

Curs electronic ActivAbility

“Îmbătrânirea activă pentru toți”

Explorarea cursului digital: cum să începeți

Numărul proiectului: 2022-1-R001-KA220-ADU00008674

Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Executive Europene pentru Educație și Cultură (EACEA). Nici Uniunea Europeană și nici EACEA nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.

Introducere



În primul rând, alegeți
cursul în limba în care
doriți să îl studiați.

Cursul este disponibil
în engleză, franceză,
italiană, portugheză și
română.





How to sign in to the platform

Pentru a vă conecta la platforma de e-learning ActivAbility, veți avea nevoie de un nume de utilizator și o parolă.

Crearea unui cont: Dacă nu aveți încă un cont, căutați butonul „Creare un cont nou”.

Faceți clic pe acest buton și veți fi direcționat către o pagină în care vă puteți introduce informațiile.

Vi se va cere să furnizați un nume de utilizator, o parolă și adresa dumneavoastră de e-mail.

Cont nou

Nume de utilizator [!]

Parola trebuie să conțină cel puțin 8 caractere, cel puțin 1 cifră(e), cel puțin 1 literă mică, cel puțin 1 majusculă, cel puțin 1 caracter(e) special(e), cum ar fi *, -, sau #

Parolă [!]

Adresa de e-mail [!]

E-mail (dîn nou) [!]

Prenume [!]

Nume de familie [!]

Localitate/ oraș

Țară

☒ Acord privind politica site-ului

Acord privind politica site-ului

☐ Înțeleg și sunt de acord [!]

Creează noul meu cont

Anulare

[!] Necesar.



Co-funded by
the European Union



Modul de conectare pe platformă

E-mail de verificare:

După ce ați trimis informațiile, platforma va trimite un e-mail de verificare la adresa de e-mail furnizată.

Conectarea: După ce faceți clic pe link-ul de verificare, înregistrarea contului dumneavoastră este acum completă și vă puteți conecta utilizând datele de identificare pe care le-ați creat.

A screenshot of the ActivAbility login page. At the top is the ActivAbility logo. Below it are two input fields: "Nume de utilizator" and "Parolă". A blue button labeled "Conectare" is below the password field. Below the button is a link "Ați pierdut parola?". A horizontal line separates this from the next section, "Este prima dată când ajungeți aici?", which includes a message: "Pentru a avea acces complet pe acest site, va trebui mai întâi să vă creați un cont." and a button "Creează un cont nou". Another horizontal line separates this from the final section, "Unele cursuri pot permite accesul vizitatorilor", which includes a button "Acces ca vizitator". At the bottom, there is a language selector "Română (ro) v" and a button "Informare cu privire la cookies".

Co-funded by
the European Union

La începutul platformei veți găsi o parte introductivă care explică în ce constă cursul, cui se adresează și ce urmărește să realizeze. Veți găsi, de asemenea, un formular de înregistrare care trebuie completat și un chestionar opțional de evaluare prealabilă.

▼ Introducere

[Restrânge toate secțiunile](#)

Bun venit la cursul de e-learning al proiectului ActivAbility, care oferă soluții inovatoare și instrumente utile pentru îmbătrânirea activă a persoanelor cu dizabilități intelectuale!

Cursul de e-learning ActivAbility urmărește să ofere soluții inovatoare și instrumente utile pentru promovarea îmbătrânirii active a persoanelor cu dizabilități intelectuale prin activitate fizică. Cursul își propune să ofere profesioniștilor și îngrijitorilor neprofesioniști cunoștințele, metodele și resursele digitale necesare pentru a implementa programe de activitate fizică personalizate. Prin utilizarea instrumentelor digitale și conținutului interactiv, cursul asigură oportunități de învățare flexibilă și accesibilă care contribuie la bunăstarea și incluziunea persoanelor cu dizabilități intelectuale în curs de îmbătrânire.

Cui se adresează cursul de e-learning?

Acest curs este adresat unui public larg, inclusiv îngrijitorilor profesioniști și neprofesioniști care sprijină persoanele cu dizabilități intelectuale în curs de îmbătrânire. Acesta va fi deosebit de util pentru educatorii, terapeuții, furnizorii de asistență medicală și membrii familiilor care doresc să își îmbunătățească abilitățile de facilitare a activității fizice pentru persoanele cu dizabilități intelectuale. Prin oferirea de resurse digitale și module de formare, cursul permite participanților din medii diverse să se angajeze în învățarea structurată în propriul ritm, promovând o comunitate mai incluzivă și mai calificată, capabilă să răspundă nevoilor unice ale persoanelor cu dizabilități intelectuale care îmbătrânesc.

Ce veți învăța – rezultatele învățării

La finalizarea acestui curs de e-learning, participanții vor dobândi abilități practice și expertiză pentru a proiecta și implementa programe de activitate fizică adaptate pentru persoanele cu dizabilități intelectuale în curs de îmbătrânire. Aceștia vor avea acces la instrumentele digitale inovatoare care le vor spori capacitatea de a integra activitatea fizică în practica lor medicală. În plus, cursanții vor fi mult mai familiari cu platformele digitale de învățare, permițându-le să personalizeze și să adapteze programele de activitate fizică la diferite contexte și dizabilități. În cele din urmă, acest curs va contribui la extinderea rețelei de profesioniști și îngrijitori calificați, promovând inițiative de îmbătrânire activă de calitate superioară și mai favorabile incluziunii pentru persoanele cu dizabilități intelectuale.

Alăturați-vă nouă astăzi și faceți primul pas pentru a face o diferență semnificativă în viața persoanelor cu dizabilități în curs de îmbătrânire!

În partea stângă a ecranului veți găsi un index cu un cuprins al cursului.

Pe măsură ce derulați în jos, veți găsi cele șase module, fiecare dintre acestea fiind împărțit în

- **Lecții:** aceste secțiuni conțin conținutul teoretic al cursului.
- **Exerciții interactive:** cum ar fi jocurile de învățare sau simulările sunt furnizate pentru a vă ajuta să puneți în practică ceea ce ați învățat.
- **Chestionar de autoevaluare:** aceste teste/chestionare vă permit să vă evaluați înțelegerea conținutului de bază abordat în modul.
- **Resurse suplimentare:** acestea includ videoclipuri, linkuri utile către site-uri web externe, rapoarte și documente pentru a vă îmbunătăți învățarea.

▼ Modulul 1

Îmbătrânirea activă și dizabilită...

Trage forma corectă

Chestionar de autoevaluare - .

Resurse adiționale

Îmbătrânirea activă și persoane...

Special Olympics m-a lăsat să f..

▼ Modulul 2

Cum să evaluați și să înțelegeți ...

Activitatea fizică: beneficii și ne...

Lecții

Exerciții interactive

Chestionar de autoevaluare

Resurse suplimentare

Lecțiile sunt concepute pentru a fi parcurse în ordinea de la 1 la 6, însă cursantul poate alege ce lecție să parcurgă dând pur și simplu clic pe meniul derulant din stânga ecranului.

▼ Modulul 1

Îmbătrânirea activă și dizabilită...

Trage forma corectă

Chestionar de autoevaluare - .

Resurse adiționale

Îmbătrânirea activă și persoane...

Special Olympics m-a lăsat să f..

▼ Modulul 2

Cum să evaluați și să înțelegeți ...

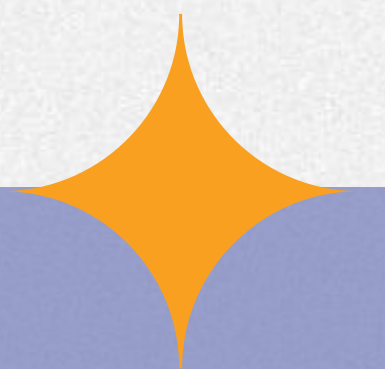
Activitatea fizică: beneficii și ne...

Lecții

Exerciții interactive

**Chestionar de
autoevaluare**

**Resurse
suplimentare**



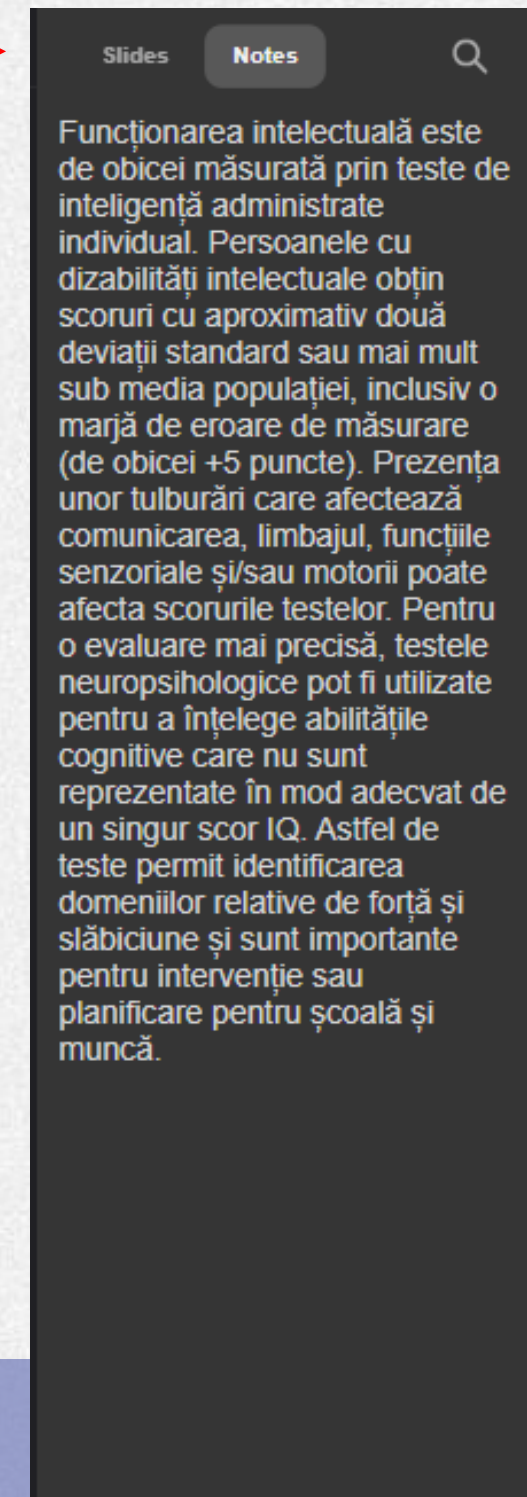
Lecțiile

Imediat ce apăsați „Enter” pe lecția pe care doriți să o urmați, vi se va afișa o prezentare pe ecran cu diverse funcții concepute pentru a vă asista pe parcursul călătoriei dumneavoastră de învățare.



The screenshot shows a presentation slide titled "Module 1 Îmbătrânirea activă și dizabilitățile intelectuale" (Active Aging and Intellectual Disabilities). The slide includes the ActivAbility logo, the European Union flag, and the text "Co-funded by the European Union". Below the title, it says "Creat de: ANS" and "Numărul proiectului: 2022-1-R001-KA220-ADU00008674". At the bottom, there is a disclaimer: "Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Executive Europene pentru Educație și Cultură (EACEA). Nici Uniunea Europeană și nici EACEA nu pot fi considerate responsabile pentru acestea." The interface also shows a "Resources" tab, a "Drawing" tool, and a "Slides" panel on the right. A red circle highlights the "Next" button at the bottom right of the slide.

Anumite diapositive conțin note! Nu uitați să faceți clic pe buton pentru a verifica dacă există text suplimentar care însoțește diaporitivul.



The screenshot shows the "Notes" panel of the presentation. It contains the following text: "Funcționarea intelectuală este de obicei măsurată prin teste de inteligență administrate individual. Persoanele cu dizabilități intelectuale obțin scoruri cu aproximativ două deviații standard sau mai mult sub media populației, inclusiv o marjă de eroare de măsurare (de obicei +5 puncte). Prezența unor tulburări care afectează comunicarea, limbajul, funcțiile senzoriale și/sau motorii poate afecta scorurile testelor. Pentru o evaluare mai precisă, testele neuropsihologice pot fi utilizate pentru a înțelege abilitățile cognitive care nu sunt reprezentate în mod adecvat de un singur scor IQ. Astfel de teste permit identificarea domeniilor relative de forță și slăbiciune și sunt importante pentru intervenție sau planificare pentru școală și muncă."

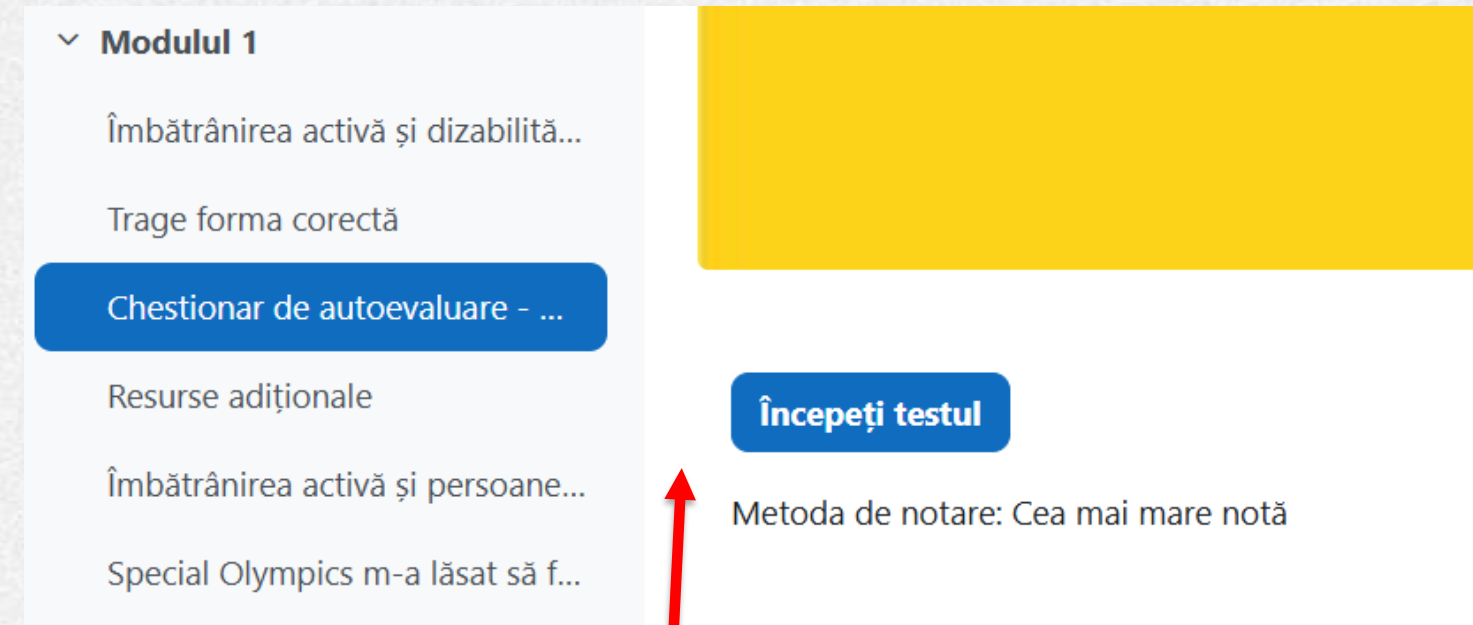
Utilizați acest buton pentru a trece la diaporitivul următor.

Chestionar de evaluare

La sfârșitul cursului e-learning veți găsi un chestionar de evaluare pentru cursul e-learning. Este important ca fiecare participant să completeze acest chestionar, deoarece vom colecta feedback.

Pe baza feedback-ului primit, Parteneriatul se angajează să facă ajustările necesare pentru a îmbunătăți cursul.

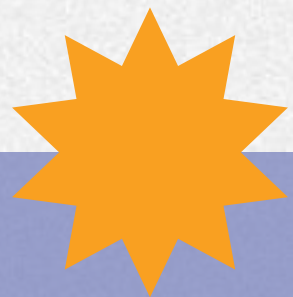
Contribuția dumneavoastră este foarte apreciată și va contribui în mod direct la îmbunătățirea experienței generale de învățare. Vă mulțumim anticipat pentru cooperare.

A screenshot of a web interface for a course evaluation. On the left, a sidebar menu under "Modulul 1" lists several items: "Îmbătrânirea activă și dizabilită...", "Trage forma corectă", "Chestionar de autoevaluare - ..." (highlighted with a blue button), "Resurse adiționale", "Îmbătrânirea activă și persoane...", and "Special Olympics m-a lăsat să f...". On the right, there is a large yellow rectangular area at the top, followed by a blue button labeled "Începeți testul". Below the button, it says "Metoda de notare: Cea mai mare notă". A red arrow points from the "Chestionar de autoevaluare - ..." item in the sidebar to the "Începeți testul" button.

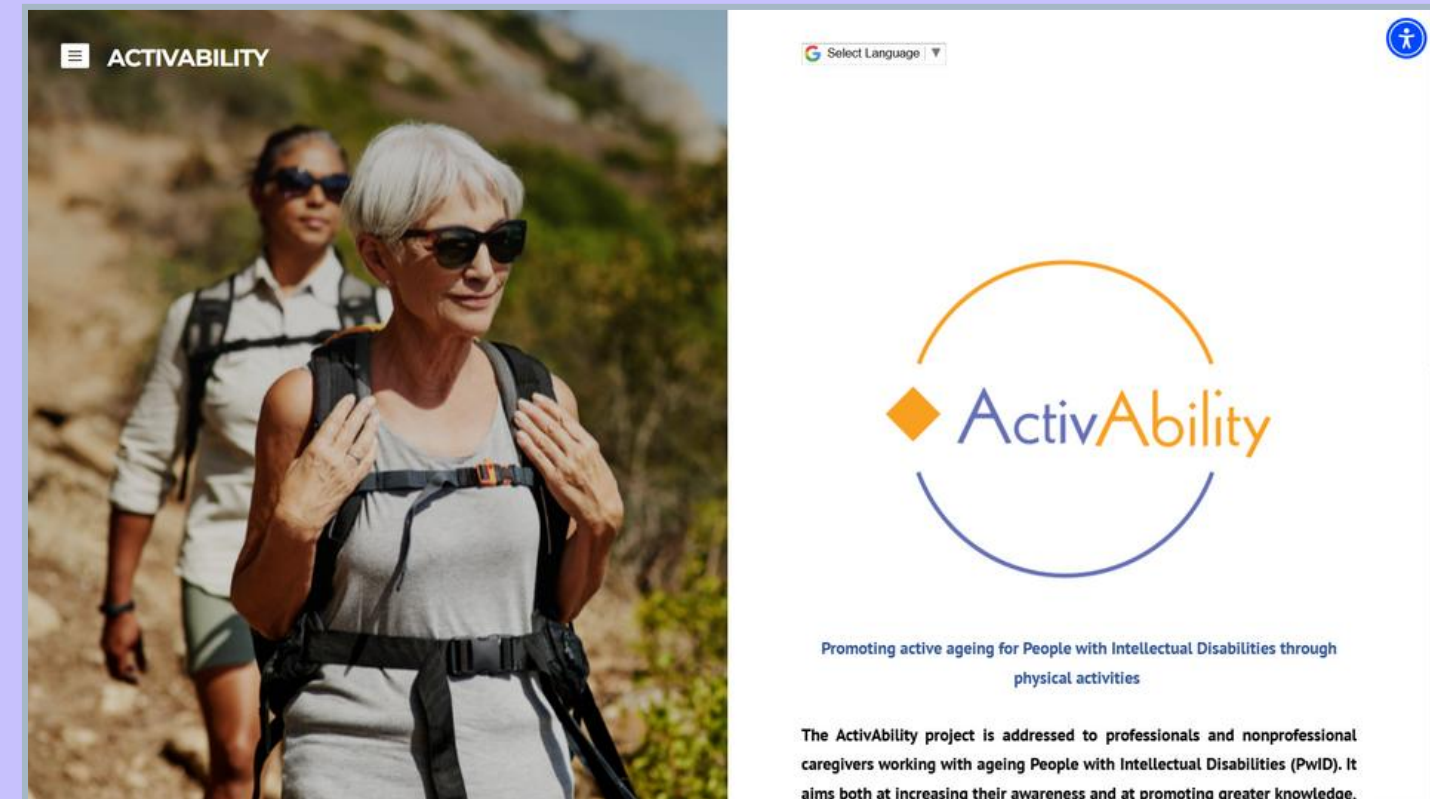
Descărcați-vă certificatul!

După ce ați finalizat cursul și chestionarul, veți putea să vă descărcați certificatul de participare la cursul de e-learning ActivAbility.

Felicitări!



Vă dorim o
experiență de
învățare
extraordinară!





Project Number: 2022-1-RO01-KA220-ADU000086744

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.