

**ИЗГРАЖДАНЕ НА КАПАЦИТЕТ В
СФЕРАТА НА МЛАДЕЖТА**

**WORKING TO APPROACH YOUTH
WORKERS AS AGENTS OF A
RESPONSE TO DISABILITY**

WAYWARD

**ОБУЧИТЕЛЕН
ФОРМАТ**



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



Working to Approach Youth Workers as Agents of a Response to Disability

WAYWARD

Обучителен формат

Номер на проекта:

608448-EPP-1-2019-1-EL-EPPKA2-CBY-ACPALA

WAYWARD

**„Working to Approach Youth Workers as
Agents of a Response to Disability“**
608448-EPP-1-2019-1-EL-EPPKA2-CBY-ACPALA

Обучителен формат

Автори: НПО Mine Vaganti, АΕΤΟΙ Солун, Асоциация за развитие на българския спорт, LCP, CSDS, Мексиканска асоциация за международна доброволческа дейност

Подкрепата на Европейската Комисия за изготвянето на тази публикация не представлява одобрение на съдържанието, което отразява мненията само на авторите и Комисията не може да носи отговорност за каквото и да е използване на съдържанието се в нея информация.



ВЪВЕДЕНИЕ

1. Представяне на проекта

„Working to Approach Youth Workers as Agents of a Response to Disability“ (WAYWARD) е проект за изграждане на капацитет в сферата на младежта, включващ 6 партньорски организации от Гърция, Ирландия, Италия, България, Виетнам и Мексико с всеобхватна насоченост към овластяване на личностното развитие, преодоляване на стереотипите и социалното включване на млади хора (на възраст 18-25 години) с интелектуални затруднения в партньорските страни чрез овластяване на младежки работници и НПО по отношение на разбиране и методологичен набор от инструменти, основан на методологията на ОЧС (Обучение чрез спорт).

Целеви групи на проекта:

- Пряка целева група: 18-25-годишни младежи с интелектуални затруднения; младежки работници от неправителствени организации, които се интересуват от методологията на ОЧС;
- Непряка целева група: широката общественост от младежи и младежки работници, младежи с интелектуални затруднения, които не участват в дейността, неправителствени организации и заинтересовани страни.

2. Цели на формата за обучение

Целта на създаването на този формат за обучение, основан на ОЧС, е да се даде възможност на младежките работници, да запълнят празнината между съществуващите нужди, чрез програма, насочена към аудитория от млади хора с интелектуални затруднения.

Този формат за обучение дава възможност на младежките работници, да насърчават мотивацията, уменията и потенциала за социално включване на младежите с интелектуални затруднения чрез ОЧС.

2.1. Какво е Неформално образование (НФО)?

Неформалното образование (НФО) може да се определи като цялостен подход към всички образователни практики, които не са включени във формалната образователна система. Неформалното образование може да



бъде насочено към различни специфични целеви групи – от младежи до възрастни хора, с и без увреждания, като се провежда в различна среда и контекст.

Учебните дейности в рамките на неформалното образование се създават, за да отговорят на нуждите, стремежите и интересите на младите хора на доброволна основа и са ориентирани към учащите се. Методологиите за учене, използвани в НФО, са разнообразни и са насочени главно към създаване на среда, основана на доверие и споделяне на опит.

„Неформалното образование е организиран образователен процес, който се провежда успоредно с основните системи за образование и обучение и обикновено не води до сертифициране. Лицата участват в него на доброволни начала и в резултат на това имат активна роля в учебния процес. Неформалното образование дава възможност на младите хора да развиват своите ценности, умения и компетентности, различни от тези, които се развиват в рамките на формалното образование. Тези умения (наричани още „меки умения“) включват широк спектър от компетентности, като например междуличностни умения, умения за работа в екип, организационни умения и умения за управление на конфликти, межкултурна осведоменост, лидерство, умения за планиране, организиране, координиране и практическо разрешаване на проблеми, самоувереност, дисциплина и отговорност. Особеното при неформалното образование е, че участниците, са действащи лица, които имат активна роля в процеса на образование/учене. Методите, които се използват, имат за цел да предоставят на младите хора инструменти за по-нататъшно развитие на техните умения и нагласи. Ученето е непрекъснат процес, като една от ключовите му характеристики е ученето чрез практика. „Неформално“ не означава неструктурирано и неговият процес на обучение е проектиран по начин, който създава среда, в която учащият е отговорен за развитието на уменията си“. (Книга за неформалното образование)

Основните разлики между формалното, неофициалното и неформалното образование са следните:

- **Формално образование:** йерархично структурирана, хронологично степенувана „образователна система“, обхващаща периода от началното училище до университета, която включва специализирани програми за академично, професионално и професионално обучение;
- **Неофициално образование:** процес, който продължава през целия живот и при който всеки човек придобива нагласи, ценности, умения и знания от ежедневието си опит и от възпитателните влияния и ресурси на своята среда – семейство, работа, училище, медии и др.;



- **Неформално образование:** всяка образователна дейност извън установената формална система – независимо дали функционира отделно или като важна част от друга по-широка дейност – която е насочена към определени потребители и образователни цели.

Няколко от предимствата на неформалното образование:

- Улеснява включването на групите в неравностойно положение;
- Позволява гъвкавост в организацията и методите;
- Осигурява добавена стойност по отношение на изграждането на капацитет на организации, системи и институции.

2.2. Обучение чрез спорт

ОЧС е неформален образователен подход, който използва спорта и физическата активност и е свързан с развитието на ключови компетентности на отделни лица и групи от хора, за да допринесе за личностното развитие и устойчивата социална трансформация (Андонова и Холмс, 2013 г.). Съчетавайки в положителна синергия приобщаващия потенциал на ОЧС и Спорта, този подход предоставя на неправителствените организации мощен инструмент за повишаване на мотивацията на младите хора с увреждания за участие в обществото, като в същото време противодейства на явленията на социалната стигма чрез положителна информираност и предоставя на младите хора с интелектуални затруднени набор от умения за успешна интеграция във всички сфери на образованието, обществото и, в перспектива, на пазара на труда.

3. Модули на формата за обучение

В тази част на формата за обучение ще откриете модулите, които са разделени на 4 основни групи. Във всеки модул са изброени сесии с дейности, които могат да се използват от активни оператори, младежки работници, обучители и др., които работят с аудитория от млади хора с интелектуални затруднения.

Методологията, използвана в тези сесии, е неформално образование и обучение чрез спорт. Всяка сесия предоставя подробна информация за дейностите, които са съобразени с нуждите на целевата група.



Форматът на обучението е разделен на следните тематични модули:

Модул 1 – Неформално образование

Модул 2 – Обучение чрез спорт

Модул 3 – Лидерски умения

Модул 4 – Социално включване

Модул 1

Въведение в Неформалното образование

Модул 1 съдържа сесии, които ще помогнат на участниците да се опознаят в неформална среда и да се представят. В този модул участниците ще изградят доверие помежду си и ще развият умения за работа в екип.

Подготовка:

Обучителят подготвя:

- Пространството, на което ще се проведе уъркшопа;
- Сесиите.

Сесия 1

Име на сесията:

Лов на съкровища

Описание стъпка по стъпка:

Обучителят/фасилитаторът дава малка задача на участниците, като например „намерете нещо зелено“ (или „отворете прозореца в кухнята“, когато обучението се провежда онлайн), което ще ги накара да се движат или да тичат, за да постигнат целта. След това, обучителят започва да брои „1,2,3, замръзни!“ и участниците „замръзват“ по пътя към изпълнението на задачата. Победител е човекът, който пръв успее да изпълни задачата.

След това обучителят/фасилитаторът обяснява, че ще играят отново, но с различни правила. Правилата ще бъдат „подхвърляни“ по време на играта, така че участниците трябва да внимават.

Всеки кръг започва със свободно бягане (което означава, че при първото замразяване няма правила и всички бягат заедно), след което обучителят добавя по едно правило след всяко „замразяване“ на участниците.

Пример за правила:

	<p>1 кръг:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Без правила;2. Могат да бягат само играчите с тъмна коса;3. Могат да бягат само мъже/жени;4. Могат да бягат само мъже/жени, които живеят в големи градове. <p>2 кръг:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Без правила;2. Могат да бягат само високите играчи;3. Могат да бягат само играчите, които имат висше образование;4. Могат да бягат само играчите, които работят на пълен работен ден. <p>(Това са само примери; учителят може да адаптира правилата според групата.)</p>
Материали:	Не са необходими
Продължителност:	90 мин
Образователни резултати:	Участниците се опознават в неформална среда и се представят. Започват да разсъждават върху дискриминацията.
Оценка:	<p>Обучителят пита участниците как са се чувствали по време на втория кръг на сесията.</p> <ul style="list-style-type: none">• Имали ли са шанс за победа? Как са се чувствали, когато не им е било позволено да бягат?• Справедливи ли са новите правила? Отражават ли те ситуации от реалния живот?• Имали ли са някога усещането в реалния живот, че „не са могли да бягат“ по някаква несправедлива причина?• Когато им е било позволено да бягат, искало ли им се е да спрат, когато някой друг играч не е имал тази възможност?

	<ul style="list-style-type: none">• Защо да/не? (Ако някой наистина е спрял, попитайте го защо).
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 2

Име на сесията:	Изграждане на приятелство чрез спорт
Описание стъпка по стъпка:	<p>Загрявка:</p> <ul style="list-style-type: none">• 5–10 минути бягане;• 5 минути разтягане;• Един енърджайзър или групова игра (<i>виж Приложение 1</i>) <p>Стъпка 1: Обучителят разделя участниците на два отбора. Всеки отбор получава нагръдници, които трябва да носи.</p> <p>Стъпка 2: Обучителят обяснява, че играта е футбол и представя първия кръг, в който участниците просто ще си подават топката. Примерно разпределение на времето:</p> <ul style="list-style-type: none">• 5 минути игра;• 5 минути почивка;• 5 минути игра;• 6 минути почивка;• 5 минути игра;• 8 минути почивка. <p>Стъпка 3: Обучителят разделя членовете на всеки отбор по двойки <i>Партньор 1 – младеж, който има лична карта;</i> <i>Партньор 2 – младеж който няма лична карта.</i></p>

	<p>Двойките трябва да се движат по полето и да играят футбол, като в началото просто тичат един до друг, а след това се докосват рамо до рамо, държат се за ръце или за плат (парче въже/лента).</p> <p>Стъпка 4: Участниците все още са по двойки, тичат един до друг, а целта е да отбележат гол във вратата на противника.</p> <p style="text-align: center;">Вариации:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Само единият от играчите може да отбелязва точки; • Единият играч от двойката може да използва само ръцете си, а другият – само краката си, за да отбелязва точки; • Единият играч от двойката може да използва само една от ръцете си, а другият играч – само един от краката си, за да отбелязва точки; • Един играч от всяка двойка трябва да играе и за двата отбора; • Тайна роля (може да бъде някой, който да играе и за двата отбора, някой, който да дава съвети или да обръква останалите и др.).
Материали:	Нагръдници, футболна топка, малки топки
Продължителност:	60 – 65 мин
Образователни резултати:	Сесията има за цел да развие доверието между младите хора с и без интелектуални затруднения.
Оценка:	<p>В края на сесията учителят отделя време за дискусия с всички участници, за да получи тяхната обратна връзка относно уъркшопа.</p> <p>Обратна връзка:</p> <p>Обучителят провежда обобщителна сесия с участниците, като използва визуални материали с картинки, емотикони и др. (10-15 мин).</p> <p>Въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как се чувствахте по време на този уъркшоп? • Кой кръг ви хареса най-много? Защо? • Каква бе разликата между отделните кръгове на уъркшопа?

	<ul style="list-style-type: none"> Смятате ли, че бихте могли да приложите наученото в ежедневието си?
Съвети за учителя:	<p>Обучителят винаги трябва първо да представи най-лесния вариант на сесията и след това да премине към различните варианти, според нивото на участниците.</p> <p>По време на уъркшопите, учителят винаги трябва да оказва подкрепа и да е готов да се намеси в случай на извънредна ситуация.</p> <p>Специално внимание трябва да се обърне на обобщаването/оценката в края на всеки уъркшоп.</p>
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 3

Име на сесията:	Да постигнем целта заедно!
Описание стъпка по стъпка:	<p>Обучителят разделя участниците на два или четири отбора. Всеки отбор има собствена „зона“ в един от двата края или четирите ъгъла на полето. В средата на полето учителят разпръсква цветни малки топки в обръч.</p> <p>Обучителят обяснява целта на играта и правилата:</p> <p><i>За всеки отделен кръг, всяка група избира по един играч, който да изпълни предизвикателството, поставено от учителя. Останалите членове на отбора подкрепят и насърчават своя съотборник.</i></p> <p>Предизвикателство едно: Един играч от всеки отбор отива до средата на игрището (с ходене или бягане) и взема само по една топка от обръча, като се опитва да събере колкото се може повече топки за определено време.</p> <p>Второ предизвикателство: Един играч от всеки отбор отива до средата на игрището, вървейки настрани, и взема само по една топка от обръча, като се опитва да събере колкото се може повече топки за определено време.</p> <p>Трето предизвикателство: Един играч от всеки отбор от седнало положение отива до средата на игрището (с ходене или бягане), сяда и взема само по</p>

	<p>една топка от обръча, като се опитва да събере колкото се може повече топки за определено време.</p> <p>Момент за стратегия: Обучителят дава 5 минути на отборите, за да разработят стратегия преди третия кръг (5 мин).</p> <p>Трети кръг: Участниците играят по правилата на второто предизвикателство, като прилагат на практика стратегията, която са определили (15 мин.).</p> <p style="text-align: center;">Вариации:</p> <p>Обучителят може да адаптира вариантите в зависимост от нивото на групата.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Всички членове на отбора се редуват при предизвикателствата; • Всеки отбор може да има собствен цвят. В този случай, играчите на отбора трябва да взимат само топките с цвета на отбора. Ако вземат топка с грешен цвят, те ще трябва да се върнат в зоната на своя отбор и след това да опитат отново; • Членовете на отборите могат да бъдат със завързани очи при някой от кръговете; • Вместо цветове, обучителят може да използва топки от различни материали и с различни текстури.
Материали:	Нагръдници, футболни топки, малки топки
Продължителност:	60 – 70 мин
Образователни резултати:	Сесията има за цел да развие доверието между младите хора с и без интелектуални затруднения.
Оценка:	<p>В края на сесията обучителят отделя време за дискусия с всички участници, за да получи тяхната обратна връзка относно уъркшопа.</p> <p>Обратна връзка:</p> <p>Обучителят провежда обобщителна сесия с участниците, като използва визуални материали с картинки, емотикони и др. (10-15 мин).</p> <p>Въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как се чувствахте по време на този уъркшоп?

	<ul style="list-style-type: none"> • За играчите, които изпълняват предизвикателствата: Чувствахте ли се подкрепени от отбора си? • За отборите: Бяхте ли разочаровани по време на предизвикателствата? Смятате ли, че бяхте в състояние да подкрепите съотборниците си? • Как определите кой играч да изпълни предизвикателството? • Как определите стратегията?
<p>Съвети за учителя:</p>	<p>Обучителят винаги трябва първо да представи най-лесния вариант на сесията и след това да премине към различните варианти, според нивото на участниците.</p> <p>По време на уъркшопите, учителят винаги трябва да оказва подкрепа и да е готов да се намеси в случай на извънредна ситуация.</p> <p>Специално внимание трябва да се обърне на обобщаването/оценката в края на всеки уъркшоп.</p>
<p>Снимки</p>	<p>Снимките се правят по време на сесията</p>

Модул 2

Въведение в обучението чрез спорт

Спортът и физическата активност предоставят възможности за преодоляване на дискриминацията, с която се сблъскват определени групи от обществото. Лицата с увреждания или малцинствените групи например, често са обект на множество форми на дискриминация. Участието в спорт и физическа активност премахва предразсъдъците и следователно допринася положително за овластяването на тези групи от обществото. Спортът и физическата активност могат да спомогнат за засилване на правата и социалната връзка на младите хора, особено на тези, които живеят в необлагодетелствана среда.

Подготовка:

Обучителят подготвя:

- Пространството, на което ще се проведе уъркшопа;

- Картите с роли;
- Викторини, свързани с различните аспекти на формалното, неофициалното и неформалното образование.

Сесия 1

Име на сесията:	Описание на проекта, методите на неформалното образование и методологията на ОЧС
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	PowerPoint презентация + открита дискусия
Материали:	PowerPoint презентация
Продължителност:	30 мин
Подготовка:	Запознаване с проекта и изготвяне на PowerPoint презентация
Образователни резултати:	Дейността подробно описва проект WAYWARD, неговата мисия, дейности, какво са направили партньорите и какво се очаква да направят. Особено внимание се обръща на методологиите ОЧС и НФО.
Оценка:	Открита дискусия
Инструменти и тяхното приложение	След представянето на презентацията следва открита дискусия. Тя е в основата на връзката между участниците и организаторите.
Контекст/препратки/източници:	Няма
Съвети за учителя:	POWERPOINT ПРЕЗЕНТАЦИЯ ЗА ПРОЕКТА Презентацията трябва да включва: – Слайд с логата на проекта и партньорите; – Слайд с целта и мисията на проекта; – Слайд с целите, които проектът иска да постигне; – Слайд,

	описващ методологията ОЧС; – Слайд, описващ метода НФО; – Слайд с извършените и предстоящите дейности; – Слайд с резултатите от проекта; – Слайд, представящ партньорите накратко; – Слайд, описващ формата за обучение и неговите дейности; – Слайдовете трябва да съдържат снимките, направени до момента.
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 2

Име на сесията:	Очаквания и първа оценка на темата и методологията
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<p>С помощта на дъска Mirò участниците са подтикнати да разчупят леда и да се запознаят по-добре с останалите. Обучителят моли всеки участник да се представи и задава следните въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Какви са Вашите предпочитания, свързани с проекта? - Страхувате ли се от нещо? - Какви са Вашите очаквания? - Участвали ли сте някога в подобен проект? - С какви предизвикателства, свързани с темата на проекта, сте се сблъсквали?
Материали:	Акаунт в Mirò board, интернет връзка
Продължителност:	20-30 мин
Подготовка:	Умения за работа с mirò board, готовност за поддържане на дискусия и за разчупване на леда.

Образователни резултати:	Участниците споделят своите очаквания, както и настоящия си опит по съответните теми.
Оценка:	След това, учителят започва открита дискусия с участниците по темата. Как могат да приложат този метод в работата си с хора с увреждания? Има ли нещо, което трябва да бъде взето предвид, когато се използва този метод?
Инструменти и тяхното приложение	Дъската в Mirò board ще изброи всички събрани очаквания.
Контекст/препратки/източници:	Допълнителна литература, свързана с уъркшопа/сесията и/или препратки към други уъркшопа/сесии, които са вдъхновили настоящата.
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 3

Име на сесията:	Разработване на дейности за ОЧС
Категория:	Образователни уъркшопа за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<p>1 – Учителят моли участниците да запишат няколко предизвикателства, свързани с темата на проекта, с които са се сблъскали и след това прочита списъка на глас;</p> <p>2 – Учителят моли участниците да изброят дейностите за НФО, които биха могли да използват;</p> <p>3 – Учителят разделя участниците на 4 групи и на всяка група дава по едно предизвикателство от изброените по-рано. Задачата на участниците е да измислят начин да се справят с този проблем, като използват НФО. Предизвикателствата ще бъдат различни за всяка група;</p> <p>Групата разполага с 20 минути, за да създаде неформален уъркшоп, като използва методите на НФО.</p>

	<p>4 – Всяка група представя обучението си, а останалите участници дават предложения за подобрене;</p> <p>5 – Всеки уъркшоп, както и подобренията, ще бъде записан и предоставен на участниците, за да могат да го използват в своите институции. и ще бъде дадено на участниците, които сега ще могат да го използват в своите институции.</p>
Материали:	Помещения, в които различните групи да могат да работят
Продължителност:	100-120 мин
Подготовка:	Не е необходима
Образователни резултати:	Участниците работят по групи, за да разработят дейности за ОЧС/НФО за млади хора.
Оценка:	Обучителят провежда дискусия с участниците, относно създадените уъркшопи, като насърчава обмена на обратна връзка и самия той предоставя обратна връзка и съвети за това как сесиите на участниците могат да бъдат подобрени.
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 4

Име на сесията:	Бягане в кръгове
------------------------	-------------------------

Категория:	Енърджайзър
Описание стъпка по стъпка:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучителят разделя групата на 4 редици (групи А-Б-В-Г); 2. Обучителят поставя редиците на 4 различни места, в кръг; 3. Всяка група има по една малка топка; 4. Първите от редицата трябва да тичат в кръга, да достигнат своята група и да подадат топката на съотборника си; 5. Във всеки кръг обучителят дава инструкции на участниците да тичат като различни животни, за да достигнат своите съотборници; 6. Отборът, който финишира пръв (т.е. когато всички участници приключат с бягането), печели.
Материали:	4 топки
Продължителност:	15 мин
Подготовка:	Обучителят измисля походките на животните, които да предложи на участниците (<i>виж Приложение 2</i>).
Образователни резултати:	Участниците разчупват леда, докато се забавляват.
Оценка:	<p>Момент за обратна връзка, за да се съберат мненията и усещанията на участниците, свързани с тази сесия.</p> <p>Обучителят проверява дали някой се е почувствал изключен или дали са възникнали някакви проблеми. Ако това е така се отделя време за разрешаване на проблема.</p>
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 5

Име на сесията:	Замръзналата топка
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<p>Стъпка 1: Обучителят разделя участниците на два отбора. Всеки отбор трябва да остане зад редицата от столове. Всеки отбор избира по един рицар;</p> <p>Стъпка 2: Обучителят поставя топка на разделителната линия;</p> <p>Стъпка 3: Когато обучителят каже „СТАРТ“, рицарят на всеки отбор тича, за да вземе топката. Когато един от рицарите вземе топката, другият замръзва. След това всички участници влизат на полето. Когато всички са в полето (никой не може да бъде извън него), рицарят с топката я подава на съотборниците си.</p> <p>Стъпка 4: Участниците могат да тичат през полето, но когато хванат топката застават. Никой не може да ги докосва или да стои близо до тях, докато не подадат топката.</p> <p>Стъпка 5: Отборът печели, когато някой от играчите успее да изнесе топката извън полето на своя отбор чрез пасове. (Топката не може да се хвърли отвъд линията. Последният играч също трябва да е преминал линията).</p> <p>Стъпка 6: Когато някой от отборите отбележи точка, отборите се връщат зад линията и играта започва отначало с друг рицар.</p>
Материали:	Топка, 10 стола, закрито или открито игрище
Продължителност:	15 минути за всеки мач

Подготовка:	Обучителят подготвя поле с по 5 стола след всяка крайна линия. Очертава се линия, разделяща полето на две части, ако е необходимо.
Образователни резултати:	Как да уважаваме личното пространство на другите. Изграждане на сътрудничество и равнопоставеност сред участниците.
Оценка:	Момент за обратна връзка, за да се съберат мненията и усещанията на участниците, свързани с тази сесия. Обучителят проверява дали някой се е почувствал изключен или дали са възникнали някакви проблеми. Ако това е така се отделя време за разрешаване на проблема.
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 6

Име на сесията:	Нарисувай усмивка
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<p>Стъпка 1: Обучителят разделя групата на 4 малки отбора, всеки от които е поставен в ъгъла на игрището/залата.</p> <p>Стъпка 2: Обучителят дава по един обръч на всеки отбор.</p> <p>Стъпка 3: В центъра на игрището/физкултурния салон се поставят топки за пинг-понг, голф и тенис.</p>

	<p>Стъпка 4: Когато учителят каже „СТАРТ“, по един участник от всеки отбор тича към центъра, взема малка топка и я поставя в своя обръч, като започва да рисува усмивка (вж. ПРИЛОЖЕНИЕ 3).</p> <p>Стъпка 5: Когато първият играч изпълни задачата, той/тя се връща в отбора, пляска ръката на втория играч и така нататък, докато усмивката се завърши (2 топки за очи, една за нос, 8 за уста). Ако някоя топка се търкулне или излезе извън обръча, защото е била поставена неправилно, отговорността да я поправи е на следващия играч. Един участник не може да докосва топката два пъти.</p> <p>Стъпка 6: Когато усмивките са завършени, участниците се нареждат около своя обръч.</p> <p>Стъпка 7: Сега целта е да откраднат колкото се може повече топки от обръча на другия отбор.</p> <p>Стъпка 8: Когато някой се опита да вземе топката, но бъде докоснат, той/тя трябва да се върне и да започне отначало.</p> <p>Стъпка 9: Когато някой докосне топката, той/тя носи топката на своя отбор. Останалите играчи не могат да правят нищо.</p> <p>Стъпка 10: Когато времето изтече, учителят казва „СТОП“. Печели отборът с повече топки.</p>
Материали:	32 малки топки (за тенис, пинг-понг, голф), 4 обръча
Продължителност:	60 мин
Подготовка:	Учителят огражда полето, както е показано в приложението (ПРИЛОЖЕНИЕ 2) и поставя топките в центъра.
Образователни резултати:	Участниците разбират какви са последиците от собствените им действия върху отбора и как да си сътрудничат, за да постигнат общата цел.

Оценка:	<p>Момент за обратна връзка, за да се съберат мненията и усещанията на участниците, свързани с тази сесия.</p> <p>Обучителят проверява дали някой се е почувствал изключен или дали са възникнали някакви проблеми. Ако това е така се отделя време за разрешаване на проблема. Обучителят подтиква участниците да се замислят върху това как някои действия (напр. лошото поставяне на топките в обръчите) са възпрепятствали усилията на групата.</p>
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 7

Име на сесията:	Седящ хандбал
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<p>Стъпка 1: Обучителят разделя участниците на два отбора. Участниците заемат местата си и седат. Един от участниците е вратар.</p> <p>Стъпка 2: Обучителят казва „СТАРТ“ и хвърля топката в полето, а играчите трябва да я хванат, като се придвижват на четири крака. Когато хванат топката, те трябва да седнат и да я подадат на съотборниците си. Останалите не могат да се движат, след като един от тях е тръгнал за топката. Чрез пасове трябва да се отбележи гол във вратата на противниковия отбор. Вратарят трябва да остане седнал.</p>

	<p>Стъпка 3: Участниците могат да се движат изправени, за да заемат по-добро място, само когато топката случайно излезе извън полето. Когато топката се върне, всички отново сядат.</p> <p>Стъпка 4: Пече отборът с повече голове.</p>
Материали:	<ul style="list-style-type: none"> - Две малки футболни врати, поставени в краищата на двете полета; - Мека топка.
Продължителност:	45 мин
Подготовка:	Обучителят подготвя малко футболно игрище с две малки врати.
Образователни резултати:	Участниците се учат как да преодоляват някои трудности, докато мислят за различни стратегии и как да разчитат един на друг.
Оценка:	<p>Момент за обратна връзка, за да се съберат мненията и усещанията на участниците, свързани с тази сесия.</p> <p>Обучителят проверява дали някой се е почувствал изключен или дали са възникнали някакви проблеми. Ако това е така се отделя време за разрешаване на проблема. Обучителят подтиква участниците да се замислят върху това как са се чувствали, когато не са могли да се движат, за да постигнат целта.</p>
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 8

Име на сесията:	Удари и събори
------------------------	-----------------------

Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<p>Стъпка 1: Обучителят разделя участниците на 2 отбора.</p> <p>Стъпка 2: Отборите се подреждат в редица и първият от тях получава топка за тенис.</p> <p>Стъпка 3: Първият участник хвърля топката, насочвайки я към кула от картонени кутии, които учителят е поставил в края на игрището преди началото на сесията. Кутиите трябва да са подредени като пирамида.</p> <p>Стъпка 4: След като даден играч хвърли топката, той/тя я взема, връща се в редицата и я подава на съотборника си.</p> <p>Стъпка 5: Отборът може да си сътрудничи, като посъветва първият в редицата коя кутия да удари, за да му е по-лесно.</p> <p>Стъпка 6: Печели отборът, който пръв събори пирамидата.</p>
Материали:	Картонени кутии, 2 тенис топки
Продължителност:	30 мин
Подготовка:	Обучителят подготвя терена. В края му той построява две малки кули, които са отдалечени един от друг. Кутиите трябва да са затворени и празни.
Образователни резултати:	Участниците се учат как да контролират силата си, подобряват точността си и си сътрудничат за постигането на обща цел.
Оценка:	<p>Момент за обратна връзка, за да се съберат мненията и усещанията на участниците, свързани с тази сесия.</p> <p>Обучителят проверява дали някой се е почувствал изключен или дали са възникнали някакви проблеми. Ако това е така се отделя време за разрешаване на проблема. Обучителят подтиква участниците да се</p>

	замислят върху значението на отбора и как сътрудничеството улеснява работата на всички.
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 9

Име на сесията:	Рибарят и морето
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<p>Стъпки:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обучителят поставя няколко обръча по полето на различни места (рибите); 2. След това той/тя разделя участниците на два отбора, подредени в редици (рибарите); 3. Той/тя дава по една баскетболна топка на всеки отбор; 4. Играчите дриблират с топката, докато не избутат обръчите: Ако топката избути обръча с един дрибъл = 3 точки. Ако топката избути обръча с два дрибъла = 2 точки. Ако топката избути обръча с три дрибъла = 1 точка. 0 точки за повече от 3 дрибъла. 5. След като играч хвърли топката, той/тя трябва тича и донесе обръча, който може да е ударил; 6. Ако някой пропусне и съотборниците му недоволстват, целият отбор губи една точка. 7. Печели отборът, който има повече точки, след като времето изтече.
Материали:	10 обръча, 2 баскетболни топки

Продължителност:	30 мин
Подготовка:	Обучителят предварително подготвя терена, като поставя обръчите на произволни места. Някои от тях може да са по-близо до редиците, а други – много далеч от тях.
Образователни резултати:	Участниците се учат как да се фокусират върху цел, как да мислят, преди да действат и как да подкрепят съотборниците си.
Оценка:	Момент за обратна връзка, за да се съберат мненията и усещанията на участниците, свързани с тази сесия. Обучителят проверява дали някой се е почувствал изключен или дали са възникнали някакви проблеми. Ако това е така се отделя време за разрешаване на проблема.
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 10

Име на сесията:	Валят топки
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучителят разделя участниците на две групи; 2. Мрежа разделя групите; 3. Всеки отбор разполага с три топки; 4. Три играча от всеки отбор прехвърлят топките през мрежата едновременно, а останалите ги хващат, преди да паднат;

	<p>6. Когато някоя топка падне на земята, точка получава отборът, който е хвърлил топката;</p> <p>7. Максималният брой точки е три. Когато и трите топки паднат, играта започва отначало и отборите сменят полето;</p> <p>8. Един отбор трябва да спечели поне 3 мача, за да завърши състезанието.</p>
Материали:	6 волейболни топки, мрежа (не прекалено висока)
Продължителност:	До 30 минути
Подготовка:	Обучителят предварително подготвя мрежата и полетата, ако не са обозначени.
Образователни резултати:	Участниците се учат как да работят в екип, да преодоляват различни заплахи и да разпределят отговорностите помежду си.
Оценка:	<p>Момент за обратна връзка, за да се съберат мненията и усещанията на участниците, свързани с тази сесия.</p> <p>Обучителят проверява дали някой се е почувствал изключен или дали са възникнали някакви проблеми. Ако това е така се отделя време за разрешаване на проблема. Обучителят подтиква участниците да се замислят върху въпроса: Как успяхме да следим три различни топки едновременно?</p>
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Модул 3

Въведение в лидерските умения

Лидерските умения са умения, които използваме, когато организираме група хора за постигане на обща цел. Независимо дали сме на ръководна позиция или управляваме проект, лидерските умения изискват от нас да мотивираме другите да изпълнят поредица от задачи, често по график. Лидерството не е само едно умение, а по-скоро комбинация от няколко различни умения, които работят заедно. Лидерските умения са съществен компонент от вземането на обмислени решения относно мисията и целите на организацията и правилното разпределение на ресурсите за постигане на тези директиви. Ценните лидерски умения включват способността за делегиране, вдъхновяване и ефективна комуникация.

Подготовка:

Обучителят подготвя:

- Пространството, на което ще се проведе уъркшопа;
- Сесиите.

Сесия 1

Име на сесията:	Ролята на учителя: умения, предизвикателства и съвети
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учителят представя ролята на учител с помощта на презентация; 2. След презентацията, учителят моли участниците да опишат какво според тях означава да бъдеш лидер; 3. Учителят иска участниците да изброят по 5 умения, които трябва да притежава един учител (когато обучението се провежда онлайн могат да се използват Padlet или Mirò); 4. Учителят подканва участниците да споделят личния си опит и какво ги затруднява при работата с деца и тийнейджъри. По този начин се определя по едно предизвикателство за всяка страна, участваща в проекта;

	<p>5. След като предизвикателствата са идентифицирани, учителят разделя участниците на по-малки групи (толкова, колкото са идентифицираните предизвикателства) и възлага на всяка група по едно предизвикателство. Групите могат да работят в другите помещения на мястото на провеждане на уъркшопа;</p> <p>6. След това учителят дава задачата всяка група да намери едно или повече възможни решения за справяне с предизвикателството;</p> <p>7. След 15 мин. участниците се събират отново и споделят решенията, които всяка група е открила. Решенията се обсъждат и се дават нови идеи</p>
Материали:	<ul style="list-style-type: none"> - PowerPoint презентация за ролята на учителя; - Онлайн визуални табла като Padlet или Mirò (+ интернет връзка); - Стаи/зали за работа на отделните групи.
Продължителност:	60 мин
Подготовка:	<ul style="list-style-type: none"> - Подготовка на съдържание, свързано с ролята на учителя (умения, предизвикателства и съвети); - Разговорни техники или списък с въпроси/примери и др. за по-добра дискусия и ангажираност на участниците.
Образователни резултати:	Участниците разбират какво означава да бъдеш учител, какви са необходимите умения, с какви предизвикателства могат да се сблъскат по време на обучението и как да се справят с тях. Те научават повече за това как се работи като учител в чужбина, учейки се от опита на другите.
Оценка:	Обсъждане на решенията на предизвикателствата. Сходни ли са? Може ли едно решение да се приложи към повече от едно предизвикателство? Кои са уменията, необходими за прилагане на решението на практика?
Инструменти и тяхното приложение	<ul style="list-style-type: none"> - PowerPoint презентация за ролята на учителя и онлайн визуални табла като Padlet или Mirò, които помагат на участниците да се фокусират върху темата, да я разберат и да обменят идеи;

	- Стаи/зали за работа на отделните групи, за да се избегне груповата работа и обмяна на идеи.
Контекст/препратки/източници:	Няма
Съвети за учителя	Презентацията трябва да включва тези слайдове: 1 - Кой човек е учител? 2 - Как да стана учител? 3 - Отговорности на учителя 4 - Предизвикателства, с които учителят се сблъсква всеки ден 5 - Как да се учим от грешките си? 6 - Учител за младежи и възрастни 7 - Учителят и младежите
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 2

Име на сесията:	Активно слушане, лидерство и умения за разрешаване на конфликти
Категория:	Енърджайзър
Описание стъпка по стъпка:	Учителят предварително подготвя 10 различни слайда/листове със задачи за изпълнение (напр. поставете топката в кошата, поставете всички еднакви предмети в единия ъгъл на листа, подредете предметите по големина и т.н.) и различни „препятствия“, които трябва да се вземат предвид (предметите трябва да бъдат преместени по определен път, на

	<p>всеки две инструкции една трябва да е грешна и т.н.). (Вж. приложение 4)</p> <p>Фасилитаторът обяснява на участниците предстоящата задача.</p> <p>Целта е всяка група да запълни възможно най-много листове. Един от членовете на групата е със завързани очи. Останалите прочитат листовите и придружават играча с превръзката на очите. Те не могат да я/го докосват. Участникът трябва да им се довери и да изпълни задачата, като внимава за препятствията. Участникът със завързани очи може да ги отвори, само за да смени листа <i>след</i> приключване на задачата. Печели групата, която първа изпълни всички задачи.</p> <p>Групите разполагат с 15 минути (максимум), за да завършат играта.</p> <p>Можете да обмислите вариант, при който всички участници са със завързани очи и работят върху един и същи лист, за да направите играта малко по-сложна.</p>
Материали:	<ul style="list-style-type: none"> - 10 различни слайда/листове със задачи за изпълнение; - Превръзки за очи.
Продължителност:	30 мин
Подготовка:	<ul style="list-style-type: none"> - Обучителят предварително подготвя 10 различни слайда/листове със задачи за изпълнение; - „Препятствия“.
Образователни резултати:	Дейността развива уменията за активно слушане, лидерство и разрешаване на конфликти.
Оценка:	<p>Обучителят поставя началото на сесията за обратна връзка със следните въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"> а. Как се чувствахте по време на уъркшопа? б. Работихте ли в екип? в. Възникна ли някакъв сериозен проблем или конфликт?

	г. Какво научихте? д. Можете ли да приложите наученото към личния или професионалния си живот?
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 3

Име на сесията:	„Г-н Лидер“
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	1. Обучителят разделя участниците на малки групи и им дава за задача да създадат образа на „Г-н Лидер“ с всички характеристики, които трябва да притежава той (<i>вж. ПРИЛОЖЕНИЕ 5</i>); 2. Всяка група описва героя пред останалите и участниците съставят списък на общите характеристики; 3. След това участниците създават уникален персонаж, съчетаващ всички открити общи черти; 4. Обучителят пита участниците дали познават някого, който притежава всички тези характеристики и да помислят за собствените си характеристики и да ги сравнят с тези на „Г-н Лидер“. Има ли някой, който да прилича на него?
Материали:	Хартия и моливи
Продължителност:	90 мин

Подготовка:	Обучителят предварително подготвя материалите
Образователни резултати:	<p>Участниците размишляват върху това какво е да си лидер.</p> <p>Участниците размишляват върху невъзможността да бъдеш съвършен човек/лидер.</p> <p>Сесия за обратна връзка, с цел събиране на отзиви и мнения за сесията.</p> <p>Задават се следните въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Смятате ли, че „Г-н Лидер“ съществува? - Можете ли да си представите натиска, на който е подложен един лидер заради очакванията на другите? - Кои са общите черти, които имате с „Г-н Лидер“? Кои са противоположните?
Оценка:	<p>Сесия за обратна връзка, с цел събиране на отзиви и мнения за сесията.</p> <p>Обучителят задава следните въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Смятате ли, че „Г-н Лидер“ съществува? - Можете ли да си представите натиска, на който е подложен един лидер заради очакванията на другите? - Кои са общите черти, които имате с „Г-н Лидер“? Кои са противоположните?
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 4

Име на сесията:	Познай лидера
Категория:	Сесия за разбиване на леда
Описание стъпка по стъпка:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучителят разделя участниците на 3 групи; <ol style="list-style-type: none"> 1.1 Група А – Дава пример за известен лидер (политик, ръководител на екип, крал и др.); 1.2 Група Б – Дават пример за лидер от приемащата организация; 1.3 Група В – Дават пример за лидер от изпращащата организация. 2. По един участник от всяка група имитира лидера. Останалите трябва да познаят кой е той/тя; 3. След това всички заедно съставят списък на отговорностите, които има всеки от изброените лидери; 4. Участниците сравняват списъка с отговорностите с друг лидер; 5. Обучителят пита участниците дали отговорностите на всички лидери са еднакви; 6. Обучителят дава за задача на участниците да помислят за отговорностите на един младежки лидер и да съставят друг списък.
Материали:	Хартия и моливи
Продължителност:	60 мин
Подготовка:	Обучителят предварително подготвя материалите
Образователни резултати:	Участниците разсъждават върху отговорностите на лидера и върху това как всеки лидер има различни отговорности. Разглеждат се отговорностите на младежкия лидер.
Оценка:	<p>Сесия за обратна връзка, с цел събиране на отзиви и мнения за сесията.</p> <p>Обучителят задава следните въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Замисляли ли сте се някога какви отговорности имат лидерите? - Можете ли да си представите натиска, на който е подложен един лидер заради очакванията на другите? - Какви са Вашите ежедневни отговорности?

	- Какви са отговорностите на хората, които ви заобикалят?
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Session 5

Име на сесията:	Лидери на фокус!
Категория:	Изграждане на екип
Описание стъпка по стъпка:	<p>1. Обучителят представя на участниците 5-те (3,8,10 в зависимост от броя на участниците) стила на лидерство (авторитарно лидерство, лидерство с участие, делегирано лидерство, транзакционно лидерство, трансформиращо лидерство) и сравнява всички стилове с определен герой;</p> <p>2. Участниците се разделят групи, по една за всеки стил, и разполагат с 10 минути да режисират малка пиеса, в която главният герой е „лидерът“. Всеки участник трябва да участва в пиесите. Докато групата репетира, обучителят подготвя сцената;</p> <p>3. Всяка група представя пиесата си и докато играят, обучителят им дава „непредвиден сценарий“, за да се види как чрез импровизация групата си представя реакцията на конкретния тип лидер;</p> <p>4. Накрая обучителят пита групите как другите лидери с различни стилове би трябвало да реагират на непредвидения сценарий и как биха реагирали те.</p>
Материали:	Карти със ситуации, флипчарт, химикалки, по избор: сценичен реквизит – стари дрехи, хартия и др.

Продължителност:	90 мин
Подготовка:	Обучителят предварително подготвя материалите и непредвидените сценарий (ПРИЛОЖЕНИЕ 3)
Образователни резултати:	Участниците разсъждават върху това как един лидер може да се различава от другите и колко различни подходи може да използва, за да се справи с проблемите.
Оценка:	Сесия за обратна връзка, с цел събиране на отзиви и мнения за сесията. Обучителят задава следните въпроси: <ul style="list-style-type: none"> - Как бихте постъпили в различни ситуации като младежки лидери? - Кой лидерски стил ви е най-близък? - На кой лидер бихте се доверили? - Какви са положителните и отрицателните аспекти на всеки един от тях?
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

МОДУЛ 4

Въведение в социалното включване

Модул 4 съдържа сесии, които ще помогнат на участниците да разберат колко е важно социалното включване. В този модул участниците ще научат повече за социалното включване. Модул 4 насърчава социалното включване на младежите с интелектуални затруднения, в краткосрочен и дългосрочен план, като използва потенциала на обучението и социалната агрегация.

Подготовка:

Обучителят подготвя:
 - Пространството, на което ще се проведе уъркшопа;

- Сесиите.

Сесия 1

Име на сесията:	Върколаци
Категория:	Изграждане на екип
Описание стъпка по стъпка:	<p>Сесията представлява адаптация на играта „Върколаци“.</p> <p>Всички участници са част от футболен/баскетболен клуб. Предстои им мач и те имат среща, на която решават кой ще играе.</p> <p>Дискриминиращите са тези, които искат да участват в мача на всяка цена, докато членовете на отбора се опитват да съберат най-добрия отбор за мача.</p> <p>Капитанът иска най-доброто за своя отбор и се опитва да предотврати дискриминацията на играчите на отбора.</p> <p>Треньорът познава своя отбор много добре и може да разбере кой дискриминира другите.</p> <p>Президентът се опитва да сформира равноправен и приобщаващ отбор и когато си тръгва от срещата, той/тя назначава помощник, който си тръгва с него/нея.</p> <p>Обучителят може да определи един човек за разказвач или да запази ролята за себе си. След това той/тя разпределя, на случаен принцип, следните роли между играчите:</p> <ul style="list-style-type: none">● Дискриминиращ – дискриминирацията има две задачи: да попречи на членовете на отбора да играят в мача и да остане на срещата на отбора, за да попречи на повече членове на отбора да играят в мача.

Член на отбора – това са обикновените играчи, които нямат специални правомощия;

- **Капитан** – капитанът може да спаси до един член на отбора във всеки кръг;
- **Треньор** – треньорът може да надникне в дълбините на душата на другите играчи, за да разкрие дали са дискриминиращи, или не;
- **Президент** – когато президентът напусне срещата (чрез гласуване на дискриминиращите или на отбора), той/тя може да посочи с пръст всеки друг играч, превръщайки го/я в помощник на президента, и да вземе този човек със себе си.

Обучителят предварително разпределя ролите на играчите чрез лично съобщение или по имейл. За игра с петима души са нужни 1 дискриминатор, 1 капитан и 3 членове на отбора. За всеки следващи петима души се добавят по 1 дискриминиращ, 1 специална роля и 3 членове на отбора. Съотношенията са гъвкави, така че могат да се променят, в зависимост от нуждите.

Играта започва, когато разказвачът обявява, че „има мач за подготовка и отбор за сформирание, затова всички са помолени да присъстват на срещата“.

Тя/той обяснява правилата на играта (вж. по-долу) и може да добави някои подробности за контекста (вж. по-горе).

Разказвачът обявява: „Срещата продължава вече часове и е време да се гласува“. Всички играчи затварят очи (когато сесията се провежда онлайн, всички камери трябва да са включени, за да е сигурно, че всички са със затворени очи).

След няколко секунди разказвачът казва „Дискриминиращи, ваш ред е да гласувате“, всички играчи с ролята на дискриминиращи отварят очи и избират една жертва (когато сесията се провежда онлайн се използва личен чат) след което предават името ѝ на разказвача.

Разказвачът връща дискриминиращите в „режим на мислене“ казва на Капитана и Треньора (един след друг) да отворят очи. Когато гласува Капитанът, той може да посочи един играч, който да спаси от изключване от

мача. Ако капитанът избере същия играч като дискриминиращите, тогава никой не остава извън играта по време на първия кръг от гласувания. Когато треньорът посочва играч, разказвачът може да отговори с „да“ или „не“ на въпроса дали този играч е дискриминиращ.

След като всички специални роли са в действие, разказвачът обявява: „Резултатите от гласуването са налице, появиха се някои дискриминации и играчът Х няма да играе в мача“ (или „...но все пак всички ще играят в мача“, ако Капитанът е направил правилен избор и е спасил играча, номиниран от дискриминиращите).

Всички играчи отварят очите си и обсъждат кой може да е дискриминиращият. Кръга приключва, когато всички играчи гласуват за един играч, който да бъде елиминиран от играта, или могат да изчакат до следващия рунд. Всеки играч, който е елиминиран или от дискриминиращите, или чрез гласуване, се превръща в приятелски поддръжник, който няма право да говори до края на играта, но може да я наблюдава с тихо разочарование.

Всичко се повтаря, докато единствените останали играчи са дискриминиращи или членове на отбора (капитанът и другите специални роли се броят за членове на отбора).

Вариации: могат да се направят ролеви карти за **членовете на отбора**, като на всяка от тях има специфично интелектуално/психическо затруднение, за да се замислят играчите върху тази тема. По време на сесията за обратна връзка с **дискриминиращите** се обсъжда защо са избрали да „дискриминират“ определен **играч от отбора**, вместо някой друг.

След края на играта учителят провежда дискусия за това какво се е случило по време на играта, как са се чувствали участниците, какво са научили и дали и какви конфликти са възникнали. Участниците разсъждават и върху дискриминацията в спорта и как да я избягват, каква е ролята им като учители в превенцията на дискриминацията и т.н.

Материали:

Не са необходими

Продължителност:	50-60 мин
Подготовка:	Обучителят се запознава с правилата на играта „Върколаци“
Образователни резултати:	Тиймбилдинг игра, с цел разсъждение върху темата за уврежданията и чувството за изключване.
Оценка:	След края на играта обучителят провежда дискусия за това какво се е случило по време на играта, как са се чувствали участниците, какво са научили и дали и какви конфликти са възникнали. Участниците разсъждават и върху дискриминацията в спорта и как да я избягват, каква е ролята им като обучители в превенцията на дискриминацията и т.н.
Инструменти и тяхното приложение	Няма
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 2

Име на сесията:	Спортът като инструмент за социално включване на хората с увреждания: запознаване с методологията „Обучение чрез спорт“ и фокус върху адаптирането ѝ към целевата група
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	1. Обучителят провежда кръгла маса на тема „Какво е неформалното образование“;

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Тя/той представя снимки, свързани с различните аспекти на формалното, неофициалното или неформалното образование. Тя/той може да задава въпроси на участниците за всяка снимка, за да им помогне да помислят върху различните типове образование; 3. След това учителят сформира групи (в различни стаи) и дава за задача на участниците да споделят личния си опит, свързан с формалното, неофициалното и неформалното образование; 4. Участниците записват личните си примери на виртуални дъски (Popplet, Padlet, Mirò), а след това всички заедно коментират защо са класифицирали даден пример като формално, неофициално или неформално образование; 5. След това групата, с помощта на учителя, сравнява целите, времето, съдържанието и системата на формалното и неформалното образование; 6. След това учителят представя методологията „Движи се и учи“ с помощта на презентация (PowerPoint или устна). След това провежда открита дискусия с участниците по темата. Как могат да приложат този метод в работата си с хора с увреждания? Има ли нещо, което трябва да имат предвид, когато използват този метод?; <p>За да събере идеи, учителят може да използва приложенията Mirò или Popplet.</p>
<p>Материали:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Снимки, свързани с различните аспекти на формалното, неофициалното и неформалното образование; - Акаунти за виртуални дъски (Popplet, Padlet, Mirò) + интернет връзка; - PowerPoint презентация за методологията „Движи се и учи“.
<p>Продължителност:</p>	<p>60-90 мин</p>
<p>Подготовка:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Тест, свързан с различните аспекти на формалното, неофициалното и неформалното образование; - Разбиране и познаване на темата на сесията.
<p>Образователни резултати:</p>	<p>Участниците провеждат една от дейностите на Ръководството „Движи се и учи“, запознават се с методологията на ОЧС, разликите и приликите със спорта и неформалното образование и обсъждат потенциалното ѝ приложение с целевата група.</p>

Оценка:	Обучителят провежда открита дискусия с участниците по темата. Как могат да приложат този метод в работата си с хора с увреждания? Има ли нещо, което трябва да се има предвид, когато се използва този метод?
Инструменти и тяхното приложение	Използват се виртуални дъски (Popplet, Padlet, Mirò), с цел събиране на идеи
Контекст/препратки/източници:	Допълнителна литература, свързана с дейността/сесията и/или препратки към други дейности/сесии, вдъхновили настоящата.
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 3

Име на сесията:	Представяне на успешни добри практики за ОЧС за младежи с увреждания и SWOT анализ: Идентифициране на пропуските в съществуващите възможности
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<p>Обучителят представя PowerPoint презентация на тема „Най-добри практики в областта на ОЧС за младежи с увреждания“ + открит дебат по темата и действия, които биха могли да променят настоящата ситуация.</p> <p>Обсъждане на съществуващите бариери пред участието на хората с увреждания в спорт. Всяка държава представя националните бариери и групата заедно обсъжда приликите и разликите. След това се провежда сесия за брейнсторминг (чрез Mirò, Padlet, Popplet) относно съществуващите предложения и възможности, съсредоточена върху това дали и как могат да бъдат адаптирани в различните национални контексти. Заедно или по групи, участниците извършат SWOT анализ по темата.</p>

Материали:	PowerPoint презентация на тема „Най-добри практики в областта на ОЧС за младежи с увреждания“
Продължителност:	60 мин
Подготовка:	Всяка държава представя националните бариери и групата заедно обсъжда приликите и разликите.
Образователни резултати:	Участниците представят набор от най-добри практики, свързани с използването на спорта и ОЧС при работата с младежи с увреждания. След това обсъждат и анализират пропуските в контекста на възможностите за спорт и образование за младежи с интелектуални затруднения.
Оценка:	Участниците провеждат сесия за брейнсторминг относно съществуващите предложения и възможности, съсредоточена върху това дали и как могат да бъдат адаптирани в различните национални контексти. Заедно или по групи, участниците извършват SWOT анализ по темата.
Инструменти и тяхното приложение	Приложенията Mirò, Padlet, Popplet, с цел събиране на идеи
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 4

Име на сесията:	Изготвяне на уъркшопи: как да провеждаме дейности за ОЧС с младежи с интелектуални затруднения
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания

Описание стъпка по стъпка:	Обучителят провежда открита дискусия с участниците, изхождайки от заключенията от предишната сесия (чрез брейнсторминг, „buzz „ групи или други предпочитани техники).
Материали:	Не са необходими
Продължителност:	30 мин
Подготовка:	Не е необходима
Образователни резултати:	Участниците обсъждат как да продължат доброто изпълнение на дейностите по ОЧС с целевата група.
Оценка:	Чрез открита дискусия
Инструменти и тяхното приложение	Брейнсторминг, „buzz „ групи или други предпочитани техники
Контекст/препратки/източници:	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 5

Име на сесията:	Изготвяне на уъркшоп от всеки национален отбор
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания

<p>Описание стъпка по стъпка:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучителят дава пример за съществуващ уъркшоп за НФО, в който са включени хора с увреждания (от наръчника „Движи се и учи“ или друг предпочитан ресурс); 2. Тя/той инструктира участниците да проверят спецификите на сесията/действието: теми, резултати от обучението, обем на групата, време, материали, обратна връзка и т.н.; 3. След като заедно анализират дадения уъркшоп, обучителят разделя участниците на по-малки групи (в различни стаи); 4. Той/тя дава на участниците 10 мин, в които да обсъдят какъв вид уъркшоп искат да създадат и след това групата представя идеята си пред останалите; 5. След като всяка група определи своята цел, участниците започват работа по своите уъркшопи, които трябва бъдат базирани на методологията ОЧС и да вземат предвид специфичните нужди на хората с интелектуални затруднения; 6. Всяка група разполага с 30 мин за работа. <p>Обучителят предлага на участниците да използват дигитални инструменти за сътрудничество, като например тези, използвани в предишните сесии.</p>
<p>Материали:</p>	<p>- Дигитални инструменти за сътрудничество (евентуално)</p>
<p>Продължителност:</p>	<p>60 мин</p>
<p>Подготовка:</p>	<p>Обучителят дава пример за съществуващ уъркшоп по НФО за включване на хора с увреждания (от наръчника „Движи се и учи“ или други предпочитани ресурси).</p>
<p>Образователни резултати:</p>	<p>Участниците изготвят уъркшоп и/или дейност в областта на НФО и ОЧС за хора с увреждания.</p>
<p>Оценка:</p>	<p>Оценката се осъществява чрез „Презентация на уъркшопа и обратна връзка“.</p>
<p>Инструменти и тяхното приложение</p>	<p>Дигитални инструменти за сътрудничество (евентуално), които се използват за събиране на идеи и за изготвяне на самия уъркшоп</p>

Контекст/препратки/източници :	Няма
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 6

Име на сесията:	Пъзел на човешките нужди
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<p>1. Учителят раздава на всички участници по един лист хартия и им дава за задача да нарисуват автопортрет (ако хартията е достатъчно голяма, участниците могат да легнат на нея и да оставят някой друг да ги нарисува). Всички рисунки се изрязват. След това участниците разграфяват рисунките си с маркер на шест части (като пъзел);</p> <p>2. Заедно с всички участници се съставя списък на нещата, които са важни за тях, например храна, приятели, подслон, любов, образование, стабилен доход, добро здраве, добра околна среда, религия, здраво семейство, идеали, свобода на словото, възможност за пътуване, мир, да не бъдат дискриминирани и т.н., докато не се изброят поне 25-30 елемента;</p> <p>3. Всеки участник избира шест права от този списък, които смята за важни за себе си в този момент. Участниците могат да запишат всяко от тях върху частите на пъзела си;</p> <p>4. Щом всеки запише по едно право върху всяко от парчетата на своя пъзел, те разрязват рисунките;</p> <p>5. Един доброволец представя своя пъзел пред групата, като обяснява защо е избрал тези шест права. Доброволецът назовава избраните права едно по едно. Когато назове право, което и другите в групата са избрали, те изваждат съответното парче от своята рисунка и го поставят пред себе си;</p>

	<p>6. След като доброволецът приключи, учителят пита останалите членове на групата дали някой е избрал същите права или дали някой има общи права. Не се започва дискусия за това дали изборът на права е бил разумен или не; изборът е чисто индивидуален и не се обсъжда на този етап;</p> <p>7. Учителят моли и други доброволци да споделят избора си с групата (за предпочитане някой, който не е имал нищо общо с първия доброволец или е имал само едно или две общи неща) и стъпка 6 се повтаря;</p> <p>8. Учителят обсъжда с групата как се получава така, че хората могат да възприемат нуждите си по различен начин. Задава им въпросът дали разбират, че някои от нуждите/правата (новопредложени или от вече съставения списък) са абсолютно фундаментални за всяко човешко същество. Изготвя се нов списък и се сравнява с опростената версия на Всеобщата декларация за правата на човека.</p> <p>- Учителят може да разнообрази уъркшопа, като раздаде на участниците ролеви картички/снимки на: 90-годишна баба, бежанец, търсец убежище, момче в инвалидна количка, бизнесмен, студент с ниски доходи, бездомно момиче, професионален футболист, дете, израснало в сиропиталище, и др. След това дава за задача на участниците да се вживеят в ролята на човека от тяхната карта и да познаят кои права са важни за него.</p>
Материали:	Един голям лист хартия за всеки участник, маркери, ножици.
Продължителност:	90 мин
Подготовка:	Не е необходима
Образователни резултати:	Уъркшопът помага на участниците да осъзнаят, че това, което те смятат за важно, може да е различно за другите и ги кара да се замислят върху факта, че всички споделяме едни и същи основни човешки права.
Оценка:	Оценката се осъществява чрез открита дискусия
Инструменти и тяхното приложение	Не
Контекст/препратки/източници:	Не

Снимки

Снимките се правят по време на сесията

Сесия 7

Име на сесията:	Състезание за хора с увреждания
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	<p>Стъпка 1. Обучителят разделя участниците на малки групи от около пет до осем души.</p> <p>Стъпка 2: Обучителят казва на групата, че трябва да изпълни няколко задачи за един час. Някои от задачите са групови и се изпълняват от цялата група. Други са задачи за постоянство, като например балон, който не бива да докосва земята, но трябва да се движи през цялото време, или махало, което трябва да се люлее непрекъснато. Примери за групови задачи могат да бъдат:</p> <ul style="list-style-type: none">- Нарисувайте групов портрет;- Поддържайте махалото във форма на люлка;- Преминете през препятствието (преминаване през обръч, през стол, под маса и др.);- Измислете песен за обучението;- Подавайте си пръчка през 10 секунди;- До края на сесията всеки трябва да има лице на клоун (нарисувано с боя или маски);- Направете лодки от хартия;- Поддържайте огъня за свещ (едната свещ трябва да се запали с другата);- Не позволявайте на балона да падне. <p>Стъпка 3: Някои хора в групата се превръщат в „лица с увреждания“. Те са със завързани очи, носят тапи за уши, вързани са за друг човек, могат да говорят само на език, различен от общия, не могат да казват „да“ или „не“, не могат да говорят изобщо, не могат да използват дясната си ръка и т.н. Обучителят</p>

	<p>обяснява отново, че всички задачи трябва да се изпълнят за един час и, че не е позволено да се пречи на другите групи.</p> <p>Стъпка 4: Въпреки всички тези увреждания, групата все пак трябва да изпълни всички задачи. Всяка група трябва да има наблюдател, който да следи дали се спазват всички правила и дали всички задачи се изпълняват от цялата група.</p> <p>Стъпка 5: След един час групите представят резултатите от работата си и обсъждат колко трудно или лесно е било изпълнението им.</p>
Материали:	Хартия, химикалки, въже, балони, тапи за уши, превръзки за очи, маркери.
Продължителност:	90 мин.
Подготовка:	Не е необходима.
Образователни резултати:	Участниците разбират как се чувстват хората с увреждания.
Оценка:	След края на сесията, учителят обобщава в участниците какво се е случило по време на играта, как са се чувствали и какво са научили.
Инструменти и тяхното приложение	Не
Контекст/препратки/източници:	Не
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

Сесия 8

Име на сесията:	Финална оценка на обучението и церемония по закриване
Категория:	Образователни уъркшопи за обмен на знания
Описание стъпка по стъпка:	Финална оценка на формата за обучение и раздаване на сертификати.

	<p>След или преди връчването на сертификатите половината от участниците образуват кръг, а другата половина остават пред тях. Всеки от участниците има някой пред себе си и след това двамата броят до 3. Когато приключат с броенето, те трябва показват с пръсти кое число от 1,2 или 3 са избрали. Ако и двамата изберат 1, тогава се поздравяват (подават си ръце), разменят си красиви думи и какво чувстват един към друг. Същото е и ако изберат 2, но в този случай се докосват по рамото, а ако изберат 3, се прегръщат. Всеки участник има няколко секунди/минути с другия и след това се преминава към следващия, докато.</p>
Материали:	Сертификати
Продължителност:	30-60 мин
Подготовка:	Обучителят размишлява върху това какво се надява участниците да са научили в края на курсовете. Преди началото на дейността обучителят записва всеки въпрос на лист хартия и ги залепя на стената на залата.
Образователни резултати:	Участниците обсъждат какво са научили и това дава на учителя ценна информация за обучението и дали то е отговорило на очакванията им.
Оценка:	Обучителят прочита мненията на участниците и отговаря на допълнителните въпроси/отзиви пред всички, за да започне дискусия. Всички участници споделят мнението си.
Инструменти и тяхното приложение	Не
Контекст/препратки/източници :	Музика за фон
Снимки	Снимките се правят по време на сесията

ПРИЛОЖЕНИЯ

Модул 1 – Сесия 1: Приложение 1

Име:	Mingle-Mingle (Мингъл-мингъл)
Цел:	Повишаване на енергията на участниците, създаване на връзка и разчупване на леда помежду им
Брой участници:	Над 6
Описание:	Обучителят/фасилитаторът ръководи играта, като дава команда с думите „mingle-mingle“ (мингъл-мингъл). В зависимост от числото, което учителят/фасилитаторът добавя след командата, участниците намират най-близкия човек и го хващат, за да образуват група. Например, ако учителят/фасилитаторът каже „mingle-mingle 4“, в този случай четирима души трябва да бъдат в група. Ако той каже „2“, във всяка група трябва да има по двама души и т.н. Хората, които не са в групи или са образували група, която е по-малка от броя, който учителят е дал като команда, изгарят от играта.

Модул 2 – Сесия 4: Приложение 2

След като е подготвил сесията за разбиране на леда „бягане в кръг“, учителят дава за задача на участниците да тичат като:



Змии



Жаби



Кучета



Котки



Слонове



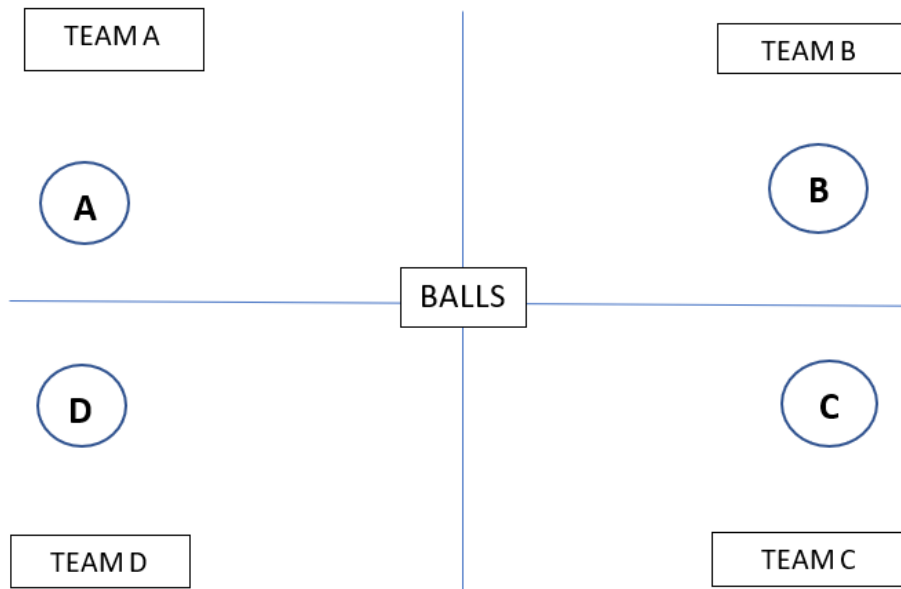
Кенгура



Костенурки

Модул 2 – Сесия 6: Приложение 3

Разпределение на полето:



Модул 3 – Сесия 2: Приложение 4

ЗАДАЧИ И ПРЕПЯТСТВИЯ

1. Поставете топката в коша;
2. Поставете всички еднакви предмети в един и същи ъгъл на листа;
3. Подредете предметите по големина;
4. Търкулнете топката по земята;
5. Направете кълбо/салто;
6. Ходете на греда;
7. Направете три кръга около конус;
8. Дриблирайте с топка 6 пъти;
9. Намерете и ритнете топката;
10. Открийте монетата с застанете на четири крака.

Препятствия:

1. Предметите трябва да се движат по определен път;
2. На всеки две инструкции едната трябва да е грешна;
3. Трябва да се премине през няколко стола;
4. Играчът със завързани очи трябва да изпълни задачата на един крак;
5. Играчът със завързани очи трябва да се завърти три пъти, преди да изпълни задачата;
6. Играчът със завързани очи не може да говори и да издава информация;
7. Придружителите трябва да са далеч от играча със завързани очи и да крещят, за да го напътстват при изпълнението на задачата;
8. Придружителите не могат да повтарят инструкциите;
9. Придружителите не могат да казват думите „ляво“ и „дясно“;
10. Играчът със завързани очи трябва да прескача обръчите, докато изпълнява задачата.

Модул 3 – Сесия 3: Приложение 5

ЛИДЕРИ НА ФОКУС! НЕПРЕДВИДЕН СЦЕНАРИЙ

1. Разработили сте проектна дейност, но учителят се разболява и вие не знаете как да се справите със ситуацията.
2. Резервирали сте прощална вечеря в скъп ресторант, специализиран в приготвянето на месо, но един час преди това откривате, че половината от участниците са вегани. Какво бихте направили?
3. Служител не знае как да изпълни дадена задача и не я изпълнява правилно. Как бихте реагирали?
4. Намирате се в момент на краен срок и се чувствате много напрегнати заедно с екипа си. Трябва да съставите график на последните задачи. Как бихте комуникирали със служителите си?
5. Организирали сте разходка в гората близо до дома ви, но се загубвате. Как бихте се справили с екипа си в този случай?

ПАРТНЬОРИ ПО ПРОЕКТА



НПО Mine Vaganti – НПО Mine Vaganti е организация с нестопанска цел, създадена в Сардиния през 2009 г. MVNGO има 4 офиса в Сасари, Ури, Олбия и Темпио Паусания, които покриват цялата северна част на Сардиния, и други клонове в останалата част на Италия. Мисия: MVNGO насърчава межкултурния диалог, социалното включване чрез спорт и опазването на околната среда с помощта на неформалното образование. MVNGO е част от 3 международни мрежи като YEE, ISCA и MV International. Услуги: MVNGO е доставчик на обучение на местно и европейско ниво и играе ролята на консултант за публични и частни органи с цел насърчаване и разработване на европейски и междуконтинентални проекти.

АЕТОΙ Солун – Основната цел на АЕТОΙ Солун (АЕТОΙ) е подпомагането на хората с увреждания. Нашата организация работи пряко с около 80 деца и възрастни с увреждания за общата цел за социално участие и включване. Основният персонал в нашата организация са тренъори по физическо възпитание, но си сътрудничим и с психолози, педагози, социални работници и др. Освен управителния съвет, редица хора предоставят своя доброволен труд. Целта на нашите служители е да усвоят допълнителни техники за неформално и самостоятелно обучение и да подобрят уменията си за насърчаване на доброволчеството и подкрепата на социалното включване.



Асоциация за развитие на българския спорт – Асоциация за развитие на българския спорт е създадена през 2010 г. и е неправителствена организация в обществена полза, отдадена на развитието на българския спорт и повишаването на спортната култура в България. Екипът на АРБС е млад, креативен и изпълнен с новаторски дух, който работи по начинанието за развитие на българския спорт и повишаване на спортната култура в България с желание и мотивация. Членството в АРБС е доброволно, като в асоциацията могат да участват както физически, така и юридически лица, които имат желание да подпомагат спорта с време, идеи, усилия или финансова подкрепа. Ние организираме и различни събития в областите: предприемачество, гражданство и активно общество. Екипът на организацията се състои от професионалисти от различни области като: спортни експерти, медийни специалисти, туризъм и хотелиерство, образование, маркетинг и др.

„Любов и Грижа за Хората“ е регистрирана благотворителна организация с нестопанска цел, базирана в Ирландия. ЛГХ е интегрирана и холистична услуга, която предоставя безопасна и подкрепяща среда, в която жени и млади хора, особено тези, които са в неравностойно положение, социално изключени, жертви на насилие и с по-малко възможности, могат да изпитат радост, смях и сигурност, които трябва да бъдат част от ежедневието на всеки човек. ЛГХ предоставя инструменти за самостоятелност, възможности за изява и ресурси за развиване на пълния потенциал на човека, възстановяване на нормалния живот, подобряване на икономическите условия и изграждане на собствено бъдеще.



Център за изследвания и устойчиво развитие – ЦИУР е създаден през 2009 г. като законно регистрирана местна неправителствена организация с нестопанска цел. Средната заетост в организацията достига 20 души. ЦИУР насърчава образованието, с цел устойчиво развитие чрез изграждане на капацитет на хора и организации за справяне с предизвикателствата на развитието във Виетнам. Ние използваме образованието и обучението като основно средство за предоставяне на средства на хората и организациите, които се стремят към устойчиво развитие. Фокусираме се и върху доброволчеството, особено младежкото доброволчество, тъй като то осигурява контекст за учене и практика, както и ресурс за изпълнение на нашите програми и проекти.

Мексиканската асоциация за международна доброволческа дейност се ражда на 5 декември 2014 г. по инициатива на мексикански доброволци и професионалисти, които искат да участват в трансформацията на страната чрез включването ѝ в международни доброволчески проекти, организирани в Мексико от граждански сдружения, градски съвети, общности и организирани групи, както и чрез изпращането на мексиканци на проекти в чужбина с идеята, че с този опит те могат да се включат по-активно в работата на общността, след като се завърнат в страната.

