

Studieplan nr. 11755: Kurs i habilitering

Minst 4 deltakere

4–100 timer

Inntil 100 % elektronisk kommunikasjon

Mål/læringsmål

Læringsmål: kunnskapsmål (K), ferdighetsmål (F) og/eller holdningsmål (H)

Overordnet målsetting for kursene er:

- Å opprettholde kunnskaper, ferdigheter og holdninger, slik at man forblir selvhjulpen og kan leve et aktivt og meningsfullt liv. Livskvalitet er et nøkkelord

K- Få økt kunnskap om hvilke muligheter som finnes for blinde og svaksynte for å leve et aktivt og meningsfullt liv

F- Bidra til at den enkelte fungerer optimalt i hjemmet, nærmiljøet og i samfunnet for øvrig

Lære kompenserende teknikker for å mestre dagliglivet, både praktisk og følelsesmessig

H- Bidra til at den enkelte fungerer optimalt i hjemmet, nærmiljøet og i samfunnet for øvrig

Lære kompenserende teknikker for å mestre dagliglivet, både praktisk og følelsesmessig

Målgruppe

Blinde og svaksynte

Kursinnhold

Kunst og håndverk, skikurs, trimkurs (balanse, styrke og kondisjon), hverdagsjus.

Musikk og bevegelse for øre, kropp og sjel, kosthold og egentrening, mindfulness og stressmestring

Fjellturer, juletradisjoner (mat og drikke), skikk og bruk, kroppsspråk, svømming, vannaktiviteter

Kurs for førerhundbrukere, kulturhistorie, litteraturkurs, tro og liv, hagestell, vedlikehold av hus/hjem

Sosiale medier, IKT, havfiske, dans, temahelg (Kvinner/menn), forebygging av fallulykker

Opptrening i bruk av hjelpemidler, mobilitetstrening, kunstterapi, musikkterapi

Aktiviteter som ridning, bowling, klatring, lydgeværskyting, ulike spill, og utflukter

Andre arbeidsmåter/organisering

- Individuell veiledning og undervisning
- Undervisning i små grupper (2-6 deltakere)
- Undervisning i plenum (6-20 deltakere)
- Refleksjons og erfaringsutveksling
- Fokus på egenaktivitet og på overføringsverdi til hverdagen

- Tilrettelegging av materiell, lokaler og annet etter deltakernes behov
- Evaluering underveis og/eller ved kursslutt
- Kursbevis

Krav til lærer/instruktør

- Grunnkompetanse i forhold til det faget man underviser i
- Pedagogisk kompetanse
- Likemannskompetanse
- I tillegg spesifikk kompetanse på syn