

3SP Newsletter

001

2016/2017

project3sp.wordpress.com [facebook.com/project3sp](https://www.facebook.com/project3sp)



Special Sport for Special People

Willkommen zum zweiten Newsletter des Erasmus+ Gemeinschaftsprojekts "3SP: Special Sport for Special People"

Dieser Newsletter wird regelmäßig veröffentlicht und soll über den Verlauf des Projekts informieren

In dieser Ausgabe

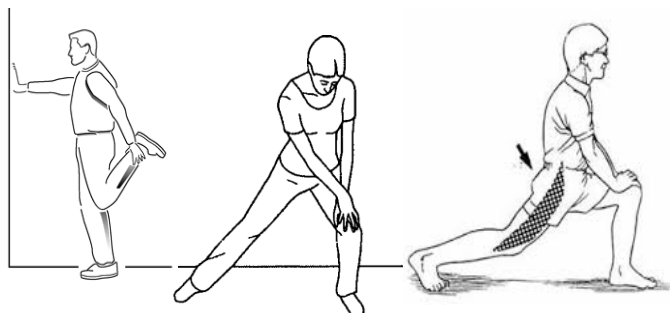
- Präsentation der Kits
- Informationen über die Events und Werkzeuge zur Verbreitung
- Im Hintergrund

Präsentation der Kits

Eines der Ziele des Projekts ist es, die so genannten "Educational Kits" zu entwickeln, um die Kompetenz der Partnerorganisation, des jeweiligen regionalen Umfelds und der lokalen Netzwerke und Stakeholder im Bereich Sport weiter zu stärken und Sportübungen für Jugendliche zu verbreiten. Jedes Kit enthält 3 Trainingseinheiten (zwischen 24 und 32 Stunden), die wiederum in mehrere Untereinheiten unterteilt sind. Insgesamt wurden drei verschiedene Kits entwickelt.

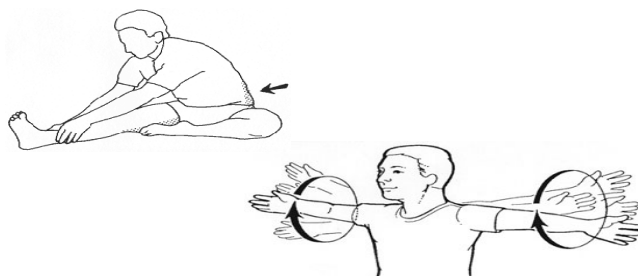
Körper & Sport: Die Organisation Coleg of Cambria (UK) ist mit Unterstützung der Gemeinde Pula (HR) Koordinator dieses Bereichs. Hauptziel ist es, die Schüler/-innen in sportlichen und physischen Aktivitäten zu unterrichten und so deren Gesundheit und Gesundheitsbewusstsein zu stärken und Krankheiten präventiv vorzubeugen. Drei Einheiten sind Bestandteil des Kits „Körper & Sport“:

1. Sportunterricht zur Stärkung der Gesundheit und Prävention von Krankheiten. (Coleg Cambria + Gemeinde Pula);
2. Dodgeball: Teilnehmende werden mit dem Spiel „Dodgeball“ (Ähnlich verschieden Völkerball) und den Wurftechniken vertraut gemacht (Coleg Cambria);
3. Pilates: Pilatesübungen und Zirkeltraining lösen durch tiefes Atmen und Dehnen Spannungen und bringen den Körper in Bewegung. Das festigt Koordination und Konzentration. (Coleg Cambria).



Gehirn, Herz & Sport: Die Regionalverwaltung Generalitat de Catalunya (ES) koordiniert mit Hilfe der Organisationen ENAC sowie Scuola Centrale Formazione - SCF (IT) die Entwicklung dieses Kits.

1. Schwimmen um zu leben: Ausgebildete Lebensretter/-innen und Sicherheitschüler/-innen lehren Jugendlichen (13/14 Jahre) einige Lebensrettungstechniken, sicheres Schwimmen sowie das Wissen darüber, wie man einen Schwimmwettbewerb am Meer organisiert (Generalitat de Catalunya);
2. Zeig Haltung: Diese Einheit soll eine korrekte Körperhaltung während des Unterrichts fördern und besteht daher aus verschiedenen Bewegungs- sowie Dehnübungen. Außerdem stehen Koordination, mentaler Zugang zum Leben und Spiele, die den Teamgeist stärken, im Vordergrund. Somit stärkt diese Einheit die körperliche Flexibilität und den Widerstand durch viele, kurze Trainingseinheiten unter Berücksichtigung der Koordination (Gehirn), des Teamgeists (Herz) und der Muskulatur (SCF);



3. Trainiere für das Leben: Diese Einheit schult die motorischen Fähigkeiten (rennen, hüpfen, etc.) und verbindet physische Aktivitäten mit dem Aufbau transversaler Kompetenzen, wie Selbstkontrolle, Konzentration, Vertrauen in andere, Selbstvertrauen, u. a. (ENAC).

Seele & Sport: Das CJD Berufsbildungswerk Frechen (DE) koordiniert das Kit in Zusammenarbeit mit den Organisationen Alteo Sport (BE) und Casa di Carità (IT).

Die zwei Hauptaufgaben des Kits sind eine verbesserte Inklusion unter Jugendlichen und der Aufbau eines gesunden Lebensstils.

Folgende Einheiten gehören zum Kit:

1. Langstreckenlauf mit der Option auf Staffellauf (CJD);

2. Orientierungslauf: In dieser Einheit werden Schüler/-innen in die Organisation, Vorbereitung und Durchführung eines Orientierungslaufes eingebunden, welcher offen für alle Jungen und Mädchen aller Klassen sein wird. (Casa di Carità);

3. Physische Fitnessbewertung für Menschen mit Förderbedarf: Hier werden nützliche Werkzeuge herangezogen, die dabei helfen sollen, das Level der körperlichen Fitness von Menschen mit Förderbedarf zu evaluieren. Dies geschieht mittels spezieller Sportübungen, die sinnvoll für diese Zielgruppe sind und die alle einfühlsame, vertrauensvolle und anwendbare Komponenten für die speziellen Anforderungen mitbringen. (Alteo Sport).

Das Italian Sports Committee – CSI (IT) agiert hierbei als Kontaktpartner für alle Fragen bezüglich der drei Kits und deren Einheiten.

Informationen über die Events und Instrumente zur Verbreitung

Jede/r Partner/-in organisiert in ihrer/seiner Umgebung Events, um die Ziele und Inhalte des 3SP Projekts für lokale und regionale Stakeholder zu verbreiten: Regionale Events verdeutlichen sportliche Aktivitäten, die während der Testphase laufen und präsentieren praktische Übungen der Kits.

Links hierzu finden sich unter den so genannten “3SP project tools”:

Webseite: <https://project3sp.wordpress.com>

Facebook: <https://www.facebook.com/project3sp/>

Linkedin: <https://it.linkedin.com/in/project-3sp-749061129>

Im Hintergrund

Die letzten beiden transnationalen Meetings des Führungs-Komitees fanden im September in Barcelona, Spanien, und im Dezember in Deeside, Wales, statt.



Das Führungs-Komitee bei der Arbeit beim Meeting in Barcelona vom 22. bis 23. September 2016.



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

Diese Publikation wurde produziert mit Unterstützung aus dem ERASMUS+-Programm der Kommission der EU. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung trägt allein der Verfasser. Die EU-Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.