

Ablaufplan										
Lehrgang Para Juli 2020 : 19.07.2020.-26.7.2020										
Wir werden die Themenblöcke nicht thematisch "abarbeiten", sondern in Seminarform während der Arbeit mit unseren Sportlern behandeln und inhaltlich erarbeiten. Abends erfolgt in gemeinsamer Betreuerrunde eine Zusammenfassung mit Diskussion , samt Frage und Antwortspiel										
LG Thema										
19.	Jul	Sonntag			Anreise bis ca 17:00, Abendessen und Kennenlernen.					
				Informationen der Betreuer über die Grundidee der Inklusion / Verbandsinfo						
20.	Jul	Montag	09:30-12:00	Seminar / Vortrag ,						
			14:00-18:30	Praktisches für's Boot						
21.	Jul	Dienstag	9:30-12:00	Gemeinsames Training und üben auf dem See						
			14:00-18:00	Seminar / Gruppenarbeit zum Thema Behinderung & Boot						
22.	Jul	Mittwoch	9:30-17:00	Seminar, Hallenübungen, praktische Übungen am Wasser, Vortrag						
23.	Jul	Donnerstag	9:30-12:00	Wiederholung der Tage 20 – 22.7. in konzentrierter Form dient der Festigung des Neuen						
			Ab 14:00-	Freizeit						
24.	Jul	Freitag	9:00 -18:00	Seminar: Auswirkung auf Bewegung; blindes Üben in Turnhalle, Kasten und Kraftraum						
25.	Jul	Samstag	9:00 – 18:00	Behinderung & Verein: wie ist das Eis zu brechen, wie wird Behinderung normal						
26.7. Sonntag			Frühstück / Abreise							

Lehreinheiten zum Thema									
1. Vorstellung der Verbände DRV, DBS, SOD, INAS									
1 LE	DRV	Grundstruktur ist bekannt			kümmert sich um alle Sportler und Mitglieder				
					fördert ausschließlich FISA und olymp. Bootsmannschaften				
	DBS	Grundstruktur parallel zum DRV			kümmert sich um (fast alle) beh. Sportler				
					fördert ausschließlich die paralymp. Sportarten und Bootsklassen				
					Direkte Ansprechpartner für Para Rudern				
					DBS Trainer Rudern:				
					Sachbearbeiter Rudern				
		Landesverband BSB			versucht die strukturelle Einbindung der Vereine in die Behindertensportbetreuung				
					organisiert Talenttage u.a. auch zu Sichtungszwecken.				
					verbreitet Informationen, ist Ansprechpartner bei Fragen zu Regeln und Ausbildung				
					Direkter Ansprechpartner für Rudern mit Behinderung :				
					AK Handicap & Inclusion			Axel Eimers	
								Lutz Bühnert	
	INAS	International			kümmert sich um die Sportarten für Sportler mit geistiger Behinderung				
					DBS ist Mitglied . Deutschland ist Mitglied im INAS Rowing Committee				
					Rudern ist noch keine in Bootsklassen ausgeführte betreute Sportart				

4. Boote & Material			1x	Ta; AS , LTA oder ID Boot					
3 LE				Festsitz mit Rückenlehne		Gurtordnung, Schwimmer			
				ohne Rollbahn mit fixierter Sitzschale		Gurtordnung			
				ohne Einschränkungen					
			2x	TA, LTA, ID					
				ohne Rollbahn, mit fixierter Sitzschale					
				ohne Einschränkungen					
			4x	Standartboot					
			Schwimmer	Muster, samt Einstellung und Auswirkungen					
			Festsitz	Muster, samt Einstellung und Auswirkungen					
			Skull	in Abhängigkeit der Behinderungsklasse					
			Rettungsmittel	Automatikwesten - ja / nein / vielleicht					
		Behinderungsformen und die damit verbundenen Trainingsbedingungen / Bewegungsmöglichkeiten							

5. Training								
2,5 LE		Körperbeh.:	komplette Querschnittslähmung					
			inkomplette Querschnittslähmung					
			Cerebral Parese					
			Multiple Sklerose					
			Polyneuropathie					
			Fehlbildungen					
			Amputationen					
			Fehl- oder Minderfunktionen					
			Sehbehinderung					
			Hörbehinderung					
			Schlaganfall					
1,5 LE		geistige Beh.	Einteilung nach ICD 10					
			F70	leichte Intelligenzminderung		IQ 50-69		
			F71	mittelgradige Intelligenzminderung		IQ 35-49		
			F72	schwere Intelligenzminderung		IQ 20-34		
			F73	schwerste Intelligenzminderung		IQ <20		
			ab F71 immer verbunden mit Verhaltensauffälligkeiten					
6.Übungen		die Gruppen der beh. Sportler wird z.T. von den Teilnehmern dargestellt!						
4 LE								

		Turnhalle mit Gehbehinderten & Rollifahrern						
		Ruderübungen im Becken mit sehbehinderten Sportlern						
		Kraftraum mit Behinderung - sicher oder nicht						
7. Wassertraining		Praxisübungen						
mind.4 LE								

8. Vorträge

Schulungsraum

erste Hilfe für ID Sportler , helfen und helfen lassen
 Anpassungen des Körpers an Behinderungen – Muskeln
 Rolli rudern – Erfahrungen & Erlebnisse
 Sehbehinderung und die darauf abgestimmten Bedürfnisse
 Inklusion in der Lehre, im Verein
 technische Hilfestellung - E Antrieb im Ruderboot?