3, dzień 4 koncentruje się na ustrukturyzowanym planowaniu, praktyce refleksyjnej i pomiarze wpływu. Uczestnicy dowiedzą się, jak przekształcić zasady integracji w jasne, pisemne plany sesji, które są realistyczne w ramach 45–60-minutowej lekcji szkolnej. Pogłębią swoje zrozumienie tego, jak planowanie wpływa na jakość integracji, bezpieczeństwo i wyniki nauczania. Moduł podkreśla, że dobra integracja nie jest dziełem przypadku; jest ona zamierzona, udokumentowana i poddawana przeglądowi.

Uczestnicy dowiedzą się, jak dostosować cele nauczania do praktyki integracyjnej BC3, zapewniając integrację celów sportowych, społecznych i rozwoju osobistego. Zbadają, jak zdefiniować mierzalne cele, które uwzględniają zarówno techniczne umiejętności BC3, jak i zachowania integracyjne. Moduł wprowadza ustrukturyzowane ramy planowania sesji, które łączą cele, działania, opcje zróżnicowania i rotację ról. Uczestnicy będą ćwiczyć rozkładanie złożonych celów na łatwe do opanowania elementy lekcji. Zrozumieją, jak logicznie uporządkować działania, aby wspierać zaangażowanie i skrócić czas oczekiwania.

Kluczowym elementem nauki jest wykorzystanie narzędzi obserwacyjnych do monitorowania uczestnictwa, autonomii i bezpieczeństwa. Uczestnicy dowiedzą się, jak projektować i stosować proste arkusze obserwacyjne, które rejestrują istotne wskaźniki uczestnictwa. Będą ćwiczyć rozpoznawanie oznak symbolicznego traktowania i wykluczenia podczas realizacji zajęć. Dowiedzą się, jak obserwować interakcje między partnerami i oceniać, czy szanowana jest autonomia. Moduł pokaże, w jaki sposób ustrukturyzowana obserwacja poprawia jakość nauczania i zmniejsza stronniczość. Uczestnicy dowiedzą się również, jak zbierać informacje zwrotne od uczniów w przystępny sposób.

Strategie oceny zostaną omówione zarówno w formie formatywnej, jak i sumatywnej. Uczestnicy dowiedzą się, jak przeprowadzać szybkie kontrole w trakcie sesji, aby dostosowywać działania w czasie rzeczywistym. Będą ćwiczyć tworzenie krótkich pytań do refleksji, które wzmacniają zachowania sprzyjające włączeniu. Moduł zbada, w jaki sposób podsumowanie wspiera utrwalenie wiedzy. Uczestnicy nauczą się organizować dyskusje podsumowujące, które koncentrują się na godności, pracy zespołowej i wspólnej odpowiedzialności. Zrozumieją, jak tworzyć przestrzeń do refleksji zapewniające bezpieczeństwo psychologiczne.



Moduł przedstawi praktyczne narzędzia do oceny wpływu sesji w czasie. Uczestnicy poznają proste wskaźniki integracji społecznej, takie jak interakcje między rówieśnikami, sprawiedliwość w rotacji ról i zaangażowanie uczniów. Dowiedzą się, jak dokumentować opcje uczestnictwa w ramach programu „ ” oferowane podczas sesji. Zrozumieją, jak śledzić postępy zarówno w zakresie wyników technicznych, jak i społecznych. Szkolenie pokaże, w jaki sposób spójna dokumentacja wzmacnia trwałość programu. Uczestnicy dowiedzą się, w jaki sposób wyniki oceny mogą wspierać komunikację z kierownictwem szkoły i interesariuszami.

Zwróci się również uwagę na dostosowanie narzędzi ewaluacyjnych do grup o zróżnicowanych umiejętnościach. Uczestnicy dowiedzą się, jak projektować narzędzia do przekazywania informacji zwrotnej dostępne dla uczniów z trudnościami w komunikacji. Poznają skale wizualne, uproszczony język oraz metody refleksji oparte na demonstracji. Moduł podkreśla, że sama ewaluacja musi być inkluzywna. Uczestnicy przećwiczą zapewnienie, aby uczniowie z poważnymi niepełnosprawnościami mogli w znaczący sposób wyrazić swoje doświadczenia. Zrozumieją, że pomiar wpływu musi chronić godność i autonomię.

Uczestnicy rozwiną również umiejętności w zakresie praktyki refleksyjnej jako trenerzy trenerów. Dowiedzą się, jak pomagać nauczycielom w skutecznym korzystaniu z szablonów planowania. Będą ćwiczyć prowadzenie spotkań refleksyjnych po sesjach. Moduł pokaże, jak udzielać konstruktywnej informacji zwrotnej skupionej na integracji i bezpieczeństwie, a nie tylko na wynikach. Uczestnicy nauczą się formułować uwagi dotyczące poprawy w sposób pozytywny i konkretny. Zrozumieją, jak wspierać nauczycieli w radzeniu sobie z rzeczywistymi ograniczeniami szkolnymi.

Kolejnym punktem ciężkości modułu jest zrównoważony rozwój i długoterminowy wpływ. Uczestnicy dowiedzą się, jak włączyć integracyjne sesje BC3 do szerszych planów rozwoju szkoły. Poznają strategie włączania rotacji ról i opcji uczestnictwa do szkolnych rutynowych zajęć. Moduł podkreśli znaczenie współpracy z kadrą szkolną i personelem pomocniczym. Uczestnicy zrozumieją, jak budować kulturę wspólnej odpowiedzialności za integrację. Dowiedzą się, jak identyfikować niewielkie zmiany, które wywołują trwałe wpływy.

Przez cały dzień uczestnicy będą stosować narzędzia w praktycznych ćwiczeniach. Opracują pełny plan sesji BC3 opartej na integracji, korzystając ze strukturalnych szablonów. Przetestują narzędzia obserwacyjne podczas symulacji mikronauczania. Będą ćwiczyć prowadzenie krótkich podsumowań z rówieśnikami. Przeanalizują przykłady przypadków, aby zidentyfikować mocne strony i obszary wymagające poprawy. Pod koniec modułu będą dysponować jasnym systemem planowania, obserwacji, oceny i ulepszania realizacji integracyjnych sesji BC3.



Ostatecznie moduł ten gwarantuje, że uczestnicy wyjdą poza ramy realizacji pojedynczych działań i zaczną tworzyć trwałe, wysokiej jakości programy BC3 sprzyjające integracji. Otrzymają konkretne szablony planowania, narzędzia do obserwacji oraz schematy podsumowań gotowe do natychmiastowego wykorzystania. Zrozumieją, w jaki sposób ewaluacja wzmacnia integrację, a nie ją utrudnia. Będą przygotowani do wspierania nauczycieli w pewnej refleksji nad własną praktyką. Zdobędą kompetencje niezbędne do systematycznego monitorowania zarówno bezpieczeństwa, jak i znaczącego uczestnictwa. Co najważniejsze, będą w stanie wykazać edukacyjny i społeczny wpływ programów BC3 sprzyjających włączeniu społecznemu w rzeczywistych warunkach szkolnych.

2. Grupa docelowa, wymagania wstępne i profil trenera

2.1 Grupa docelowa

Moduł ten jest przeznaczony dla pedagogów, trenerów i moderatorów, którzy będą wspierać nauczycieli szkolnych i organizatorów zajęć sportowych w planowaniu, ocenie i ulepszaniu integracyjnych sesji BC3 w środowisku szkolnym lub społecznym. Od uczestników oczekuje się wcześniejszej znajomości metodologii integracyjnego BC3 oraz praktycznych koncepcji realizacji zajęć.

2.2 Wymagania wstępne

Uczestnicy powinni ukończyć poprzednie moduły dotyczące praktyki integracyjnej BC3 (w szczególności praktycznej realizacji i zróżnicowania) oraz zapoznać się z podstawową strukturą zajęć i zasadami rotacji ról.

2.3 Zalecane kompetencje trenera

Trener powinien posiadać doświadczenie w zakresie aktywności fizycznej sprzyjającej włączeniu społecznemu, planowania zajęć i metod oceny, a także kompetencje w zakresie facylitacji praktyki refleksyjnej i udzielania konstruktywnej informacji zwrotnej dorosłym uczniom.

3. Efekty uczenia się

Pod koniec tego dnia uczestnicy będą potrafili:

- Opracować ustrukturyzowany plan 45–60-minutowej sesji BC3 opartej na zasadach integracji, zawierający jasne cele nauczania, opcje zróżnicowania zajęć oraz rotację ról;
- Stosować proste narzędzia obserwacyjne do monitorowania znaczącego udziału, autonomii, bezpieczeństwa i wsparcia rówieśniczego podczas realizacji zajęć;
- prowadzić integracyjne i bezpieczne psychologicznie dyskusje podsumowujące, które wzmacniają zachowania związane z uczeniem się i integracją;
- Wykorzystywać formatywne i sumatywne metody oceny do oceny zarówno technicznych umiejętności BC3, jak i wyników w zakresie integracji społecznej;
- Zastanowić się nad wpływem sesji i zidentyfikować praktyczne ulepszenia w celu wzmocnienia trwałości i jakości w środowisku szkolnym.



4. Kluczowe przesłania

- Integracja to nie tylko uczestnictwo – to znaczące, cenione zaangażowanie. Sama obecność na sesji nie wystarczy; uczniowie muszą mieć rzeczywistą rolę, wpływ i możliwość wniesienia wkładu;
- Planowanie i ocena są niezbędne, aby zapewnić, że integracja jest zamierzona, a nie przypadkowa. Jasne cele, ustrukturyzowana rotacja ról i narzędzia obserwacyjne pomagają nauczycielom sprawdzić, czy każdy uczestnik jest zaangażowany z godnością i autonomią;
- Refleksja i podsumowanie wzmacniają wpływ. Gdy nauczyciele regularnie analizują, co się sprawdziło, co wymaga poprawy i jak uczniowie odebrali sesję, integracja staje się trwała i stale się poprawia.

5. Kluczowe terminy i definicje

- Poważna niepełnosprawność: niepełnosprawność wymagająca znacznego wsparcia, która może wpływać na mobilność, kontrolę motoryczną, komunikację, wytrzymałość lub niezależność, wymagająca zaplanowanego wsparcia, które chroni godność, autonomię i znaczące uczestnictwo;
- Planowanie sesji: ustrukturyzowany proces definiowania celów nauczania, działań, opcji zróżnicowania, rotacji ról i kwestii bezpieczeństwa w celu przeprowadzenia integracyjnej i efektywnej czasowo sesji BC3;
- Znaczący udział: zaangażowanie, w którym uczeń odgrywa ważną rolę, ma realny wpływ i wnosi autentyczny wkład, a nie tylko symboliczny lub bierny udział;
- Ocena formatywna: bieżąca ocena podczas sesji, która pomaga nauczycielowi dostosowywać działania, role lub wsparcie w czasie rzeczywistym w celu poprawy jakości nauki, integracji i bezpieczeństwa;
- Ocena sumatywna: ustrukturyzowany przegląd przeprowadzany po sesji lub programie w celu oceny, czy osiągnięto cele nauczania, cele integracyjne i standardy bezpieczeństwa.
- Narzędzie obserwacyjne: prosta lista kontrolna lub ustrukturyzowany formularz służący do monitorowania zachowań sprzyjających integracji, autonomii w ramach wsparcia partnerskiego, rotacji ról, zasad bezpieczeństwa oraz zaangażowania uczących się podczas realizacji zajęć;
- Podsumowanie: proces refleksji z przewodnikiem na koniec sesji, który utrwała naukę, zachęca do wyrażania siebie oraz podkreśla integrację, pracę zespołową i pełne szacunku interakcje;
- Pomiar wpływu: proces gromadzenia i analizowania dowodów (np. danych dotyczących uczestnictwa, informacji zwrotnych, wyników obserwacji) w celu określenia krótko- i długoterminowych wyników edukacyjnych i społecznych integracyjnego programu BC3.

6. Materiały, logistyka i przygotowanie sali



Moduł wymaga wydrukowanych szablonów planowania sesji, arkuszy obserwacyjnych, formularzy oceny oraz przykładowych kart z pytaniami do podsumowania w celu praktycznego zastosowania. Należy zapewnić projektor lub tablicę flipchart z markerami do prezentacji ram planowania i zapisywania refleksji grupy. Uczestnicy powinni mieć dostęp do podkładek na dokumenty, długopisów i zakreślaczy, aby symulować zadania związane z obserwacją i oceną w czasie rzeczywistym. Sala powinna umożliwiać zarówno dyskusje grupowe w pozycji siedzącej, jak i zapewnić niewielką otwartą przestrzeń do krótkich demonstracji mikronauczania. Stoły powinny być ustawione tak, aby ułatwiać pracę w małych grupach przy jednoczesnym zachowaniu swobodnego przepływu osób. Materiały wizualne, takie jak karty ról i listy kontrolne dotyczące integracji, powinny być wyraźnie wyeksponowane, aby modelować dobre praktyki w zakresie komunikacji bez barier. Układ sali, który oddziela obszary planowania, mikronauczania i refleksji, pomoże symulować realistyczne warunki szkolne i ułatwi płynne przejście między poszczególnymi zadaniami.

6.1 Lista materiałów

- Piłki do boccii (12 piłek + 1 kulka) lub równoważne miękkie piłki do użytku w szkole;
- Rampa BC3 (1–2 sztuki, jeśli są dostępne) do demonstracji scenariuszy planowania i oceny;
- Pacholki lub płaskie znaczniki podłogowe (co najmniej 10 sztuk) do wyznaczenia boisk, stanowisk i stref bezpieczeństwa;
- Taśma podłogowa lub kreda do zaznaczania granic, obszarów rotacji i punktów obserwacyjnych;
- Wydrukowane szablony planów lekcji trwających 45–60 minut, służące do ustrukturyzowanego planowania ćwiczeń;
- Arkusze obserwacyjne do monitorowania integracji, samodzielności, rotacji ról i bezpieczeństwa;
- Formularze oceny i informacji zwrotnej (w tym krótkie quizy i pytania do refleksji);
- Karty ról;
- Deski z klipsem, długopisy i zakreślacze do symulacji obserwacji w czasie rzeczywistym;
- Stoper lub minutnik do ćwiczenia realistycznego zarządzania czasem podczas sesji;
- Flipchart lub przenośna tablica z markerami do planowania grupowego i notatek podsumowujących;
- Przykładowe karty z pytaniami do podsumowania, służące jako wzór strategii refleksji sprzyjającej włączeniu.

6.2 Wymagania dotyczące miejsca i układu sali

Potrzebna jest płaska przestrzeń wewnątrz, jak sala gimnastyczna lub sala wielofunkcyjna, żeby można było bezpiecznie się poruszać i dobrze widzieć podczas pokazów i ćwiczeń z mikronauczania. Miejsce powinno mieć wystarczająco dużo wolnej przestrzeni, żeby można było symulować przynajmniej jedno mini boisko BC3 lub stanowisko do ćwiczeń. Siedzenia powinny być ustawione w półokręgu na wykłady teoretyczne i dyskusje podsumowujące, tak żeby wszyscy uczestnicy dobrze widzieli trenera i materiały wizualne. Powinny być dostępne stoły do zadań planowania w małych



grupach, ustawione tak, aby nie blokowały dróg przemieszczania się. Należy wyznaczyć wyraźne strefy oddzielające obszary planowania od obszarów praktycznych demonstracji. Należy zapewnić szerokie i dostępne przejścia, aby pomieścić urządzenia ułatwiające poruszanie się i zapewnić bezpieczne przejście między ćwiczeniami. Oświetlenie i akustyka powinny sprzyjać wyraźnej komunikacji, minimalizując odbłaski i hałas w tle, aby stworzyć integracyjne środowisko nauki.

6.3 Kadra i nadzór

Zalecane: 1 główny trener posiadający doświadczenie w planowaniu i ocenie integracyjnych zajęć BC3, wspierany przez 1 asystenta trenera podczas segmentów praktycznych i mikronauczania. Asystent może pomagać w prowadzeniu pracy w małych grupach, zarządzaniu czasem oraz obserwowaniu zachowań integracyjnych podczas symulacji. Jeśli w demonstracjach biorą udział uczestnicy wymagający dużego wsparcia, zaleca się obecność dodatkowej osoby wspierającej, zaznajomionej z granicami szacunku w udzielaniu pomocy. Jasny podział ról wśród personelu (facylitator, obserwator, osoba odpowiedzialna za czas) zapewnia sprawny przebieg zajęć i skuteczne przekazywanie informacji zwrotnych przez cały dzień.

6.4 Kwestie związane z dostępnością miejsca

- Bezstopniowy dostęp do budynku i toalet przystosowanych dla osób niepełnosprawnych;
- Szerokie drzwi i wolne przejścia wewnątrz (minimum 1,2 m, jeśli to możliwe), aby pomieścić urządzenia ułatwiające poruszanie się;
- Regulowane lub zróżnicowane opcje siedzeń, z przestrzenią zintegrowaną w grupach, a nie w oddzielnych obszarach.
- Wyraźne oznakowanie wizualne obszarów sesji, punktów rotacji i kluczowych instrukcji;
- Dobre oświetlenie z minimalnym olśnieniem i ograniczonym hałasem w tle, aby wspierać uczestników z nadwrażliwością sensoryczną;
- Dostęp do cichej przestrzeni dla uczestników, którzy mogą potrzebować krótkiej przerwy sensorycznej lub odpoczynku;
- Stoły i materiały umieszczone na dostępnej wysokości, aby umożliwić samodzielne korzystanie z nich, gdy tylko jest to możliwe.

7. Plan dnia

Harmonogram (cały dzień wraz z przerwami: 6 godzin). Sugerowany przykładowy harmonogram (patrz tabela poniżej):

Czas	Treść
09:30–10:15	Sesja 1 – Rozszerzona teoria I: Zasady planowania integracyjnego BC3, cele nauczania, zróżnicowanie i rotacja ról (45 min)



10:15–11:05	Sesja 2 – Narzędzia obserwacyjne i ocena formatywna: Wprowadzenie do arkuszy obserwacyjnych, monitorowanie integracji, autonomia, wsparcie kolegów i bezpieczeństwo (50 min)
11:05–11:25	Przerwa (20 min)
11:25–12:15	Sesja 3 – Ocena sumatywna i pomiar wpływu: Jak oceniać wyniki, śledzić uczestnictwo, integrację społeczną i umiejętności techniczne (50 min)
12:15–13:00	Przerwa obiadowa (45 min)
13:00–14:15	Sesja 4 – Mikronauczanie i ćwiczenia z planowania: Projektowanie i prowadzenie w małych grupach mini sesji integracyjnych BC3 z wykorzystaniem szablonów lekcji i narzędzi obserwacyjnych (75 min)
14:15–14:30	Przerwa (15 min)
14:30–15:30	Sesja 5 – Podsumowanie, refleksja i zakończenie: Prowadzenie dyskusji refleksyjnych, analiza informacji zwrotnych, dopracowanie planów i podsumowanie kluczowych wniosków (60 min)

Oczekiwane wyniki dnia:

- Gotowy do użycia plan sesji BC3 trwającej 45–60 minut, sporządzony przy użyciu dostarczonego szablonu;
- Wypełnione arkusze obserwacyjne z ćwiczeń mikronauczania, monitorujące inkluzywność, autonomię, rotację ról i bezpieczeństwo;
- Przykładowe notatki podsumowujące, pokazujące skuteczne strategie refleksji i informacji zwrotnej skupione na zachowaniach sprzyjających włączeniu;
- Jasne ramy oceny i śledzenia wpływu zarówno dla oceny formatywnej (w trakcie sesji), jak i sumatywnej (po sesji);
- Dowody na zdolność uczestników do identyfikowania i eliminowania barier utrudniających znaczący udział w środowisku szkolnym;
- Zwiększona pewność siebie w zakresie udzielania wskazówek nauczycielom szkolnym i organizatorom zajęć sportowych dotyczących planowania, obserwacji, oceny i ulepszania realizacji zajęć BC3 sprzyjających integracji.

8. Treści pisemne

8.1 Dlaczego programy integracyjne BC3 wymagają planowania zajęć

Programy BC3 oparte na integracji wymagają ustrukturyzowanego planowania sesji, oceny, narzędzi obserwacyjnych, podsumowań i pomiaru wpływu, aby zapewnić, że integracja jest zamierzona, a nie przypadkowa. Przemysłane planowanie pozwala nauczycielom dostosować działania do celów nauczania, opcji uczestnictwa i rotacji ról, dzięki czemu sesje są realistyczne i możliwe do zrealizowania w ramach ograniczeń szkolnych. Narzędzia obserwacyjne pomagają monitorować znaczące uczestnictwo, wsparcie kolegów, bezpieczeństwo i zaangażowanie, dostarczając dowodów pozwalających na dostosowanie działań w czasie rzeczywistym. Ocena i podsumowanie



umożliwiają refleksję nad tym, co się sprawdziło, wskazują obszary wymagające poprawy oraz wzmacniają zachowania sprzyjające integracji wśród uczniów i rówieśników. Pomiar wpływu w czasie pokazuje społeczne, edukacyjne i techniczne wyniki sesji BC3, wspierając trwałość i ciągły rozwój programu. Ostatecznie elementy te gwarantują, że każdy uczeń, w tym osoby z poważnymi niepełnosprawnościami, doświadcza godności, autonomii i ma możliwość wniesienia znaczącego wkładu.

8.2 Zrozumienie poważnych niepełnosprawności w prowadzeniu sesji BC3

W sesjach BC3 zrozumienie poważnych niepełnosprawności oznacza skupienie się na potrzebach funkcjonalnych, a nie na diagnozach medycznych. Uczniowie mogą mieć ograniczoną kontrolę nad ruchami, niską wytrzymałość, mimowolne ruchy, zaburzenia wzroku lub słuchu, trudności poznawcze lub komunikacyjne, albo mogą potrzebować pomocy w poruszaniu się i asystentów osobistych. Skuteczna realizacja BC3 wymaga planowania z uwzględnieniem tych potrzeb, przy jednoczesnym zachowaniu godności, autonomii i znaczącego udziału. Edukatorzy muszą zadać sobie pytania: Co uczestnik chce robić? Jakie role lub czynności może dziś wykonywać w sposób znaczący? Jakie wsparcie jest konieczne, a jakie jest opcjonalne? Pełne szacunku korzystanie z urządzeń wspomagających, rotacja ról oraz integracja za pośrednictwem rówieśników pozwala uczniom w pełni angażować się w zajęcia, nie będąc jedynie symbolicznymi uczestnikami. Dzięki zrozumieniu ograniczeń funkcjonalnych i zapewnieniu ustrukturyzowanych wyborów sesje BC3 mogą promować kompetencje, więzi społeczne i sprawczość wszystkich uczestników.

8.3 Znaczący udział w zaplanowanych sesjach sportowych BC3

Znaczące uczestnictwo w sesjach BC3 wykracza poza samą obecność; gwarantuje, że każdy uczeń ma ważną rolę i wnosi autentyczny wkład. Może to obejmować grę, kierowanie rówieśnikiem, punktowanie, sędziowanie, mierzenie czasu lub zarządzanie sprzętem, w zależności od umiejętności i preferencji uczestnika. Zaplanowane sesje wykorzystują zróżnicowanie (poziom 1/2/3) i wiele opcji uczestnictwa, dzięki czemu uczniowie mogą wybrać ścieżkę, która odpowiada ich umiejętnościom, energii i skupieniu w danym dniu. Rotacja ról gwarantuje, że uczniowie doświadczają zarówno aktywnych, jak i wspierających ról (), co zapobiega symbolicznym gestom i promuje integrację społeczną. Znaczący udział kładzie również nacisk na autonomię, pozwalając uczniom na podejmowanie decyzji, wydawanie poleceń lub obsługę urządzeń wspomagających, takich jak rampy. Gdy zostanie przemyślenie włączony do planowania zajęć, znaczący udział zwiększa motywację, zaangażowanie, rozwój umiejętności i więzi społeczne wszystkich uczestników.

8.4 Adaptacje i zróżnicowanie w sesjach sportowych BC3 w szkołach

Dostosowania w zajęciach BC3 polegają na modyfikacji zadań, zasad, przestrzeni, sprzętu lub ról, tak aby wszyscy uczniowie mieli dostęp do tych samych celów edukacyjnych bez obniżania oczekiwań. Zróżnicowanie pozwala uczniom wybierać spośród opcji poziomu



1/2/3, zapewniając wsparcie lub wyzwania dostosowane do ich umiejętności i energii. Na przykład uczeń może korzystać z rampy, grać z mniejszej odległości lub pełnić rolę niezwiązaną z grą, taką jak punktowanie lub sędziowanie. Rotacja ról i jasne opcje uczestnictwa gwarantują, że każdy uczeń doświadcza wielu sposobów na wniesienie znaczącego wkładu. Przemyślane adaptacje sprawiają, że zajęcia są integracyjne, angażujące i realistyczne dla klas szkolnych o zróżnicowanych umiejętnościach, jednocześnie promując godność i autonomię.

9. Scenariusze sesji i podstawowe działania

Sesja 1 – Rozszerzona teoria I: Zasady planowania integracyjnego BC3, cele nauczania, zróżnicowanie i rotacja ról

Czas trwania: 45 minut

Układ sali: Ustawienie krzeseł w półokręgu z projektorem lub tablicą flipchart z przodu do wyświetlania slajdów i kluczowych punktów. Taki układ pozwala wszystkim uczestnikom wygodnie oglądać materiały wizualne i brać udział w dyskusji.

Materiały: slajdy lub wydrukowane materiały informacyjne dotyczące zasad planowania, strategii zróżnicowania i rotacji ról; tablica flipchart i markery do burzy mózgów w grupach.

Wykorzystany załącznik: Brak (tylko slajdy).

Kroki:

1. Powitanie i wprowadzenie (5 min): Przedstaw cel modułu 4, podkreślając, w jaki sposób planowanie i ocena wzmacniają integrację i znaczące uczestnictwo.
2. Wkład trenera (15 min): Wyjaśnienie zasad planowania integracyjnego BC3, określenie celów nauczania, opcji zróżnicowania oraz znaczenia ustrukturyzowanej rotacji ról.
3. Refleksja z przewodnikiem (10 min): Uczestnicy przypominają sobie przeszłe doświadczenia związane z wyzwaniami związanymi z planowaniem i zapisują na karteczkach samoprzylepnych jeden przykład bariery utrudniającej integrację.
4. Krótka dyskusja (10 min): Podziel przeszkodę na kategorie, takie jak przestrzeń, czas, sprzęt, role rówieśników i wsparcie nauczyciela; omów potencjalne rozwiązania.
5. Podsumowanie prowadzącego (5 min): Podsumuj kluczowe wnioski, łącząc zasady planowania z późniejszymi sesjami dotyczącymi obserwacji, oceny i podsumowania.

Nacisk na integrację: Podkreśl, że planowanie zapewnia wszystkim uczniom znaczący udział, wybór i możliwość doświadczenia wielu ról w działaniach BC3.

Nacisk na bezpieczeństwo: Przedstaw koncepcję, że bezpieczne planowanie obejmuje zarówno bezpieczeństwo fizyczne (przestrzeń, sprzęt), jak i emocjonalne (szacunek, autonomia, godność).

Pytania do podsumowania:

- Jakie są główne przeszkody w znaczącym uczestnictwie w kontekście Twojej szkoły lub klubu?



- W jaki sposób ustrukturyzowana rotacja ról może wspierać integrację wszystkich uczniów?
- Które elementy planowania uznasz za priorytetowe, aby zachować równowagę między celami nauczania, zróżnicowaniem i bezpieczeństwem?

Sesja 2 – Narzędzia obserwacyjne i ocena formatywna: Wprowadzenie do arkuszy obserwacyjnych, monitorowanie integracji, autonomii, wsparcia rówieśniczego i bezpieczeństwa

Czas trwania: 50 minut

Układ sali: Ustawienie krzeseł w półokręgu z wolną przestrzenią z przodu na krótkie demonstracje technik obserwacji; małe stoliki dla uczestników do ćwiczenia wypełniania arkuszy obserwacyjnych.

Materiały: arkusze obserwacyjne, długopisy, karty ról, przykładowe materiały wizualne do ćwiczenia BC3, flipchart lub tablica do dyskusji grupowej.

Wykorzystany załącznik: Załącznik H – Arkusz obserwacyjny.

Kroki:

1. Wkład trenera (15 min): Wyjaśnienie celu oceny formatywnej, przedstawienie arkuszy obserwacyjnych jako narzędzi do monitorowania znaczącego udziału, interakcji między uczestnikami, autonomii i bezpieczeństwa podczas sesji BC3.
2. Demonstracja (10 min): Pokaż przykłady tego, jak rejestrować obserwacje podczas krótkiego ćwiczenia BC3, podkreślając, na co należy zwrócić uwagę w zakresie uczestnictwa i wsparcia rówieśniczego.
3. Ćwiczenia w małych grupach (15 min): Uczestnicy obserwują symulację mikronauczania lub prezentację prowadzoną przez kolegów i wypełniają arkusz obserwacyjny, odnotowując zachowania sprzyjające integracji i bezpieczeństwu.
4. Dyskusja i refleksja (10 min): Grupy porównują swoje obserwacje, omawiają wzorce i identyfikują wyzwania związane z dokładnym uchwyceniem informacji.

Nacisk na integrację: Należy upewnić się, że obserwacja obejmuje różne opcje uczestnictwa, autonomię oraz integrację za pośrednictwem rówieśników bez stronniczości.

Nacisk na bezpieczeństwo: Należy wzmocnić monitorowanie bezpieczeństwa fizycznego (przeźreń, sprzęt, strefy przejściowe) oraz bezpieczeństwa emocjonalnego (pełne szacunku interakcje, zgoda).

Pytania podsumowujące:

- Które zachowania najlepiej wskazują na znaczący udział w sesjach BC3?



- W jaki sposób arkusze obserwacyjne mogą wspierać wprowadzanie zmian w czasie rzeczywistym w celu poprawy integracji?
- Jakie wyzwania napotkałeś podczas monitorowania wsparcia ze strony partnera i autonomii?

Sesja 3 – Ocena podsumowująca i pomiar wpływu: Jak oceniać wyniki, śledzić uczestnictwo, integrację społeczną i umiejętności techniczne

Czas trwania: 50 minut

Układ sali: Ustawienie krzesel w półokręgu do dyskusji z miejscem z przodu na prezentację metod oceny; stoły do ćwiczeń w małych grupach.

Materiały: Przykładowe formularze ewaluacyjne, wypełnione arkusze obserwacyjne z poprzednich ćwiczeń, tablica flipchart, markery, długopisy oraz materiały wizualne do mini-ćwiczeń BC3.

Wykorzystany załącznik: Załącznik H – Arkusz obserwacyjny (w celach informacyjnych) oraz przykładowe formularze ewaluacyjne do oceny sumatywnej.

Kroki:

1. Wkład trenera (15 min): Wyjaśnienie celu oceny sumatywnej w sesjach integracyjnych BC3, w tym pomiaru celów edukacyjnych, integracji społecznej, rozwoju umiejętności i wpływu programu.
2. Demonstracja (10 min): Pokaż, jak zebrać dane z arkuszy obserwacyjnych i informacji zwrotnych od uczestników, aby ocenić wyniki sesji.
3. Ćwiczenie w małych grupach (15 min): Uczestnicy analizują przykładowe arkusze obserwacyjne i formularze opinii, a następnie podsumowują wyniki w celu oceny integracji, wsparcia partnerów, bezpieczeństwa i umiejętności technicznych.
4. Dyskusja w grupie (10 min): Podzielcie się wnioskami i omówcie strategie wykorzystania danych z oceny do ulepszenia przyszłych sesji i udokumentowania wpływu.

Nacisk na integrację: Podkreśl metody oceny, które uwzględniają zarówno aktywny, jak i bierny udział, wsparcie rówieśnicze, autonomię i znaczące zaangażowanie.

Nacisk na bezpieczeństwo: Upewnij się, że ocena obejmuje monitorowanie przestrzegania zasad bezpieczeństwa, zarówno fizycznego (sprzęt, strefy ramp), jak i emocjonalnego (szacunek, godność, zgoda).

Pytania podsumowujące:

- Jakie dowody najlepiej odzwierciedlają znaczące uczestnictwo i integrację społeczną?



- W jaki sposób dane z oceny podsumowującej mogą pomóc w ulepszeniu przyszłych sesji?
- Które wskaźniki są najbardziej przydatne do wykazania wpływu programów BC3 w szkołach?

Sesja 4 – Mikronauczanie i praktyka planowania: Projektowanie i realizacja mini sesji integracyjnych BC3 w małych grupach z wykorzystaniem szablonów lekcji i narzędzi obserwacyjnych

Czas trwania: 75 minut

Układ sali: Stoły ustawione tak, by umożliwić planowanie w małych grupach, z przylegającą otwartą przestrzenią do demonstracji mikronauczania; wyraźne ścieżki przemieszczania się i rotacji ról.

Materiały: szablony planów lekcji na 45–60 minut (załącznik G), arkusze obserwacyjne (załącznik H), karty ról (załącznik C), przykładowe materiały wizualne do ćwiczeń BC3, długopisy, deski z klipsem, pachołki, miękkie piłki oraz opcjonalne rampy BC3 do demonstracji.

Wykorzystane załączniki:

- Załącznik G – Szablon planu lekcji
- Załącznik H – Arkusz obserwacyjny
- Załącznik C – Karty ról

Kroki:

1. Odprawa (10 min): Wyjaśnij cele ćwiczenia z mikronauczania, kładąc nacisk na planowanie, zróżnicowanie (poziom 1/2/3), rotację ról oraz obserwację pod kątem integracji i bezpieczeństwa.
2. Planowanie w małych grupach (20 min): Każda grupa opracowuje mini sesję integracyjną BC3, określając cele nauczania, opcje uczestnictwa, role i kluczowe wskazówki coachingowe.
3. Przeprowadzenie mikronauczania (30 min): Grupy na zmianę przeprowadzają 5–7-minutowy fragment swojej sesji przed kolegami, symulując lekcję w szkole, podczas gdy inne grupy korzystają z arkuszy obserwacyjnych, aby monitorować integrację, autonomię i bezpieczeństwo.
4. Informacja zwrotna od kolegów i refleksja (15 min): Obserwatorzy udzielają konstruktywnej informacji zwrotnej w oparciu o integrację, rotację ról i bezpieczne praktyki; grupy omawiają ulepszenia i w razie potrzeby dostosowują swoje plany sesji.



Nacisk na integrację: Należy zapewnić, aby każda mini-sesja oferowała wiele opcji uczestnictwa, znaczące role dla uczniów z poważnymi niepełnosprawnościami oraz ustrukturyzowane wsparcie rówieśnicze.

Nacisk na bezpieczeństwo: Monitoruj zarówno bezpieczeństwo fizyczne (wolne przejścia, sprzęt, korzystanie z ramp), jak i emocjonalne (pełne szacunku interakcje, zgoda, autonomia).

Pytania podsumowujące:

- Które aspekty Twojej mini-sesji najlepiej wspierały znaczący udział wszystkich uczniów?
- Jak skutecznie działała rotacja ról i wsparcie kolegów podczas realizacji zajęć?
- Jakie zmiany wprowadziłbyś, aby poprawić integrację i bezpieczeństwo w rzeczywistym środowisku szkolnym?

Sesja 5 – Podsumowanie, refleksja i zakończenie: prowadzenie dyskusji refleksyjnych, analiza informacji zwrotnych, dopracowanie planów oraz podsumowanie najważniejszych wniosków

Czas trwania: 60 minut

Układ sali: Ustawienie krzeseł w półokręgu do dyskusji grupowej, z stołem lub tablicą flipchart z przodu do zapisywania kluczowych refleksji i informacji zwrotnych.

Materiały: tablica flipchart lub tablica suchościeralna, markery, arkusze obserwacyjne (załącznik H), szablony planów lekcji (załącznik G), karty z pytaniami do podsumowania oraz długopisy.

Wykorzystane załączniki:

- Załącznik G – Szablon planu lekcji
- Załącznik H – Arkusz obserwacyjny

Kroki:

1. Refleksja prowadzona przez trenera (15 min): Poproś uczestników, aby podzielili się doświadczeniami z ćwiczeń mikronauczania, zwracając uwagę na kwestie integracji, rotacji ról i bezpieczeństwa.
2. Grupowa analiza informacji zwrotnych (15 min): Uczestnicy przeglądają notatki z obserwacji i omawiają, co się sprawdziło, jakie napotkali wyzwania oraz jakie są strategie na poprawę.
3. Dopracowanie planów sesji (20 min): Korzystając z wniosków płynących z informacji zwrotnych, uczestnicy dostosowują swoje scenariusze lekcji, aby lepiej



wspierać znaczący udział uczniów, zróżnicowanie i bezpieczne przeprowadzenie zajęć.

4. Najważniejsze wnioski i podsumowanie (10 min): Trener podsumowuje kluczowe koncepcje dotyczące planowania sesji, oceny, obserwacji i podsumowania, łącząc naukę z rzeczywistym wdrożeniem w szkole.

Nacisk na integrację: Należy położyć nacisk na refleksję nad aktywnym uczestnictwem, autonomią, wsparciem rówieśniczym oraz sprawiedliwą rotacją ról.

Nacisk na bezpieczeństwo: Należy wzmocnić przegląd środków bezpieczeństwa fizycznego, właściwego korzystania z ramp i sprzętu oraz utrzymywania pełnego szacunku i wspierającego środowiska nauki.

Pytania do podsumowania:

- Które strategie najskuteczniej promowały znaczący udział w Twojej mini-sesji?
- W jaki sposób zastosujesz metody obserwacji i informacji zwrotnej w rzeczywistym środowisku szkolnym?
- Jaka jest jedna kluczowa zmiana, którą wprowadzisz podczas następczej sesji BC3 poświęconej integracji?

10. Wytyczne dotyczące integracji i dostępności

Przyjmij podejście oparte na „opcjach uczestnictwa”: upewnij się, że każdy uczeń ma co najmniej dwa znaczące sposoby zaangażowania się w każde zadanie, w tym role aktywne i pasywne. Zaplanuj ustrukturyzowaną rotację ról, tak aby uczniowie mieli możliwość sprawiedliwego doświadczenia ról partnera, punktującego, sędziego, chronometrażysty i opiekuna sprzętu w trakcie całej sesji. Wyraźnie ucz wsparcia rówieśniczego, kładąc nacisk na zgodę, wybór i czekanie na odpowiedzi, zamiast wykonywania zadań za uczestnika. Przedstaw zróżnicowanie na poziomie 1/2/3 jako opcje dla wszystkich uczniów, a nie jako hierarchię umiejętności. Używaj jasnych wskazówek wizualnych, krótkich instrukcji i pokazów, aby wspierać komunikację i zrozumienie. Jeśli uczeń odczuwa zmęczenie, ból lub przeciążenie sensoryczne, przełącz go na opcję uczestnictwa bez gry, nie przedstawiając tego jako porażki. Na koniec każdej sesji przeprowadź krótką podsumowującą rozmowę, aby wzmocnić zachowania sprzyjające integracji, pełne szacunku interakcje i uczenie się społeczne.

10.1 Wskazówki dotyczące komunikacji

- Używaj krótkich, jasnych zdań, wydając po jednej instrukcji na raz;
- Najpierw zademonstruj zadanie, a następnie pozwól uczestnikom spróbować;
- Połącz instrukcje słowne z wizualnymi wskazówkami, takimi jak oznaczenia na podłodze, karty ról lub obrazki;
- Sprawdź zrozumienie poprzez działanie (np. poproś uczestników, aby pokazali pierwszy krok), zamiast pytać tylko werbalnie;
- Używaj spójnego języka i prostej terminologii podczas wszystkich sesji;



- Przekazuj pozytywne, konkretne informacje zwrotne, skupiając się na tym, co się sprawdziło, a co należy poprawić w przyszłości;
- Dostosuj komunikację do indywidualnych potrzeb, w tym gesty, znaki lub alternatywne pomoce, jeśli to konieczne.

10.2 Opcje uczestnictwa i rotacja ról

- Zaproponuj co najmniej dwie znaczące opcje uczestnictwa na sesję dla uczniów z poważnymi niepełnosprawnościami, w tym aktywną rolę w grze i wspierającą rolę poza grą;
- Zmieniaj role co 8–12 minut lub po każdej mini-grze, aby zapewnić wszystkim uczniom możliwość doświadczenia różnych obowiązków;
- Jasno określ granice pomocy: zapytaj przed udzieleniem pomocy, poczekaj na odpowiedź, zapewnij wsparcie bez przejmowania kontroli;
- Upewnij się, że każdy uczeń doświadcza zarówno roli aktywnej, jak i wspierającej podczas lekcji, aby zapobiec symbolicznym gestom i promować integrację;
- Używaj prostych, widocznych kart ról, aby role były jasne, sprawiedliwe i łatwe do naśladowania;
- Zachęcaj rówieśników do przejmowania ról przywódczych i wspierających, wzmacniając empatię, umiejętności społeczne i pracę zespołową;
- Normalizuj wybór, pozwalając uczniom wybierać role lub poziomy (poziom 1/2/3), które odpowiadają ich skupieniu i energii;
- Monitoruj uczestnictwo i elastycznie zmieniaj role, jeśli uczeń odczuwa zmęczenie, ból lub przeciążenie sensoryczne;
- Zaprojektuj rotację ról tak, aby była zgodna z celami nauczania, bezpieczeństwem i integracją danej sesji;
- Po rotacjach przeprowadź podsumowanie, aby zastanowić się nad doświadczeniami, wzmocnić zachowania sprzyjające integracji i zidentyfikować obszary wymagające poprawy na przyszłe sesje;

11. Ocena i kontrola jakości

11.1 Dowody na osiągnięcie efektów uczenia się

Efekt uczenia się	Dowód / narzędzie
Wyjaśnienie zasad integracyjnych BC3	Krótki quiz + obserwacja dyskusji
Opracowywanie i prowadzenie zajęć	Przegląd demonstracji mikronauczania
Wdrażanie różnych opcji uczestnictwa	Arkusze obserwacyjne podczas ćwiczeń
Skuteczne wykorzystanie arkuszy obserwacyjnych	Sprawdzenie wypełnionych formularzy obserwacyjnych
Dokładna analiza danych z oceny	Ćwiczenie z analizy danych grupowych
Prowadzenie refleksyjnych dyskusji podsumowujących	Notatki z podsumowania + informacje zwrotne od innych uczestników;



11.2 Szybki sprawdzian wiedzy

1. Zdefiniuj znaczące uczestnictwo w sesjach BC3;
2. Wymień dwie opcje uczestnictwa bez gry;
3. Wymień dwie zasady autonomii wsparcia partnera;
9. Wymień pięć sposobów dostosowania/zróżnicowania zajęć;
10. Podaj jedną zasadę bezpiecznego korzystania z rampy;
11. Wyjaśnij, dlaczego poziomy 1/2/3 są opcjonalne;
12. Zaproponuj jedną strategię na realistyczne zajęcia szkolne;
8. Napisz jedno pytanie podsumowujące, wzmacniające integrację.

11.3 Podpowiedź do samooceny

- Potrafię zaproponować dwie sensowne opcje uczestnictwa dla uczniów z poważnymi niepełnosprawnościami;
- Potrafię szybko przygotować bezpieczne stanowiska BC3;
- Potrafię skutecznie udzielać wskazówek za pomocą krótkich sygnałów;
- Potrafię zapewnić wszystkim uczniom wybór na poziomie 1/2/3;
- Potrafię monitorować integrację i bezpieczeństwo podczas sesji;
- Jedną ze zmian, którą wprowadzę w przyszłym tygodniu, jest: _____;

12. Slajdy i materiały wizualne

Zalecana długość prezentacji: 25–35 slajdów

Minimalne tematy slajdów:

- Cel modułu 4 i cele dnia 4;
- Kluczowe pojęcia: znaczące uczestnictwo, zróżnicowanie, integracja za pośrednictwem rówieśników, ocena, obserwacja, podsumowanie;
- Zasady planowania sesji BC3 sprzyjających włączeniu;
- Model opcji uczestnictwa: zabawa, pomoc, sędziowanie, organizacja;
- Granice relacji z partnerem i pełne szacunku wsparcie rówieśnicze;
- Rotacja ról: cel, czas i przykłady;
- Przegląd narzędzi obserwacyjnych: arkusze, monitorowanie integracji, autonomii, bezpieczeństwa;
- Ocena formatywna: jak śledzić postępy w nauce podczas sesji;
- Ocena sumatywna: pomiar wyników, wpływu i integracji społecznej;
- Analiza danych i efektywne wykorzystanie informacji zwrotnej;
- Przygotowanie ćwiczenia z mikronauczania i instrukcje;
- Korzystanie z szablonu planu lekcji: przewodnik krok po kroku;
- Przykładowe układy zajęć BC3 i konfiguracja stanowisk;
- Przegląd kart ćwiczeń: przykłady zróżnicowania na poziomie 1/2/3;
- Zasady bezpiecznego korzystania z ramp i urządzeń wspomagających;



- Kwestie bezpieczeństwa: fizyczne, emocjonalne i związane z wyrażeniem zgody;
- Sygnały wizualne i strategie komunikacyjne dla grup o zróżnicowanych umiejętnościach;
- Techniki podsumowania i przykłady dyskusji refleksyjnych;
- Rejestrowanie i wykorzystywanie danych z arkuszy obserwacyjnych;
- Dostosowywanie sesji do ograniczeń szkolnych: czasu, przestrzeni, sprzętu;
- Realistyczne przykłady rotacji ról w dużych klasach;
- Skuteczna ocena wsparcia kolegów i autonomii;
- Refleksja nad wynikami w zakresie integracji i uczestnictwa;
- Wykorzystanie wyników oceny do udoskonalenia sesji;
- Podsumowanie: najważniejsze wnioski i kolejne kroki;
- Opcjonalne slajdy: przykłady uczestników, zdjęcia lub studia przypadków;
- Referencje i dodatkowe zasoby dotyczące prowadzenia szkoleń BC3 w sposób sprzyjający włączeniu społecznemu;



5-dniowe szkolenie dla trenerów (ToT) – format edukacyjny

Moduł 5 – Dzień 5

Wdrażanie w szkole, organizowanie działań i wydarzeń, partnerstwa, zrównoważony rozwój

Główny autor (partner): MVNGO

1. Podsumowanie modułu

Ten dzień skupia się na przełożeniu zasad integracji na konkretne działania w prawdziwych warunkach szkolnych. Uczestnicy dowiedzą się, jak skutecznie wdrażać programy integracyjne w szkołach; planować i organizować działania i wydarzenia integracyjne (szkolne dni sportu, kampanie uświadamiające, imprezy pokazowe); budować wartościowe partnerstwa z lokalnymi interesariuszami oraz zapewnić długoterminową trwałość na poziomie pedagogicznym, organizacyjnym i finansowym. Dzień ten jest zorientowany na praktykę i pozwala uczestnikom wyjść z gotowym do użycia planem działania na rzecz wdrożenia w szkole.

2. Grupa docelowa, wymagania wstępne i profil trenera

2.1 Grupa docelowa

Nauczyciele/trenerzy, którzy będą wspierać nauczycieli szkolnych i organizatorów zajęć sportowych we wdrażaniu programów integracyjnych w szkołach oraz w organizowaniu działań i wydarzeń integracyjnych.

2.2 Wymagania wstępne

Uczestnicy powinni znać podstawowe zasady edukacji integracyjnej, modele uczestnictwa uczniów z niepełnosprawnościami oraz kluczowe elementy sportu integracyjnego lub inicjatyw szkolnych (również z poprzednich modułów).

2.3 Zalecane kompetencje trenera

- Doświadczenie w realizacji programów szkolnych.
- Doświadczenie w organizowaniu wydarzeń integracyjnych lub działań społecznych.
- Znajomość zasad angażowania interesariuszy i budowania partnerstw.
- Zrozumienie planowania zrównoważonego rozwoju.
- Silne umiejętności facylitacyjne i zarządzania grupą.

3. Efekty uczenia się

Pod koniec tego dnia uczestnicy będą potrafili:

7. Opracować podstawowy szkolny plan działania dla programu integracyjnego.
13. Określić kluczowe kroki w celu zorganizowania integracyjnego działania lub wydarzenia w szkole.
14. Zidentyfikować odpowiednich interesariuszy i nawiązać potencjalne partnerstwa.



15. Zastosować strategie zrównoważonego rozwoju w celu zapewnienia długoterminowej ciągłości programu.

4. Kluczowe przesłania

- Integracja musi być częścią codziennego życia szkolnego, a nie ograniczać się do pojedynczych wydarzeń.
- Organizacja wydarzeń sprzyjających integracji wymaga planowania, dostępności i wspólnej odpowiedzialności.
- Partnerstwa wzmacniają oddziaływanie i zwiększają zasoby.
- Trwałość osiąga się poprzez włączenie do kultury i systemów szkolnych.
- Nawet niewielkie, dobrze zaplanowane działania mogą prowadzić do długoterminowych zmian strukturalnych.

5. Kluczowe pojęcia i definicje

Wdrażanie w szkole: ustrukturyzowany proces włączania programu integracyjnego do standardowej praktyki szkolnej.

Wydarzenie integracyjne: działanie lub zorganizowana aktywność mająca na celu zapewnienie znaczącego udziału wszystkich uczniów, w tym uczniów niepełnosprawnych.

Partnerstwo: relacja oparta na współpracy między co najmniej dwoma podmiotami dążącymi do wspólnych celów.

Trwałość: zdolność programu/projektu do kontynuacji w czasie dzięki stabilnym strukturom, zasobom i zaangażowaniu.

Mapowanie interesariuszy: proces identyfikacji i analizy osób lub organizacji, które mają wpływ na program lub na które program ma wpływ.

6. Materiały, logistyka i przygotowanie sali

6.1 Lista materiałów

- Tablice flipchart i markery/długopisy
- Karteczki samoprzylepne (w różnych kolorach)
- Wydrukowany szablon planu działania
- Wydrukowany szablon planu zrównoważonego rozwoju
- Wydrukowany szablon mapy interesariuszy
- Projektor i slajdy
- Formularze ewaluacyjne

6.2 Wymagania dotyczące miejsca i układ sali

- Elastyczny układ miejsc siedzących (stoły do pracy w grupach).
- Miejsce na dyskusje w mniejszych grupach.



- Miejsce na ścianie do wywieszania flipchartów.

6.3 Kadra i nadzór

Zalecane: 1 główny trener i 1 współprowadzący do wsparcia grup i pilnowania czasu.

6.4 Kwestie związane z dostępnością miejsca

- Dostęp bez schodów.
- Toalety przystosowane dla osób niepełnosprawnych.
- Wyraźne oznakowanie.
- Dobra akustyka i mikrofon w razie potrzeby.
- Materiały drukowane dostępne z dużym drukiem na żądanie.

7. Plan dnia

Harmonogram (cały dzień wraz z przerwami: 6 godzin). Przykładowy harmonogram (patrz tabela poniżej):

Czas	Treść
09:30–10:15	Sesja 1 – Od teorii do praktyki: ramy wdrażania w szkole
10:15–11:00	Sesja 2 – Projektowanie integracyjnych działań lub wydarzeń szkolnych
11:00–11:20	Przerwa
11:20–12:00	Sesja 3 – Mapowanie interesariuszy i partnerstwa
12:00–13:00	Lunch
13:00–13:45	Sesja 4 – Planowanie zrównoważonego rozwoju
13:45–14:00	Przerwa
14:00–15:00	Sesja 5 – Praca w grupach: opracowanie szkolnego planu działania
15:00–15:30	Refleksja, sprawdzenie wiedzy i zakończenie

Oczekiwane wyniki dnia:

- Projekt szkolnego planu działania
- Podstawowy zarys planu wydarzeń
- Mapa interesariuszy
- Lista kontrolna dotycząca zrównoważonego rozwoju

8. Treści pisemne

8.1 Dlaczego wdrażanie w środowisku szkolnym ma znaczenie



Inicjatywy na rzecz integracji przynoszą efekty tylko wtedy, gdy są włączone do codziennej praktyki szkolnej, a nie pozostają odizolowanymi działaniami. Szkoły często organizują okazjonalne wydarzenia lub projekty związane z integracją, sportem lub dobrym samopoczuciem, ale inicjatywy te mogą zniknąć po krótkim czasie, jeśli nie zostaną włączone do struktur szkolnych. Wdrażanie odnosi się do ustrukturyzowanego procesu przekształcania pomysłu w rzeczywistą i trwałą praktykę. W kontekście szkolnym oznacza to zapewnienie, że działania integracyjne, takie jak imprezy sportowe lub programy aktywności fizycznej, staną się częścią kultury i rutyny szkolnej. Skuteczna realizacja integracyjnych inicjatyw sportowych może przyczynić się do: promowania uczestnictwa wszystkich uczniów w zajęciach sportowych () oraz ich dobrego samopoczucia; rozwijania umiejętności społecznych, współpracy i szacunku dla różnorodności; tworzenia możliwości dla uczniów o różnych zdolnościach do angażowania się w znaczącą aktywność fizyczną; wzmocnienia poczucia przynależności do społeczności szkolnej.

Wdrożenie wymaga jednak planowania i koordynacji. Nauczyciele, dyrektorzy szkół, organizatorzy zajęć sportowych i partnerzy zewnętrzni muszą współpracować, aby zapewnić, że inicjatywy są dostępne, integracyjne i trwałe. Na przykład integracyjny dzień sportu w szkole może stać się potężnym doświadczeniem edukacyjnym, gdy zostanie włączony do kalendarza szkolnego, wspierany przez nauczycieli i partnerów oraz zaprojektowany tak, aby zachęcić do udziału wszystkich uczniów.

Bez ustrukturyzowanego wdrażania: działania pozostają symbolicznymi lub jednorazowymi doświadczeniami; obowiązki są niejasne; inicjatywy zależą od indywidualnej motywacji; długoterminowy wpływ jest ograniczony.

Z tych powodów szkoły powinny dążyć do odejścia od pojedynczych działań na rzecz ustrukturyzowanych strategii wdrażania, które pozwolą inicjatywom integracyjnym rozwijać się i trwać w czasie.

8.2 Organizowanie działań integracyjnych i wydarzeń sportowych

Wydarzenia szkolne stanowią ważną okazję do promowania integracji, uczestnictwa i zaangażowania społeczności. W szczególności wydarzenia sportowe mogą tworzyć wspólne doświadczenia, podczas których uczniowie współpracują, wspierają się nawzajem i rozwijają pozytywne nastawienie do różnorodności.

Jednak integracyjne wydarzenia sportowe wymagają świadomego planowania. Jeśli kwestia integracji nie zostanie uwzględniona od samego początku, niektórzy uczniowie mogą napotkać bariery związane z dostępnością, możliwościami uczestnictwa lub dynamiką społeczną.

Organizacja integracyjnego wydarzenia sportowego zazwyczaj obejmuje kilka etapów planowania:

1. Określenie celów i przeznaczenia
2. Określenie grupy docelowej
3. Planowanie działań i opcji uczestnictwa
4. Organizacja i logistyka
5. Ocena i refleksja



8.3 Budowanie partnerstw na rzecz szkolnych inicjatyw sportowych

Szkoły często dysponują ograniczonymi zasobami, aby samodzielnie organizować duże imprezy lub programy. Z tego powodu partnerstwa z zewnętrznymi podmiotami mogą znacznie wzmocnić inicjatywy szkolne. Partnerstwa umożliwiają szkołom dostęp do dodatkowej wiedzy specjalistycznej, obiektów i zasobów, a jednocześnie wzmacniają więzi między szkołami a lokalną społecznością.

Potencjalni partnerzy w zakresie inicjatyw sportowych sprzyjających integracji to między innymi:

- Lokalne organizacje osób niepełnosprawnych.
- Władze miejskie.
- Kluby sportowe.
- Stowarzyszenia rodziców.
- Uniwersytety lub instytucje szkoleniowe.

Kluczowe zasady partnerstwa: wspólna wizja i cele; jasna komunikacja; określone role i obowiązki; obopólne korzyści.

8.4 Strategie trwałości inicjatyw szkolnych

Zrównoważony rozwój odnosi się do zdolności programu lub inicjatywy do kontynuacji w czasie i zachowania znaczenia dla uczestników. W kontekście szkolnym zrównoważony rozwój oznacza zapewnienie, że działania integracyjne nie pozostają wydarzeniami jednorazowymi, ale stają się częścią długoterminowych praktyk szkoły.

Istnieje kilka wymiarów zrównoważonego rozwoju:

- Zrównoważony rozwój społeczny – ten wymiar koncentruje się na długoterminowych korzyściach dla społeczności szkolnej. Inicjatywy sportowe sprzyjające włączeniu społecznemu mogą wzmacniać relacje między uczniami, nauczycielami i rodzinami oraz promować kulturę szacunku i współpracy.
- Zrównoważony rozwój ekonomiczny – szkoły muszą zastanowić się, jak utrzymać działania przy użyciu dostępnych zasobów. Strategie mogą obejmować włączenie inicjatyw do istniejących programów szkolnych, dzielenie się zasobami z partnerami oraz szukanie wsparcia u lokalnych organizacji lub gmin.
- Zrównoważony rozwój środowiskowy – organizatorzy wydarzeń mogą również promować praktyki odpowiedzialne środowiskowo, takie jak ograniczanie ilości odpadów, ponowne wykorzystywanie materiałów oraz zachęcanie do zrównoważonej mobilności podczas wydarzeń szkolnych.

Aby inicjatywy mogły być kontynuowane w czasie, powinny być zintegrowane ze strukturami szkolnymi i powinny priorytetowo traktować:

- Wbudowanie w strukturę instytucjonalną (włączenie do programów wychowania fizycznego, do programu nauczania).
- Szkolenie personelu i budowanie potencjału.
- Planowanie finansowe (budżet, pozyskiwanie funduszy).



Wyzwania i praktyczne rozwiązania:

- Brak czasu à włączenie do istniejących godzin lekcyjnych
- Ograniczony budżet → współpraca z lokalnymi organizacjami
- Opór personelu à organizacja sesji uświadamiających

8.5 Praca w grupach: opracowanie szkolnego planu działania

Planowanie jest kluczowym etapem przekształcania pomysłów w konkretne inicjatywy. Gdy szkoły organizują zajęcia sportowe lub imprezy, jasny plan działania może pomóc w dokładnym zdefiniowaniu celów, ról i zasobów.

Plan działania pozwala organizatorom:

- wyjaśnienie celu inicjatywy
- określić kroki niezbędne do zorganizowania zajęć
- przydzielić obowiązki wśród pracowników i partnerów
- przewidzieć potencjalne wyzwania
- zaplanować ocenę i działania następcze.

Podczas sesji szkoleniowej uczestnicy współpracują w małych grupach, aby opracować szkolny plan działania w zakresie sportu na potrzeby integracyjnego zajęcia lub wydarzenia w ich własnym kontekście.

Przykłady mogą obejmować: integracyjny dzień sportu w szkole; cotygodniowy program dostosowanej aktywności fizycznej; turniej oparty na współpracy międzyklasowej; wydarzenie sportowe łączące szkołę ze społecznością lokalną.

Plan działania powinien zawierać kluczowe elementy, takie jak cele, uczestnicy, zasoby, kwestie związane z dostępnością, partnerstwa oraz harmonogram.

Ćwiczenie to zachęca uczestników do zastosowania koncepcji omówionych podczas szkolenia oraz do opracowania praktycznych rozwiązań, które można wdrożyć w rzeczywistych warunkach szkolnych.

8.6 Refleksja, sprawdzenie wiedzy i zakończenie

Ostatnia część dnia szkoleniowego pozwala uczestnikom na refleksję nad zdobytą wiedzą i umiejętnościami oraz na określenie, w jaki sposób mogą zastosować zdobytą wiedzę w kontekście własnej szkoły.

Trener prowadzi krótką refleksję grupową, skupiając się na kluczowych pytaniach, takich jak:

- Jaki pomysł z dzisiejszego szkolenia można realistycznie wdrożyć w Państwa szkole?



- Jakie wsparcie lub partnerstwa pomogłyby wam w organizacji inicjatyw sportowych sprzyjających integracji?

Uczestnicy wypełniają krótki test sprawdzający wiedzę i dokonują samooceny.

9. Scenariusze sesji i główne działania

9.1 Sesja 1 – Od teorii do praktyki: ramy wdrażania w szkole

Czas trwania: 45 minut

Układ sali: Ustawienie krzeseł w półokręgu; projektor/tablica flipchart z przodu

Materiały: slajdy (lub wydrukowane kluczowe punkty), tablica flipchart, markery/długopisy, karteczki samoprzylepne

Wykorzystane załączniki: Brak, wykorzystanie slajdów i tablicy flipchart

Kroki:

- Powitanie i zapoznanie uczestników z celem: szkolenie dla trenerów (ToT) mające na celu wzmocnienie pozycji nauczycieli i organizatorów zajęć sportowych w zakresie realizacji działań i wydarzeń w środowisku szkolnym.
- Wkład trenera (15 min): wyjaśnienie ram wdrażania w szkole (Odkrywanie – Przygotowanie – Realizacja – Utrzymanie), zasad edukacji włączającej
- Refleksja z przewodnikiem (10 min): uczestnicy zastanawiają się nad pytaniami: „Co sprawia, że inicjatywy zanikają po roku? Dlaczego nie są one naprawdę skuteczne i sprzyjają włączeniu społecznemu?”, a następnie zapisują swoje odpowiedzi na karteczkach samoprzylepnych.
- Dyskusja w małych grupach (15 min): uczestnicy dzielą się odpowiedziami i wspólnie grupują je według etapów przedstawionych w szkolnych ramach wdrożeniowych (Odkrywanie – Przygotowanie – Realizacja – Utrzymanie), wskazując, w której fazie leży problem.
- Podsumowanie prowadzącego (5 min): przedstaw ramy wdrażania w szkole (materiały wizualne i film na YouTube) oraz nawiąź do późniejszego projektowania wydarzeń/działań w szkołach, interesariuszy i partnerstw oraz trwałości.

Pytania podsumowujące:

- Który etap jest najłatwiejszy w kontekście waszej szkoły?
- Jakie przeszkody napotkacie i dlaczego?
- Co zapewnia ciągłość działań poza jednym zmotywowanym nauczycielem?

Materiały:

- <https://educationendowmentfoundation.org.uk/education-evidence/guidance-reports/implementation>
- <https://www.youtube.com/watch?v=UOM8weR06Gc&t=3s>



- <https://www.edresearch.edu.au/resource-collections/implementation-schools-practical-resources>
- <https://www.edresearch.edu.au/other/articles/explained-key-components-implementation>
- <https://www.florencebilingualschool.it/en/blog/inclusive-education-strategies-for-implementation-in-schools/>

9.2 Sesja 2 – Opracowanie integracyjnego działania lub wydarzenia szkolnego

Czas trwania: 45 minut

Układ sali: Ustawienie krzeseł w półokręgu; projektor/tablica flipchart z przodu

Materiały: slajdy (lub wydrukowane kluczowe punkty), tablica flipchart, markery/długopisy, karteczki samoprzylepne

Wykorzystane załączniki: slajdy i tablica flipchart, studia przypadków

Kroki:

- Cel sesji: Szkolenie dla trenerów mające na celu wzmocnienie pozycji nauczycieli i organizatorów zajęć sportowych w zakresie wdrażania działań i wydarzeń sprzyjających integracji w środowisku szkolnym.
- Wkład trenera (15 min): wyjaśnienie, jak zaplanować integracyjne wydarzenie/działanie w szkole (określenie celu wydarzenia, celów SMART, grupy docelowej, wizji, budżetu, listy zadań, informacji zwrotnej, podsumowania)
- Ćwiczenie (20 min): ulepszanie wydarzenia szkolnego – ćwiczenie oparte na studium przypadku, uczestnicy są podzieleni na **małe grupy (3–4 osoby)**. Każda grupa otrzymuje **krótkie studium przypadku opisujące wydarzenie szkolne, w którym występują pewne luki w zakresie integracji**.

Studium przypadku 1 – Szkolny Dzień Sportu à Szkoła średnia organizuje coroczny, tradycyjny Szkolny Dzień Sportu dla wszystkich uczniów. Impreza odbywa się na szkolnym boisku i obejmuje wyścigi oraz gry zespołowe, takie jak biegi sprinterskie, sztafety, mecze piłki nożnej i zawody w skoku w dal. Uczniowie uczestniczą w zawodach w drużynach reprezentujących swoje klasy, a nauczyciele nadzorują poszczególne stacje z zadaniami. Pod koniec dnia liczone są punkty, a zwycięska klasa otrzymuje puchar podczas ceremonii zamknięcia. Impreza odbywa się w ramach regularnych zajęć szkolnych i wszyscy uczniowie uczestniczą w niej jako zawodnicy.

Przykład ulepszonej wersji: Szkoła średnia organizuje coroczny Dzień Sportu w Szkole dla wszystkich uczniów. Impreza odbywa się na szkolnym boisku sportowym oraz w sali gimnastycznej, gdzie ustawiono różne stanowiska z



zadaniami. Program obejmuje mieszankę gier opartych na współpracy, dostosowanych zajęć sportowych oraz wyzwań zespołowych, które zachęcają do współpracy i uczestnictwa. Uczniowie biorą udział w mieszanych drużynach reprezentujących ich klasy i mogą wносить swój wkład na różne sposoby, np. uczestnicząc w zajęciach, pomagając w organizacji, prowadząc punktację, kibicując drużynom lub pomagając nauczycielom na stanowiskach z zadaniami. Nauczyciele i uczniowie-wolontariusze koordynują pracę na poszczególnych stanowiskach oraz zachęcają do pracy zespołowej i fair play. Na zakończenie imprezy szkoła świętuje różne osiągnięcia, takie jak współpraca, duch zespołowy, kreatywność i zaangażowanie, podkreślając wartość uczestnictwa dla wszystkich uczniów.

Studium przypadku 2 – Wydarzenie uświadamiające: Szkoła organizuje Dzień Świadomości Integracji, którego celem jest pomoc uczniom w lepszym zrozumieniu różnorodności i niepełnosprawności. Program obejmuje prezentację otwierającą wygłoszoną przez zaproszonego gościa, który dzieli się osobistymi doświadczeniami związanymi z niepełnosprawnością i integracją. Uczniowie zbierają się w szkolnej auli, aby wysłuchać prezentacji, a nauczyciele wspierają organizację wydarzenia. Po wykładzie społeczność szkolna zbiera się na krótką chwilę, aby podziękować gościowi i zakończyć wydarzenie.

Przykład ulepszonej wersji: Szkoła organizuje Interaktywny Dzień Świadomości Integracji, aby pomóc uczniom zgłębiać tematy związane z różnorodnością i integracją. Program rozpoczyna się krótkim wykładem zaproszonego gościa, który dzieli się doświadczeniami związanymi z integracją i uczestnictwem. Po wprowadzeniu uczniowie uczestniczą w serii interaktywnych warsztatów zorganizowanych w różnych miejscach w szkole. Warsztaty te obejmują działania oparte na współpracy, dyskusje grupowe, ćwiczenia twórcze oraz krótkie zajęcia oparte na doświadczeniu, które zachęcają uczniów do refleksji nad integracją i empatią. Nauczyciele i moderatorzy prowadzą warsztaty, a uczniowie aktywnie uczestniczą w nich, dzieląc się pomysłami, zadając pytania i współpracując z rówieśnikami. Dzień kończy się wspólną refleksją, podczas której uczniowie dzielą się tym, czego się nauczyli i jak mogą przyczynić się do budowania bardziej integracyjnego środowiska szkolnego.

Studium przypadku 3 – Festiwal szkolny: Szkoła podstawowa organizuje pod koniec roku szkolnego Festiwal Społeczności Szkolnej, aby uczcić osiągnięcia uczniów i zacieśnić więzi między rodzinami, nauczycielami i uczniami. Impreza odbywa się na szkolnym dziedzińcu i obejmuje kilka stref aktywności, takich jak gry, małe konkursy, stoiska z jedzeniem oraz występy muzyczne. Niektóre zajęcia mają charakter wysoce intelektualny i teoretyczny. Rodzice i nauczyciele wspólnie organizują poszczególne strefy, a wiele rodzin uczestniczy w imprezie w godzinach popołudniowych.

Przykład ulepszonej wersji: Pod koniec roku szkolnego szkoła podstawowa organizuje Festiwal Społeczności Szkolnej o charakterze integracyjnym, aby uczcić osiągnięcia uczniów i wzmocnić relacje między rodzinami, nauczycielami i uczniami. Impreza odbywa się na szkolnym dziedzińcu i obejmuje różnorodne



stanowiska z atrakcjami, zaprojektowane tak, aby zachęcić do udziału wszystkich członków społeczności szkolnej. Atrakcje obejmują gry zespołowe, warsztaty twórcze, przestrzenie muzyczne i sceniczne oraz inicjatywy prowadzone przez uczniów, przygotowane w trakcie roku szkolnego. Uczniowie, nauczyciele i rodziny współpracują przy organizacji i prowadzeniu różnych zajęć, tworząc przyjazną atmosferę sprzyjającą uczestnictwu. Wydarzenie zachęca do interakcji między uczniami w różnym wieku i promuje takie wartości, jak współpraca, szacunek dla różnorodności oraz zaangażowanie społeczne.

Grupy proszone są o przeanalizowanie przypadku i udzielenie odpowiedzi na następujące pytania:

- Jakie są główne wyzwania związane z integracją podczas tego wydarzenia?
- Jak można ulepszyć to wydarzenie, aby było bardziej sprzyjające integracji?
- Jakie praktyczne zmiany można by wprowadzić?

Uczestnicy zapisują swoje propozycje ulepszeń na karteczkach samoprzylepnych lub na papierze flipchartowym i opisują ulepszoną wersję wydarzenia.

- Dyskusja w małych grupach (10 min): każda grupa przedstawia pozostałym uczestnikom swoją ulepszoną wersję wydarzenia.
- Podsumowanie prowadzącego (5 min): prowadzący podsumowuje kluczowe strategie, które wyłoniły się z dyskusji nad studiami przypadków, i podkreśla kluczowe zasady projektowania integracyjnych wydarzeń sportowych: oferowanie różnych poziomów aktywności fizycznej; tworzenie wielu ról uczestnictwa; priorytetowe traktowanie współpracy i dobrej zabawy; zapewnienie dostępnych przestrzeni sportowych i sprzętu; angażowanie uczniów w organizację i prowadzenie zajęć. Wydarzenia integracyjne niekoniecznie są bardziej złożone, ale wymagają przemyślanego projektu i świadomości zróżnicowanych potrzeb.

Pytanie podsumowujące:

Czy kiedykolwiek organizowaliście wydarzenia w swojej szkole? Jak one przebiegały?

Materiały:

<https://localtrust.org.uk/wp-content/uploads/2025/05/How-to-organise-a-successful-community-event-toolkit.pdf>

9.3 Sesja 3 – Mapowanie interesariuszy i partnerstwa

Czas trwania: 40 minut

Układ sali: Ustawienie krzeseł w półokręgu; projektor/tablica flipchart z przodu

Materiały: slajdy (lub wydrukowane kluczowe punkty), tablica flipchart, markery, karteczki samoprzylepne



Wykorzystane załączniki: Wykorzystanie slajdów i tablicy flipchart, szablon analizy interesariuszy

Kroki:

- Cel sesji: Szkolenie dla trenerów mające na celu wzmocnienie pozycji nauczycieli i organizatorów zajęć sportowych w zakresie wdrażania działań i wydarzeń w środowisku szkolnym.
- Wkład trenera (10 min): wprowadzenie do tematyki interesariuszy, analiza interesariuszy i matryca mapowania interesariuszy (wpływ vs. zainteresowanie), kluczowe elementy budowania partnerstw
- Refleksja praktyczna (15 min): Uczestnicy otrzymują szablon analizy interesariuszy. Indywidualnie lub w parach zastanawiają się nad kontekstem swojej szkoły lub organizacji i identyfikują potencjalnych interesariuszy, którzy mogliby wesprzeć organizację działań lub wydarzeń sprzyjających włączeniu społecznemu.
- Dyskusja grupowa (15 min): dzielenie się mapami interesariuszy i omawianie strategii zaangażowania
- Podsumowanie trenera (5 min): trener podsumowuje kluczowe wnioski z ćwiczenia i podkreśla, że mapowanie interesariuszy jest ważnym krokiem podczas planowania inicjatyw szkolnych. Na zakończenie trener podkreśla, że silne partnerstwa mogą znacznie zwiększyć wpływ, widoczność i trwałość działań integracyjnych w szkole.

Pytania podsumowujące:

- Czy Twoja szkoła ma obecnie partnerów? Z jakimi interesariuszami?
- Którego interesariuszy chcielibyście bardziej zaangażować w przyszłości?

Materiały:

- <https://umbrex.com/resources/frameworks/marketing-frameworks/stakeholder-mapping-power-interest-matrix/>
- <https://www.projectmanagement.com/wikis/368897/stakeholder-analysis--using-the-power-interest-grid#>
- <https://www.globalschoolsforum.org/wp-content/uploads/stakeholder-mapping-explanation-0-0.pdf>
- <https://www.smartsheet.com/free-stakeholder-analysis-templates>
- https://us.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/33868_Chapter1.pdf
- https://www.mdrc.org/sites/default/files/RWJF_Partnerships_Brief_0.pdf
- <https://learnercentered.org/blog/building-community-partnerships-a-strategy-for-sustaining-learner-centered-education/>
- <https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/about/projects/edu/21st-century-children/21st-century-children-building-capacity.pdf>
- <https://school-education.ec.europa.eu/en/about/erasmus-programme-schools>
- <https://school-education.ec.europa.eu/en/about/erasmus-programme-schools/partnerships-school-development>

9.4 Sesja 4 – Planowanie zrównoważonego rozwoju



Czas trwania: 45 minut

Układ sali: Ustawienie krzesel w półokręgu; projektor/tablica flipchart z przodu

Materiały: slajdy (lub wydrukowane kluczowe punkty), tablica flipchart, markery, karteczki samoprzylepne

Wykorzystane materiały: slajdy, tablica flipchart, plan zrównoważonego rozwoju

Kroki:

- Cel sesji: Szkolenie dla trenerów mające na celu wzmocnienie pozycji nauczycieli i organizatorów zajęć sportowych w zakresie wdrażania zrównoważonych działań i wydarzeń w środowisku szkolnym.
- Wkład trenera (15 min): wyjaśnienie, czym jest zrównoważony rozwój, jego filary/wymiar (środowiskowy, ekonomiczny, społeczny), kluczowe zasady zrównoważonego rozwoju
- Refleksja i dyskusja (20 min): uczestnicy indywidualnie zastanawiają się nad wyzwaniami związanymi ze zrównoważonym rozwojem w kontekście własnej szkoły lub organizacji. Każdy uczestnik otrzymuje karteczki samoprzylepne i odpowiada na następujące pytania: „Pomyśl o szkolnej inicjatywie lub wydarzeniu, które nie było kontynuowane w czasie. Jakie były główne przyczyny jego zakończenia?”; „Jakie elementy mogłyby pomóc tej inicjatywie stać się zrównoważoną?”. Uczestnicy zapisują swoje refleksje i umieszczają karteczki samoprzylepne na tablicy flipchart pod dwoma nagłówkami: „Bariery dla zrównoważonego rozwoju” i „Możliwe rozwiązania”. Wspólna dyskusja.
- Podsumowanie prowadzącego (10 min): prowadzący przedstawia Plan Zrównoważonego Rozwoju, wyjaśniając, że może on być wykorzystywany przez szkoły lub organizacje do tworzenia długoterminowych inicjatyw.

Pytania podsumowujące:

- Który wymiar zrównoważonego rozwoju (środowiskowy, ekonomiczny, społeczny) stanowi największe wyzwanie w waszym kontekście? Dlaczego?
- Jaka niewielka zmiana mogłaby sprawić, że działalność szkoły stałaby się bardziej zrównoważona?
- W jaki sposób partnerstwa mogą wspierać zrównoważony charakter inicjatyw szkolnych?

Materiały:

- https://www.naccho.org/uploads/downloadable-resources/Sustainability-Planning-Guide_2023-05-09-150857_gsgd.pdf
- <https://wallacefoundation.org/sites/default/files/2023-08/sustainability-planning-facilitation-guide.pdf>
- https://sustainability.psu.edu/wp-content/uploads/2021/01/PSU-Sustainability-Planning-Guidebook_1-6.pdf



9.5 Sesja 5 – Praca w grupach: opracowanie szkolnego planu działania

Czas trwania: 45 minut

Układ sali: Ustawienie krzeseł w półokręgu; projektor/tablica flipchart z przodu

Materiały: slajdy (lub wydrukowane kluczowe punkty), tablica flipchart, markery, karteczki samoprzylepne

Wykorzystane załączniki: slajdy i tablica flipchart, szablon planu działania

Kroki:

- Cel sesji: Szkolenie dla trenerów mające na celu wzmocnienie pozycji nauczycieli i organizatorów zajęć sportowych w zakresie wdrażania działań i wydarzeń w środowisku szkolnym, praktyczna praca nad sporządzeniem szkolnego planu działania, przełożenie koncepcji omówionych w ciągu dnia na praktyczne ćwiczenie planowania.
- Wkład trenera (5 min): trener przedstawia kluczowe elementy prostego szkolnego planu działania, pokazując je na slajdzie lub tablicy flipchart. Celem jest stworzenie podstawowego planu działania. Uczestnicy są proszeni o opracowanie planu w oparciu o następujące elementy: tytuł działania lub wydarzenia; cel działania/wydarzenia; grupa docelowa (uczniowie, nauczyciele, społeczność szkolna); główne działania lub etapy; role i obowiązki (kto co robi); potrzebne zasoby (materiały, obiekty, partnerstwa); kwestie dostępności (jak zapewnić udział wszystkim); aspekty zrównoważonego rozwoju (jak działanie może być kontynuowane w czasie); harmonogram (kiedy odbędzie się działanie).
- Część praktyczna (40 min): uczestnicy zostają podzieleni na małe grupy (3–4 osoby). Każda grupa ma za zadanie zaprojektować szkolne działanie lub wydarzenie promujące uczestnictwo, integrację i trwałość (na przykład dzień sportu integracyjnego, wydarzenie uświadamiające, cotygodniowy program aktywności fizycznej oparty na integracji...) poprzez wypełnienie szkolnego planu działania. Uczestnicy są zachęceni do uwzględnienia realistycznych ograniczeń, takich jak czas, zasoby, harmonogramy szkolne i zaangażowanie personelu.
- Podsumowanie prowadzącego (5 min): uczestnicy przedstawiają swoje szkolne plany działania. Prowadzący podkreśla, że małe, dobrze zaplanowane inicjatywy mogą przynieść znaczącą zmianę w środowisku szkolnym.

Pytanie podsumowujące:

- Co było największym wyzwaniem podczas tworzenia planu działania?

Materiały:



- <https://www.techtarget.com/whatis/definition/action-plan>
- <https://localtrust.org.uk/wp-content/uploads/2025/05/How-to-organise-a-successful-community-event-toolkit.pdf>

10. Wytyczne dotyczące integracji i dostępności

- Zaproponuj różne role w pracy grupowej.
- W razie potrzeby zapewnij elastyczny harmonogram.
- Zapewnij pełen szacunek dialog i poczucie bezpieczeństwa psychicznego.

10.1 Wskazówki dotyczące komunikacji

- Używaj jasnego i prostego języka.
- Przekazuj informacje w różnych formatach: ustne wyjaśnienia, pisemne instrukcje oraz wizualne instrukcje/wsparcie.
- Zachęcaj do zadawania pytań i interakcji
- Zwracaj uwagę na komunikację niewerbalną

10.2 Opcje uczestnictwa i rotacja ról

- Stwórz wspierające role rówieśnicze, w ramach których uczestnicy mogą współpracować i pomagać sobie nawzajem podczas zajęć.
- Upewnij się, że każda rola jest doceniana.
- Zachęcaj do rotacji ról, umożliwiając uczestnikom wypróbowanie różnych obowiązków podczas ćwiczenia.

11. Ocena i kontrola jakości

11.1 Dowody na osiągnięcie efektów uczenia się

Efekt uczenia się	Dowody / narzędzie
Organizuj wydarzenia sprzyjające integracji	Ulepszone studia przypadków
Zidentyfikuj partnerów	Ukończono mapy interesariuszy
Planowanie zrównoważonego rozwoju	Znajomość elementów planu zrównoważonego rozwoju
Opracowanie planu działania	Projekt planu działania

11.2 Szybki test wiedzy

1. Zdefiniuj zrównoważony rozwój w jednym zdaniu.
2. Wymień trzy kluczowe elementy wydarzenia sprzyjającego włączeniu społecznemu.
3. Wymień dwóch potencjalnych interesariuszy w Twoim kontekście.

11.3 Pytanie do samooceny



Co-funded by
the European Union



- Potrafię opracować plan działania na rzecz integracji w szkole. (1–5)
- Potrafię zidentyfikować odpowiednich partnerów/interesariuszy w moim kontekście. (1-5)
- Wiem, czym jest plan zrównoważonego rozwoju i jak go sporządzić. (1-5)

12. Slajdy i materiały wizualne

Zalecana długość prezentacji: 25–35 slajdów. Minimalne tematy slajdów:

- Cel formatu edukacyjnego i cele dnia 5
- Ramy wdrożenia
- Lista kontrolna planowania wydarzenia
- Macierz analizy interesariuszy
- Zrównoważony rozwój
- Szablon planu działania





Co-funded by
the European Union



ramps4champs2.eu

