

Wij doen ook mee

Gymles met aanpassingen voor kinderen met ASS

De gewone gymles op een reguliere basisschool geeft voor kinderen met autismespectrumstoornissen (ASS) vaak te veel onvoorspelbare prikkels waardoor er nogal eens heftige reacties ontstaan. Daardoor kan de voortgang van de les worden verstoord. GZ psycholoog Petra Spuijbroek van Centrum Autisme en Yoeri van Rijnberk, leerkracht bewegingsonderwijs, stelden een werkmap samen met de titel 'Wij doen ook mee', waarin ze laten zien hoe leerlingen met ASS met kleine, eenvoudige aanpassingen worden geholpen zodat de les bewegingsonderwijs voor iedereen weer leuk wordt. Petra Spuijbroek geeft een toelichting.

'Als die aanpassingen maar eenvoudig toe te passen zijn zonder een al te grote tijdsinvestering', hoort Petra Spuijbroek leerkrachten vaak zeggen. "Begrijpelijk, er zitten ook nog zoveel andere kinderen in de groep. Maar, ze realiseren zich niet dat een kind dat keer op keer de les verstoort veel meer tijd kost. En die tijd wordt op een negatieve manier besteed!"

De tips en lesvoorbeelden die ze in de werkmap heeft beschreven zijn erop gericht voor leerlingen met ASS extra structuur aan te brengen zonder de rest van de klas te beperken. Ze helpen bijvoorbeeld visueel en gedetailleerd uit te leggen wat er van hem of haar wordt verwacht. Maatwerk dus, ingepast in de groepsaanpak. De boodschap is: Met kennis over gedragsproblemen van het kind met ASS hoeft extra begeleiding echt niet ingewikkeld te zijn.

Vorbereiding op de les

Voldoende structuur en duidelijkheid beginnen voor de meeste kinderen met



ASS al bij de voorbereiding op de les. Dit kan heel eenvoudig met **pre-teaching**. Zorg ervoor dat aan het begin van de dag het programma van de gymles al op het bord staat of geef het kind met ASS een kort overzichtje op papier. Door voor vertrek naar de gymzaal een kaart met picto's op zijn of haar tafeltje te leggen wordt precies duidelijk wat er van het kind wordt verwacht.

Naar de gymzaal

Belangrijk is het kind met ASS een vaste plek in de rij te geven. Dat geeft houvast. Eventueel samen met een maatje bij wie



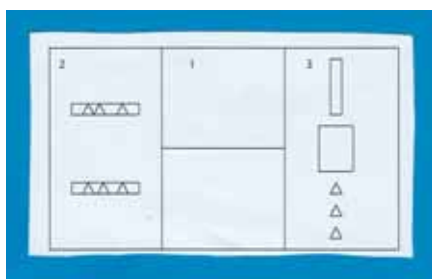
het kind terecht kan voor vragen. Omkleden in een kleedkamer met door elkaar lopende, druk pratende kinderen is heel anders dan thuis. Geef het kind met ASS daarom een vaste plek in de kleedkamer. Hang hier picto's op als geheugensteuntje. En zorg dat het kind weet wat het moet doen als het na het omkleden de grote gymzaal met rennende en gillende kinderen binnenloopt: rustig gaan zitten op een vaste plek op de bank.



De gymles

Zet het programma van de les op een schoolbord of whiteboard en bespreek dit voor de instructie van de eerste sportactiviteit kort met de hele klas. Een korte herhaling dus van de **pre-teaching** in de klas. Geef na de instructie van de eerste

activiteit, bijvoorbeeld hoepelrollen, het kind met ASS een geplastificeerd kaartje met puntsgewijs de instructie op papier. (Bij jongere kinderen die nog niet zo goed kunnen lezen kan dit met tekeningetjes.) Het kind houdt deze kaart bij zich in de buurt. Wanneer er onrust ontstaat, biedt kort wijzen op de kaart met instructie al ondersteuning. "Lees nog maar even wat je tijdens dit spel moet doen." Wordt er tijdens de les gewerkt met een parcours dan is dit voor een kind met ASS extra chaotisch. Overal om hem heen gebeurt iets anders. Geef het kind houvast met een eenvoudig plattegrondje van de opstelling van de toestellen en materialen.



Aankleden en terug naar school

Na de les wordt hetzelfde vaste programma van aankleden herhaald. Op dezelfde vaste plek in de kleedkamer met nu de picto's bij het omkleden en douchen. Spreek een wachtplek af voor na het aankleden. Weer dezelfde vaste plek in de rij bij het teruglopen naar de klas.

Een hele klus?

Petra noemt het simpele aanpassingen maar weet dat dit vaste patroon natuurlijk wel eerst moet inslijpen en een gewoonte worden voor het ook echt duidelijkheid geeft. "Investeer daarom in het begin in duidelijke uitleg en instructie van de aanpassingen", benadrukt ze. "Deze tijd verdient zich later dubbel en dwars terug doordat de lessen bewegingsonderwijs veel soepeler verlopen. Bij kinderen met een rugzak (LGF) kan hier gedurende een paar maanden een deel van het budget voor individuele begeleiding worden ingezet. Ook een van de kinderen uit de klas, het gymlesmaatje, kan hier een prominente rol in spelen". En het maken van al die kaartjes met instructies en picto's? Is dat niet keer op keer een hele klus? "Valt echt reuze mee",



zegt Petra. "Je hoeft voor iedere activiteit tenslotte maar één keer een kaartje te maken. Bovendien, bijna alle scholen gebruiken voor de lessen bewegingsonderwijs de methode *Basislessen Bewegingsonderwijs Deelschoolwerkplan en de praktijk*. Hierin staan deze korte puntsgewijze instructies al kant-en-klaar in. Het is dus een kwestie van één keer kopiëren en op maat maken."

Duidelijk zijn

Petra heeft nog twee boodschappen. Punt een; stel de gymleerdoelen voor leerlingen met autisme bij. Deze kinderen hebben vaak een houterige motoriek en een verstoord lichaamsbesef. Leg het accent daarom minder op motorische vaardigheden en meer op sociaal-emotionele doelen als samenwerken en omgaan met winnen en verliezen. Als tweede benadrukt ze dat de angst dat een kind door al deze aanpassingen in een uitzonderingspositie wordt geplaatst, ongegrond is. "Kinderen in een klas

kunnen haarfijn aangeven welk kind 'anders' is zonder dat het woord autisme ooit is gevallen. Je kunt er dus maar beter open over praten en de klas vertellen dat deze aanpassing voor hun klasgenoot nodig zijn om de gymles beter te kunnen begrijpen. En als je hier als leerkracht gewoon over doet zijn al die kaartjes en speciale regels voor de rest van de klas net zo duidelijk als voor het kind met autisme."

Bovenstaande tips en nog meer aanpassingen en lesvoorbeelden zijn terug te vinden in de werkmap *Wij doen ook mee, autismespectrumstoornis en bewegingsonderwijs*, geschreven door Petra Spuijbroek van Centrum Autisme en Yoeri van Rijnberk docent bewegingsonderwijs speciaal onderwijs. De map kost €50,00. Bestellen via e-mail centrumautisme@rivierduinen.nl Petra organiseert daarnaast studiemiddagen over autisme voor leerkrachten, toegespitst op de gymles. Informatie over data en kosten is te vinden op www.centrumautisme.nl

Red.: Het meisje op de foto heeft geen ASS.