

“Het geeft een extra dimensie aan de organisatie van een sportdag”

Een sportdag organiseren voor kinderen met een verstandelijke beperking is nogal wat. Onder de noemer ‘Ik ben bijzonder’ van Fonds verstandelijk gehandicapten kun je het zelfs organiseren als maatschappelijke stage, eindexamenopdracht binnen LO2, BSM of ‘Meesterproef’ doen of door het verschuiven van leerlijnen. Hoe zet je zo iets op en hoe gaat het in zijn werk?

Door: Lidewij Hartman

‘Ik ben bijzonder’ zijn sportdagen voor mensen met een verstandelijke beperking. Leerlingen in het voortgezet onderwijs of van roc’s organiseren deze sportdagen in het kader van bijvoorbeeld een maatschappelijke stage. Doel is dat jongeren kennismaken met mensen met een verstandelijke beperking. Met een klas of groep organiseren de leerlingen een sportdag voor jongeren met een verstandelijke beperking uit hun omgeving. De leerlingen doen alles, dus zij regelen ook de financiën, de sponsoring en de invulling van de dag. John Brand is docent lichamelijke opvoeding op het Libanon Lyceum in Rotterdam. Afgelopen mei hebben mavo 4-leerlingen met het vak LO2 in hun pakket hun maatschappelijke stage afgerond met de organisatie van zo’n sportdag.

John kwam via via in contact met dit project van Fonds verstandelijk gehandicapten en hij zag meteen de mogelijkheden. “Het project ‘Ik ben bijzonder’ kwam op het juiste moment. Ik heb, jaren geleden, tijdens mijn opleiding op het Cios een keuzevak gehad, sportleider voor lichamenlijk en geestelijk gehandicapten.” Verontschuldigdend: “Dat noemden we toen nog zo. Ik had het dus al in mijn bagage. En een maatschappelijke stage is verplicht voor mijn leerlingen met eindexamenvak LO2. Voor mij was toen: één en één is twee.”

Drempel

“De leerlingen, die mee hebben gedaan aan ‘Ik ben bijzonder’, zijn rond de zestien jaar en beseffen niet dat niet iedereen ‘normaal’ is. Dit is een school in een grote stad met verschillende culturen en religies. De leerlingen hebben ook wel zo hun

probleempjes, maar dit is hun eigen veilige leefomgeving, hun referentiekader.” De docent van het Libanon realiseerde wel dat het een drempel kan zijn voor hun leerlingen. “Ik wilde voor de leerlingen contact met die doelgroep”, vervolgt John. “Je kan ook binnen je eigen veilige omgeving blijven, maar dit was een uitgelezen kans voor mijn leerlingen om buiten de kaders te kijken en te zien wat er nog meer is.” Kleine groepjes leerlingen van het Libanon Lyceum zijn eerst op visite geweest bij de VSO-school en hebben gepraat met de docent lichamelijke opvoeding. Hij heeft de leerlingen met zijn kennis over de doelgroep over de drempel geholpen. “Belangrijke uitgangspunten zijn: kijken naar de mogelijkheden van de leerlingen en contact leggen met de leerlingen. Bij eventuele uitbarstingen weten wat je moet doen, maar vooral positieve aandacht geven. De leerlingen kwamen terug met tips en tools en zijn daarmee voortvarend aan de slag gegaan: zij hebben een voorstel gemaakt voor een sportdag. De docent van de VSO-school was meteen enthousiast: dat gaan we doen!”, vertelt John. In de opzet met oefeningen en activiteiten hebben de leerlingen erop gelet dat deze eenvoudig aan het niveau van een leerling aan te passen zijn. Een activiteit met een tennisbal in plaats van een voetbal of met een pingpongbal in plaats van een tennisbal. Voor alle activiteiten gold: succesbeleving is het belangrijkste.

Kleur

Er deden tachtig leerlingen van de VSO-school mee en dat was ook genoeg. Ongeveer twintig leerlingen van het Libanon Lyceum hebben de sportdag georganiseerd. John vertelt hoe zij het hebben aangepakt. “We hebben eerst de taken verdeeld door commissies te vormen. Elke commissie was voor een gedeelte verantwoordelijk, bijvoorbeeld een activiteit. Daarnaast was er ook een algemene commissie, die hield het overzicht. Naar aanleiding van het bezoek aan de VSO-school hebben de leerlingen bedacht om de groepen een kleur te geven. Hier op school nummer je de groepen of je geeft ze een letter, maar voor leerlingen van de VSO-school was een kleur duidelijker.” Per onderdeel hadden drie leerlingen een taak: twee gaven de instructie bij de activiteit en één lette op de sfeer in de groep.”

Gloreren

Uitgangspunt bij de organisatie van een ‘Ik ben bijzonder’-sportdag is, dat deze moet aansluiten bij de mogelijkheden van de leerlingen van de VSO-school. Waar liggen de grenzen? Wat is gevaarlijk? Gaat het om tegen elkaar sporten of juist met elkaar sporten? John legt uit: “In overleg met de docent van de VSO-school hebben wij besloten om niet tegen



Handige tips van Ghislaine, Sebastian en John:

- zorg voor groepsleiders bij de groepen, zij weten hoe de kinderen kunnen reageren
- ga van te voren kijken en praten met degene die gymles geeft op de VSO-school
- verzin spelletjes en probeer deze zelf ook uit met de groep en pas eventueel aan
- zorg voor activiteiten gericht op succesbeleving, waarbij de leerlingen makkelijk voldoening krijgen.

elkaar, maar met elkaar te sporten. We gaan het samen doen en het is eigenlijk een prestatie tegen jezelf. Er zijn geen winnaars en geen verliezers. Met elkaar, wel kunnen scoren, want er zijn altijd leerlingen die willen kijken hoe goed ze zijn en deze moet je dan uitdagen. Doel is om alle leerlingen laten gloreren." De leerlingen van het Libanon hebben gekozen voor een circuitvorm van verschillende activiteiten met muziek. De dag startte met een gezamenlijk dansje met iedereen. Er was een hindernisparcours, een 'circushoek' en de mogelijkheid om penalty te schieten. En als de muziek stopte, was dat het teken om naar het volgende onderdeel te gaan.

Spannend

John: "Voor mijn leerlingen was het een spannende dag. Hoe gaat dit? Iets organiseren is al spannend, maar voor deze groep leerlingen helemaal. Het geeft een extra dimensie aan de sportdag." Voor John was het ook spannend. "Je geeft ze wel een verantwoordelijkheid. Mijn leerlingen moesten contact maken met de VSO-leerlingen. Ik heb ze geadviseerd: neem de leerlingen mee, doe iets voor, geef een compliment en maak oogcontact." Vanuit de VSO-school was er begeleiding mee voor de eigen leerlingen. "Sommige leerlingen kunnen ontploffen en hun kalmeren was dan iets voor de begeleiders. De VSO-school was tevreden en groepsleiders hadden een goed gevoel over de dag. In de voorbereiding hebben we ook tips en handvatten gekregen vanuit het Fonds verstandelijk gehandicapten hoe we zo'n project aan kunnen pakken. Dat was een makkelijk aanspreekpunt."

Keukentafel

Tijdens de laatste les van het schooljaar hebben de eindexamenkandidaten ervaringen uitgewisseld. Leerlingen en docent hebben kort gesproken over de invulling en de tijd. "Maar we hebben vooral veel gepraat over het contact met de leerlingen. Ook bij de diploma-uitreiking spraken ouders me aan over het project. Dat betekent dat er thuis over gepraat is aan de keukentafel. Er is bij de leerlingen iets teweeg

gebracht, ze hebben meer ervaring opgedaan dan alleen een sportdag georganiseerd. Leerlingen vonden het fantastisch!", vertelt John trots. Volgens hem hebben zij gewonnen aan alle kanten. "Ik heb specifiek voor deze doelgroep gekozen, omdat je deze jongeren niet zo snel in het dagelijks leven tegenkomt. En dat heeft gewerkt. Mijn mooiste compliment: deze activiteit leeft zo dat er écht over gepraat wordt, ook op school. De mavo 4-leerlingen van nu vragen of zij dit ook gaan doen. En dat gaan we zeker."

Ghislaine (16 jaar)

"Ik was eigenlijk niet zo enthousiast in het begin. Ik had niet echt ervaring met deze kinderen, dus eerst even aankijken hoe ze reageren. Ze hadden er veel zin in en ik dus ook. Gelukkig waren er veel begeleiders bij. Sommige leerlingen waren heel verlegen, maar als begeleiders meehielpen ging het beter. Het is heel anders dan dat je van tevoren denkt. Het samenwerken met mijn klasgenoten ging ook goed: wat de één niet kon, dat deed de ander. Voor mij is het een mooie herinnering. Het was weer eens wat anders."

Sebastian (16 jaar)

"Ik vond het wel grappig, het was nieuw. Het waren leuke kinderen, sommigen waren heel enthousiast en sommigen hadden geen zin. Ik liep de hele tijd blij te doen. Dat hielp ook als ze wat bang waren voor ons. Ik heb nu wel meer respect voor deze mensen. De eerste kennismaking was wel belangrijk, zodat je weet wat ze aan kunnen qua sport. We hebben iets leuks georganiseerd voor deze kinderen, echt iets extra's. Je leert dingen organiseren, maar ook verplaatsen in hun positie, zodat het past bij hen." ◀

Wil je meer informatie over 'Ik ben bijzonder' en de organisatie van deze bijzondere sportdag in het kader van bijvoorbeeld maatschappelijke stages? Neem contact op met Xandra Kok van Fonds verstandelijk gehandicapten, e-mail: x.kok@fondsverstandelijkgehandicapten.nl of telefoon 030 2363 777. Fonds verstandelijk gehandicapten ontwikkelt op dit moment een 'online toolkit' waarmee leerlingen zelfstandig deze sportdag kunnen organiseren. Deze zal medio 2012 klaar zijn.

Contact:
x.kok@fondsverstandelijkgehandicapten.nl