

**SDN Lesboek**  
korte impressie  
achtergrondinformatie

Sport op



**Schrijvers**  
Emmely Lefèvre & Stefan Nijmeijer

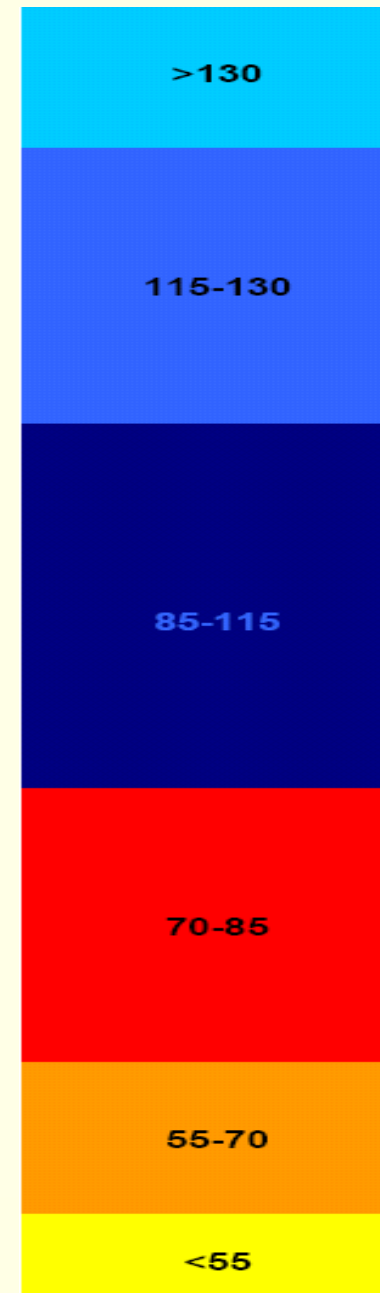
## Mensen met een verstandelijke beperking

Waar denk je aan bij  
mensen met een  
verstandelijke  
beperking?



## Niveaus van functioneren

|  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| * <b>Zwakbegaafd</b>   | <b>IQ 70 – 85</b>                     |
| * <b>Lichte verstandelijke beperking</b><br><i>Ontwikkelsleeftijd</i>  | <b>IQ 50 – 70</b><br><b>7-12 jaar</b> |
| * <b>Matige verstandelijke beperking</b><br><i>Ontwikkelsleeftijd</i>  | <b>IQ 35 – 50</b><br><b>4-7 jaar</b>  |
| * <b>Ernstig verstandelijke beperking</b><br><i>Ontwikkelsleeftijd</i> | <b>IQ 20 - 35</b><br><b>2-4 jaar</b>  |



# Oorzaken



- **voor de geboorte** (stoornis in de ontwikkeling van de hersenen bijvoorbeeld middelengebruik door moeder)
- **tijdens de geboorte** (bijvoorbeeld door zuurstoftekort of hersenbloeding bij het kind)
- **na de geboorte** (bijvoorbeeld door hersenen- of hersenvliesontsteking, ernstige ongevallen waardoor hersenweefsel wordt beschadigd)
- **Afwijkingen in het genetisch materiaal:** (bijvoorbeeld syndroom van Down, het Fragiele X syndroom)

## Hoe herken je dit?



### Vraag naar:

- schoolverleden: speciaal (basis) onderwijs, vaak blijven zitten, wisselingen van school
- werkverleden: nooit gewerkt, aangepast werk, veel problemen op het werk, veel wisseling van werkgevers
- sociale contacten: gaat men om met jongere personen, leunt men op familie, hobby's die passen bij jonger persoon
- lezen/schrijven/rekenen
- Let op taalgebruik en taalbegrip: spreekt de ander met simpele woorden, kan hij moeilijk oorzaak en gevolg uitleggen, heeft de ander moeite je te begrijpen.

# Autisme

Waar denk je aan bij  
mensen met een  
stoornis in het  
autistisch spectrum?



# Kenmerken

1. Hebben moeite zich bij andere sporters aan te sluiten;
2. Dringen erop aan dat dingen hetzelfde blijven; weerstand tegen veranderingen in de dagelijkse routine;
3. Ongepast lachen en giechelen;
4. Geen angst voor gevaar;
- 5. Weinig of geen oogcontact;**
6. Aanhoudend vreemd spelgedrag;
- 7. Schijnbaar ongevoelig voor pijn;**
8. Echolalie (het herhalen van woorden of zinnen in plaats van normaal taalgebruik);
9. Geven er de voorkeur aan alleen te zijn; zijn op een afstand/gereserveerd;
10. Houden mogelijk niet van knuffelen;
- 11. Interesse in draaiende voorwerpen, kunnen bijvoorbeeld gebiologeerd voor de wasmachine zitten;**



## Kenmerken

12. Reageren niet als iets gevraagd of gezegd wordt; doen alsof ze doof zijn;
13. Hechten zich overdreven aan voorwerpen;
14. Hebben moeite met het kenbaar maken van wensen; gebruiken gebaren en wijzen in plaats van woorden te gebruiken;
15. Merkbare lichamelijke overactiviteit of extreme passiviteit;
- 16. Driftbuien; tonen zich extreem overstuurd zonder duidelijke reden;**
17. Normale leermethoden hebben niet het gewenste effect;
- 18. Ongelijk ontwikkelde grove en fijne motoriek; willen bijvoorbeeld niet tegen een bal schoppen maar kunnen wel blokken stapelen;**
19. Preoccupatie (herhalend, stereotiep patroon van gedrag, belangstelling en activiteit/datgene wat de geest bezighoudt)

*(uit: checklist symptomen van autisme op [www.autisme-nva.nl](http://www.autisme-nva.nl))*



# Doelgroepanalyse

- **1. Het cognitieve gedrag;**  
denken, waarnemen en geheugen;
- **2. Het sociaal emotionele gedrag;**
- **3. Het motorische gedrag;**



## Voorbeeld

Het lukt Jan niet om de spin-turn in de  
Engelse Wals onder de knie te krijgen.

### Motorische factoren??

- gebrek aan dansvaardigheid.

### Cognitieve factoren??

- gebrekkig inzicht in dansen
- niet begrijpen dat de muziek de maat aangeeft
- verschil links en rechts niet weten.

### Sociaal emotionele factoren??

- niet samen met iemand kunnen dansen
- gericht zijn op eigen bewegingen en eigen succes.





# Denk MEE



Arnoud heeft PDD-NOS. Hij danst altijd met Vera en hier geniet hij van. De basis van de tango heeft hij goed door.

Vera besluit hem te ondersteunen bij het aanleren van de linksedraai. Het lukt Arnoud niet. Hij begint op zijn voorhoofd te slaan en begint erg druk te worden in zijn gedrag.

Vera weet niet meer wat ze moet doen. Arnoud is nu ook al de basis van de tango kwijt!!

1. Wat denk je dat er aan de hand is?
2. Hoe zou je hierop inspringen?
3. Wat zou je Vera adviseren?



## 5 puzzelstukjes

### **WAT:**

Wat gaan we vandaag doen?  
Wat gaan we nieuw leren?

### **Wanneer:**

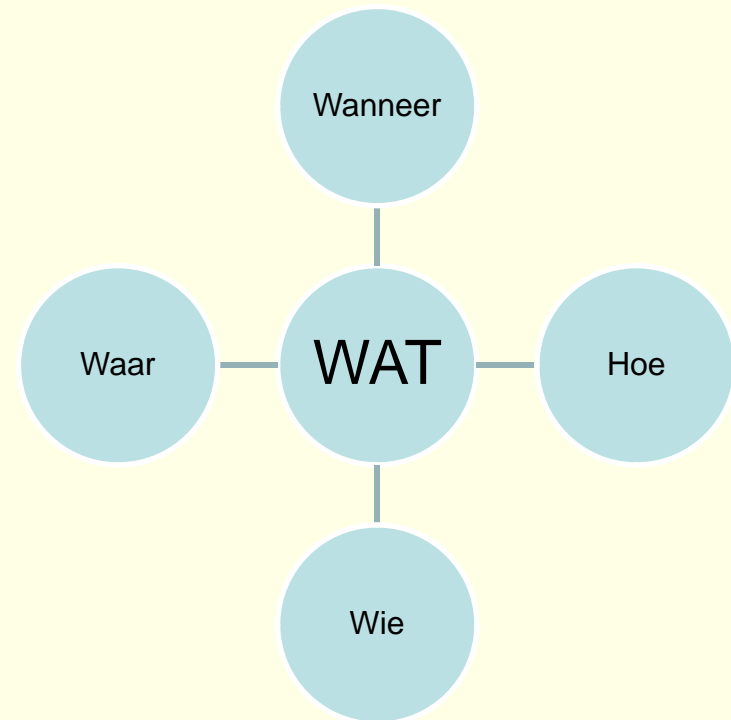
Met welke dans gaan we  
beginnen?  
Wanneer starten we met de  
eerste passen?

### **Hoe:**

Met/zonder muziek?  
Hoe moeten de dames draaien?

### **Waarom:**

Waarom een nieuwe dans?  
Waarom herhalen?  
Waarom moet de arm van de  
heer omhoog als de dame moet  
draaien?





# Denk MEE



Vandaag wil je een nieuwe dans gaan aanleren; de rumba!

Op dit moment danst de groep de Engelse wals, tango, quickstep en de cha cha. En natuurlijk is er altijd nog tijd voor een aantal fundansen!

Over 8 maandjes wil je graag dat de rumba ook op het NK gedanst gaat worden.

## Opdracht:

1. Maak een groepje van 3 personen
2. Bedenk samen hoe je het aanleren van de rumba gaat aanpakken. Maak gebruik van de vijf puzzelstukjes! (10 minuten)
3. Presenteer met je groepje aan de anderen hoe je dit gaat aanpakken!

## Handvatten

visualiseren



structureren



herhalen



*Vragen??*



## Meer informatie?



MEE

MEE biedt raad en daad voor iedereen met een beperking.  
MEE is een bureau bij u in de buurt.

In elke fase van het leven (van jong tot oud) en op elk gebied (van opgroeien tot wonen en zorg) kan de consulent een eindje meelopen en ondersteuning bieden.

Daarnaast geeft MEE voorlichting, informatie en advies aan familie en andere betrokkenen.

Bel MEE T 0900 999 8888 (lokaal tarief)

of kijk op [www.mee.nl](http://www.mee.nl)



# Contact

**Emmely Lefèvre**

**Projectleider  
MEE IJsseloevers**

**Vrijwilliger  
Stichting Trebokama**

**E-mail:  
[e.lefevre@meeijsseloevers.nl](mailto:e.lefevre@meeijsseloevers.nl)**