

Hanzehogeschool Groningen
University of Applied Sciences

kenniscentrum sport & beweging

Stichting Special Heroes
Inspiratie

Windesheim

Move to make a difference

**Studiedag Alles in Beweging:
Plezier in bewegen voor het kind met gedragsproblemen**

En wat nu als ik meer wil weten: www.hanze.nl/lps

Remo Mombarg Arjan Pruim
share your talent.
move the world.

1

Wat gaan we doen?

Plezier in bewegen voor het kind met gedragsproblemen

- Waarom kinderen met gedragsproblemen minder sporten
- Waarom sport wel van belang kan zijn
- Wat maakt sport en bewegen complex?
- Hoe kan je hier rekening mee houden
- Aan de slag
- Terugblik en vooruit kijken

2



3



4



5

Hoe krijgen we alle kinderen aan het sporten?

The diagram consists of three interlocking gears on a light blue background. The top gear is yellow and labeled 'Participatie Gezondheid Ontwikkeling'. The bottom-left gear is orange and labeled 'Sport Deelnemers'. The bottom-right gear is brown and labeled 'Sport Vaardigheid Beleving Gedrag'. Arrows indicate a clockwise flow between the gears. To the left of the diagram is a photograph of a person in a grey hoodie and camouflage pants standing on a paved path, looking towards a fenced-in sports field where several people are playing.

6



7

Wat Kelvin allemaal moet kunnen in deze (sociale)context

Inschatten intenties van de ander	Grapjes herkennen/onderscheiden van pesten
Overspelen: samenwerken	Iets weigeren
Scheidsrechter/coach: kritiek ontvangen	Onderhandelen
Op zijn beurt wachten	Complimenten ontvangen
Zelfstandig werken	Weer meedoen na een time-out (afwijzing?)
Hulp vragen	Vragen om weer mee te mogen spelen met....
Reageren op pesten	Etc etc

Breedveld et al., 2010

8

De negen vinkjes van het kind met gedragsproblemen

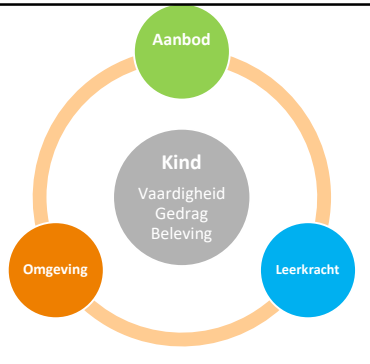
9

De negen vinkjes van het kind met gedragsproblemen

	Niet waar	Een beetje waar	Zeker waar
Ik probeer altijd te zijn tegen andere. Ik houd rekening met hun gevoelens	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben rooibos, ik kan niet bang schrikken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ik heb vaak boedjes, knipjes, of ik ben zwaaijend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ik ben gemakkelijk met andere (omroep, spreken, problemen, enz.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ik voel me vaak niet veilig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ik ben angstig op school. Ik voel meestal alleen of mensen me niet met andere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ik doe meestal niet wat wordt opgedragen	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik prikkel veel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ik krijg meestal de schuld toegewezen, van mezelf of van mijn vader	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

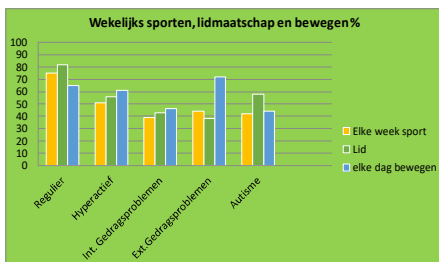
10

Hoe dan wel?



11

Hoeveel sporten deze kinderen



12

Casus



13

Welke sport, waar?

Buiten



Binnen



14

Welke sport, alleen of samen

Alleen



Samen



15

Drempels 'Kinderen achter me enzo, vond ik wel heel erg spannend'



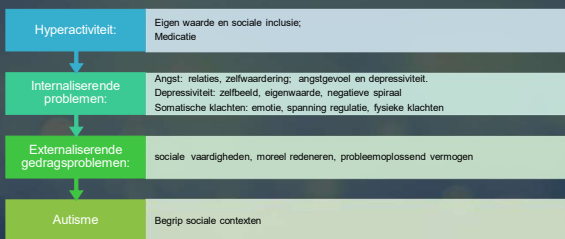
16

Sport-drempels

- Algemeen**
 - Geen zin, geld, tijd, negatieve ervaringen
- Externaliserende gedragsproblemen**
 - Minder sociale vaardigheden is minder deelname, vooral bij agressief gedrag
- Hyperactiviteit**
 - Vooral bij fouten in teamverband
- Emotionele problemen**
 - Angst: meer angst betekent minder sport. Vooral competitieve sport.
 - Depressiviteit: sterke koppeling aan eigenwaarde en sportdeelname.
 - Somatische klachten: fysieke klachten geven de drempel vooral bij sterk inspannende sporten en stressvolle situaties.
- Autisme**
 - Minder sociale vaardigheid
 - Minder motorische vaardigheid

17

Betekenis van sport



18

Voorwaarden sportdeelname

Externaliserende gedragsproblemen

- sporten met respect en structuur (fairplay); ervaren trainers als rolmodel

Hyperactiviteit

- Individuele sporten of groepssporten met positieve benadering van de coach

Emotionele problemen

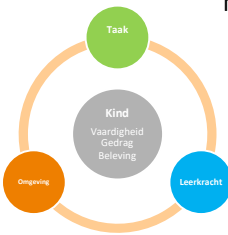
- Vooral niet competitieve sporten en teamsporten met een hoge status
- Plezierige, matig intensieve, zorgvuldig opgebouwde activiteiten
- Succeservaring en mogelijkheid tot sociale interactie en ondersteuning

Autisme

- Gestructureerde sporten met eigen momentje, begeleiding concreet

19

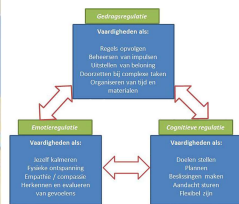
Hoe dan wel?



- Tien gedragsvaardigheden**
- Het arrangement** 1 (onder begeleiding) een veilig bewegingsarrangement helpen inrichten
2 herstellen en aanpassen van het arrangement
- Regels** 3 handelen volgens afgesproken regels
4 afspraken maken over team- en groepsindeling
5 verdelen en wisselen van taken en functies
6 hulpverlenen bij een activiteit
- Reflecteren** 7 reflecteren op het eigen (bewegings)handelen en reflecteren op de activiteit
8 een inschatting maken van eigen bewegingsmogelijkheden
9 stimuleren en coachen van anderen
- Overige gedragsdoelen** 10 reguleren van de eigen emoties

20

ADHD kinderen hebben moeite met.....zelfregulatie



share your talent. move the world.

21

Zelfregulatie van eigen leren: niveau kiezen



22

Zelfregulatie op gedrag: niveau kiezen

Speelregels leren

Wilt kan je al goed? En wat zou je in de gymles nog wat beter kunnen doen?

	Welke ster past bij jou?		
	Ik kan het nog niet oefenen	Ik kan het nog een beetje oefenen	Ik kan het al goed!
Ik weet niet meer de spelregels van een spelletje	★	★	★
Ik loop niet de juiste manier op als ik een bal heb	★	★	★
Ik ga te snel naar voren in de oefening	★	★	★
Ik ga te snel naar voren in de oefening	★	★	★

BETEKENISVOL LEREN

Unihockey

- Ik wil de bal leren schieten.
- Ik wil de bal leren passen en aanpakken.

Beoordeling

Vertrouwen

Participatie ontwikkeling

Veiligheid

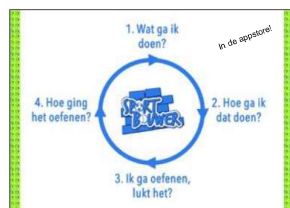
Regioet

Vertrouwen ontwikkeling

23

Stappen

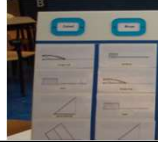
- Benoemen van eigen mogelijkheden
- Vooraf haalbaarheid bekende situatie
- Achteraf hulp of ander niveau
- Vooraf hulp of ander niveau
- Vooraf hoe beste leren
- Achteraf terugblik op leren
- Zelf bijstellen van eigen leeromgeving (hulpverlening, situatie)



share your talent. move the world.

24

Wat zijn geschikte situaties?



25

Casus



26

Bewegingsbreak

- Maak 2-tallen
- Er verschijnen zo sommen: zo veel mogelijk hardop!
- De ander mag je afleiden door contact, geluid en visuele prikkels


27

Sum up

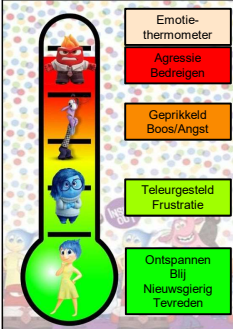
Oefening 1	Oefening 2	Oefening 3	Oefening 4
1. 991 x 4 =	1. 493 x 3 =	1. 946 x 3 =	1. 158 x 1 =
2. 113 x 6 =	2. 582 x 1 =	2. 487 x 2 =	2. 977 x 5 =
3. 148 x 5 =	3. 237 x 9 =	3. 179 x 8 =	3. 473 x 3 =
4. 495 x 5 =	4. 774 x 1 =	4. 685 x 1 =	4. 770 x 7 =
5. 411 x 4 =	5. 991 x 5 =	5. 822 x 2 =	5. 317 x 2 =
6. 936 x 1 =	6. 381 x 8 =	6. 758 x 4 =	6. 392 x 4 =
7. 190 x 7 =	7. 385 x 5 =	7. 379 x 6 =	7. 312 x 6 =
8. 303 x 5 =	8. 178 x 6 =	8. 753 x 2 =	8. 495 x 6 =
9. 544 x 3 =	9. 624 x 3 =	9. 399 x 3 =	9. 943 x 4 =
10. 615 x 5 =	10. 559 x 5 =	10. 734 x 6 =	10. 270 x 7 =

share your talent. move the world.

Angst en agressie: gymles is spannend



share your talent. move the world.



Emotie-thermometer

Agresie Bedreigen	Reactie per fase is anders! Afkoelen, weg uit de situatie (geen schuld, later contact herstellen)
Geprikkeld Boos/Angst	Geef veiligheid, structuur bieden, begrenzen
Teleurgesteld Frustratie	Stimuleer probleem benoemen, gewenst gedrag, alternatieven bieden
Ontspannen Blij Nieuwsgierig Tevreden	Nieuwe vaardigheden leren Prikkelen, uitdagen

STOP
Wanneer stop je? (Wanneer heb je adem nodig?)
Houd rekening met elkaar's gevoelens.

DENK
Wat is het probleem? Welke keuzes heb je?
Wat is het grootte van je opdracht?

KIES
Maak een keuze.
Zoek iemand die jou kan helpen.

Hulpschema kind

1. Stop (evt. steun van leraar).
2. Benoem boosheid (groen- rood/ 1-10).
3. Bij rood ga op pauze-bank (steun leerkracht)
4. Stop (zelf op teken).
5. Benoem zelf eigen emoties.
6. Bij rood ga op pauze-bank.
7. Kies eigen terugkeermoment

share your talent. move the world.

31

Voorkomen is beter dan genezen	Situatie, wordt er direct duidelijk	looproute, start finish zijn er bots/drukke banen organisatie lesgewichten (hoe lang duurt dit?)
	Taak	Is er voldoende tempo en beleving? Wordt er op maat/gedifferentieerd gewerkt/is er keus?
	Leerling	Wat is het gewenst gedrag in de situatie? Hoe weten leerlingen dit? Welke intentie heeft de leerling
	Leerkracht	Hoe maak je contact en geef je erkenning? Waarin werk je preventief? Ben je consequent (waar zit de grens?)

32

Casus; Hier loopt de emotie op

33

Aan de slag

- Groepjes van 3 a 4 collega's
- Het doel is nadenken (en uitwisselen) over passende bewegingssituaties voor de kinderen (ontwerpen en begeleiden)

Drie opties

- 1) Casus Omer (filmpje van zojuist)
- 2) Eigen casus
- 3) Gedragmatig leren binnen spelsituaties



We verzamelen jullie ideeën/creaties en delen dit achteraf met jullie

34

Bouw een plan voor Omer en zijn klasgenoten:

- 1) Kies een gedragsvaardigheid waarmee je aan de slag wilt
- 2) Wat zouden Omer en zijn klasgenoten kunnen leren om beter te leren deelnemen aan tikspelen?
 - a) Bedenk zoveel mogelijk gedragsdoelen (gewenste gedragingen) en noteer deze.
 - b) Probeer gedragsdoelen zo te formuleren dat ze voor de leerlingen te begrijpen zijn.
 - c) Probeer de doelen te ordenen toenemend in complexiteit.
- 3) In deze casus ligt de oorzaak vermoedelijk niet alleen aan de (gedrags)vaardigheden van leerlingen. In de taak/het aanbod valt ook nog wel wat winst te behalen.
 - a) Bedenk een opbouw/differentiaties binnen tikspelen (toenemend in complexiteit) Verhoud je tot de gekozen gedragsvaardigheid
 - b) Vul aan met zoveel mogelijk variaties (kinderen hebben oefentijd nodig).
- 4) Omschrijf hoe je de leerlingen wilt gaan ondersteunen bij het leren. Hoe zorg je voor succeservaring en opbouw van zelfvertrouwen. Wellicht onderstaande strategieën inzetten?
 - Conditioneren bv; belonen/straffen(begrenzen)/gewenning aan omgeving
 - Zelfregulatie; Inzicht verkrijgen in eigen gedrag/ aanleren eigen strategieën
 - Sociaal leren; door imiteren/nadoen

35

Tips

Competentie (gevoel van kunnen)

- Wat je verwacht gebeurd vaak ook
- Creëer succesmomenten (alleen, samen, tegen) & visualiseer gedragsvaardigheden
- Nieuwe gedragsvaardigheden leer je aan als het probleemgedrag er niet is (cognitief vermogen daalt als iemand boos is).
- Werk aan "er woorden aan kunnen geven" (leerlingen hebben taal nodig).

Autonomie (gevoel van zelf mogen kiezen/sturen)


- Je biedt keuze waar mogelijk; volgorde van oefenen/keuze uit oefeningen/keuze uit wijze van uitvoering/keuze van maatje/inspraak bij leerdoel (keus uit twee is ook een keus)
- In samenspraak regels en afspraken maken (kies waar de mate van sturing)
- Neem kinderen mee in je verwachtingen en maak het belang van (gedrags)leerdoelen helder.

Relatie (gevoel van erbij horen zowel klas als leerkracht)


- Eerst contact leggen later corrigeren
- Corrigeer van dichtbij complimenteer van veraf
- Van strijden naar helpen
- Intervenieer met een lange termijn perspectief
- Relaties herstellen en bied structuur na een conflict
- Werk aan alternatieven om te corrigeren (humor, non-verbaal, afleiden).

36


Hoe nu verder



KIES EEN DOEL
MET JE GROEP?



WIE HEB JE
NODIG?



WAT IS DE
EERSTE STAP?

share your talent. move the world.

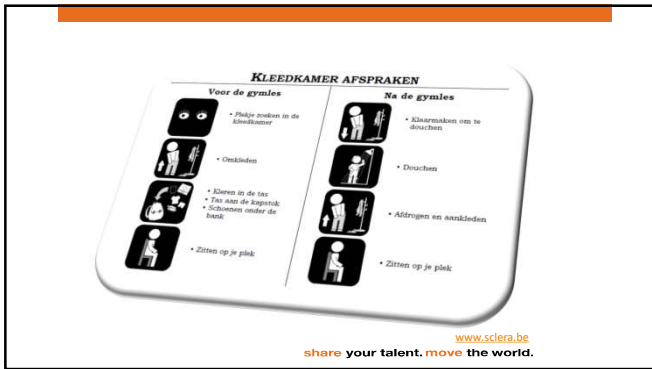
37



38



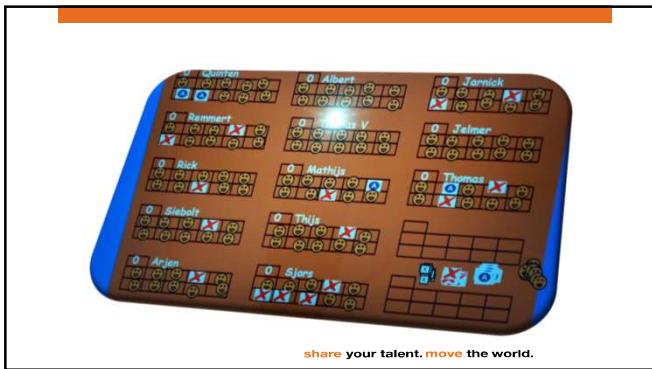
39



40



41



42

Time out plek




share your talent. move the world.

43

Lees tips

- Plezier in bewegen voor ieder kind (Mombarg, van den Berg en van de Geer)
- Dit is ADHD (A. Paternotte & J. Buitelaar)
- SEL (Sociaal emotioneel leren)
- Leven met autisme (M. Delfos)
- Korte lontjes (Hans Kaldenbach)
- Gemotiveerd leren en lesgeven (Ros, A)
- Pedagogische tact (Luc Steevens Geert Bors)
- Weten wat te doen wanneer je niet weet wat te doen (Max van Manen)



12-6-2022

share your talent. move the world.

44
