



IDRÆTSCERTIFICERING

af botilbud, dagtilbud og aktivitetscentre
for mennesker med udviklingshandicap

Få idræt, leg og bevægelsesglæde ind i hverdagen!



**PARASPORT
DANMARK**



VIA University
College

Idrætscertificering af botilbud, dagtilbud og aktivitetscentre for mennesker med udviklingshandicap

Målet med en idrætscertificering er at skabe større fokus på idræt, leg og bevægelse på de kommunale og regionale botilbud, dagbeskæftigelsestilbud og aktivitetscentre, hvor der er mennesker med udviklingshandicap (I teksten herefter omtalt som tilbud/tilbuddet).

Det øgede fokus på bevægelsesglæde og en fysisk aktiv hverdag, påvirker borgerens trivsel og sundhed positivt, som igen kan styrke borgernes kropslige selvhjulpethed. Idrætscertificeringen af tilbuddet og personalegruppen styrker muligheden for og inspirerer til at inddrage kroppen i hverdagspædagogikken på tilbuddet.

Afsættet for idrætscertificeringen er pædagogisk idræt, aktivitetstilpasning og bevægelsesglæde.

Medarbejderne får viden og værktøjer til at højne borgernes fysiske aktivitetsniveau og deltagelse.

Borgerne får her igennem øget trivsel, mere bevægelsesglæde og øget fællesskab med andre borgere.

Idrætscertificeringen markerer, at netop dette tilbud har en idrætsprofil, hvor personale og ledelse anvender pædagogisk idræt, leg og bevægelse i det daglige arbejde.

Parasport Danmark og VIA University College (VIA UC) har sammen udviklet forløbet for idrætscertificering af tilbud, hvor der er mennesker med udviklingshandicap.





Hvilken betydning har en idrætscertificering for borgere, medarbejdere og ledere på tilbuddet?

Betydning for borgere

En idrætscertificering af tilbud kan øge borgernes trivsel og sundhed gennem øget bevægelsesglæde, og en mere aktiv hverdag med fagligt stærke og motiverende ansatte. Borgere bliver motiveret til at deltage i bevægelsesaktiviteter i dag- og aften timer. Der tages højde for diversiteten i borgergruppen, og forløbet tilpasses både borgere med de sværeste funktionsnedsættelser som borgere med mindre funktionsnedsættelser. Borgere, som er motiverede herfor, kan på sigt deltage i et foreningstilbud, med den støtte den enkelte eventuelt har brug for.

Betydning for medarbejdergruppen

Medarbejdergruppen får et kompetenceløft gennem et uddannelsesforløb med fokus på pædagogisk idræt, aktivitetstilpasning og bevægelsesglæde. I certificeringen arbejder medarbejderne målrettet med både den pædagogiske og idrætslige faglighed, med medarbej-

dernes værdier og erfaringer samt arbejdspladsens bevægelseskultur. Medarbejderne skal via oplevelser på egen krop udvælge og udvikle egnede og formålsbestemte bevægelsesaktiviteter, der støtter de enkelte borgers trivsel og tilbuddets grundlæggende arbejde for trykke, kropslige fællesskaber.

Betydning for ledelsen

I forløbet er ledelsen meget central, da de har ansvar for udvikling af bevægelseskulturen på tilbuddet. Ledergruppen har en opgave i forhold til at motivere den samlede medarbejdergruppe, og ledelsen kan arbejde proaktivt omkring blandt andet ressourcetilpasning og arbejdsplanlægning. Det er vigtigt, at lederne hjælper alle medarbejdere med at finde deres rolle i en pædagogisk idræts hverdag og understøtter arbejdet med at skabe det fælles værdigrundlag og sprog for idrætscertificeringen.



Indhold og krav

Idrætscertificeringen indeholder:

- 4 moduler a 5 timer. Hvert modul kombinerer teori og praksis.
- Parasport Danmark bidrager herudover med konsulentsparring til aktiviteter og dialog med foreningslivet undervejs og efter certificeringsforløbet.

Krav til tilbuddet

- Tilbuddet stiller lokaler og forplejning til rådighed på kursusmodulerne.
- Mindst halvdelen af medarbejderne skal deltage i det samlede undervisningsforløb for, at tilbuddet kan blive idrætscertificeret. Det påhviler lederne af tilbuddet at sikre, at også de medarbejdere, der ikke har deltaget i undervisningsforløbet, bliver inddraget i de nye vaner og rutiner som idrætscertificeringen medfører.
- Der skal være ledelsesrepræsentation til stede på alle undervisningsmoduler.

Prisen for idrætscertificeringen er kr. 42.000. og dækker op til 25 deltagere. Parasport Danmark og VIA UC anbefaler, at der deltager flest mulige medarbejdere. Ønsker tilbuddet flere end 25 deltagere på et enkelt forløb koster idrætscertificeringen kr. 58.000.

Ønsker en kommune flere tilbud certificeret kan der aftales et samlet forløb og pris.

Retningslinjer for idrætscertificeringen

Idrætscertificeringen gælder for 3 år ad gangen.

Ønsker tilbuddet at blive recertificeret skal det overfor Parasport Danmark og VIA UC redegøre for tilbuddets bevægelses- og idrætsprofil. Det omfatter bl.a. at redegøre for, hvordan og i hvilket omfang medarbejdere og ledelse anvender pædagogisk idræt, leg og bevægelse i det daglige arbejde på tilbuddet. Dette sker efter tre år på et møde med både medarbejder- og ledelsesrepræsentation samt Parasport Danmark og VIA UC.

Hvis Parasport Danmark og VIA UC vurderer, at der er behov for enten et opfølgende kursus for nye medarbejdere, fx grundet stor medarbejderudskiftning, eller en opfølgende temadag, indgår det som en del af aftalen om en ny treårig idrætscertificering. Parasport Danmark og VIA UC udarbejder en aftale med det enkelte tilbud, hvor forløbet præciseres ud fra det enkelte tilbuds behov.

I det omfang at tilbuddet har arbejdet struktureret med sin idrætscertificering og har fået skabt stor fokus i hverdagen på pædagogisk idræt, leg og bevægelse er det muligt at blive recertificeret uden yderligere omkostninger. Det vil forudsætte et stadig stort fokus på pædagogisk idræt, aktivitetstilpasning og bevægelsesglæde.

Forventninger til et idrætscertificeret tilbud

Da tilbuddene for mennesker med udviklingshandicap er kendetegnet ved stor forskellighed, er der forventninger – frem for entydige krav – til hvad tilbuddet igangsætter og implementerer i en aktiv hverdag for borgere og medarbejdere. Der er forventning til idræts- og bevægelsesaktiviteter, til de fysiske rammer og til samspil med idrætsforeninger.

Forventninger til idræts-, leg- og bevægelsesaktiviteter

Tilbuddet skal udbyde et alsidigt udsnit af idræts-, leg- og bevægelsesaktiviteter for hele borgergruppen.

- Borgerne skal have mulighed for et dagligt tilbud om bevægelse i bredeste forstand, ligesom borgere ugentligt skal have et tilbud om bevægelse sammen med andre. Denne hverdagsbevægelse kan indtænkes i dagligdagens øvrige aktiviteter eksempelvis gå eller cykle til indkøb.
- Den gruppe af borgere, der fysisk og kognitivt har muligheden for det, skal ugentligt have mulighed for at deltage i reelle idræt-/bevægelsesaktiviteter, fælles idrætsdage samt et eventuelt årligt idrætsevent enten på stedet eller ude af huset.
- Borgere, der har kognitive forudsætninger herfor, kan med fordel deltage i planlægning af aktiviteter.

Forventninger til fysiske rammer

- Tilbuddet skal have faciliteter til idræt, leg og bevægelse til rådighed inde og ude eksempelvis bevægelsessal/fællesrum, brug af gangarealer, adgang til stier, græsarealer og/eller skov.
- Tilbuddet skal have alsidigt udstyr og rekvisitter, som passer til borgernes behov. Det kan være fx forskelligartede cykler, havespil og forskellige typer af boldspil. Det er vigtigt, at rekvisitter og udstyr er synlige og tilgængelige for såvel medarbejdere som borgere, ligesom faciliteter, gange og lokaler skal indrettes og invitere til idræt, leg og bevægelse.

Forventninger til samspil med idrætsforeninger

- For nogle borgere er idrætsforeningen en oplagt arena på kort eller lang sigt. Tilvænningen til en aktiv hverdag udvikles gradvist og understøttes af medarbejdergruppen på tilbuddet. For de borgere der har potentialet til at indgå i og trives i en idrætsforening, skal tilbuddet tilstræbe dette. Det er dog ikke nødvendigvis det endelige mål for borgerne.
- Det frivillige foreningsliv kan indtænkes enten via deltagelse i foreningstilbud, ved at foreningsfrivillige besøger tilbuddet og præsenterer og afprøver idrætten med en gruppe af borgerne, eller ved frivillige "besøgsvenner" der har fokus på bevægelse.





Læringsmål og vidensmål

Gennem hele forløbet i certificeringen arbejder tilbuddet med at opnå viden og færdigheder til at skabe mere idræt, leg og bevægelse i hverdagen.

Læringsmål:

- At medarbejderne kan anvende pædagogisk idræt som integreret del af pædagogikken.
- At medarbejderne kan anvende både de formelle og de uformelle læringsrum til bevægelse.
- At medarbejderne kan udvikle og igangsætte inkluderende, meningsfulde bevægelsesaktiviteter – blandt andet gennem brug af de introducerede pædagogiske redskaber og værktøjer
- At medarbejderne har fokus på det kropslige læringsmiljø, de skaber for og sammen med borgerne.
- At ledelse og medarbejdere kan reflektere over tilbuddets idrætsfaglige profil og herigennem løbende styrke tilbuddets arbejde som idrætscertificeret.

Vidensmål:

Tilegne sig viden om:

- Pædagogisk idræt, leg og bevægelse, samt aktivitetsudvikling.
- Idræt, leg og bevægelsens betydning for beboernes sundhed og livskvalitet.
- Samværskulturens betydning for deltagelse og trivsel.

Certificeringsforløb

Undervisningsforløbet er opbygget af fire moduler. Hvert modul har et overordnet tema, som introducerer deltagerne til forskellige teorier, praksis og metoder, som tilbuddet kan anvende i deres efterfølgende arbejde med pædagogisk idræt, leg og bevægelse. Der er hjemmearbejde mellem modulerne i form af planlægning og afprøvning af aktiviteter, samt drøftelser og udfyldelse af pædagogiske hjælpeværktøjer.

MODUL 1	MODUL 2	MODUL 3	MODUL 4
Bevægelseskultur – det kropslige møde	Pædagogisk idræt og bevægelsesglæde – kroppen i pædagogikken	Kropslige øvebaner – kroppen i naturen	Institutionens idrætsprofil
<ul style="list-style-type: none"> • Præsentation af idrætscertificeringen • Kernebegreber i pædagogisk idræt, leg og bevægelse • Aktivitetstilpasning. • Samværskultur på et tilbud • Sansestimulering • Mærke bevægelse på egen krop • Hjemmeopgave: Arbejde med SUMO (Styrker, Udfordringer, Muligheder og Opmærksomhedspunkter). 	<ul style="list-style-type: none"> • Forståelse for bevægelsesglæde • Gennemgang af Pædagogisk idræt • Indsigt i og forståelse for redskaber som medarbejderne kan anvende i den daglige praksis • Egen kropslig oplevelse • Affordance-begrebet og bevægelse i inderummet • Hjemmeopgave: Arbejde med planlægningsskema og lokale øvebaner. 	<ul style="list-style-type: none"> • Planlægning af aktiviteter • Affordance-begrebet og bevægelse i uderummet • Sansintegration og neurologiske processer • Refleksionsværktøjet bevægelsesspiral • Hjemmeopgave om tilbuddets faglige idrætsprofil. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fremlægning af tilbuddets faglige idrætsprofil • Proces fra tanker til konkret handlingsplan • Hvor er vi nu, og hvor er vi på vej hen? • Viden om relevante bevægelseskampagner og idrætstendenser • Idræt i nærmiljøet og foreninger.
Underviser: Parasport Danmark	Underviser: VIA UC	Underviser: Parasport Danmark	Underviser: VIA UC og Parasport Danmark

Afslutningsvis modtager tilbuddet et fælles certifikat til ophæng på stedet, og hver deltager modtager eget kursusbevis for gennemført idrætscertificering.



Vil I være et idrætscertificeret botilbud, dagbeskæftigelsestilbud eller aktivitetscenter?

Parasport Danmark varetager administrationen af idrætscertificeringen. Udviklingsforløbet er udviklet i et samarbejde mellem Parasport Danmark og VIA UC. Hvis jeres botilbud, dagbeskæftigelsestilbud eller aktivitetscenter ønsker at blive idrætscertificeret, er I velkommen til at tage kontakt til

Idrætskonsulent
Sarah Pedersen
spe@parasport.dk
Tlf. 26 84 77 82

Eller

Lektor i idræt
Grethe Sandholm
gsa@via.dk
Tlf. 87 55 34 27

Som kommune er I også velkommen til tage kontakt. Måske har I flere botilbud/dagcentre i jeres kommune som kan få gavn og glæde af at blive idrætscertificeret. Vi kan sammen drøfte, om vi sammensætter et forløb for flere tilbud/centre, eller gennemfører separate forløb.

I samarbejde med:



**VIA University
College**



Hovedsponsorer



PRESSALIT.