

Ambulante Begeleiding in het bewegingsonderwijs!

Leerlingen met motorische beperkingen in het regulier onderwijs

Een leerling met een motorische beperking binnen een reguliere school vraagt vaak om specifieke begeleiding, zowel in de klas als in de lessen bewegingsonderwijs. Passend bewegingsonderwijs betekent dan optimaal gedifferentieerd lesgeven middels aanpassingen zowel op regel- en materiaalniveau, als op groeps- en specifiek niveau. De ambulante begeleider bewegingsonderwijs begeleidt en adviseert bij dit maatwerk, zowel in het basis- als in het voortgezet onderwijs.

Door: Gwendolyn Abrahams en Marion Gidding

Passend Bewegingsonderwijs op REC Rivierenland cluster 3

Door de beperkingen heeft de leerling minder mogelijkheden in vergelijking tot de rest van de groep. Hij/zij ervaart relatief minder kracht, balans, coördinatie, conditie en snelheid. Daarnaast kunnen zich ziektebeeldgebonden problemen voordoen zoals asymmetrie of rijvaardigheidsproblemen. Deze beperkingen zijn vaak het gevolg van ziektebeelden als bijvoorbeeld spasticiteit, spierziekten, spina bifida, niet-aangeboren hersenletsel, jeugdreuma, kanker, e.d. Soms zijn oorzaken minder duidelijk zoals bij DCD of motorische achterstand.

Binnen het begeleidingstraject gaan we op zoek naar de (motorische) mogelijkheden van deze leerling. Er wordt hulpvraaggericht gewerkt en de advisering bestaat uit praktische handelingsadviezen om vervolgens te komen tot passend bewegingsonderwijs! Hieronder beschrijven we hoe dat bij REC Rivierenland in zijn werk gaat en vervolgens beschrijven we de overige diensten en producten op het gebied van bewegingsonderwijs.

Hulpvraag bewegingsonderwijs

Veel nieuwe leerlingen binnen REC Rivierenland worden in de eerste drie maanden geobserveerd en besproken. Aan de hand van het Screeningsformulier Bewegingsonderwijs wordt vastgesteld bij welke gymactiviteiten de leerling problemen ervaart. Vervolgens formuleren we de hulpvraag. Veel voorkomende vragen zijn:

- Wat kan en mag de leerling? Welke gymactiviteiten zijn haalbaar en geschikt?
- Wat houdt de handicap in? Wat zijn de gevolgen voor het bewegingsonderwijs?
- Hoeveel aandacht kan ik deze leerling geven zonder dat ik de rest van de klas te kort doe?
- Hoe verleen ik deze leerling het best hulp?
- Met welke materialen kan de leerling beter meedoen?
- Hoe rijdt een leerling in een (elektrische) rolstoel veilig tussen de andere leerlingen?

Kortom allemaal praktische vragen waarvoor concrete adviezen nodig zijn, afgestemd op de mogelijkheden en de beperkingen van leerling en school.



Samen bewegen!

Handelingsadviezen middels aanpassingen en alternatieven

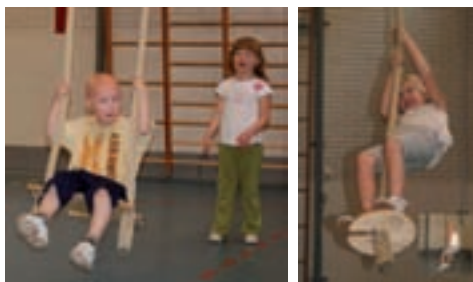
Het gaat erom dat de leerling zo optimaal mogelijk deel kan nemen aan de verschillende toestel- en spelactiviteiten van de klas. Je kunt dan kiezen voor aanpassingen van de reguliere activiteiten, alternatieve- en/of groepsactiviteiten.

Aanpassingen binnen de reguliere activiteiten verdienen altijd de voorkeur omdat de leerling met een motorische beperking hierbij geen uitzonderingspositie hoeft in te nemen.

Als aanpassingen binnen de gegeven leersituaties moeilijk te realiseren zijn, kies je voor **alternatieve activiteiten**. Bij onderdelen als hoog- of bokspringen, touwklimmen of conditietesten mag de leerling dan (samen met anderen) iets anders doen zoals schommelen, glijden of rijden.

Groepsactiviteiten als acrogyt, groene spelen, familieschommels,

Activiteit	Aanpassingen/alternatieven
Balanceren (over banken en diepspringen vanaf kast)	<ul style="list-style-type: none"> - N. heeft te weinig spierkracht in de benen om door te veren en zijn gewicht goed op te vangen. Bij deze hoogte liever zelfstandig buikliggend eraf glijden dan volledig afhankelijk eraf tillen. - Korfbalpaal bij op-/afstapplaatsen. - Breed balanceervlak en lagere kast. - Liever één arm laten gebruiken voor het vasthouden. De andere arm kan evt. balansverstoringen corrigeren. Hulpverleners aan de mindere zijde. - Alternatieven: glijden i.p.v. diepspringen.
Klimmen (schuin wandrek, strekhang en afspringen)	<ul style="list-style-type: none"> - Begeleiding: eerst aan de voorkant van het wandrek totdat hij zit, dan aan de achterkant het lichaamsgewicht opvangen. - Letten op grip handen en voetenstand. N. leren dit zélf continu te controleren. - Het hangen in stilhang eerst checken op knijpkracht handen. - Via de zijkant om het wandrek heen klimmen. - Alternatieven: naar beneden klimmen of glijden i.p.v. hangend afspringen.
Touwzwaaien (van bank naar matje)	<ul style="list-style-type: none"> - N. heeft te weinig spierkracht in de armen om langdurig hangend te zwaaien. - Begeleiding: meelopen tijdens de zwaai. Eventueel touwcorset of achtknoop. - Brede afzet- en landingsvlakken. - Alternatieven: steun- of zittend zwaaien op schommelschotel en -plank.

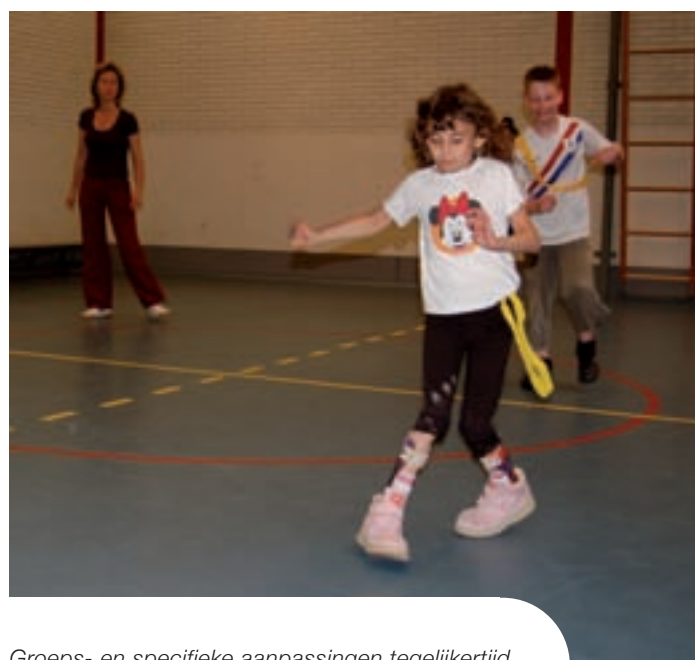


Met zo'n aanpassing kun je langdurig of zelfs staand zwaaien

parachute, circus, mikken of tafeltennis, zijn voor genoemde leerling vrij toegankelijk en dus een goed alternatief.

Enkele voorbeelden van mogelijke aanpassingen en/of alternatieven middels een casus:

Casus: N. is een jongen met progressieve spierziekte Duchenne. Hij zit in groep 5 van de basisschool. Hij loopt (nog) tijdens gym maar gebruikt voor de langere afstanden een rolstoel.



Groeps- en specifieke aanpassingen tegelijkertijd




Bij spel zijn de aanpassingen gerelateerd aan de verschillende functies dat wil zeggen: tikkers, lopers en balbezitters en onderscheppers. De aanpassingen zijn allereerst gericht op *groepsniveau*. Als dit niet voldoende is, kun je *specifieke aanpassingen* toevoegen voor leerlingen die daar zelf voor kiezen (dus niet uitsluitend de leerling met beperking).

Passend bewegingsonderwijs

Door het aanbieden van aanpassingen en eventuele alternatieven kun je de mogelijkheden van de leerling met beperkingen vergroten. Deze leerling vormt de aanleiding tot expliciet differentiëren waardoor de les vaak voor alle leerlingen aantrekkelijker wordt, immers de betere bewegsters worden ook extra uitgedaagd! Hiermee zijn we aangekomen bij het kernpunt van de Ambulante Begeleiding nl. het denken in mogelijkheden waardoor de aanwezigheid van een leerling met beperkingen als een uitdaging wordt ervaren en voor de lesgever de aanleiding vormt tot *vernieuwd lesgeven op maat!*

De Gyntas Basisonderwijs

Maatwerk kan op leervoorstel- maar ook op materiaalniveau. Materialen die aanpassingen mogelijk maken zijn samengesteld in De Gyntas Basisonderwijs, die is ontwikkeld door de Ambulant begeleider bewegingsonderwijs van REC Rivierenland. Het is een handige sporttas op wielen, speciaal samengesteld voor deze doelgroep. Toegevoegd zijn een gebruikers-handleiding en een DVD met praktijkvoorbeelden. We kennen een Onderbouw tas en

Activiteit	Aanpassingen/alternatieven
Balvaardig-	<ul style="list-style-type: none"> - N. koppelen aan balvaardige medeleerling zodat bal goed aangespeeld wordt. - Vangen; grotere, lichtgewicht bal of ballon i.v.m. tragere vlucht. Aanspelen via stuitpass met een goed stuiterende bal. - Werpen; kleinere inknijpbare bal of andere materialen zoals pittenzakjes, jongleerballetjes, foamsperen, frisbees... - Gymtas Basisonderwijs.
Jagerbal	<p>N.-als-loper;</p> <ul style="list-style-type: none"> - groep; vrij- en schuilplaatsen (gebieden of markeerschijven). - specifiek; regel 'beperkt tikvlak' door alleen de voorkant van het lichaam te laten gelden en/of 'extra leven'. <p>N.-als-jager;</p> <ul style="list-style-type: none"> - groep; jagersgebied invoeren bijv. poort van pionnen. Als je daar doorheen durft krijg je een extra bonus. Als N. bij de poort blijft kan hij wellicht de betere bewegers ook eens afgooien.
	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p><i>Vrijplaatsen voor de hele groep</i></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><i>De pelletzbal</i></p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div>
Slagbal (van bank naar matje)	<ul style="list-style-type: none"> - materiaal; kleine inknijpbare pelletzbal die makkelijk oppakt, in de hand blijft liggen en snel stil ligt. - specifiek; N. mag tikken (eventueel met tikstok). <p>N.-als-slagman;</p> <ul style="list-style-type: none"> - groep; slagstatief, lichtgewicht knuppel en bijbehorende bal. - specifiek; bal werpen of slaan met racket of hockeystick. Op moment van slaan, staat de veldpartij verder in het veld. <p>N.-als-honkloper;</p> <ul style="list-style-type: none"> - specifiek; tussenhonken. Veldpartij krijgt extra opdracht dat meer tijd kost (bv. overspelen via alle velders). N. kan rolstoel gebruiken. <p>N.-als-velder;</p> <ul style="list-style-type: none"> - groep; zachte, felgekleurde bal die makkelijker te vangen is dan tennisballetje. - specifiek; achterin in het veld staan zodat je bal beter ziet aankomen. Regel 'aanraken is voldoende' (honklopers stoppen totdat bal bij andere velder is). <p>N.-als-brander;</p> <ul style="list-style-type: none"> - specifiek; met achtervanger en/of 'aanraken is voldoende'.



De Gymtas Basisonderwijs

een Bovenbouwtas. Enkele voorbeelden:

- vangen & werpen; de ballen zijn langzamer, stuiteren goed en met één hand makkelijk hanteerbaar
- rekening houdend met coördinatieproblemen: rackets en sticks met verkorte stelen
- rekening houdend met verminderde spierkracht: schommelschotel/ -plankje, lichtgewicht slagplankjes
- tikspelen: markeerplaatsen, tikstok, pelletzbal, foamballen
- de bovenbouwtas bevat materialen voor spelen als slagbal, voetbal en tafeltennis.

Daarnaast kan de Gymtas prima ingezet worden bij vervangende activiteiten zoals badminton met shuttle-aan-draad, jongleer- en hockeyachtige spelen.

Overige hulpvragen

Naast de begeleiding binnen de lessen bewegingsonderwijs kunnen er ook hulpvragen zijn op aspecten die raakvlakken hebben met

bewegingsonderwijs:

Buitenspelen: hoe kan deze leerling actiever en zinvoller meedoen? Zijn er extra materialen en/of spelletjes voor buiten?

Zwemmen: beperkingen als verminderde spierkracht, conditie en/of asymmetrie kunnen nadelige gevolgen hebben op de zwemvorderingen waardoor het kind het plezier in het zwemmen kan verliezen. De advisering is hierbij veelal van zwemtechnische aard.

Sportdeelname: deze leerling komt in zijn vrije tijd vaak belemmeringen tegen bij het sporten. Dit kan simpelweg al bij het vervoer, zeker bij rolstoelgebondenheid, naar een (aangepaste) sportclub. Deelname aan de

sport kan ook vastlopen omdat de leerling te weinig mogelijkheden heeft of de vereniging te prestatiegericht is voor deze leerling.

Samen met ouders en de leerling gaan we op zoek naar geschikte sport- en spelmogelijkheden in de omgeving. Tijdens deze zoektocht doen we veelal een beroep op het sportstimuleringsproject Special Heroes, bedoeld voor leerlingen van 6 tot 20 jaar met een chronische ziekte of met een lichamelijke, verstandelijke of meervoudige beperking in het Speciaal Onderwijs.

Het project wil genoemde leerlingen laten ervaren hoe leuk sporten met een beperking kan zijn. De kennismakingsprogramma's starten binnen de school, maar daarna vindt het vervolg buiten schooltijd plaats. *Special Heroes* werkt nauw samen met sportverenigingen in de buurt.

Overig aanbod: Motorische Remedial Teaching (MRT)

Binnen REC Rivierenland bestaat de mogelijkheid leerlingen aanvullend te laten testen op motorisch gebied. Dit kan zowel door de aanwezige MRT-er als de fysiotherapeut.

Met behulp van de Onderwijsgeschiedte Motorische Test of de Movement ABC Test brengen we de motorische ontwikkeling van het kind in kaart. Uit de testgegevens volgen gerichte adviezen waarmee een kindgericht *handelingsplan* opgesteld kan worden. Het kind, de school en/of ouders kunnen hiermee direct aan de slag. Na een periode van training wordt een hertest afgenomen om



Met shuttle-aan-draad is badminton voor iedereen mogelijk

de vorderingen te evalueren en het vervolg vast te stellen.

De motorische screening is tevens mogelijk voor leerlingen zonder indicatie. Hierdoor kun je kinderen met motorische problemen al vroeg signaleren en zo achterstanden voorkomen.

REC Rivierenland

REC Rivierenland is een samenwerkingsverband voor onderwijs en dienstverlening aan zeer moeilijk lerende, langdurig zieke, lichamelijke- en meervoudig gehandicapte leerlingen in de regio Nijmegen-Gennep-Tiel. Het REC ontwikkelt expertise en deelt deze met de reguliere scholen door het bieden van ambulante begeleiding aan leerlingen in basis-, voorgezet onderwijs en MBO. Daarnaast biedt het REC diensten en producten zoals bij- en nascholing, literatuur en

materialen. Voor beweging en motoriek zijn dat o.a. de **workshops Bewegingsonderwijs op maat en MRT**.

In het kader van Passend onderwijs (2011) zijn de samenwerkingsverbanden verantwoordelijk voor onderwijs op maat aan alle leerlingen binnen het verband, met of zonder beperkingen. Voor kinderen met motorische beperkingen of -achterstanden zal de inzet van een specialist bewegingsonderwijs en/of een motorisch remedial teacher steeds vaker gewenst zijn....

Gwendolyn Abraham is ambulant begeleider bewegingsonderwijs en MRT-er.

Marion Gidding is ook ambulant begeleider bewegingsonderwijs.

Foto's: Gwendolyn Abrahams.

Correspondentie:

m.gidding@abrecrivierenland.nl

g.abrahams@abrecrivierenland.nl

links:

www.recrivierenland.nl

www.specialheroes.nl

