



## Lärgruppsplan Svenska Biljardförbundets Introduktionsutbildning parabiljard

### Introduktion

Denna lärgrupp hör ihop med den digitala utbildningen Introduktionsutbildning parabiljard. Om ni är minst tre personer från föreningen som gör utbildningen tillsammans rekommenderar vi att ni gör den som en lärgrupp.

Svenska Biljardförbundets introduktionsutbildning om parabiljard ger dig grunderna om parabiljard och idrott för personer med funktionsnedsättning.

Utbildningen genomförs helt digitalt och i egen takt på [biljardutbildning.se](http://biljardutbildning.se). Den består av sju avsnitt. Vi rekommenderar att ni går igenom samtliga avsnitt. Avsnitten består av en blandning av text och filmer. Flera av avsnitten avslutas med reflektionsfrågor. Vi rekommenderar att ni tar er tid att reflektera efter varje avsnitt. Samtliga reflektionsfrågor finns samlade i den här lärgruppsplanen.

Utbildningen består av följande avsnitt:

1. Introduktion
2. Vad är parabiljard
3. Begrepp
4. Om målgrupperna
5. Tillgänglighet
6. Bemötande, inkludering och kommunikation
7. Starta verksamhet

### Om lärgrupper

En lärgrupp är en del i din förenings utvecklingsarbete i samverkan med RF SISU och Svenska Biljardförbundet. Att arbeta i lärgrupp är bra när man vill få igång ett samtal och öppna upp för utbyte av erfarenheter, olika perspektiv och upplevelser. I lärgruppen finns ingen uttalad expert utan alla bidrar med kunskap och erfarenheter. När ni genomför lärgrupper skapar ni

en pott hos RF SISU som sedan kan användas för att täcka kostnader för t ex material, studiebesök, besök från expert, med mera. Kontakta ditt RF SISU distrikt för att få veta mer.

Grundregler för lärgrupper som är bra att känna till:

- En lärgrupp ska registreras hos föreningens RF SISU konsulent innan den startar. Ta kontakt med er konsulent.
- En lärgrupp ska ha ett tema och en lärgruppsplan. Alltså en plan för vad ni ska ta upp vid de olika tillfällena. Det här materialet är en lärgruppsplan.
- Lärgruppen ska pågå under minst 3 utbildningstimmar. En utbildningstimme omfattar 45 minuter. Det går att dela upp denna tid på fler tillfällen, t ex 2 x 1,5 utbildningstimme eller 3 x 45 minuter.
- När ni är klara med utbildningen rapporterar ni det till er RF SISU konsulent.

### **Upplägg av lärgruppen**

Ni bestämmer själva hur ni lägger upp lärgruppen för Introduktionsutbildning parabiljard i er förening. Exempelvis om ni sitter tillsammans och gör utbildningen och diskuterar efter varje avsnitt eller om ni enskilt hemma var och en går utbildningen och sedan träffas vid ett eller flera tillfällen för att diskutera reflektionsfrågorna.

## Vad är parabiljard

Titta på avsnitten Introduktion och Vad är parabiljard.

Diskutera därefter

- Varför går du eller din förening den här utbildningen?
- Reflektera tillsammans över vad ni vet om parabiljard och paraidrott nu innan ni påbörjar utbildningen. Skriv gärna ner era individuella tankar om detta. Ni avslutar sedan utbildningen med att reflektera igen. Har ni lärt ert något nytt?

## Begrepp

Gå igenom avsnittet Begrepp. Diskutera därefter

- Vilka begrepp brukar du använda?
- Har du lärt dig något nytt genom den här lektionen?

## Om målgrupperna

Avsnittet Om målgrupperna består av totalt tre avsnitt. Ett övergripande gemensamt avsnitt och därefter ett avsnitt om rörelsenedsättning och ett avsnitt om intellektuell funktionsnedsättning.

Gå igenom avsnittet Om målgrupperna och diskutera därefter:

- Finns någon av dessa målgrupper i er förening?
- Hur kan du och din förening skapa goda förutsättningar för att inkludera dessa målgrupper på ett bra sätt i er verksamhet?

### *Rörelsenedsättning*

Gå igenom avsnittet Rörelsenedsättning. Diskutera därefter:

- Vad har du lärt dig i det här avsnittet?
- Hur ser tillgängligheten ut i vår hall för utövare i rullstol eller som använder andra hjälpmedel?

Valfritt som ni kan testa på plats i hallen: Utifrån det Henke berättar i filmen om skillnaden att sitta i stol. Testa exempelvis att sätta dig ner vid biljardbordet för att se vilken skillnad det gör för dig gällande överblick, osv. Reflektera över hur du behöver tänka på det om du instruerar någon i stol.

### *Intellektuell funktionsnedsättning*

Gå igenom avsnittet Intellektuell funktionsnedsättning. Diskutera därefter:

- Vad har du lärt dig i det här avsnittet?
- Finns det något du kan utveckla för att bli tydligare i ditt sätt att kommunicera och ge instruktioner? Vad i så fall?
- Har ni personer i er förening som kan ha behov av bildstöd eller teckenstöd?

## **Tillgänglighet**

Gå igenom avsnittet tillgänglighet.

Gå igenom listan som finns i utbildningen kring hur tillgänglig er hall och miljö är idag och vad ni skulle kunna åtgärda.

Listan finns även på hemsidan både i text och som pdf:

[biljardforbundet.se/var-verksamhet/parabiljard/for-forening/tillganglighet](http://biljardforbundet.se/var-verksamhet/parabiljard/for-forening/tillganglighet)

## **Bemötande, inkludering och kommunikation**

Gå igenom avsnitten om bemötande, inkludering och kommunikation. Avsnittet avslutas med tre stycken reflektionsfrågor. Diskutera dessa tillsammans.

### **Övning 1 Ledare A, B eller C?**

Övningen är hämtad från "Visst kan alla vara med i idrott, lek och spel" av Lena Hammar och Inger Johansson.

Ledare A: Idag ska vi ha styrketräning. Det finns fem stationer. Moa och Elin (Moas assistent), ni får se vilka övningar som fungerar. Annars får ni hitta på något annat istället.

Ledare B: Idag ska vi ha styrketräning. Det finns fem stationer. På varje station har jag hittat på ett alternativ för dig Moa så att du också kan vara med.

Ledare C: Idag ska vi ha styrketräning. Det finns fem stationer. På varje station finns ett par olika övningar så att alla kan välja en övning som passar.

- Hur tror du att Moas upplever dessa olika sätt att bli bemött?
- I vilken grupp tror du att Moa känner sig medräknad och kan uppleva full delaktighet?

### **Övning 2 Språkets makt**

Ledare 1: En intellektuell nedsatt kille har hört av sig och vill börja spela biljard i någon av våra nybörjargrupper. Han heter Peter och 15 år. Tror du att han klarar av att vara med i någon av våra grupper?

Ledare 2: En 15-årig kille har hört av sig och är intresserad av att börja träna i en av våra nybörjargrupper. Han heter Peter och berättade att han har en intellektuell funktionsnedsättning. Tror du att det finns någon grupp som kan passa?

- Vad tänker du om de här olika sätten att prata om Peter?
- Tror du att ledaren kan få olika svar från sin ledarkollega beroende på hur ledaren uttrycker sig?

### **Övning 3 Problem eller lösningsfokus**

Ledare 1: Vad är dina svårigheter? Vad är dina problem?

Ledare 2: Vad kan jag göra för att det ska fungera bra för dig? Har du själv något förslag på hur vi skulle kunna göra den här övningen på ett sätt som fungerar för dig?

Reflektera över vilken av ledarnas sätt att uttrycka sig som skulle kännas bäst att mötas av.

### **Avslutning**

Inför utbildningen reflekterade ni över vad ni visste om parabiljard och paraidrott. Avsluta utbildningen med att reflektera igen. Har du lärt dig något nytt? Gå laget runt och dela med er vad ni har lärt er och vad respektive person särskilt tar med sig från utbildningen.