

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



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

**“CURRICULUM”**

***5 Tage Kursversion für Trainer  
Ohne Erfahrung im Umgang mit  
sehgeschädigten Teilnehmern***

Curriculum für den STAI VIT Trainer Kurs

Herausgegeben durch das  
**STAI VIT** Projekt Konsortium

Das Projekt "STAVIT" wurde durch das "ERASMUS+" Programm der Europäischen Kommission kofinanziert.

Diese Publikation gibt lediglich die Meinung(en) des Autors/ der Autoren wider. Die Europäische Kommission ist nicht verantwortlich für die Inhalte, bzw. haftet nicht für den Inhalt oder Folgen, die aus der Verwendung dieser Ergebnisse resultieren

Alle Rechte für die Bilder mit Piktogrammen, liegen bei [Fotolia LLC](#), New York, USA

## Licensing



Sport Training, -Activities Improve Inclusion of Vision Impaired Trainees ist lizenziert unter [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License](#).

## Gedruckt:

*Januar 2016 durch Berufsförderungswerk Düren gGmbH*

## Das STAVIT Project Konsortium:

### **Berufsförderungswerk Düren gGmbH**

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

### **Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport gGmbH**

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

### **Istituto Regionale Rittmeyer per i ciechi di Trieste**

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

### **Asociatia Clubul Sportiv Kory Francisc**

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

### **NRCB**

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

## Curriculum des STAI VIT Trainer Kurses Im Rahmen des STAI VIT Projektes

Anzahl der Module	:	5 Module
		Stundenzahl: Gesamt: 24,75 Stunden (33 CU)
Gruppengröße	:	2 Ausbilder Teilnehmer: 5-15
Zielgruppe		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Physiotherapeuten</li> <li>• Sportwissenschaftler</li> <li>• Bewegungstherapeuten</li> <li>• Sport Trainer</li> <li>• Sportlehrer</li> </ul>
Voraussetzungen der Teilnehmer:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlagen der Trainingslehre</li> <li>- Interesse an Sportwissenschaftlichen Methoden und Trainertätigkeit mit MmS</li> </ul>
Benötigtes Gerät und Infrastruktur		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sporthalle (mit normaler Ausstattung wie: Gymnastikmatten, Seile, Kästen etc.)</li> <li>- Optional: Blindenfußballplatz (Auch Kleinfeld)</li> <li>- Volleyball Netz, Swiss/ Physioball</li> <li>- Musik für Aerobic, Abspielgerät</li> <li>- Klingelbälle</li> <li>- Simulationsbrillen zur Simulation von Sehbehinderungen</li> <li>- Schlafmasken</li> </ul>

Abkürzungen:

CU: Kurseinheiten (1 CU entspricht 45 min)

MmS: Menschen mit Sehschädigung

## Modul 1 – Grundlagen des Trainings von Menschen mit Sehschädigung

<b>Lernziel</b>	Ziel ist es, die didaktischen und methodischen Grundlagen der sportlichen Aktivitäten für MmS kennenzulernen. Dazu ist es wichtig, die medizinischen Grundlagen der Ophthalmologie und die Methoden der Sportwissenschaft zu kennen. Die Schüler erwerben die theoretischen Kenntnisse MmS zu trainieren und erfahren, warum diese Sport treiben sollten.	
<b>Stunden</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Bemerkung</b>
<b>5,25 (7 CU)</b>	Didaktische und Methodische Hinweise	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Grundlagen Sportwissenschaft (2 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Didaktische Grundlagen</li> <li>- Methodische Grundlagen und Abläufe</li> <li>- Grundsätzliche Trainingsmethoden</li> <li>- Entwickeln von Trainingsprogrammen</li> <li>- Weiterführende Literatur</li> </ul> </li>   <li>b. Grundlagen Augenerkrankungen und Formen der Sehbehinderung (3 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Medizinische Grundlagen</li> <li>- Unterschiede zwischen zentralem und peripherem Gesichtsfeldverlust</li> <li>- Bedeutung der Sehschärfe im Verhältnis zum Gesichtsfeld</li> <li>- Gesundheitseinschränkungen</li> <li>- Mobilitätseinschränkung</li> <li>- Technische und medizinische Hilfsmittels</li> <li>- Weiterführende Literatur</li> </ul> </li>   <li>c. Trainingseffekte für MmS (2 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relevanz körperlicher Betätigung für MmS</li> <li>- Biologische und Physiologische Auswirkungen während und nach dem Sport</li> <li>- Auswirkungen auf die Gesundheit</li> <li>- Sportarten für MmS</li> <li>- Weiterführende Literatur</li> </ul> </li> </ul>	

## Modul 2 – Praktische Eigenerfahrung

<b>Lernziel</b>	<p>Ziel ist es den Teilnehmern einen praktischen Eindruck zu vermitteln blind oder sehbehindert zu sein. Die Teilnehmer sollen die Perspektiven der Sehschädigung kennenlernen. Der Perspektivenwechsel ist wichtig, um die Herausforderungen zu verstehen, denen die Zielgruppe gegenübersteht. Zudem sollen sie lernen, welche Aktivitäten möglicherweise schwieriger umzusetzen sind. Die Selbstreflexion und die Diskussion über die gewonnenen Eindrücke mit anderen Teilnehmern unterstützen das Verständnis von Sehbehinderungen.</p>	
<b>Stunden</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Bemerkungen</b>
<b>3 (4 CU)</b>	Eigenerfahrung in der Sporthalle	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Hinderniskurs (2 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Klettern bei simulierter Blindheit</li> <li>- Laufen bei simulierter Blindheit</li> <li>- Werfen bei simulierter Blindheit</li> <li>- Springen bei simulierter Blindheit</li> <li>- Klettern bei simulierter Blindheit</li> <li>- Balancieren bei simulierter Blindheit</li> <li>- Rutschen bei simulierter Blindheit</li> <li>-</li> </ul> </li> <li>b. Reflektion (2 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diskussion über aufgetretene Schwierigkeiten</li> <li>- Diskussion über mögliche Einschränkungen</li> <li>- Erfahrungsaustausch</li> </ul> </li> </ul>	

### Modul 3 – Theoretische Basis des Sportkonzepts

<b>Lernziel</b>	Ziel ist es, die verschiedenen Teile des Sportkonzepts, den Zweck dieses Konzepts und die Anwendung in Sportkursen kennenzulernen. Die Teilnehmer erwerben das theoretische Wissen, um das Sportkonzept in ihre Ausbildung einzubringen. Darüber hinaus lernen sie, welche Schlüsselaspekte für die praktische Umsetzung wichtig sind.	
<b>Stunden</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Bemerkung</b>
<b>6 (8 CU)</b>	Präsentation der wissenschaftlichen Grundlage, auf die das Sportkonzept basiert	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. MoVo-Modell (2 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Theoretische Grundlagen</li> <li>- Bildliche Darstellung und Erklärung des Modells</li> <li>- Notwendige Voraussetzungen</li> <li>- Hinweise bezüglich der Implementation regarding implementation</li> <li>- Weiterführende Literatur</li> </ul> </li> <li>b. Das "Sport Education Model" (2 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Theoretische Grundlagen</li> <li>- Notwendige Voraussetzungen</li> <li>- Umsetzung in Sportkursen</li> <li>- Mögliche Probleme bei der Implementation</li> </ul> </li> <li>c. Konzept der Handlungsfähigkeit (2 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Theoretische Grundlagen</li> <li>- Notwendige Voraussetzungen</li> <li>- Umsetzung in Sportkursen</li> <li>- Mögliche Probleme bei der Implementation</li> </ul> </li> <li>d. Peer teaching (2 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Theoretische Grundlagen</li> <li>- Notwendige Voraussetzungen</li> <li>- Umsetzung in Sportkursen</li> <li>- Mögliche Probleme bei der Implementation</li> </ul> </li> </ul>	

## Modul 4 – Umsetzung des Sportkonzeptes in die Praxis

<b>Lernziel</b>	Ziel ist es, den theoretischen Rahmen des Moduls 3 in Sportkurse umzusetzen. Darüber hinaus lernen die Teilnehmer verschiedene Arten von Sportdisziplinen für MmS kennen. Sie lernen die Regeln, möglichen Übungen und Voraussetzungen des Sports in der praktischen Anwendung.	
<b>Hours</b>	<b>Subject</b>	<b>Remarks</b>
<b>4,5 (6 CU)</b>	Praktische Umsetzung in Sportkursen für MmS	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Pezzivolleyball (2 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regeln</li> <li>- Voraussetzung der Teilnehmer</li> <li>- Material</li> <li>- Vorbereitende Übungen</li> <li>- Spielaufbau</li> <li>- Implementation des Sport Konzeptes</li> </ul> </li>   <li>b. Tanzen/Aerobic (2 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mögliche Inhalte</li> <li>- Voraussetzung der Teilnehmer</li> <li>- Besondere Inhalte</li> <li>- Material</li> <li>- Implementation des Sport Konzeptes</li> </ul> </li>   <li>c. Gymnastik/Fitness (1 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mögliche Inhalte</li> <li>- Voraussetzung der Teilnehmer</li> <li>- Besondere Inhalte</li> <li>- Material</li> <li>- Implementation des Sport Konzeptes</li> </ul> </li>   <li>d. Blinden Fußball (3 CU) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regeln</li> <li>- Voraussetzung der Teilnehmer</li> <li>- Material</li> <li>- Vorbereitende Übungen</li> <li>- Spielaufbau</li> <li>- Implementation des Sport Konzeptes</li> </ul> </li> </ul>	

## Modul 5 – Lehrvorführung

<b>Lernziel</b>	Die Schüler zeigen, dass sie die Elemente des Sportkonzeptes verstehen und sie in einen Sportkurs für Sehbehinderte umsetzen können. Die Selbstreflexion dient dazu, die eigenen Handlungen zu hinterfragen und die Lektion zusammenzufassen.	
<b>Stunden</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Bemerkung</b>
<b>6 (8 CU)</b>	Vorbereitung und Durchführung der Lehrstunde	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Gruppenarbeit zur Vorbereitung eines Zeitplans für eine beispielhafte Sportlektion vorzubereiten (4 CU)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Sportstunde (warm-up, Hauptteil, cool-down)</li> </ul> </li> <li>b. Praktische Durchführung der Lehrstunde (2 CU)</li> <li>c. Reflektion der Lehrstunde (2 CU)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erklärung der geplanten Ausbildungsziele</li> <li>- Diskussion über aufgetretene Schwierigkeiten</li> <li>- Diskussion über mögliche Einschränkungen</li> </ul> </li> </ul>	