Załącznik nr 4

**Warsztaty „Inkluzja w Edukacji Fizycznej na Politechnice Krakowskiej: Wspieranie Różnorodności"**

Cel warsztatów:

* Zwiększenie świadomości nauczycieli akademickich na temat inkluzji w kontekście edukacji fizycznej.
* Dostarczenie narzędzi i strategii wspierających różnorodność w grupie studenckiej.
* Tworzenie środowiska nauczania sprzyjającego uczestnictwu osób o różnych umiejętnościach fizycznych.

**I. Wprowadzenie (15 minut):**

Powitanie i przedstawienie celów warsztatów.

Krótka prezentacja pojęcia inkluzji w edukacji fizycznej.

Omówienie znaczenia inkluzji na uczelni technicznej.

**II. Teoria inkluzji w edukacji fizycznej (20 minut):**

Wyjaśnienie podstawowych koncepcji związanych z inkluzją.

Przedstawienie korzyści inkluzji dla studentów i społeczności akademickiej.

Omówienie wyzwań związanych z inkluzją w kontekście edukacji fizycznej.

**III. Studium przypadku: Inkluzja na Politechnice Krakowskiej (15 minut):**

Przedstawienie konkretnych działań i programów wspierających inkluzję na uczelni.

Podzielenie się dobrymi praktykami i sukcesami w zakresie inkluzji w edukacji fizycznej.

Dobrą praktyką wspierającą inkluzję w edukacji fizycznej na uczelni może być:

"Program Mentorów Sportowych dla Studentów"

**Opis praktyki:**

Politechnika Krakowska może wprowadzić program mentorów sportowych, którzy będą specjalnie przeszkoleni do pracy z różnorodnymi umiejętnościami fizycznymi studentów. Program ten może obejmować następujące elementy:

1. Szkolenie Mentorów:

Przeszkolenie studentów-mentorów z zakresu inkluzji, różnych umiejętności fizycznych i specjalnych potrzeb. Zapewnienie wiedzy na temat różnych narzędzi i dostosowań, które mogą być stosowane na zajęciach edukacji fizycznej.

1. Dobór Mentorów i Studentów:

Systematyczny dobór studentów-mentorów z różnych kierunków studiów, aby odzwierciedlić różnorodność społeczności akademickiej.

Dobieranie studentów z różnymi umiejętnościami sportowymi do programu, aby zwiększyć różnorodność grupy.

1. Indywidualne Planowanie Działań:

Opracowanie indywidualnych planów zajęć dla studentów z uwzględnieniem ich umiejętności i potrzeb. Stała komunikacja między mentorem a studentem w celu monitorowania postępów i dostosowywania planów.

1. Integracja na Zajęciach Grupowych:

Zachęcanie studentów do uczestnictwa w zajęciach grupowych edukacji fizycznej.

Dostosowywanie ćwiczeń i aktywności do umiejętności uczestników.

1. Wydarzenia Integracyjne:

Organizacja regularnych wydarzeń integracyjnych, np. zawodów sportowych, festynów czy akcji charytatywnych. Zapewnienie, że wydarzenia te są dostępne i dostosowane dla wszystkich studentów.

1. Sukces praktyki:

Zwiększone uczestnictwo: Program mentorów przyczynił się do znacznego zwiększenia uczestnictwa studentów z różnymi umiejętnościami w zajęciach edukacji fizycznej.

Poprawa zdrowia psychicznego i fizycznego: Studenci z doświadczeniem w programie mentorów zgłaszają poprawę ogólnego samopoczucia, zarówno psychicznego, jak i fizycznego, dzięki uczestnictwu w zajęciach sportowych. Atmosfera wspierająca: Program stworzył atmosferę wsparcia i zrozumienia wśród społeczności akademickiej, co przyczyniło się do bardziej inkludującego środowiska na uczelni.

**IV. Praktyczne narzędzia i strategie (25 minut):**

Omówienie praktycznych narzędzi, które wspierają inkluzję w edukacji fizycznej.

Przykłady praktycznych narzędzi, które mogą wspierać inkluzję w edukacji fizycznej:

1. Tablice dostosowań i planów zajęć:

Opis: Na początku semestru każdy student o specjalnych potrzebach fizycznych lub preferencjach może otrzymać dostosowaną tablicę planu zajęć. Ta tablica zawierać będzie dostosowania do standardowych ćwiczeń, alternatywne aktywności, i inne informacje istotne dla studenta.

Korzyści: Umożliwia to szybkie i łatwe dostosowanie planu zajęć do indywidualnych potrzeb każdego uczestnika. Studenci mogą się łatwo orientować w planie i wiedzieć, co mogą oczekiwać na każdym zajęciu.

1. Technologia wspomagająca: Aplikacje i platformy online:

Opis: Wykorzystanie aplikacji i platform online, które umożliwiają dostęp do zasobów edukacyjnych i treningowych. Na przykład, platformy oferujące wirtualne instrukcje fitness, dostosowane do różnych poziomów umiejętności, a także opcje dostosowane dla osób z różnymi umiejętnościami fizycznymi.

Korzyści: Umożliwia to studentom dostęp do treningów i aktywności fizycznych w dowolnym miejscu i czasie, dostosowanych do ich indywidualnych możliwości. Platformy te mogą również zawierać narzędzia do śledzenia postępów, motywowania i dostosowywania treningów do zmieniających się potrzeb.

Oba te narzędzia mają na celu zwiększenie dostępności i dostosowania zajęć do indywidualnych umiejętności i potrzeb studentów, co przyczynia się do bardziej inkludującego środowiska w edukacji fizycznej.

Przedstawienie strategii dostosowywania zajęć do różnych umiejętności i potrzeb studentów.

Demonstracja dostępnych pomocy technicznych i technologii wspomagających nauczanie.

**V. Warsztat praktyczny - Ćwiczenia praktyczne (15 minut):**

Dzielenie uczestników na grupy.

Przeprowadzenie krótkich ćwiczeń praktycznych, które pozwolą doświadczyć różnych perspektyw i umiejętności. Oto dwie propozycje krótkich ćwiczeń praktycznych, które pozwolą doświadczyć różnych perspektyw i umiejętności w kontekście warsztatów dla dydaktyków na temat inkluzji w edukacji fizycznej:

1. "Zrozumienie Ograniczeń" - Symulacja Ruchu z Ograniczeniami:

Cel: Umożliwienie uczestnikom doświadczenia, jakie wyzwania mogą napotykać studenci z ograniczeniami ruchowymi.

Przebieg:

Poproś uczestników o wybranie jednej z trzech grup: grupa bez ograniczeń, grupa z chwilowymi ograniczeniami (np. zawiązane oczy lub związane nogi) i grupa z trwałymi ograniczeniami (np. korzystająca z wózka inwalidzkiego).

Przeprowadź krótkie ćwiczenie ruchowe, np. przejście krótkiego dystansu, rozwiązanie prostego zadania lub uczestnictwo w zabawie sportowej.

Po ćwiczeniu przeprowadź krótką dyskusję, w której uczestnicy podzielą się swoimi doświadczeniami i refleksjami.

1. "Współpraca w Aktywności Grupowej" - Budowanie Mostu Współpracy:

Cel: Zaznaczenie roli współpracy i komunikacji w inkludującym środowisku.

Przebieg:

Podziel uczestników na grupy i poproś każdą z nich o zbudowanie mostu z dostępnych materiałów (np. kartonów, kawałków drewna).

Jednakże, jedna osoba z każdej grupy ma ograniczone możliwości ruchowe, np. mogą mieć zawiązane oczy lub mogą korzystać z krzesła na kółkach.

Zadaniem grupy jest skonstruowanie mostu, który pozwoli tej osobie pokonać pewną trasę.

Po zakończeniu ćwiczenia przeprowadź krótką dyskusję na temat doświadczeń i odkryć grupy w zakresie współpracy, komunikacji i adaptacji do różnych umiejętności.

Te ćwiczenia pomogą uczestnikom zobaczyć, jak różne umiejętności i perspektywy wpływają na uczestnictwo w aktywnościach fizycznych, a także podkreślą znaczenie współpracy i zrozumienia w inkludującym środowisku.

Dyskusja na temat wniosków i refleksji z ćwiczeń.

**VI. Podsumowanie i dyskusja (10 minut):**

Krótka prezentacja głównych punktów warsztatów.

Otwarta dyskusja, pytania i wymiana doświadczeń.

Zachęta do kontynuacji dialogu na temat inkluzji na uczelni.

Warsztaty powinny być interaktywne, angażujące uczestników i skupiające się na praktycznych aspektach inkluzji w kontekście edukacji fizycznej na Politechnice Krakowskiej.