



Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Комплект за семейно образование за родители на деца със специални нужди

Приобщаващ спорт и образование за деца
със специални нужди

2023-2-TR01-KA210-ADU-000182016



Съдържание

- 1 Резюме на проекта
- 2 Въведение
- 3 Комплект за семейно образование (6 части).
- 4 Целева група
- 5 Лого и отказ от отговорност за програмата „Еразъм+“

Тираж: Партньори по проекта Автор: ДИРЕКЦИЯ ПО НАЦИОНАЛНО ОБРАЗОВАНИЕ НА ОБЛАСТ КОЧААЛИ Референтен номер на документа: Приобщаващ спорт и образование за деца със специални нужди



Подкрепата на Европейската комисия за изготвянето на тази публикация не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено гледните точки на авторите, и Комисията не може да носи отговорност за каквато и да е употреба на съдържащата се в нея информация.



Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir



Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Резюме на проекта



Дейностите по Европейската година на образованието, стартирала през 2004 г., насочиха вниманието към значението на спорта в областта на борбата с уврежданията. През 2007 г. Европейската комисия прие Бялата книга, която включваше член 165 от Лисабонската стратегия, подчертаващ значението на спорта за хората с увреждания.

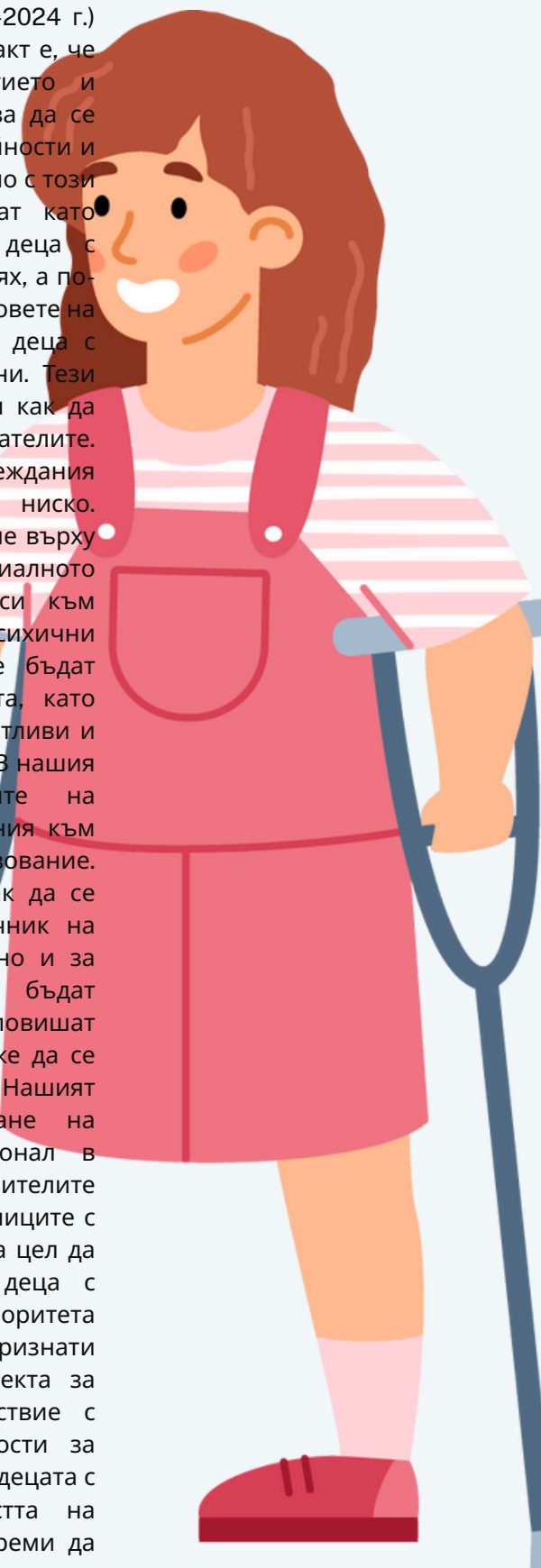




Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Резюме на проекта

Стратегията за хората с увреждания за периода 2010-2020 г. заявява, че спортът е решението за хората с увреждания, а Програмата на ЕС за работа в областта на спорта (2021-2024 г.) насърчава участието на хора с увреждания. Безспорен факт е, че спортът е много важен за рехабилитацията, участието и приобщаването на хора с увреждания. Въпреки това, за да се увеличи участието на хората с увреждания в спортни дейности и да се осигури устойчивост, семействата трябва да са наясно с този проблем. Тъй като членовете на семейството служат като възпитатели, учители и придружители, услугите за деца с увреждания не трябва да се предоставят единствено на тях, а по-скоро като се фокусират предимно върху нуждите на членовете на семейството. В този момент е ясно, че семействата с деца с умствени увреждания също трябва да бъдат подкрепяни. Тези семейства трябва да бъдат обучени до известна степен как да насочват децата си и как да си сътрудничат с възпитателите. Нивото на знания на родителите на деца с умствени увреждания относно физическото възпитание и спорта е доста ниско. Очевидно е, че е важно те да знаят доколко спортът влияе върху физическото, умственото, психологическото и социалното развитие на децата им, за да мотивират децата си към физическото възпитание и спорта. Ако децата с психични увреждания бъдат насърчавани да спортуват, те ще бъдат успешни в образованието, социалния живот и спорта, като участват в различни среди. Това ще направи децата щастливи и ще осигури положително развитие за техните семейства. В нашия проект се стремим да повишим компетенциите на преподавателите в насочването на ученици с увреждания към спорта, като създадем Комплект за семейно образование. Образователните материали ще предоставят насоки как да се използва спортът като инструмент за растеж и източник на психофизическо благополучие не само за учениците, но и за семействата. Образователните дейности, които ще бъдат организирани в рамките на проекта, целят да повишат осведомеността на семействата за това как спортът може да се използва като инструмент в борбата с уврежданията. Нашият проект е в съответствие с приоритета „Развиване на компетенциите на преподавателите и другия персонал в образованието за възрастни“, като гарантира, че учителите комуникират ефективно със семействата и насочват учениците с увреждания да обичат спорта. Същевременно той има за цел да предостави ефективни стратегии за насочване на деца с увреждания към спорта, като допринася за приоритета „Развиване на висококачествени, гъвкави и признати възможности за образование за възрастни“ с Комплекта за семейно образование. Нашият проект е в съответствие с приоритета „Създаване и насърчаване на възможности за обучение за всички граждани и поколения“, като насочва децата с увреждания към спорта и повишава осведомеността на семействата по този въпрос, като по този начин се стреми да осигури равни възможности за обучение на широк сегмент от обществото.



Резюме на проекта

1. ОСНОВНА ЦЕЛ:

Да се подкрепят семейства с деца с интелектуални затруднения, като се фокусираме предимно върху задоволяване на нуждите както на децата, така и на членовете на техните семейства, по-специално чрез образование и насоки за насочване на децата към физическо възпитание и спортни дейности.



Специални цели

- Да се повиши осведомеността относно значението на спорта и физическите дейности за физическото, интелектуалното, психологическото и социалното развитие на децата с увреждания.
- Да се гарантира, че преподавателите и другият персонал в областта на образованието за възрастни притежават необходимите компетенции, за да насърчават любовта към спорта сред учениците с увреждания и да комуникират ефективно със семействата.
- Да се предоставят насоки за насочване на ученици с увреждания към спорт чрез разработване на образователни материали, насочени към семействата.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

ВЪВЕДЕНИЕ



ДИРЕКЦИЯ ПО НАЦИОНАЛНО
ОБРАЗОВАНИЕ НА РАЙОН КОЧААЛИ



ТУРСКА СПОРТНА ФЕДЕРАЦИЯ ЗА
СПЕЦИАЛНИ СПОРТИСТИ (TOSSFED) -
ТУРЦИЯ



FEDERATSIYA ADAPTIRANA
FIZICHESKA AKTIVNOST BALKANI I
CHERNOMORSKA OBLAST (FADA) -
BULGARIA



ГЛАВА 1

Участие на деца със специални нужди във физическа активност (ФА)



Ползите от физическата активност са универсални за всички деца, включително тези с увреждания. Участието на деца с увреждания в спортни и развлекателни дейности насърчава приобщаването, минимизира влошаването на кондицията, оптимизира физическото функциониране и подобрява цялостното благосъстояние. Въпреки тези ползи, децата с увреждания са по-ограничени в участието си, имат по-ниски нива на физическа подготовка и по-високи нива на затлъстяване от своите връстници без увреждания. Педиатрите и родителите могат да надценяват рисковете или да пренебрегват ползите от физическата активност при деца с увреждания. Добре информираните решения относно участието на всяко дете трябва да отчитат общото здравословно състояние, индивидуалните предпочитания за активност, предпазните мерки и наличието на подходящи програми и оборудване. Посещенията за здравен надзор предоставят на педиатрите, децата с увреждания и родителите възможности съвместно да генерират целенасочени „рецепти“ за активност. Детските, семейните, финансовите и обществените бариери пред участието трябва да бъдат директно идентифицирани и адресирани в контекста на местните, щатските и федералните закони. Целта е приобщаване на всички деца с увреждания в подходящи дейности.



Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Участие на деца със специални нужди във физическа активност (ФА)

Експертите препоръчват всички деца и тийнейджъри на възраст между 6 и 17 години да се занимават с поне 60 минути умерена до интензивна физическа активност всеки ден. Те също така трябва да се стремят да извършват дейности, които укрепват костите и мускулите им, поне 3 дни в седмицата. Честотата, интензивността и количеството упражнения могат да се адаптират към специфичните нужди на вашето дете. За съжаление, децата и тийнейджърите с увреждания често се сблъскват с повече препятствия, когато става въпрос за занимания със спорт и физически дейности. Това означава, че те не участват толкова често. Те също така не са толкова физически годни като цяло и са склонни да имат по-високи нива на затлъстяване.

Терминът „участие“ е дефиниран от Световната здравна организация като естеството и степента на участие на човек в житейски ситуации и включва дейности, свързани със самообслужване, мобилност, социализация, образование, отдих и обществен живот. Участието в дейности е контекстът, в който хората формират приятелства, развиват умения и компетенции, изразяват креативност, постигат психическо и физическо здраве и определят смисъл и цел в живота. Децата с увреждания са склонни да бъдат по-ограничени в участието си от своите връстници: разлика, която се разширява с порастването им. Един от начините, по които здравните специалисти могат да помогнат на децата с увреждания да участват пълноценно в живота на своите семейства и общности, е чрез насърчаване на участието в спорт, отдих и физически дейности в най-малко ограничаваща среда.



Участие на деца със специални нужди във физическа активност (ФА)

Основните цели за увеличаване на физическата активност при деца с увреждания са да се обърне влошаването на кондицията, причинено от нарушена мобилност, да се оптимизира физическото функциониране и да се подобри общото благосъстояние. Редовната физическа активност е от съществено значение за поддържането на нормална мускулна сила, гъвкавост, структура и функция на ставите и може да забави функционалния спад, често свързан с инвалидизиращи състояния. Децата с церебрална парализа (ЦП) са значително по-слаби от контролната група на същата възраст и се препоръчват програми за укрепване и носене на тежести. Освен това, момичетата в юношеска възраст с ЦП имат по-ниска самооценка от своите връстници без увреждания в областите на физическия външен вид, социалното приемане, атлетическата компетентност и учебната компетентност. Адекватните нива на мускулна сила и издръжливост са свързани с повишена костна маса, намаляване на нараняванията от падания и по-голяма способност за извършване на дейности от ежедневието. Програма за силови тренировки за млади пациенти с ЦП демонстрира повишена сила, подобро психическо благополучие и по-добра обща функция. Друг пример е този на децата със синдром на Даун; въпреки че имат по-малко мускулна сила от типичните деца, те показват повишена издръжливост при упражнения и работоспособност след участие в специализирана аеробна тренировъчна програма.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Участие на деца със специални нужди във физическа активност (ФА)



Настоящата епидемия от затлъстяване, свързана с неактивност, е глобален здравен проблем за всички деца, включително тези с увреждания. Децата с увреждания са по-склонни от другите деца да водят заседнал начин на живот, което ги излага на по-висок риск от затлъстяване и свързани с него здравословни проблеми. Всъщност, децата с определени нарушения в развитието имат по-висока честота на риск от наднормено тегло и наднормено тегло, отколкото децата без нарушения в развитието. Физическите последици от неактивността за хората с увреждания включват намалена сърдечно-съдова физическа форма, остеопороза и нарушено кръвообращение. Освен това, психосоциалните последици от неактивността включват намалено самочувствие, намалено социално приемане и в крайна сметка по-голяма зависимост от другите в ежедневието. Като цяло, участието на деца с увреждания в спорт и физически дейности може да намали усложненията от обездвижването.

Участието в спорт подобрява психологическото благополучие на децата с увреждания чрез предоставяне на възможности за създаване на приятелства, изразяване на креативност, развиване на самоличност и насърчаване на смисъл и цел в живота. Участниците в Специалните олимпийски игри показват повишено самочувствие, възприемана физическа компетентност и приемане от връстници в сравнение с неучастниците. Родителите на Специалните олимпийци съобщават, че участието на детето им е насърчило социалната адаптация, удовлетвореността от живота, семейната подкрепа и участието в общността. Такива събития предоставят така необходимата среда за неформална подкрепа от връстници и споделяне на опит между семействата на деца с увреждания. Доказано е, че умерено натоварващите упражнения намаляват стереотипните движения, неадаптивното поведение и умората при деца с аутизъм и други увреждания в развитието. И накрая, участието в редовна физическа активност може да насърчи независимостта, способността за справяне, конкурентоспособността и работата в екип сред децата с увреждания.



Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Участие на деца със специални нужди във физическа активност (ФА)

Правилно разработените и изпълнявани програми за спорт и физически дейности за деца с увреждания трябва да са насочени към сърдечно-съдова издръжливост, гъвкавост, баланс, ловкост и мускулна сила, както и към достъпност, безопасност и удоволствие. Стратегии за минимизиране на рисковете от заболяване или нараняване на деца с увреждания по време на спортни дейности трябва да се прилагат преди участието им. Препоръчват се упражнения с по-голяма продължителност, по-голяма честота и по-ниска интензивност в сравнение с програмите за типично развиващи се деца. В примера с юноша с травма на шийния отдел на гръбначния мозък, участието в ръгби в инвалидни колички трябва да бъде разрешено само след като спортистът, родителите и треньорите могат лесно да разпознаят острото изпотяване, внезапното и често силно главоболие, безпокойство и хипертония като автономна дисрефлексия и бързо да идентифицират и отстранят провокиращия(ите) фактор(и). Трябва да се осигури безопасна за латекс среда, а лекарствата за реанимация трябва да са лесно достъпни, когато участват деца със спина бифида (25%–65% разпространение на латексови алергии).





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Участие на деца със специални нужди във физическа активност (ФА)

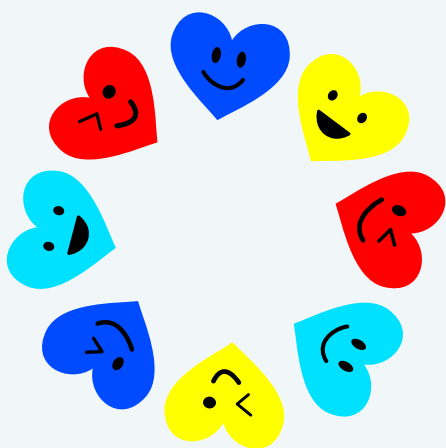
Децата с неврологични увреждания често демонстрират аномалии на терморегулацията, вторични поради нарушен вазомоторен контрол, намалена мускулна маса и нарушени централни механизми за регулиране на температурата. Антихолинергичните лекарства могат допълнително да увеличат риска от хипертермия при деца с травми на гръбначния мозък. Приблизително половината от спортистите в състезание от Национални игри за младежи с инвалидни колички са преживели хипертермия, а 9% от плувците в същото проучване са преживели хипотермия. Трябва да се обърне специално внимание на правилните тренировки, хидратация, облекло и екипировка. Някои деца с увреждания имат нарушена двигателна координация, намалена издръжливост, ограничена механична ефективност и остеопения - фактори, които могат да предразположат към мускулно-скелетни травми и синдроми на пренатоварване. Например, спортистите в инвалидни колички имат повишена честота на травми от пренатоварване на раменете и синдром на карпалния тунел. Педиатрите се насърчават да имат достъп до публикувани ресурси за специфични за спорта и състоянието насоки относно участието на деца с увреждания в спорт и физически дейности.



Участие на деца със специални нужди във физическа активност (ФА)



Посещенията за здравен надзор предоставят на педиатрите, децата с увреждания и родителите възможности съвместно да генерират целенасочени „рецепти“ за дейности. Продължителната връзка между педиатъра, детето и семейството осигурява широко и задълбочено разбиране на последиците от участието за всяко дете. Условията, които могат да ограничат участието на детето или да го предразположат към нараняване, индивидуалните предпочитания и наличието на подходящи местни програми трябва да се разглеждат индивидуално. Преди участието трябва да се вземат предвид текущото здравословно състояние на детето, нивото на състезание, конкретният спорт и позиция, които ще се играят, наличието на защитно или адаптивно оборудване, дали спортът може да бъде модифициран, за да позволи по-безопасно участие, и способността на детето и родителя да разбират и приемат свързаните с него рискове.



Например, дете с аутизъм и комуникативни нарушения може да изпитва затруднения с устните инструкции от треньорите по време на определени отборни спортове и да се възползва повече от участието в индивидуални спортни дейности. Тъй като стандартизираните формуляри преди участие може да не комуникират адекватно проблемите, свързани с безопасното участие на деца с увреждания, са разработени алтернативни форми. Като цяло, оценката преди участие в спортни дейности за деца с увреждания може да не се извършва в контекста на еднократно посещение в кабинета, а по-скоро за определен период от време с участието на лекари, треньори, учители по физическо възпитание, физиотерапевти и ерготерапевти и други.

Участие на деца със специални нужди във физическа активност (ФА)



Успехът на физическата активност за деца с увреждания до голяма степен зависи от проектирането и прилагането на приобщаващи програми, които отговарят на техните специфични нужди. Добре структурираните програми трябва да бъдат достъпни, безопасни и приятни, като същевременно са насочени към ключови аспекти на физическото здраве, като сърдечно-съдова издръжливост, гъвкавост, баланс, пъргавина и мускулна сила. Адаптирането на тези програми към индивидуалните способности гарантира, че всяко дете има възможност да участва със собствено темпо и ниво на способности. Пример за приобщаваща програма е тази, която осигурява адаптивно оборудване и променя спортните правила, за да се съобрази с редица увреждания. Програмите трябва също да включват мерки за безопасност за предотвратяване на наранявания и осигуряване на благополучието на децата по време на физически дейности. Например, деца с травми на гръбначния мозък или неврологични увреждания може да се нуждаят от допълнително внимание към фактори като хидратация, регулиране на температурата и безопасност на оборудването.

Професионалните насоки и най-добрите практики са от съществено значение за осигуряване на правилната интеграция на деца с увреждания в спорта и физическите дейности. Треньорите, учителите по физическо възпитание и здравните специалисти трябва да си сътрудничат, за да създадат безопасна и подкрепяща среда за тези деца, като вземат предвид фактори като здравословното състояние на детето, личните му предпочитания и всякакви специфични състояния или увреждания.

Участие на деца със специални нужди във физическа активност (ФА)

Семействата играят ключова роля в подкрепата на децата с увреждания в участието им във физическа активност. Родителите, полагащите грижи и братята и сестрите предоставят емоционалната и логистична подкрепа, необходима на децата, за да се занимават със спортни и развлекателни дейности. Те също така служат като застъпници на своите деца, като гарантират, че програмите са достъпни и приобщаващи. Овластяването на семействата със знания и ресурси, за да се ориентират в наличните възможности за физическа активност, ще помогне да се осигури дългосрочно участие.

Участието на общността също е от съществено значение за създаването на приобщаваща среда. Местните власти и обществените организации трябва да работят за увеличаване на достъпа до спортни съоръжения, да предлагат финансова помощ за адаптивни спортни програми и да повишават осведомеността за важността на приобщаването. Партньорствата между доставчиците на здравни услуги, преподавателите и обществените организации могат да помогнат за намаляване на бариерите и да гарантират, че децата с увреждания имат достъп до подходящи възможности за физическа активност.

Участието на деца с увреждания във физическа активност е от съществено значение за тяхното физическо, емоционално и социално развитие. Чрез преодоляване на бариерите пред участието, осигуряване на подкрепящи и адаптивни програми и насърчаване на сътрудничеството между семействата, общностите и здравните специалисти, можем да създадем по-приобщаваща среда за децата със специални нужди. Чрез тези усилия децата с увреждания ще имат възможност да водят по-здравословен и по-активен живот, да развиват смислени социални връзки и да постигат по-високо качество на живот.



ГЛАВА 2

Ефективна комуникация с деца със специални нужди

Системи за семейна подкрепа и стратегии за здравословна комуникация

Ефективната комуникация с деца със специални нужди е от съществено значение за подпомагане на тяхното емоционално и социално развитие. Ето някои методи, които можете да обмислите в този контекст:

1. Бъдете търпеливи и разбиращи

Децата със специални нужди може да се нуждаят от повече време за общуване. Търпението им позволява да се изразяват. Бъдете чувствителни към емоциите им и ги насърчавайте да изразяват това, което чувстват.

- Отделете време: Отделете време, за да разберете детето си и да общувате ефективно с него/нея.
- Съчувствайте: Опитайте се да видите нещата от неговата гледна точка и да разберете чувствата му.

2. Използвайте визуална подкрепа. Визуалните помагала могат да помогнат на децата да разберат. Можете да използвате картинки, таблици, жестомимичен език или карти с картинки, за да подпомогнете комуникацията. Това е особено полезно за деца от аутистичния спектър.

- Картини и символи: Можете да използвате картини, символи или диаграми, за да улесните комуникацията.
- Видео и аудио описания: Могат да бъдат особено полезни за деца от аутистичния спектър.

3. Използвайте прост и ясен език. Използването на прост и ясен език в комуникацията помага на децата да разберат по-добре посланието ви. Избягвайте използването на сложни изречения и абстрактни понятия. Изразявайте смисъла си възможно най-ясно и разбираемо.

- Кратки и ясни изречения: Избягвайте сложни изречения и предавайте посланията си кратко и ясно.
- Повторение и затвърждаване: Повторете съобщението, което искате да предадете, няколко пъти, ако е необходимо.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Ефективна комуникация с деца със специални нужди

4. Провеждайте семейни срещи

- Редовни срещи: Провеждайте редовни срещи с членовете на семейството, за да може всеки да сподели своите мисли и чувства.
- Споделени решения: Насърчавайте всички да участват в процеса, като вземат решения заедно в рамките на семейството.

5. Разпределете задачите

- Споделяне на отговорности: Балансирайте натоварването в семейството, като възлагате задачи, които всеки трябва да изпълнява.
- Мрежи за подкрепа: Потърсете подкрепа от разширено семейство или приятели, ако е необходимо.

6. Научете се да слушате. Активното слушане е ключът към здравословната комуникация с деца със специални нужди. Слушайте внимателно и покажете, че ви е грижа за това, което казват. Можете също така да добавите искреност и доверие към комуникацията си, като осъществявате зрителен контакт, когато е възможно.

- Активно слушане: Слушайте внимателно, за да разберете истински другия човек; не прекъсвайте и потвърждавайте, че разбирате.
- Зрителен контакт: Покажете интерес към другия човек, като осъществите зрителен контакт, докато слушате.



Ефективна комуникация с деца със специални нужди

7. Изразете чувствата си

- Отворена комуникация: Изразявайте чувствата и мислите си открито, но избягвайте да обвинявате другия човек.
- Аз-език: Изразявайте чувствата си, използвайки „аз“ език вместо „ти“ език (напр. „Чувствам се сякаш не ме слушаш“ вместо „Ти не ме слушаш“).

8. Развийте умения за разрешаване на конфликти

- Решаване на проблеми: Фокусирайте се върху съвместното решаване на проблеми и бъдете отворени за различни гледни точки.
- Компромис: Бъдете готови на компромис, за да намерите взаимно решение.

Тези методи и стратегии могат да ви помогнат да общувате ефективно с деца със специални нужди и да създадете силна система за подкрепа във вашето семейство. Включването на всеки член на семейството в този процес ще помогне на всички да имат по-щастливи и здравословни взаимоотношения.

9. Игри и дейности Децата могат да се научат да общуват чрез игри и дейности. Методи като игрова терапия или драматични дейности предоставят забавни и ефективни начини за децата да се изразяват.



Ефективна комуникация с деца със специални нужди

10. Положително подкрепление

Награждавайте комуникативните усилия на децата с положително подкрепление. Давайте положителна обратна връзка, за да ги мотивирате и да празнувате успехите им. Този подход повишава самочувствието на децата и им помага да развият комуникативни умения.

11. Получаване на професионална подкрепа

Ако имате затруднения в общуването с деца със специални нужди, може да е полезно да потърсите подкрепа от специалист. Логопеди, специалисти по специално образование или психолози могат да ви помогнат да разработите комуникационни стратегии, които отговарят на нуждите на вашето дете.

Чрез прилагането на тези методи можете да установите по-ефективна и смислена комуникация с деца със специални нужди. Вземането предвид на индивидуалните нужди на всяко дете и изборът на подходящи методи за комуникация за него ще допринесе за вашия успех в комуникацията.

- Консултиране и терапии: Подобрете комуникативните си умения, като се възползвате от семейна терапия или консултантски услуги, ако е необходимо.

12. Осведоменост и образование

Първата стъпка за семействата е да научат за нуждите и специалните изисквания на детето си. Това ще им позволи както да го разберат по-добре, така и да му помогнат по-ефективно.

- Семинари и обучителни програми: Семействата могат да посещават семинари и обучения, водени от експерти по специални нужди.
- Книги и статии: Те могат да повишат нивото си на знания, като четат книги и академични статии по темата.
- Образователни програми: Увеличете знанията и уменията си, като участвате в образователни програми, подготвени за деца със специални нужди.



Ефективна комуникация с деца със специални нужди

13. Рутини и структурирана среда

Рутините осигуряват безопасна и предвидима среда за деца със специални нужди, помагайки им да се справят по-лесно с ежедневието си.

- Дневни графици: Планиране на ежедневните дейности на детето, така че то да знае какво да прави.
- Задължения и отговорности: Да се вдъхне на детето чувство за отговорност, като му се дават малки задачи, подходящи за неговата/нейната възраст и способности.

14. Технологични помощни средства

Днес многобройните възможности, предлагани от технологиите, могат да допринесат за образователните и развиващите процеси на деца със специални нужди.

- Образователни приложения и устройства: Подпомагане на учебния процес чрез използване на технологични инструменти, подходящи за нуждите на детето.
- Инструменти за комуникация: Приложения и устройства, разработени за деца с говорни и комуникативни затруднения.
- Приложения за комуникация: Можете да улесните комуникацията, като използвате приложения и устройства за комуникация, предназначени за деца със специални нужди.
- Образователни видеоклипове и материали: Подобряване на комуникативните умения с помощта на образователни материали, съобразени с нуждите на децата и семействата.

15. Семейно сътрудничество

Когато членовете на семейството работят заедно, системата за подкрепа става ефективна. Това също така поддържа баланса в семейството.

- Разпределение на задачите: Споделяне на работата между членовете на семейството, за да се гарантира, че всички подкрепят детето.
- Среци за подкрепа: Организиране на семейни срещи на редовни интервали, за да може всеки да сподели своите идеи и предложения.

Тези системи не само подобряват качеството на живот на децата със специални нужди, но и дават възможност на семействата да станат по-силни и по-устойчиви в този процес. Тъй като нуждите на всяко дете са различни, е важно семействата да бъдат гъвкави и адаптивни.

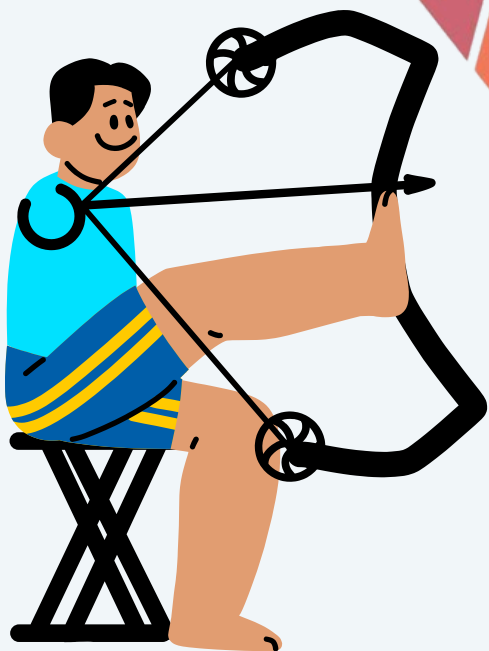
Тези стратегии могат да помогнат за създаването на по-здравословна и по-пълноценна среда за комуникация за деца със специални нужди и техните семейства. Не забравяйте, че всяко семейство и дете имат различни нужди, така че тези стратегии трябва да бъдат съобразени с уникалната ситуация на вашето семейство.



ГЛАВА 3

Физически и психологически ползи от спорта за деца със специални нужди

Спортът и физическите дейности са полезни за всички деца; те обаче играят много по-важна роля за децата със специални нужди. Спортът допринася не само за тяхното физическо благополучие, но и оказва значително влияние върху тяхното психическо, емоционално и социално развитие. Като родител, разбирането на многостранните ползи, които детето ви може да извлече от заниманията със спорт, ще бъде важна стъпка в пълноценната му подкрепа. За да се увеличи бъдещият потенциал, е важно да се създадат специални програми за откриване на млади таланти и тяхната интеграция в света на спорта. Тези програми предоставят подкрепа на млади спортисти с увреждания да развият талантите си и да навлязат в професионалната сфера (DePauw & Gavron, 2005).





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Физически и психологически ползи от спорта за деца със специални нужди

1. Физическо развитие

Физическите дейности и спортът играят решаваща роля за подобряване на цялостното физическо здраве на децата със специални нужди. По-долу са изброени някои ключови ползи, заедно с конкретни примери:

Развитие на фината и грубата моторика: Редовното занимание със спорт помага на децата да подобрят баланса, координацията и координацията око-ръка. Например, терапевтичната езда (хипотерапия) може да бъде много ефективна за деца със специални нужди, подобрявайки баланса и контрола на тялото им. Такива дейности укрепват мускулите и подобряват ежедневните умения.

Повишена мускулна сила и издръжливост: Докато детето ви се занимава със спорт, мускулната му сила и издръжливост ще се подобрят. Например, плуването е спорт с ниско натоварване, който помага на децата със синдром на Даун да балансират мускулната слабост, което им позволява да участват във физически дейности за по-дълги периоди без дискомфорт.

Подобрена гъвкавост и мобилност: Редовните упражнения и спорт увеличават гъвкавостта на детето ви, подобряват обхвата на движение на ставите и намаляват риска от мускулна скованост. Например, йога може да подобри мобилността на деца от аутистичния спектър, като им помага да използват мускулите си по-ефективно.

Контрол на теглото и общо здравословно състояние: Децата със специални нужди са изложени на по-висок риск от затлъстяване поради заседналият начин на живот. Спортът може да помогне за контрол на теглото и да предотврати хронични заболявания като сърдечни заболявания и диабет. Дейности като колоездене или ходене могат да помогнат на детето ви да поддържа здравословно тегло и да защитят дългосрочното му здраве.



Физически и психологически ползи от спорта за деца със специални нужди

2. Психично и емоционално здраве

Спортът и физическите дейности влияят положително не само на тялото, но и на ума и емоциите на вашето дете:

Повишено самочувствие и самоучастие: Постигането на малки успехи чрез спорт повишава самочувствието на детето ви. Например, когато детето участва в отборни спортове, то се чувства ценено за приноса си, което укрепва самочувствието му. Дори малки победи, като например вкарване на кошница или завършване на състезание, могат да бъдат чудесен източник на мотивация.

Намалена тревожност и стрес: Ендорфините, отделяни по време на физическа активност, подобряват настроението на детето ви и намаляват стреса. Например, плуването може да има успокояващ ефект върху деца с аутизъм, като помага за понижаване на нивата им на тревожност. Терапията с конна езда също може да помогне за намаляване на тревожността чрез повишаване на осъзнаването на тялото и свързване на детето с природата.

Подобрена концентрация и дисциплина: Спортът учи детето ви да спазва правила, да чака търпеливо и да бъде дисциплинирано, за да постигне конкретни цели. Например, бойни изкуства като джудо или карате могат да помогнат на децата с ADHD да подобрят концентрацията си и да се научат как да насочват енергията си по по-контролиран начин.

Емоционална регулация: Спортните дейности помагат на децата да се научат да контролират емоции като гняв, фрустрация или вълнение. Това е особено очевидно в отборните спортове като баскетбола, където децата преживяват победа и загуба и се учат да се справят с предизвикателства, като по този начин развиват емоционална устойчивост.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Физически и психологически ползи от спорта за деца със специални нужди

3. Социално развитие

Спортът играе важна роля в развитието на социалните умения на децата със специални нужди. Той помага на децата да създават приятелства, да работят в екип и да подобрят комуникативните си умения:

Работа в екип и сътрудничество: Отборните спортове учат детето ви как да си сътрудничи, да споделя и да постига цели заедно с другите. Футболът, баскетболът или волейболът помагат на децата да се научат да работят хармонично в група. Дете с аутизъм, например, може да подобри социалните си умения, като се научи как да взаимодейства и да функционира в екипна среда.

Създаване на приятелства и социални връзки: Спортът предоставя възможност на децата да общуват с връстници в по-естествена обстановка. Плувните клубове, групите за ходене или детските часове по йога могат да помогнат на детето ви да разшири социалния си кръг и да изгради трайни приятелства.

Развитие на комуникативни умения: Чрез спорта децата се учат как да изразяват своите нужди, да следват инструкции и да общуват със съотборниците си. Дори индивидуалните спортове като гимнастика или лека атлетика предоставят възможности на децата да взаимодействат с треньори и други спортисти, което помага за укрепване на социалните им умения.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Физически и психологически ползи от спорта за деца със специални нужди

4. Когнитивни ползи

Физическите дейности и спортът също имат положителен ефект върху когнитивното развитие на вашето дете:

Подобрени умения за решаване на проблеми: Спортът помага за развиване на бързо мислене, стратегическо планиране и способности за вземане на решения. Например, шахът подобрява уменията за решаване на проблеми, докато спортове като футбол или баскетбол засилват бързото мислене и способностите за вземане на решения.

Подобрена памет и концентрация: Доказано е, че редовната физическа активност подобрява паметта и повишава концентрацията. Например, тенисът или тенисът на маса изискват бързи реакции и стратегическо мислене, което може да помогне на детето ви да развие уменията си за внимание.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Физически и психологически ползи от спорта за деца със специални нужди

Как родителите могат да подкрепят участието на детето си в спорт

Като родител на дете със специални нужди, подкрепата за заниманията на детето ви със спорт е от съществено значение. Ето няколко предложения, които ще ви помогнат в този процес:

Изберете правилните спортове: Не всеки спорт може да е подходящ за всяко дете. Затова е важно да изберете спортове, които отговарят на способностите, интересите и физическото състояние на вашето дете. Например, хипотерапията или плуването може да са идеални за деца с физически увреждания, докато йогата или бойните изкуства могат да бъдат от полза за деца с аутизъм или ADHD.

Работете с експерти: Сътрудничете си с физиотерапевти, ерготерапевти или експерти по специално образование, за да намерите подходящи спортни програми, които отговарят на нуждите на вашето дете.

Започнете бавно: Започнете с упражнения с ниска интензивност, за да помогнете на детето си постепенно да изгради увереност и да се занимава по-активно със спорт с течение на времето.

Празнувайте малките постижения: Признаването и празнуването на успехите на детето ви, независимо колко малки са, ще повиши мотивацията му и ще го насърчи да продължи да участва в спорт.

Адаптиране на дейностите: Ако е необходимо, променете спортните дейности, за да отговорят на уникалните нужди на вашето дете. Адаптивните спортни програми предлагат специално разработени дейности за деца със специални нужди.



ГЛАВА 4

Насочване на деца с увреждания към спорт

Деца с обучителни затруднения (ОУ) са изправени пред уникални предизвикателства, които могат да повлияят на тяхното физическо, психическо и социално благополучие. Спортът и физическите дейности обаче могат да играят трансформираща роля за подобряване на цялостното им качество на живот. Ангажирането на деца с ОУ в спорт не само подобрява физическото им здраве, но и им помага да развият когнитивни умения, емоционална устойчивост и социални връзки. Този раздел ще предостави на родителите ефективни стратегии за насочване на деца с ОУ към подходящи спортни дейности, справяне с предизвикателствата и насърчаване на дългосрочното участие.

1. Идентифициране на подходящи спортни възможности

Изборът на правилния спорт за дете с обучителни затруднения е от решаващо значение за неговото удоволствие и успех. Следните видове спортове обикновено са подходящи за деца с обучителни затруднения, предлагайки подкрепяща среда, като същевременно отговарят на техните специфични нужди: Индивидуални спортове: Много деца с ЛД процъфтяват в индивидуални спортове, където фокусът е върху самоусъвършенстването, а не върху съревнованието с връстници. Примери за това са:

Плуване: Плуването е отличен избор, защото насърчава двигателната координация, мускулната сила и осигурява сензорни ползи, което може да бъде успокояващо за деца, които лесно се превъзбуждат.

Гимнастика: Този спорт помага за подобряване на баланса, гъвкавостта и двигателното планиране и позволява на детето да работи със собствено темпо, насърчавайки чувството за постижение.

Бойни изкуства: Спортове като карате или джудо помагат за изграждане на самодисциплина, концентрация и фокус, като същевременно учат на уважение и самоконтрол, които са ценни умения за деца с ЛД.

Отборни спортове: Докато някои деца с ЛД могат да се чувстват тревожни относно отборната обстановка, други се възползват значително от социалното взаимодействие и екипната работа, свързани със спортове, като например:

Футбол: Футболът помага на децата с ЛД да развият координация, стратегия и умения за работа в екип, като същевременно осигурява структурирана среда.

Баскетбол: Баскетболът насърчава физическата подготовка, пространственото мислене и сътрудничеството, позволявайки на децата да се сблъскват със съотборниците си, докато работят за постигане на споделени цели.

Адаптивни спортове: За деца с по-тежки увреждания, програмите за адаптивни спортове предлагат модифицирани версии на традиционните спортове, предназначени да отговарят на техните физически и когнитивни нужди. Адаптивното колоездене или баскетболът в инвалидни колички са примери за приобщаващи спортове, при които децата с увреждания могат да участват в подкрепяща среда.





Насочване на деца с увреждания към спорт



Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

2. Насърчаване на участието: Преодоляване на бариерите

Родителите често се сблъскват с трудности, когато насърчават децата си с ЛД да участват в спорт. Следните стратегии могат да помогнат за преодоляване на често срещаните бариери и да насърчат продължително участие във физически дейности:

Изграждане на увереност и намаляване на тревожността: Децата с ЛИ могат да изпитват тревожност, когато са изправени пред нови дейности, особено такива, включващи координация или социални взаимодействия. За да помогнете:

Започнете с малко: Запознавайте детето си със спорта постепенно. Започнете с прости, несъстезателни дейности, като ходене или йога, за да му помогнете да придобие увереност.

Вдъхнете увереност: Подчертайте радостта от участието, а не от победата. Подчертайте, че успехът идва от усилия и усъвършенстване, а не непременно от това да бъдеш най-добрият.

Адаптиране към стила на учене на вашето дете: Децата с умствена отсталост често имат различни начини за обработка на информация, така че адаптирането на спортните дейности към техния стил на учене е от съществено значение:

Визуални инструкции: Използвайте визуални помагала или демонстрации, за да преподавате умения. Например, гледането на видеоклипове на определена техника в плуването или тениса може да помогне на детето ви да разбира движенията по-добре от словесните инструкции.

Разбийте сложните задачи: Големите, сложни задачи могат да претоварят децата с ЛД. Разделете спортните упражнения на по-малки, управляеми стъпки, за да направите ученето по-лесно и по-малко плашещо.

Насърчаване на позитивно мислене: Насърчаването и позитивното мислене са ключови фактори за поддържане на интереса на децата към спорта:

Празнувайте малките победи: Съсредоточете се върху личностното усъвършенстване, като например да се научите да дриблирате баскетболна топка или успешно да завършите обиколка в басейна. Признаването и празнуването дори на най-малките постижения повишава самочувствието и мотивацията на вашето дете.

Използвайте позитивно подкрепление: Похвалата за усилията, а не за резултатите, помага на децата да се съсредоточат върху напредъка си. Награди като стикери, похвала или допълнително време за игра могат да засилят позитивното поведение и ангажираността към спорта.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Насочване на деца с увреждания към спорт

3. Сътрудничество с треньори и спортни инструктори

Включването на знаещи и търпеливи спортни треньори или инструктори е от решаващо значение за успеха на вашето дете в спорта. Образователните и осведомителни програми за хора с увреждания играят важна роля за увеличаване на участието на тези хора в света на спорта, развиване на спортните им умения и повишаване на осведомеността в обществото (Winnick & Porretta, 2016). Ето как родителите могат да си сътрудничат ефективно с тях:

Обсъждайте нуждите на детето си: Важно е да споделяте информация за стила на учене, силните страни и областите на трудност на детето си с неговия треньор. Например, ако детето ви има проблеми с вербалните инструкции, уведомете треньора, че реагира по-добре на визуални демонстрации.

Намерете обучени специалисти: Потърсете треньори, които имат опит в работата с деца с увреждания или такива, които са обучени в приобщаващи спортни практики. Такива специалисти ще бъдат по-склонни да адаптират дейностите, за да отговорят на нуждите на вашето дете, като същевременно предоставят необходимата подкрепа.

Индивидуални образователни програми: Индивидуалните образователни програми за спортисти с увреждания осигуряват персонализирано обучение, като се фокусират върху специфичните нужди. Тъй като увреждането и специфичните спортни нужди на всеки индивид са различни, индивидуалните образователни програми са разработени така, че да се съобразят с това разнообразие. Тези програми помагат на спортистите да напредват по-ефективно, като наблягат на силните им страни и подобряват слабите си.

Присъствие на хора с увреждания в спорта: Поглед от гледна точка на спортния мениджмънт, организациите и иновациите)

Искане за адаптации: Някои деца може да се нуждаят от приспособления, като например допълнително време за усвояване на нови умения или променени правила. Не се колебайте да обсъдите потенциални корекции с треньора, за да осигурите комфорта и участието на детето си.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Насочване на деца с увреждания към спорт

4. Създаване на подкрепяща среда у дома

Родителите играят ключова роля в поддържането на интереса на детето си към спорта, като създават подкрепяща среда, която насърчава активното участие:

Включете физическата активност в ежедневието си: Физическите дейности не винаги е необходимо да бъдат част от структурирани спортове. Насърчавайте детето си да се занимава с игриви физически дейности у дома, като например хващане на топка, танци или разтягане заедно. Колкото по-активно е то в ежедневието, толкова по-комфортно ще се чувства във формална спортна среда.

Модел на активно поведение: Децата често имитират поведението на родителите си. Ако детето ви ви види да се занимавате с физически дейности – независимо дали става въпрос за джогинг, игра на тенис или просто ходене – то ще бъде по-склонно да гледа на спорта като на естествена и приятна част от живота.

Осигурявайте положителна обратна връзка: Постоянно хвалете усилията, постоянството и напредъка. Вместо да се фокусирате единствено върху резултата (напр. спечелване на игра), подчертайте колко се гордеете с упорития им труд и решителност.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Насочване на деца с увреждания към спорт

5. Дългосрочно участие и ползи

След като децата с ЛД започнат успешно да се занимават със спорт, поддържането на дългосрочно участие изисква непрекъснато насърчаване и адаптивност. С течение на времето децата могат да развият страст към определени спортове, което ще подпомогне тяхното физическо, психическо и социално развитие по следните начини:

Подобрени когнитивни и емоционални умения: Редовното занимание със спорт може да подобри фокуса, продължителността на вниманието и емоционалната регулация при деца с ЛД. Например, спортове като тенис или гимнастика помагат за подобряване на уменията за решаване на проблеми, паметта и изпълнителните функции, като изискват от детето да планира движения и да взема стратегически решения.

Засилени социални връзки: Чрез отборните спортове децата с увреждания развиват приятелства и социални умения, които се простират отвъд спортната среда. Тези взаимоотношения помагат за намаляване на чувството за изолация и насърчават емоционалното благополучие. Освен това, кампаниите за повишаване на осведомеността чрез социалните медии могат да помогнат на спортистите с увреждания да взаимодействат по-тясно с обществото (Kolotouchkina et al., 2020).

Повишена физическа подготовка и здраве: Редовната физическа активност води до по-силни мускули, по-добро сърдечно-съдово здраве и подобрени двигателни умения, помагайки на децата с ЛД да водят по-здравословен живот.

Чрез внимателен подбор на подходящи спортни дейности и създаване на подкрепяща и окуражаваща среда, родителите могат да насочат децата с обучителни затруднения към пълноценно и смислено участие в спорта. Това не само е от полза за физическото им здраве, но и подпомага тяхното когнитивно, емоционално и социално развитие, насърчавайки всестрания им растеж и благополучие.



ГЛАВА 5

Спорт за деца със специални нужди и участие в общността

Спортът и физическата активност отдавна са признати за основни компоненти на здравословния начин на живот за всички деца, независимо от способностите им. За децата със специални нужди, заниманията със спорт не само подобряват физическото им здраве, но и насърчават емоционалното, социалното и когнитивното развитие. По-важното е, че те осигуряват платформа за приобщаване в общността, като дават възможност на децата с увреждания да се ангажират, да взаимодействат и да изграждат взаимоотношения със своите връстници. Интегрирането на децата със специални нужди в спортните програми на общността е от решаващо значение за създаването на приобщаващо общество, което цени многообразието и предоставя равни възможности на всички деца да участват в социални и развлекателни дейности.

Спортът предлага многобройни ползи за деца със специални нужди. Тези ползи не се ограничават само до подобряване на физическото здраве, но се простират и до емоционалното, психологическото и социалното развитие. Физически дейности като плуване, колоездене и баскетбол в инвалидни колички предоставят на децата с увреждания възможност да подобрят силата, координацията и двигателните си умения, всички от които са от съществено значение за ежедневните им дейности и цялостното им благополучие.

§ Физически ползи - редовното занимание със спорт помага на децата със специални нужди да изградят сила, издръжливост и гъвкавост. За деца със състояния като церебрална парализа или мускулна дистрофия, физическата активност може да подобри мобилността, да предотврати отслабването на мускулите и да поддържа функцията на ставите. За деца с увреждания в развитието като синдром на Даун или аутизъм, заниманията с физически дейности помагат за подобряване на двигателната координация, баланса и фината моторика.

§ Психологически ползи - участието в спорт може също значително да подобри самочувствието и психичното здраве. Децата с увреждания често се сблъскват със социални предизвикателства и могат да се чувстват изолирани или изключени от основните дейности. Чрез заниманията със спорт те придобиват чувство за постижение и принадлежност, което повишава увереността. Доказано е, че физическата активност облекчава симптомите на тревожност и депресия, често срещани проблеми с психичното здраве, пред които са изправени децата с увреждания.

§ Социални ползи - едно от най-големите предимства на включването на деца със специални нужди в спорта е възможността за социално взаимодействие. Отборните спортове, по-специално, преподават важни социални умения като сътрудничество, комуникация и работа в екип. Децата с увреждания могат да взаимодействат със своите връстници в среда без стигматизиране, където са ценени заради способностите си, а не заради уврежданията си.



Спорт за деца със специални нужди и участие в общността

Въпреки очевидните ползи, децата със специални нужди често се сблъскват със значителни пречки пред участието в спорт. Тези пречки могат да варират от физически до социални и финансови предизвикателства. Някои от често срещаните пречки включват:

- Физически бариери - много спортни съоръжения и детски площадки не са достъпни за деца с двигателни увреждания. Рампи за инвалидни колички, адаптивно спортно оборудване и достъпни тоалетни не винаги са налични, което може да ограничи участието в спортни занимания.
- Социални бариери - децата със специални нужди могат да бъдат обект на стигма или тормоз, което може да ги възпре от участие в групови спортове. Връстниците и дори треньорите може да не са осведомени или да не разбират как да подкрепят деца с увреждания, което води до чувство на изключване.
- Финансови бариери - специализираното адаптивно оборудване за деца с увреждания може да бъде скъпо и семействата може да нямат финансовите средства да си го позволят. Освен това, спортните програми, насочени към деца с увреждания, не винаги са леснодостъпни, особено в райони с недостатъчно финансиране.
- Липса на осведоменост и образование - съществена пречка за участието е липсата на образование и осведоменост относно приобщаващите спортни програми. Много училища и спортни организации може да не разполагат с обучен персонал за работа с деца с увреждания, което може да възпрепятства развитието на приобщаващи дейности.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Спорт за деца със специални нужди и участие в общността

Участието на общността в спортни програми за деца със специални нужди играе решаваща роля за създаването на приобщаваща среда, където всяко дете има възможност да участва и да се развива. Приобщаващите спортни програми гарантират, че децата с увреждания могат да участват в развлекателни, състезателни и отборни спортове заедно със своите връстници. Тези програми могат значително да подобрят социалното сближаване, да насърчат приобщаването и да изградят по-силни общности.

§ Приобщаващи спортни програми - Приобщаващите спортни програми са предназначени да отговорят на специфичните нужди на децата с увреждания, като същевременно им позволяват да участват в масови дейности. Например, деца с двигателни увреждания могат да участват в баскетбол в инвалидни колички или адаптивен тенис, докато деца с аутизъм могат да се възползват от специализирани уроци по плуване, фокусирани върху сензорната интеграция. Треньорите и инструкторите в тези програми често са обучени да модифицират дейностите, за да отговорят на индивидуалните нужди на всяко дете, като гарантират, че то може да се ангажира пълноценно с преживяването.

§ Съвместни усилия в общността - Програмите, базирани в общността, които включват местни училища, спортни клубове, здравни заведения и организации с нестопанска цел, играят ключова роля за увеличаване на достъпа до спорт за деца със специални нужди. Тези сътрудничества позволяват обединяване на ресурси, създаване на по-приобщаващи програми и обучение на обществеността за значението на приобщаването. Освен това, те предоставят на децата с увреждания възможността да се ангажират с по-широк спектър от дейности и връстници, насърчавайки по-голямо социално приобщаване.

§ Взаимодействие и подкрепа с връстници - В приобщаващите спортни програми децата със и без увреждания могат да взаимодействат и да създават приятелства, премахвайки социалните бариери. Отборните спортове, като футбол или баскетбол, позволяват на децата със специални нужди да работят заедно със своите връстници, като им помагат да изградят екипна работа, емпатия и разбирателство. Това взаимодействие с връстници е безценно за създаването на по-приемаща и подкрепяща общност, където децата се учат да ценят и празнуват различията.

§ Участие на доброволци и семейства - Родителите и семействата често са движещата сила зад спортните програми в общността за деца с увреждания. Те се застъпват за включването на децата си, помагат за координирането на събитията и предоставят емоционална подкрепа. Семействата също играят ключова роля в повишаването на осведомеността в общността, като гарантират, че другите разбират важността на включването на децата със специални нужди в развлекателните дейности.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

Спорт за деца със специални нужди и участие в общността

Няколко програми и инициативи по света успешно интегрираха деца с увреждания в обществения спорт, създавайки трайни положителни последици. Тези програми могат да служат като модели за други общности, които искат да увеличат участието в спорт на деца със специални нужди.

§ Специалните олимпийски игри - Специалните олимпийски игри са една от най-известните и успешни глобални инициативи, които подкрепят деца и възрастни с интелектуални затруднения чрез спорт. С над 5 милиона спортисти в 170 държави, Специалните олимпийски игри предоставят платформа за хора с интелектуални затруднения да се състезават в голямо разнообразие от спортове. Програмата подчертава значението на приобщаването и предоставя на спортистите възможности за социално взаимодействие, себеизразяване и овластяване. Местните програми на Специалните олимпийски игри предлагат целогодишни тренировки и състезания, позволявайки на спортистите да подобрят уменията си и да придобият увереност в способностите си.

§ Обединени спортове - Обединените спортове са програма, разработена от Специалните олимпийски игри, която обединява спортисти със и без увреждания, за да се състезават в един отбор. Този иновативен модел насърчава приобщаването и демонстрира как децата със специални нужди могат да допринесат за отборните спортове по смислен начин. Отборите на Обединените спортове често участват в състезания по футбол, баскетбол и лека атлетика, предлагайки приобщаваща среда, в която децата могат да изграждат приятелства и да развиват взаимно уважение.

§ Фестивали на адаптивните спортове - Някои общности са създали фестивали на адаптивните спортове, за да запознаят децата с широк спектър от спортни и развлекателни дейности. Тези фестивали често са еднокдневни събития, които предоставят адаптивно спортно оборудване, тренировки и възможност на децата да опитат различни дейности. Тези фестивали не само повишават осведомеността за адаптивните спортове, но и насърчават чувството за общност и насърчават семействата да се включат.





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir



Спорт за деца със специални нужди и участие в общността

- Примери за национални и международни програми/проекти
- Канадски проект за участие на хора с увреждания

1) План за изграждане на качествено участие в спорта за деца и младежи с интелектуални затруднения <https://cdpp.ca/resources-and-publications/blueprint-building-quality-participation-sport-children-and-youth> <https://cdpp.ca/sites/default/files/CDPP%20SOC%20Blueprint%20ENG.pdf>

2) План за изграждане на качествено участие в спорта за деца и младежи с разстройство от аутистичния спектър <https://cdpp.ca/resources-and-publications/blueprint-building-quality-participation-sport-children-and-youth-autism> Ø „Спорт за всички“ – Оценка на програма за физическа активност, базирана в общността, върху достъпа до масов спорт за деца с интелектуални затруднения <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9517241/>

§ Преглед на проекти, съфинансирани от ЕС Ø Име на проекта: IDEAL: Интелектуални увреждания и равни възможности за активно и дългосрочно участие в спорта (реф. N° 590514-EPP-1-2017-1-BE-SPO-SCP)

<https://erasmus-plus.ec.europa.eu/projects/search/details/590514-EPP-1-2017-1-BE-SPO-SCP> Важни резултати:

Идентифициране на най-добри практики в спортния треньорски подход за спортисти с интелектуални затруднения - перспективи на треньорите и спортистите

<https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/5c4ceffb-566b-49cd-960b-2c6cb41078b2/IDEAL%20coach%20athlete%20interview%20report-Final%20Feb1.pdf> Ø Име на проекта: Израствайте със спортни дейности – социални и равни възможности (реф. N° 603031-EPP-1-2018-1-BG-SPO-SSCPI)

Ø Име на проекта: ASporty (реф. N° 613639-EPP-1-2019-1-SI-SPO-SSCP) <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/projects/search/details/613639-EPP-1-2019-1-SI-SPO-SSCP>

Важно резултат: Брошура за мониторинг

https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/773de0d1-03e6-4480-bc69-499677aec756/ASporty_monitoring_brochure.pdf

Ø Име на проекта: Спортни тренировки за всички (реф. N° 590416-EPP-1-2017-1-BG-SPO-SCP)

<https://erasmus-plus.ec.europa.eu/projects/search/details/590416-EPP-1-2017-1-BG-SPO-SCP>

Важни резултати:

1) База данни за приобщаващи спортни практики в училища/младежки организации

2) Учебна програма ST4ALL

https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/060c1f91-d6a2-4640-8615-7441672af721/UNIT_ENG_ALL.pdf

3) Мобилен и онлайн инструмент за самооценка в помощ на треньора по масови спортове при оценяване на изучавания материал Ø Име на проекта: Подобряване на достъпа до масови спортове за хора с интелектуални затруднения (реф. N° 603103-EPP-1-2018-1-BE-SPO-SCP)

<https://erasmus-plus.ec.europa.eu/projects/search/details/603103-EPP-1-2018-1-BE-SPO-SCP>

Полезен продукт: Инструмент за картографиране на общността

https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/c33f2db5-45b5-441f-b326-d008a372b9ce/IO1_Community_Mapping_Tool.pdf



Спорт за деца със специални нужди и участие в общността

- По темата за спорта за деца със специални нужди, училищата и доставчиците на здравни услуги играят ключова роля. Училищата играят важна роля в насърчаването на участието на деца със специални нужди в спорта. Чрез включването на адаптивни програми за физическо възпитание и осигуряването на достъп до спортни съоръжения, училищата могат да осигурят приобщаваща среда, където всички деца могат да се занимават с физически дейности. Учителите по физическо възпитание и училищният персонал трябва да преминат обучение за това как да модифицират дейностите, за да се съобразят с децата с увреждания и да насърчат приобщаването.
- Доставчиците на здравни услуги, включително педиатри, физиотерапевти и ерготерапевти, могат да подкрепят деца с увреждания, като предлагат насоки за подходящи физически дейности и препоръчват програми, съобразени с нуждите на детето. Сътрудничеството между доставчиците на здравни услуги, училищата и обществените организации може да помогне да се гарантира, че децата със специални нужди имат достъп до подходящи спортни програми, които насърчават както физическото, така и психическото им здраве.
- Спортът за деца със специални нужди е важен инструмент за насърчаване на физическото здраве, социалното приобщаване и емоционалното благополучие. Участието на общността в приобщаващи спортни програми не само е от полза за участващите деца, но и укрепва общността като цяло. Чрез преодоляване на бариерите пред участието, като достъпност, стигма и финансови ограничения, можем да създадем среда, в която децата с увреждания са ценени и овластени. Чрез сътрудничество, образование и разработване на приобщаващи спортни програми, общностите могат да предоставят на всички деца възможността да изпитат радостта от спорта и многобройните ползи, които той носи.



ГЛАВА 6

СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ



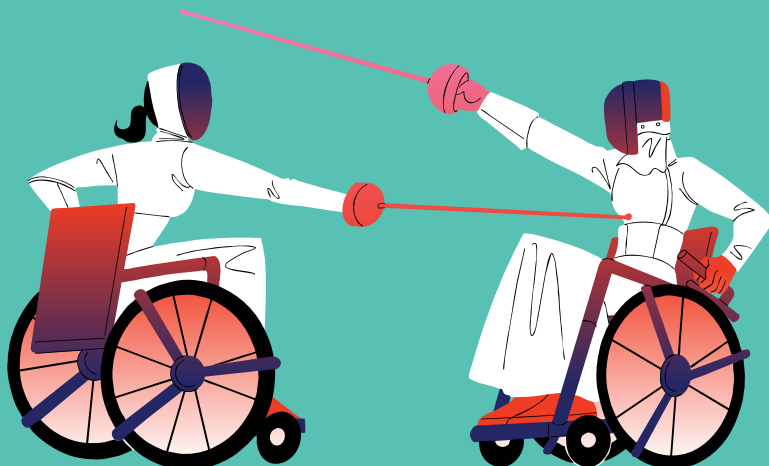
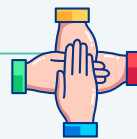
Физическите игри и дейности, предназначени за деца със специални нужди, могат да бъдат едновременно приятни и поучителни. Такива дейности могат да подобрят двигателните умения на децата, да насърчат социалните взаимодействия и да повишат самочувствието. По-долу са изброени няколко физически игри и дейности, подходящи за деца със специални нужди:



ИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

1. Игри на равновесие

Можете да помогнете на децата да подобрят уменията си за баланс и координация, като използвате дъски за баланс или подложки за баланс. Тези дейности могат да подобрят осъзнаването на тялото на децата и да укрепят мускулите им. Игрите за баланс за деца със специални нужди играят ключова роля за насърчаване на физическото им развитие, като същевременно предлагат приятни преживявания. По-долу са изброени няколко игри и дейности за баланс, които могат да бъдат подходящи за тези деца: Тези игри спомагат за подобряване на физическото развитие, координацията и уменията за концентрация. Изборът на подходящи игри за баланс за деца със специални нужди им позволява да се включат в приятни дейности, които също така насърчават растежа им. Ето някои препоръчителни игри за баланс за тези деца:



СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ



1. Навигиране върху дъска за баланс Материали: Дъска за баланс или плоска дървена дъска · Децата подобряват уменията си за баланс, като ходят върху дъска за баланс.

- Дъската трябва да бъде разположена близо до земята и трябва да се вземат подходящи мерки за безопасност.

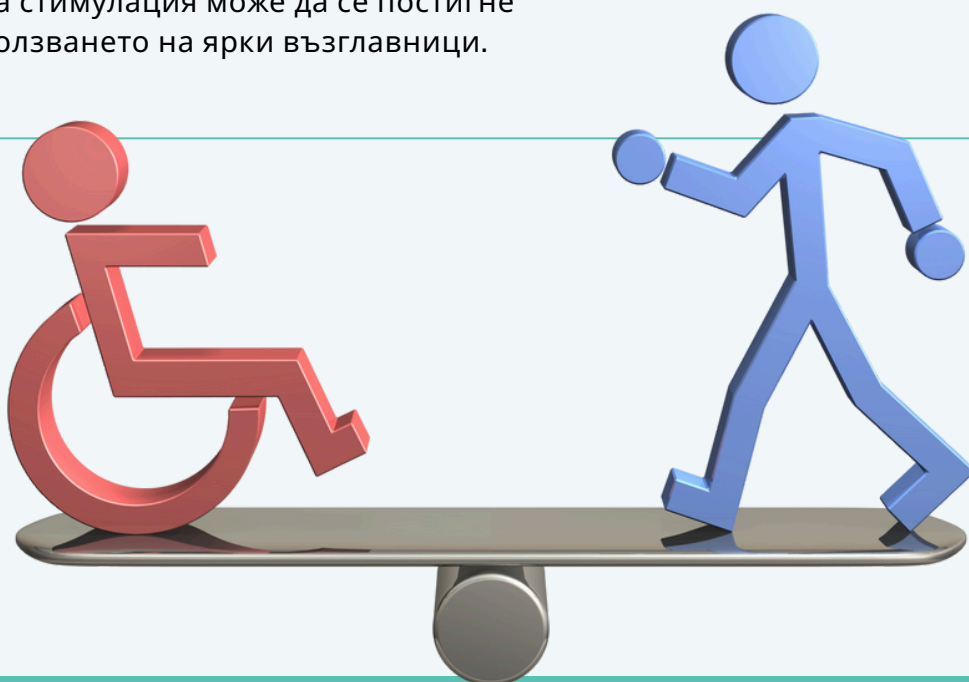
- Децата могат първоначално да получават подкрепа за държане за ръце.

Одисея на възглавници

2. Материали: Възглавници с различни размери · Пътека се образува чрез подреждане на възглавници с различни размери на земята.

- Децата се опитват да се ориентират по трасето, като балансират и скачат върху възглавници.

- Визуална стимулация може да се постигне чрез използването на ярки възглавници.



СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

3. Игра за балансиране с обръч Хула-хуп.
Материали: Обръчи Хула-хуп · Децата се опитват да се движат през обръчи хула-хуп, разположени на пода, без да се докосват до тях.

- Нивото на трудност може да се променя чрез позициониране на пръстените на различни интервали.

- Мотивацията може да се подобри чрез включване на състезателен елемент в играта.



4. Лабиринтен маршрут

Материали: Лепяща лента или шнур · Лабиринтна структура се оформя на земята с помощта на лента или въже.

- Децата се стремят да поддържат равновесие, като се ориентират в лабиринтния път.

- Трудността може да се увеличи, като в началото се включат широки пътища и се премине към тесни пътища с напредването.



СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

5. Балансиране върху топката

Материали: Големи топки за упражнения ·
Децата подобряват равновесието си, като
седят или стоят върху големи топки за
упражнения.

- Може да е необходима първоначална
подкрепа от възрастен.
- Мотивацията и фокусът могат да бъдат
подобрили чрез наблюдение на времето.



6. Предизвикателство по скачане

Материали: Дъска за скачане или мини
батут.

- Децата подобряват уменията си за
баланс и координация, като скачат на
трамплин или мини батут.
- Мерките за сигурност трябва да бъдат
установени и изпълнявани под
наблюдение.

Тези игри насърчават физическото и
психическото развитие на деца със
специални нужди, като същевременно
предлагат забавление. Безопасността
на децата трябва да бъде приоритет по
време на игра и трябва да се осигури
надзор от възрастни, когато е
необходимо.



СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

2. Водни дейности

Водата предлага обогатяващо сензорно преживяване за деца със специални нужди. Участието в дейности като водна топка, наливане на вода, игра с водни балони или плуване позволява на децата да се забавляват, като същевременно подобряват двигателните си умения.

Водните игри за деца със специални нужди могат да бъдат едновременно приятни и поучителни. Участието във водни дейности предлага сензорни преживявания, които спомагат за развитието на двигателните умения, социалното взаимодействие и себеизразяването. По-долу са дадени някои предложения за водни игри за деца със специални нужди:





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

1. Ярки водни балони

Материали:

· Балони с вода · Боя за храна · Голяма кофа или леген Как да се включите в играта:

1. Напълнете водните балони с хранителни оцветители в желаните от вас цветове.
2. Поставете балоните в кофа или басейн.
3. Децата могат да спукат балоните и да наблюдават как оцветената вода се разпръсква – това представлява отлична възможност за сензорно изследване.

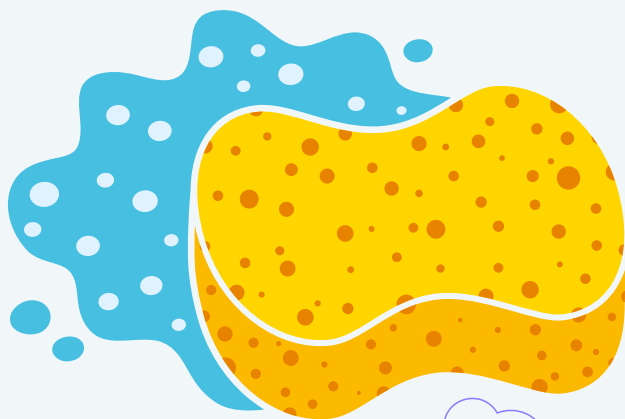


2. Щафетно състезание с гъбена вода

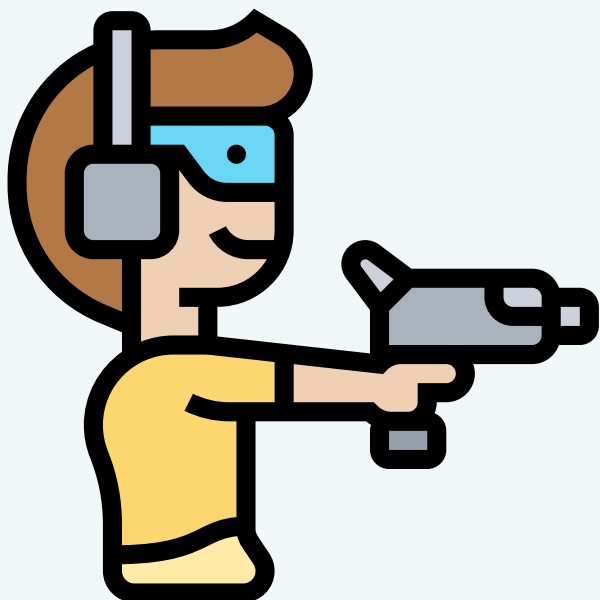
Материали:

· Обширни гъби · Две кофи (едната пълна с вода, другата празна) Как да се включите в играта:

1. Децата напояват гъбата с вода от кофата.
2. Хванете гъбата с ръце, пренесете водата в другата кофа и я излейте.
3. Детето, което може да пренесе най-много вода, излиза победител.



СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ



3. Прецизна стрелба с воден пистолет Материали:

· Водни пистолети · Пластмасови чаши или леки обективи Как да се включите в играта:

1. Подредете пластмасови чаши или мишени в редица.

2. Децата се опитват да поразяват мишени с водни пистолети.

3. Тази игра има потенциал да подобри координацията между ръцете и очите и уменията за внимание.

4. Лов на водни съкровища

Материали:

· Компактни водоустойчиви играчки или предмети · Голям воден басейн или компактен басейн Как да се включите в играта:

1. Потопете малки играчки или предмети във водата.

2. Децата се стремят да откриват предмети, като се впускат в търсене на съкровища с ръце, потопени във водата.

3. За всеки открит предмет може да бъде присъдена награда.



СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

5. Взаимодействие с балончета

Материали:

·Комплект за изработка на балони от пяна ·Разтвор от сапун и вода Как да се включите в играта:

1. Децата създават свои собствени балони, използвайки комплекта за изработка на балони от пяна.
2. Хващането или пукането на балони може да бъде едновременно приятно и поучително.

Тези игри могат да помогнат на децата със специални нужди да се забавляват, докато развиват различни умения. Важно е да се направят необходимите адаптации по време на играта, за да се съобразят с изискванията на всяко дете. Осигуряването на забавна и безопасна среда е от решаващо значение.



СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

3. Курсове с предизвикателства

Можете да мотивирате децата да подобрят както физическите, така и умствените си способности, като създадете прости писти с препятствия у дома или на открито. Тези писти могат да включват дейности като катерене, скачане и пълзене.

Дейностите с препятствия, предназначени за деца със специални нужди, целят да подобрят тяхното физическо и когнитивно развитие. Тези дейности могат да насърчат социалните взаимодействия, да засилят самочувствието и да усъвършенстват двигателните умения. По-долу са дадени няколко примера за дейности с препятствия, подходящи за деца със специални нужди:



1. Сензорно изследване

Цел: Подобряване на сензорната осъзнатост и двигателните умения.

Материали:

· Килими с различни текстури (пясък, трева, пяна) · Цветни ленти и прегради ·

Разнообразие от аромати (мента, лавандула) Описание на дейността: Децата подобряват сензорната си възприятост, докато преминават по пътека, изработена с разнообразни текстури и аромати. Разнообразие от препятствия насърчава физическата активност, насърчавайки движения като скачане, пълзене и катерене.



СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

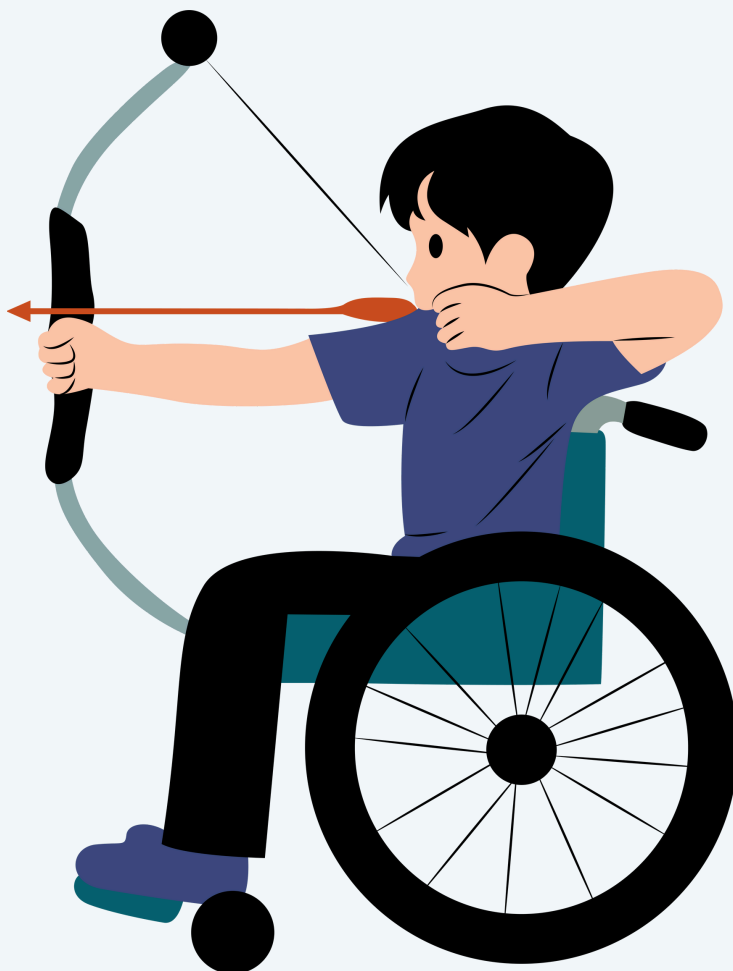
2. Прецизна стрелба

Цел: Подобряване на координацията око-ръка.

Материали:

- Цветни пръстени или сфери
- Кошници или обръчи, определени като мишени

Описание на дейността: Децата насочват топки или пръстени към мишени от определено разстояние. Тази дейност подобрява координацията между ръцете и очите и насърчава вниманието и концентрацията.



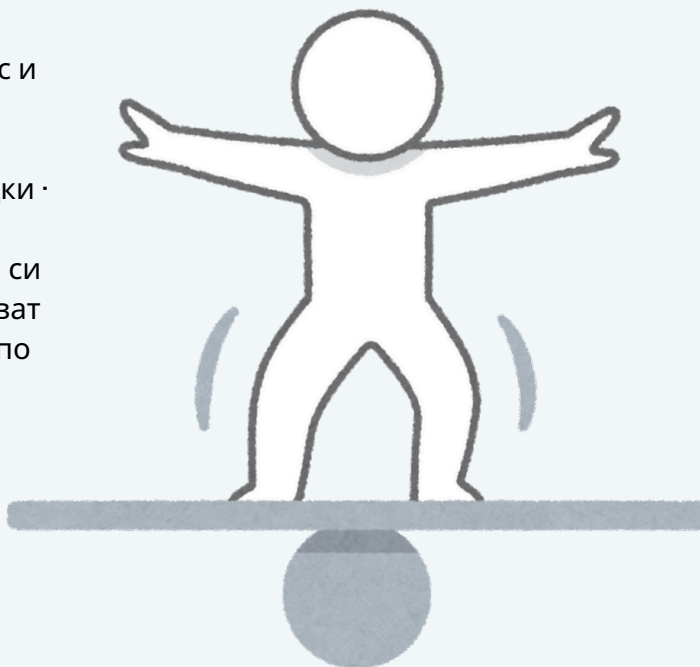
3. Монитор на равновесието

Цел: Подобряване на уменията за баланс и координация.

Материали:

- Балансиращи дъски или ниски успоредки
- Плюшени възглавници

Описание на дейността: Децата подобряват уменията си за баланс и координация, като преминават по балансиращата дъска или се движат по успоредките. Осигурени са меки възглавници, за да се гарантира безопасността в случай на падане.



ИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

4. Хроматичен лабиринт

Цел: Да се развият умения за решаване на проблеми и ориентиране.

Материали:

- Цветен картон или тиксо
- Указатели и насоки

Описание на дейността: Децата участват в навигационни задачи в лабиринт, изграден от цветен картон. Конкретни подсказки и указания подтикват детето да използва умения за решаване на проблеми.



5. Музикален съпровод

Цел: Култивиране на ритмично осъзнаване и социална ангажираност.

Материали:

- Различни ударни инструменти (маракаси, барабани, чинели)
- Основни хореографии, поставени на музика

Описание на дейността: Децата се занимават с основни танцови движения, докато свирят на музика с ритмични инструменти. Тази дейност е приятна и насърчава значително социално взаимодействие.

Тези примери за дейности могат да помогнат на деца със специални нужди да развият редица умения в забавна и подкрепяща среда. Всяка дейност трябва да бъде съобразена с индивидуалните нужди и способности на децата.

СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

4. Танцови и ритъм дейности Активирайте музиката и поканете децата да танцуват. Прости инструменти като барабани или чинели могат да се използват за култивиране на чувство за ритъм. Танците и музиката служат като отлични средства за изразяване на себе си у децата. Тези дейности са особено полезни за емоционалното, социалното и физическото развитие на децата със специални нужди. Те дават възможност на децата да изразяват чувствата си, повишават самочувствието им и насърчават социалните умения.

Танцови събития

1. Разказвателен танц Това е забавна дейност, която позволява на децата да изразят своите емоции и мисли. С развитието на историята децата се превъплъщават в героите и танцуват. Тази дейност насърчава тяхната креативност и подобрява езиковите им способности.

2. Ритмично движение Децата се движат в хармония с музиката, реагирайки на различни ритми. Тази дейност подобрява чувството им за ритъм и укрепва двигателните им умения.

3. Свобода. Децата танцуват свободно на музика, дейност, която улеснява себеизразяването и облекчава стреса.



СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

Ритмични дейности

Барабани и ударни инструменти Децата придобиват умения за работа в екип и сътрудничество, като се занимават с прости ритмични дейности, използвайки барабани и други ударни инструменти. Тази практика подобрява слуховото им възприятие и координацията между ръцете и очите.

2. Соматична перкусия Децата генерират ритъм чрез пляскане с ръце, тропане с крака или използване на тялото си. Тази дейност подобрява телесната им осъзнатост и култивира чувството им за ритъм.

3. Ритмични игри Децата обичат да участват в прости ритмични игри. Например, те могат да подобрят ритмичните си способности, като си подхвърлят топка по ритмичен начин.

Предимства на събитията · Емоционално развитие: Децата развиват способността да изразяват и регулират емоциите си.

· Социални умения: Груповите дейности дават възможност на децата да общуват и да си сътрудничат със своите връстници.

· Физическо развитие: Танците и ритъмът подобряват двигателните умения, гъвкавостта и координацията на децата.

· Самочувствие: Чувството за постижение повишава самочувствието на децата.

Тези танцови и ритмични занимания, предназначени за деца със специални нужди, насърчават цялостното им развитие и подобряват ежедневните им умения. Чрез тези приятни и образователни преживявания децата не само учат, но и се забавляват.



ИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

5. Спортни дейности

Участието в прости игри с топка с големи, меки топки или балони може ефективно да подобри координацията между ръцете и очите. Освен това, тези дейности насърчават работата в екип и уменията за споделяне сред децата.

Игрите с топка, предназначени за деца със специални нужди, могат да улеснят развитието както на физически, така и на социални умения. По-долу са дадени няколко примера за игри с топка, които могат да бъдат подходящи за тези деца:

1. Материали за трансфер на цветни сфери:

- Малки сфери с различни нюанси
- Две кошници или контейнери
- Как да се включите в играта:
- Инструктирайте децата да прехвърлят топки с определен цвят от една кутия в друга в рамките на определен период от време.
- Тази игра насърчава развитието на уменията за разпознаване на цветовете и внимание.



2. Удряне на целта с топката

- Материали:
- Софтболни топки
 - Пластмасови чаши или конуси
 - Как да се включите в играта:
 - Поставете чашите или конусите на разстояние едно от друго и инструктирайте децата да ги съборят с помощта на топки.
 - Тази игра подобрява координацията между ръцете и очите и баланса.

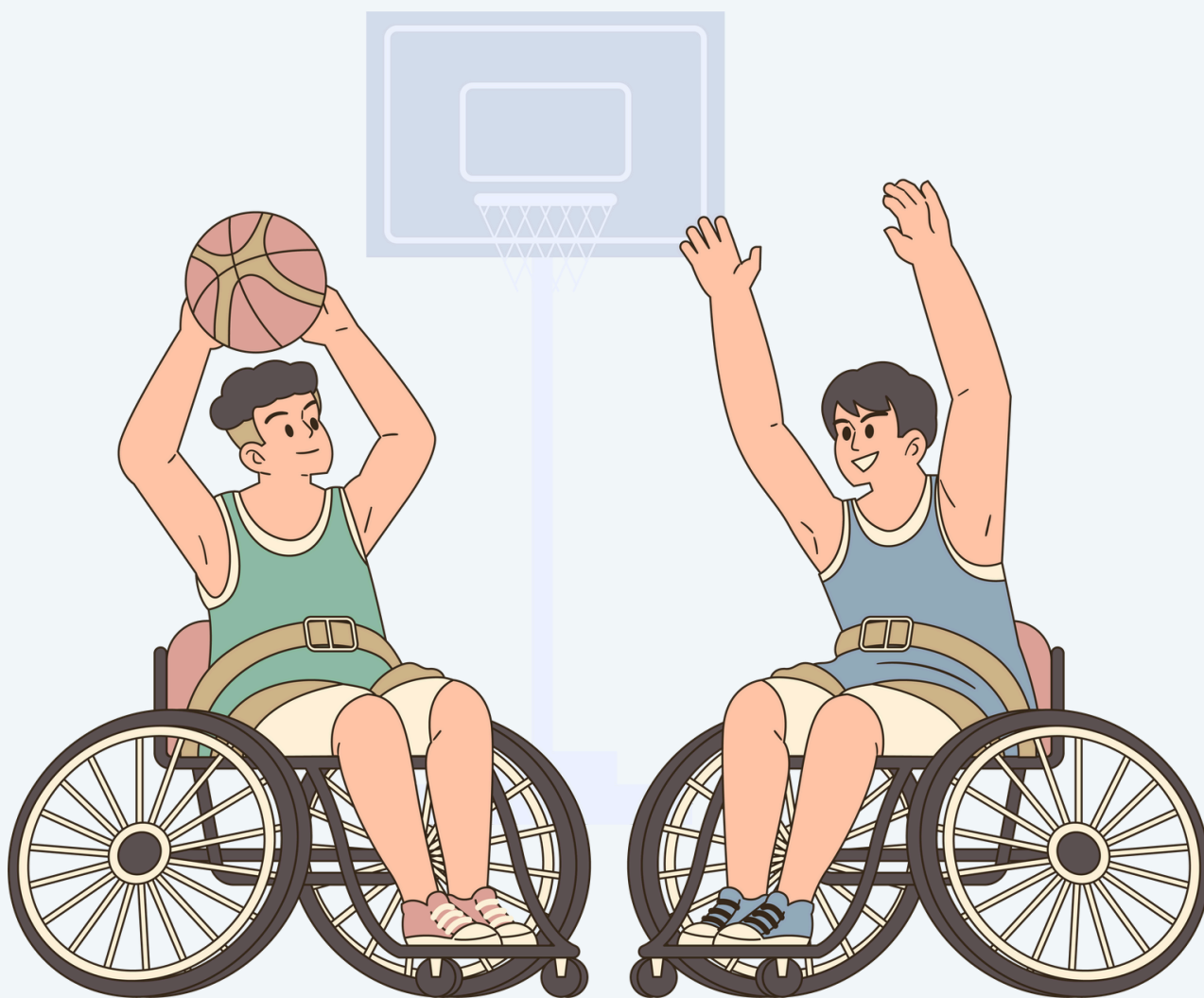
3. Материали за сензорни басейни с топки:

- Сензорни топки, предлагани в различни размери и текстури
- Голям пластмасов басейн
- Как да се включите в играта:
- Децата трябва да влизат в басейна и да си играят с топките. Разнообразните текстури и размери насърчават тактилното възприятие и подобряват двигателните умения.

СИДЕИ ЗА ДЕЈНОСТИ И ИГРИ

4. Създаване на разказ със сфера Материали:

- Голяма сфера Как да се включите в играта:
- Децата се събират в кръг и се редуват да си хвърлят топката. Когато всяко дете хване топката, то допринася с изречение, за да изгради съвместно история.
- Тази игра е отлична за подобряване на езиковите и комуникативните умения.



5. Сферичен спринт

Материали:

- Голяма и лека сфера · Пътека с препятствия (конуси, въжета и др.) Как да се включите в играта:

- Насърчавайте децата да търкалят топката по пистата. Тази дейност насърчава развитието на координацията и уменията за двигателно планиране.

Тези игри помагат на деца със специални нужди да развият различни умения, като същевременно насърчават забавна и социална атмосфера. Нивата на трудност на игрите трябва да бъдат съобразени с уникалните нужди и способности на всяко дете.



Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ



6. Йога или упражнения за гъвкавост

Йога и основни упражнения за разтягане могат да подобрят гъвкавостта на децата и да насърчат релаксацията. Децата могат да бъдат инструктирани в кратки йога пози или разтягания, подходящи за тяхната възраст.

Йогата и стречингът предлагат значителни физически и психически ползи за деца със специални нужди. Тези практики могат да подобрят осъзнаването на тялото, да подобрят гъвкавостта и да облекчат стреса. По-долу са дадени някои предложения за йога и стречинг пози за деца със специални нужди:

Йога пози

1. Поза на дървото (Врикшасана)

·Как да се прави: Децата стоят на единия крак, поставяйки стъпалата си върху вътрешната страна на бедрото на противоположния крак. Те повдигат ръцете си над главата, за да поддържат равновесие.

·Ползи: Подобрява баланса и изостря фокуса.

2. Поза Котка-Крава (Марджарясана-Битиласана)

·Как да се прави: Децата застават на четири крака и докато вдишват, повдигат главите си и извиват гърба си (поза крава). При издишване спускат главите си и извиват гърба си (поза котка).

·Ползи: Облекчава напрежението в гръбначния стълб и намалява стреса.

3. Поза на детето (Баласана)

·Как да се прави: Децата коленичат и се навеждат напред с изпънати ръце.

·Ползи: Тази поза насърчава релаксацията и осигурява почивка на тялото.

1. Техники за разтягане

Странично разтягане · Как се прави: Децата стоят и се навеждат настрани, като повдигат едната си ръка. Повторете с противоположната ръка.

·Ползи: Подобрява страничната мускулна гъвкавост и подобрява мобилността на торса.

2. Докосване на пръстите на краката

·Как да се прави: Децата стават и се навеждат напред, опитвайки се да докоснат пръстите на краката си.

·Ползи: Разтяга мускулите на задния крак и облекчава напрежението в мускулите на задната бедрена става.

3. Въртене на рамото

·Как да се прави: Децата повдигат раменете си, завъртат ги назад и след това ги завъртат още веднъж напред.

· Предимства: Облекчава напрежението в раменете и подобрява гъвкавостта на горната част на тялото.

СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ



Препоръки

- Безопасна среда: Сигурното пространство за упражнения улеснява децата да се движат удобно и да поддържат концентрация.
- Поддържащи пози: Важно е позите да се променят, за да се съобразят с физическите увреждания на децата. При необходимост могат да се използват поддържащи материали, като възглавници или блокчета.
- Засилване на удоволствието: Увеличете удоволствието от упражненията, като ги интегрирате с игри, като например имитиране на животински звуци.
- Поддържайте времето кратко: Продължителността на вниманието на децата може да варира. Може да е по-изгодно да планирате кратки и въздействащи сесии. Тези йога и стречинг упражнения могат да помогнат на деца със специални нужди да се забавляват, като същевременно насърчават физическото и психическото си благополучие.

СИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

7. Иновативен театър

Ангажирането на децата в разказване на истории или творчески драматични дейности насърчава както физическото движение, така и въображаемото мислене. Преживяването може да бъде обогатено чрез включване на костюми или основни реквизити.

Творческата драма служи като отлична среда за децата, за да изразят мислите си, да развият социални умения и да впрегнат въображението си. Дейностите в творческата драма могат да бъдат специално пригодени за деца със специални потребности, за да се подобри ангажираността им и да се улесни учебният им процес. По-долу са дадени няколко примера за такива дейности:



ИДЕИ ЗА ДЕЙНОСТИ И ИГРИ

Карнавал на емоциите

Цел: Децата трябва да могат да разпознават и изразяват различни емоции.

Дейност:

- Децата седят в кръг.
- Всяко дете се редува да изразява името на емоция (щастие, тъга, изненада и др.).
- Други деца изразяват тази емоция чрез езика на тялото и изражението на лицето.
- Впоследствие те се опитват да идентифицират емоцията.

Разказвателен театър

Цел: Да се подобрят комуникативните умения чрез разказване на истории.

Дейност:

- Инструкторът избира или изготвя директен разказ.
- Разказът е сегментиран на различни герои, в които участват децата.
- Всяко дете поема ролята на герой.
- В целия разказ децата въплъщават израженията и движенията на своите герои.

Невербална комуникация и движение

Цел: Да се подобри осъзнаването на тялото и двигателните умения на децата.

Дейност:

- Дресьорът изпълнява движения, които имитират различни животни или предмети.
- Чрез многократно изпълнение на тези движения, децата разкриват идентичността на животното или предмета.
- Като алтернатива, децата създават свои собствени движения, докато други се опитват да отгатнат какво означават тези движения.

Сензорно изследване

Цел: Да се подобри сензорната осъзнатост и да се затвърдят връзките между сетивата.

Дейност:

- Сглобяват се материали с разнообразни текстури, звуци и аромати (пясък, вода, мостри от платове, музикални инструменти и др.).
- Децата взаимодействат с тези материали.
- Споделя чувства и мисли относно всеки материал с групата.

Игра на въображението

Цел: Да се насърчи въображаемостта и творческото мислене.

Дейност:

- Определя се тема или сценарий (изследване на космоса, ден в гора и др.).
- Децата развиват свои собствени герои и разкази в рамките на определен сценарий.
- Всяко дете се редува да споделя своя разказ, като по този начин създава колективна история.



Тези дейности насърчават социалното, емоционалното и когнитивното развитие на децата със специални нужди. Създаването на забавна и приобщаваща среда насърчава комфорта и активното участие в дейностите.

Тези дейности могат да бъдат съобразени с индивидуалните нужди на децата. Важно е да се признае, че всяко дете е уникално и ще напредва със собствено темпо. Следователно е жизненоважно да се проявява търпение и да се предоставя подкрепа, когато се мотивират децата да се ангажират.



Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

4. ЦЕЛЕВИ ГРУПИ

- Семейства с деца с увреждания
- Учители и преподаватели
- Специалисти по специално образование
- Местни спортни организации





Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir

5. ЛОГО И ОТКАЗ ОТ ОТГОВОРНОСТ НА ЕРАЗМУС+

Законово е задължително да се използва предвиденото лого и отказ от отговорност. Логото, което ще се използва, е достъпно и в акаунта на Project Google Drive:



Avrupa Birliği tarafından
ortak finanse edilmektedir



Funded by
the European Union

Следното предупреждение за отказ от отговорност трябва да се добави към вътрешните страници на публикации или проучвания, свързани с проекти, финансирани по програма „Еразъм+“:

„Подкрепата на Европейската комисия за изготвянето на тази публикация не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено гледните точки на авторите, и Комисията не може да носи отговорност за каквато и да е употреба на съдържащата се в нея информация.“

За повече инструкции и насоки:

https://eacea.ec.europa.eu/about-eacea/visual-identity-and-logos-eacea/erasmus-visual-identity-and-logos_en

Има няколко начина за създаване и поддържане на разпознаваема идентичност за проектите. Това може да се постигне, когато всички партньори приемат и използват едно и също лого, цветове, шрифтове, шаблони и др. по последователен начин.

Логото, създадено за нашия проект, е следното;