

Bewegingsonderwijs voor de basale ontwikkelingsgroepen met autisme spectrumstoornis

Anke Voulon

Leerkracht Liduinaschool voor ZMLK Breda

Binnen het speciaal onderwijs vinden ook op een aangepaste wijze de lessen bewegingsonderwijs plaats. In mijn adviesnota heb ik een basis gelegd om ervoor te zorgen dat ook leerlingen met een ontwikkelingsleeftijd van 12 maanden t/m 2,5 jaar (en daarnaast een autismespectrum stoornis optimaal kunnen bewegen tijdens de gymles.

Autisme is een stoornis in de informatieverwerking. In de vele processen die in onze hersenen afspelen kunnen veel zaken fout gaan. Bij kinderen met autisme is veelal sprake van een gebrekkige samenhang tussen afzonderlijke waarnemingen, waardoor dingen en situaties voor deze kinderen een andere betekenis krijgen. Daarnaast hebben zij grote moeite met het zich verplaatsen in anderen, zodat sociale situaties niet worden begrepen of aangevoeld en sociaal gedrag moeizaam tot ontwikkelen komt (bron: Leerlingen met autisme in de klas)

Begeleidingsafspraken

Groepsverdeling

De lessen bewegingsonderwijs duren gemiddeld 40 minuten. Dit vraagt van de leerlingen een grote spanningsboog en dat is voor hen met een ontwikkelingsniveau wat gemiddeld rond de 2,5 jaar ligt niet haalbaar. De leerlingen hebben behoefte aan veel individuele begeleiding, dat kan gegeven worden door de groep leerlingen in tweeën te splitsen en optimaal gebruik te maken van de personele bezetting. In dit geval een groepsleerkracht, vakdocent, klassenassistent en een zorgassistent. Een groep krijgt dat bewegingsonderwijs aangeboden (begeleidt door een vakdocent, leerkracht en zorgassistent), terwijl de andere groep in een aparte ruimte een andere activiteit krijgt aangeboden van de klassenassistent.

Binnenkomst/ afsluiting les

Geef de leerlingen structureel steeds bij binnenkomst in de gymzaal structureel dezelfde plek. Het liefst op een bank, dit geeft visuele ondersteuning en leerlingen kunnen letterlijk voelen dat de les begint. Wanneer de les voorbij is maakt de leerkracht een duidelijk 'klaar' gebaar, waarna de leerlingen terug op de bank gaan zitten. Ze voelen dan weer dat de les letterlijk klaar is.

Herhaling, herhaling

Belangrijk voor de leerlingen is dat ze weten wat er van hen verwacht wordt in de gymles door ze veel herhaling aan te bieden van les op les geeft dit duidelijkheid en bevordert de zelfstandigheid van de leerlingen. Dit leidt uiteindelijk tot het zelfstandig uitvoeren van eenvoudige bewegingsactiviteiten. Wanneer je een nieuw onderdeel wilt aanbieden kun je al het 'bekende' voor de leerlingen laten staan en het nieuwe onderdeel voor de leerling begeleiden.

Geef op school middels het dagsysteem van de leerling aan wat we gaan doen in de les bewegingsonderwijs is het een parcours of een spelles.

Lesinhouden

- Werkvorm parcours

De werkvorm parcours geeft de leerlingen 'veiligheid' er is een duidelijk begin en eindpunt, waardoor ze zo zelfstandig mogelijk heen kunnen gaan. In het parcours kunnen veel verschillende bewegingsthema's en leerlijnen worden gepast, als ze visueel duidelijk zijn. (deze werkvorm wordt het meeste in de praktijk gebruikt)

- Werkvorm eenvoudige spelvormen

Herhaling is ook in spel heel belangrijk. Eenvoudige spelletjes die je met de leerlingen in spel kunt doen zijn:

- Over rollen met een bal, via een bank
- Overgooien met een bal
- Een net over de breedte van de gymzaal plaatsen en leerlingen op deze wijze naar elkaar over laten gooien
- De leerlingen met ballonnen en rackets naar elkaar laten slaan
- Rijden, een leerling zit op een karretje en de andere leerling trekt eraan
 - Circuits

Het werken in circuits is alweer voor de leerlingen die net wat meer aan kunnen dan de rest van de groep.

Fysieke ondersteuning

Fysieke ondersteuning speelt een belangrijke rol in de begeleiding van de leerlingen. Je neemt de leerlingen letterlijk aan de hand door de gymles heen, omdat ze verbaal en visueel de opdracht niet begrijpen om hem zelfstandig uit te kunnen voeren.

Geef leerlingen ook de ruimte om af en toe niet/nauwelijks gebruik te maken van de fysieke ondersteuning. Het doel is dat de leerlingen zelfstandig de bewegingactiviteiten uit kunnen gaan voeren. Ook hebben leerlingen in de gymzaal een hoge bewegingsdrang waardoor ze even moeten kunnen 'ontladen'. Dit kun je ze aanbieden door ze even vrij te laten in de zaal, zie ook het onderdeel ontdekkend leren.

Visuele ondersteuning

In de praktijk is het zo dat de leerlingen in de aanvangsgroepen de meeste fysieke begeleiding krijgen. Dit zijn groepen met 'jonge kinderen' zij vragen letterlijk in om een 'hand' om zo de les bewegingsonderwijs te doorlopen. Wanneer de leerlingen eraan toe zijn om zelfstandiger te gaan werken wordt er tijdens sommige lessen bewegingsonderwijs gebruik gemaakt van pictogrammen of foto's. Zodat aan de leerling de activiteit wordt duidelijk gemaakt en de zelfstandigheid wordt bevorderd.

Communicatie

Belangrijke punten in de communicatie zijn:

- maak gebruik van gebaren, naast picto's en gebaren, deze worden aangeleerd door de logopediste
- Voordoelen, Het uitleggen d.m.v. gesproken taal is voor het allergrootste gedeelte van deze leerlingen te moeilijk. Als vakdocent moet je vooral voordoelen, voordoelen, voordoelen en laat de leerlingen kijken of de beweging samen ervaren. Denk hierbij aan het samen klimmen in een klimrek, samen springen in de minitramp, samen gooien van een bal in een doel. Doe actief mee, dat werkt altijd stimulerend, ook bij reguliere groepen.
- Korte duidelijke zinnen Geef in woorden/ korte zinnen aan wat ze moeten doen denk hierbij aan zinnen als: '(naam leerling) nee.' (naam leerling) goed gedaan" Spreek als begeleiders onder elkaar zo min mogelijk, zodat de leerlingen niet afgeleid worden.

Zo veel mogelijk bewegen

Je kunt de leerlingen zoveel mogelijk laten bewegen zoals al eerder in de begeleidingsafspraken staat beschreven, maak kleine groepjes, geef leerlingen veel individuele begeleiding, visuele ondersteuning, herhaling, structuur. Zo komen de leerlingen tot maximaal bewegen in de gymles.

Ontdekkend leren

Zoals al veel is geschreven over fysieke begeleiding door het kind letterlijk aan de hand mee te laten nemen over het parcours is het van tijd tot tijd ook belangrijk dat de leerlingen de ruimte krijgen om zelf te gaan ontdekken. Ontdekken kun je doen aan het einde van de 20 minuten, werk 15 minuten met het kind intensief en geef ze de ruimte en mogelijkheden (materialen) om tot ontdekkend leren te komen. Geef wel ook in het ontdekkend leren duidelijk je grenzen aan, wat kan wel en wat kan niet, zo mogen de leerlingen nooit in het berging en moeten ze in de gymzaal blijven.

Samen werken - samen spelen

Het samen werken door bijvoorbeeld een activiteit met meer dan 2 personen uit te voeren zal voor de leerlingen van de basale vormingsgroepen met autisme spectrumstoornis heel erg moeilijk zijn. Een eenrichtingsopdracht zoals het naar elkaar over gooien, schoppen, slaan lukt nog goed, maar het uitvoeren van o.a. een tikspel is veelal een stapje te hoog.

Samen spelen kun je als vakdocent wel uit dagen door eenvoudige opdrachten in te plannen. Zo kun je bijvoorbeeld:

- werken met de parachute
- werken met een skippybal aan een touw, leerlingen deze naar elkaar laten zwaaien
- stoelendans/hoepeldans

- de leerlingen in een kring laten zitten en ze stimuleren de bal naar elkaar over te laten rollen

Sensorische integratie instellen

Als vakdocent kun je gebruik maken van de kennis die op school aanwezig is op het gebied van sensorische integratie. Deze informatie kun je gebruiken voor onder andere je parcours denk hierbij aan het opstellen van een minitrampoline in je parcours, het toepassen van verschillende tactiele materialen om prikkels te dempen of activeren. Het geven van een stoeispel op een mat.