

AQUATICS **CONFERENCE** **2023**

ZATERDAG 9 SEPTEMBER 2023
TOPSPORTSCHOOL ANTWERPEN

[www.zwemfed.be/Swim Conference](http://www.zwemfed.be/Swim_Conference)

Zwemles bij leer- en ontwikkelingsstoornissen

An Raicich



Even voorstellen

Leerkracht regulier onderwijs

1991-nu

2016-2017

2018-2020

Master Educational Needs
Specialisaties: autisme en sociaal
emotionele ontwikkeling.
Fontys Hogeschool (NL)

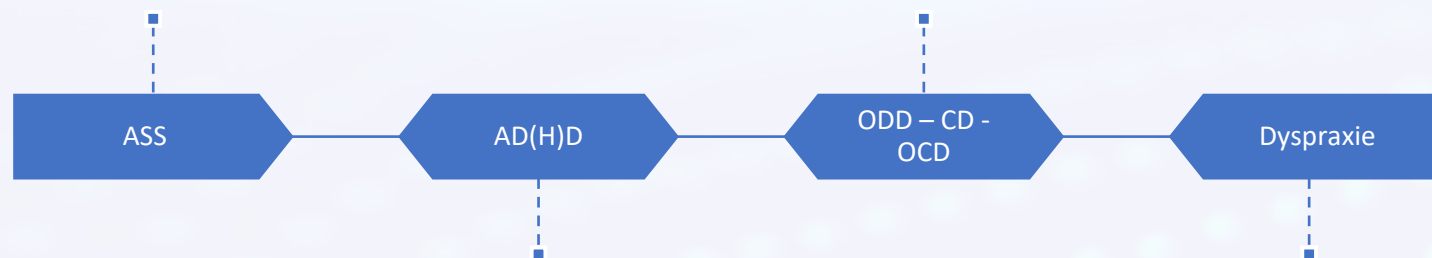
Postgraduaat Autisme KdG

Privés 1985 – nu

Kalmthoutse Zwemschool 2014 – nu

G-zwemmen 2015 - nu

Leer- en ontwikkelingsstoornissen



ASS = Autisme Spectrum Stoornis

- Diagnose wordt vaak gesteld, we hebben dus vaak kinderen met ASS op zwembles.
- ASS is een spectrum, er zijn dus veel variaties bij kinderen met ASS; wat werkt voor de ene doet dat voor de andere absoluut niet.
- Comorbiditeit: ASS komt vaak voor samen met andere leer- en/of ontwikkelingsstoornissen.

Mogelijke problemen tijdens een zwemles aan kinderen met ASS:

Centrale Coherentie of contextblindheid: door de delen het geheel niet meer zien, teveel focussen op een klein deeltje



Executieve Functies: regelfuncties van de hersenen die essentieel zijn voor het realiseren van doelgericht en aangepast gedrag

Mogelijke problemen tijdens een zwemles aan kinderen met ASS:

Prikkelgevoeligheid (2 richtingen: overgevoelig (willen de prikkel vermijden) of ondergevoelig (zoeken de prikkel op))



THEORY OF MIND



Theorie Of Mind: Het niet kunnen lezen van de gedachten en gevoelens van anderen.

Mogelijke problemen tijdens een zwemles aan kinderen met ASS:

Problemen bij de sociale interactie: sommige kinderen met ASS maken moeilijk (oog)contact.

Motorische problemen: problemen bij coördinatie en evenwicht, houterige bewegingen, ...

Communicatieproblemen: Nood aan duidelijke en vaak ook visuele communicatie (Spreken Met Ondersteuning van Gebaren, picto's, demo, communicatie op de 5 (Colette de Bruin) wie, wat, waar, wanneer en hoe ga je iets doen, door gebruik te maken van deze structuur geef je veel duidelijkheid.



Praktische aanbevelingen zwemles bij ASS:

1. Gebruik de leerlijn 'Leren Zwemmen'
 - Duidelijke structuur
 - Veel oefenstof
 - Oefeningen uitgelegd met plaatjes, die je eventueel kan gebruiken als picto







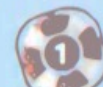



**leren
zwemmen**

les-
voorbereidingen

Praktische aanbevelingen zwemles bij ASS:

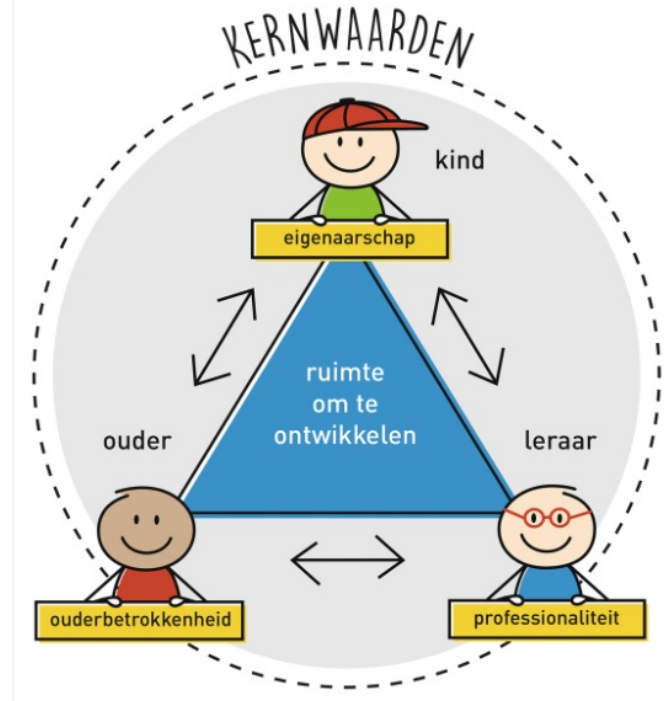
2. Durf creatief met de leerlijn om te gaan

- Bied oefeningen pas aan als het kind er klaar voor is
- Bied een zwemstijl pas aan als het kind er klaar voor is (geef extra tijd om te automatiseren)
- Durf het kind een eigen versie van de stijl te laten zwemmen
- Durf je diploma aan te passen (d.m.v. verwijzing naar problematiek)
- Geef een zelfgemaakt diploma, wanneer het kind nog niet in staat is om het diploma te behalen

	zwemmen	Leren overleven	zwemmen rugslag	zwemmen crawl	zwemmen schoolslag
4	Algemene waterwening		inclusief startduik	inclusief startduik en rotaties	inclusief rotaties ifv keerpunt
5	1. Eendje 	3. Pinguïn 	6. Dolfijn 	8. Haai 	Reddend zwemmen 
6	6. Specifieke waterwening				
7		4. Zeehond 	7. Otter 		Reddend zwemmen 
					Reddend zwemmen

Praktische aanbevelingen zwemles bij ASS:

- Tips i.v.m. de aanpak van zwemmers met ASS
 - Neem de tijd om het kind te leren kennen
 - Ga in gesprek met ouders om samen op zoek te gaan naar helpende acties
 - Wees duidelijk en consequent, pampere en medelijden werken negatief
 - Weet dat een terugval normaal is, pas oefeningen vlot aan zonder oordeel, ...
 - Werk met kleine groepen, zodat er aandacht is voor elk kind



Autisme - krachten

Kinderen met de diagnose ASS
hebben veel kwaliteiten.
Welke kwaliteiten heb jij?



Kent de regels



Technisch



Goed geheugen



Weet veel over...



Eerlijk



Kan goed alleen zijn



Oog voor details



Analytisch



Systematisch

AD(H)D= aandachtsdeficiëntie en/of hyperactiviteitsstoornis

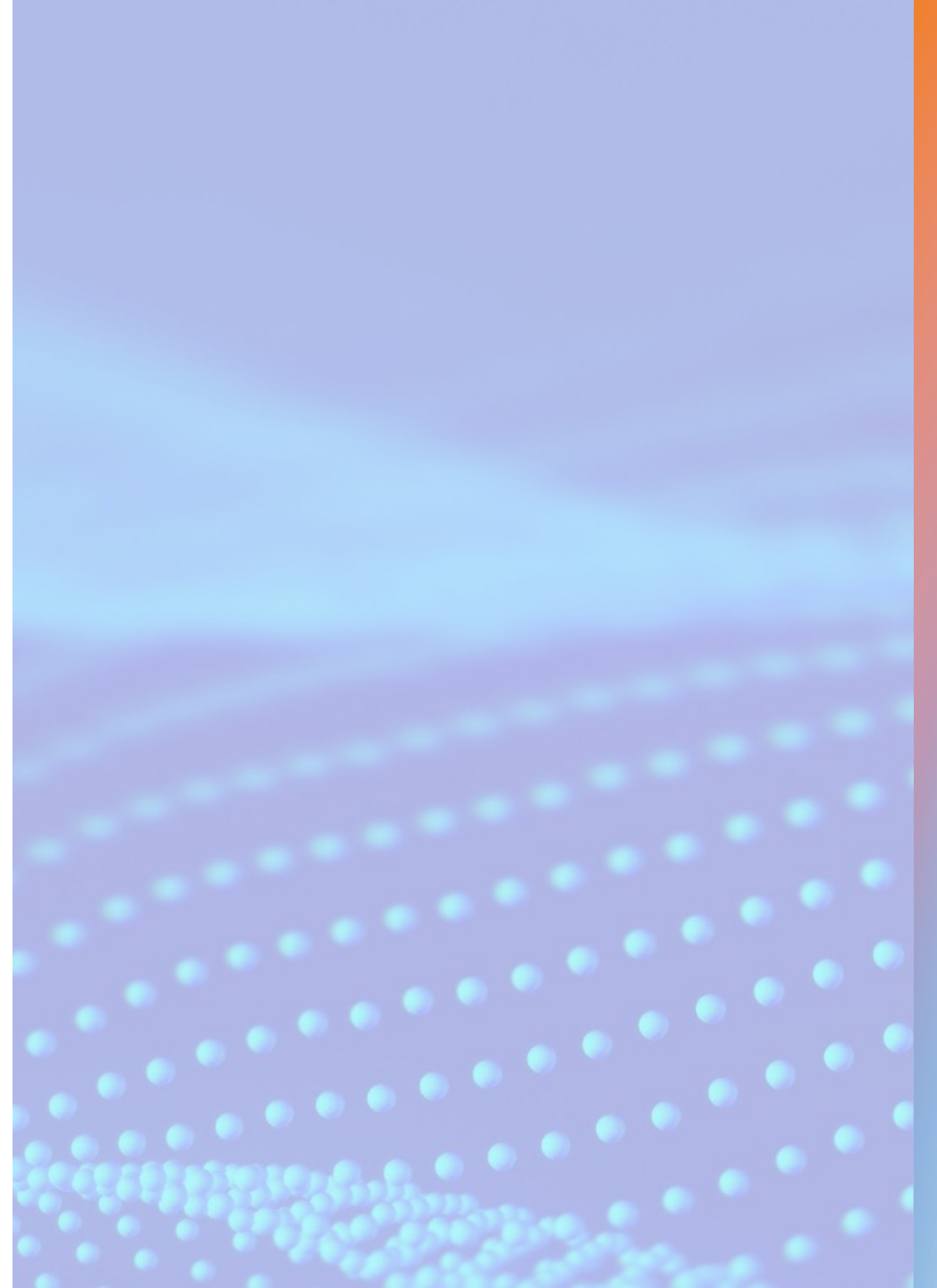
Diagnose wordt vaak gesteld, we hebben dus vaak kinderen met AD(H)D op zwembles.

AD(H)D is een ontwikkelingsstoornis waarbij het kind impulsief, druk (hyperactief) en onoplettend gedrag kan vertonen.

Comorbiditeit: ADHD komt vaak voor samen met andere leer- en/of ontwikkelingsstoornissen.

Mogelijke problemen tijdens een zwemles aan kinderen met AD(H)D

- Kunnen niet stil staan
- Doen voor ze denken, impulsief
- Kennen vaak geen gevaar
- Gaan zich snel vervelen, zoeken de actie op
- Gebrekkige executieve functies (zie ASS)
- De hele omgeving is interessant, snel afgeleid
- Hoe meer zielen hoe meer vreugde
- ...



Praktische aanbevelingen zwemles bij AD(H)D

Zorg voor een goede actieve leertijd, zo vermijd je verveling

Geef een extra opdracht tijdens korte pauze

Zorg voor korte, heldere instructie

Zet zwemmer met AD(H)D in je gezichtsveld

Check of hij je instructie gehoord heeft

Werk met kleine groepen

Geef extra tijd om bewegingen te automatiseren

Wees alert om de veiligheid te garanderen

ADD - krachten

Kinderen met de diagnose ADD
heben veel kwaliteiten.
Welke kwaliteiten heb jij?



Creatief



Spontaan



Flexibel



Nieuwsgierig



Gevoelig



Veel ideeën



Enthousiast



Eerlijk



Out of box-
denken

- Psycholoog -

ADHD - krachten

Kinderen met de diagnose ADHD
heben veel kwaliteiten.
Welke kwaliteiten heb jij?



Creatief



Spontaan



Grappig



Onderzoekend



Stoer



Veel ideeën



Enthousiast



Snel



Veel energie

- Psycholoog -

ODD = oppositioneel opstandig gedrag (moeilijk in de opvoeding, ongehoorzaam, gaan in verzet, maken veel ruzie, zijn driftig, houden zich niet aan regels, ...)

CD = normoverschrijdende gedragsstoornis (antisociaal gedrag)

OCD = obsessieve-compulsieve stoornis (wordt gekenmerkt door terugkerende ongewenste gedachten (obsessies) en/of handelingen (compulsies))

- 3 verschillende gedragsstoornissen: ODD en CD vergelijkbaar qua aanpak
OCD andere aanpak

ODD: Oppositioneel Opstandig Gedrag

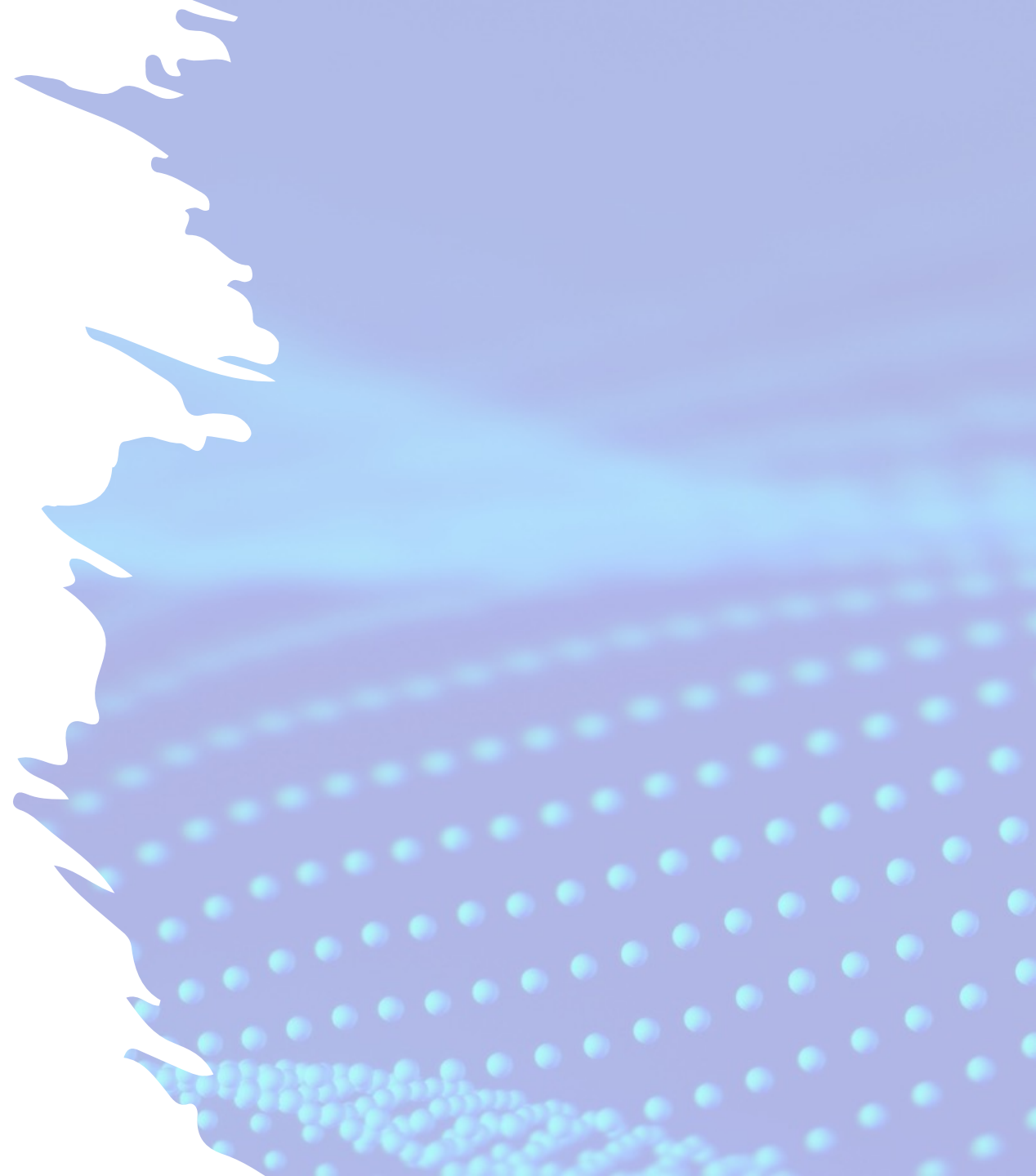


ODD: kenmerken

- Zorgt voor beperkingen in het sociaal functioneren
- Snel geïrriteerd, lichtgeraakt
- Vaak ontevreden of boos
- Woede-uitbarstingen (kan wijzen op: angst, frustratie, overprikkeling, verdriet, ...)
- Weigeren te doen wat gevraagd wordt
- Bewust de regels overtreden
- De schuld bij anderen leggen
- Wraakzuchtig

ODD: oorzaken

- Genetische aanleg
- Omgevingsfactoren
 - Ouders met problemen
 - Weinig betrokken ouders
 - Lage intelligentie kind
 - Slechte prestaties op school
 - ...





Praktische aanbevelingen bij ODD:

1. Probeer een relatie op te bouwen met het kind
2. Geef complimenten (voor heel kleine succeservaringen)
3. Gebruik eventueel een beloningssysteem (betrek ouders)
4. Stel reële, duidelijke grenzen en handhaaf deze consequent
5. Stop het verkeer de gedrag
6. Voorkom een machtsstrijd (dus niet dreigen of chanteren – wat je zegt moet je doen)
7. Voorzie een vaste ‘time out’-plek
8. Maak het kind bewust van het eigen gedrag (na de les)
9. Geef het kind een veilige plek
10. Zeg eerst het waarom van iets dat moet gebeuren en daarna pas wat er moet gebeuren.



Praktische aanbevelingen bij ODD:

- 11. Probeer het kind te laten inzien dat schelden en slaan niet opleveren wat hij wil.
- 12. Benoem gedrag, negeer het niet.
- 13. Ga niet in discussie. Vertel op zakelijke toon wat er niet goed is en benoem alternatieven.
- 14. Word zelf NIET emotioneel (reageer pas wanneer het kind het niet meer ziet)
- 15. Blijf niet praten tegen een kind dat boos is, dat versterkt de boosheid
- 16. Beperk je tot het aanpakken van het gedrag in het hier en nu
- 17. Benoem regels en consequenties bij een eventuele overtreding van te voren.

ODD - krachten

Kinderen met de diagnose ODD hebben ook veel kwaliteiten. Welke kwaliteiten heb jij?



Sterke wil



Stoer



Grappig



Moedig



Spontaan



Veel energie



Vastberaden



Creatief



Rechtvaardigheidsgevoel

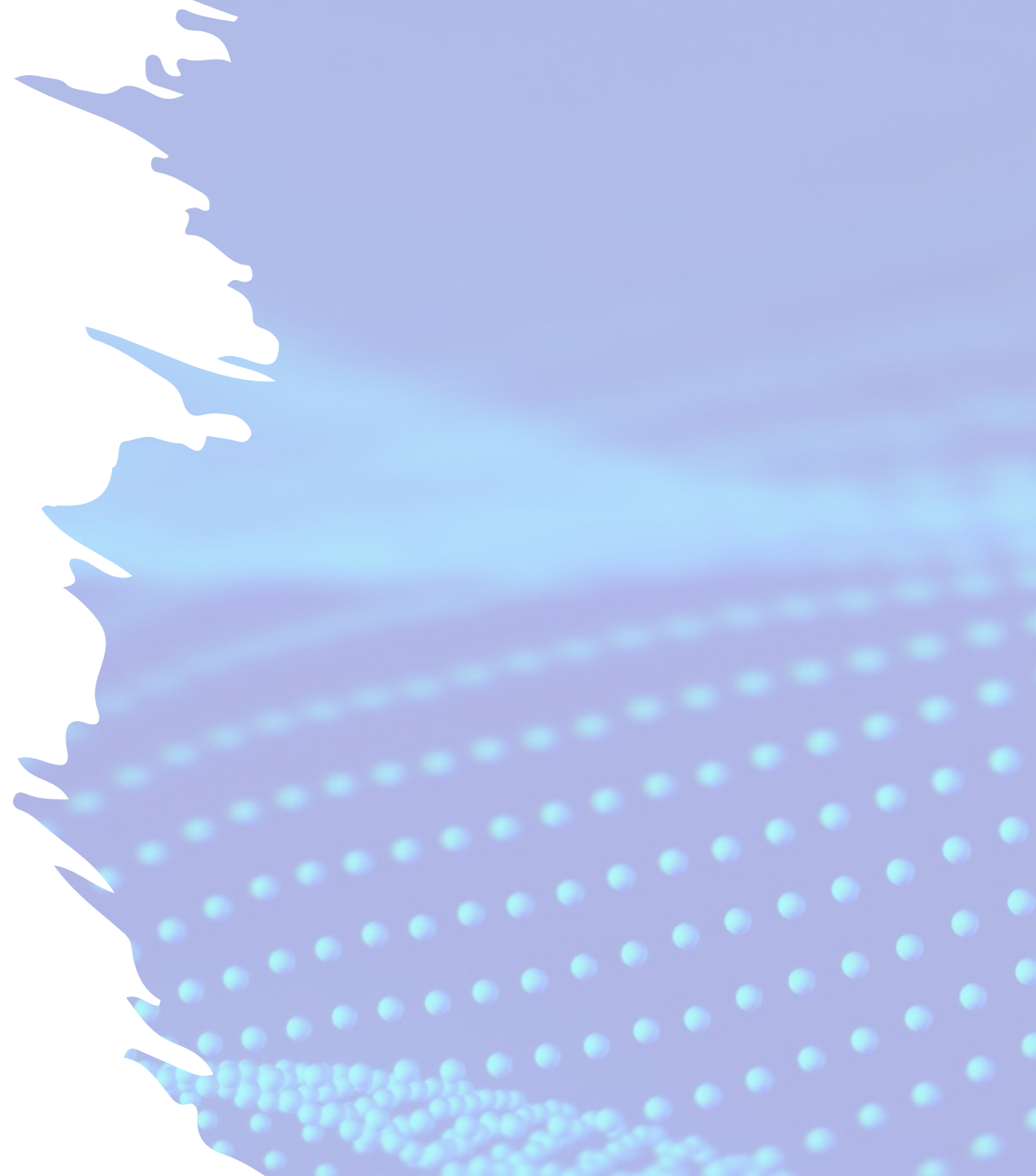
CD: Normoverschrijdende gedragsstoornis: kenmerken

- Pesten, bedreigen en intimideren
- Slaan, mishandelen, vechten (agressie)
- Stelen, vernietigen, breekt in (delinquent gedrag)
- Spijbelen, weglopen van huis
- Kan erg op zichzelf zijn
- Vertoont narcistisch gedrag (zichzelf beter vinden dan anderen, egoïstisch, manipulatief, dominant, ...) in groepsverband
- Heeft een verminderd inlevingsvermogen
- Is uit op persoonlijk gewin

CD: oorzaken

- Bij sommige kinderen is deze gedragsstoornis er van nature. Het heeft hier niets met de omgeving te maken en is onderdeel van de aanleg. Bij een andere deel is het een gevolg van verstoorde relaties met hun omgeving.

Bijvoorbeeld: ouders die verslaafd zijn, huwelijksproblemen binnen het gezin, crimineel gedrag door ouders, groot gezin (weinig aandacht), ...



Praktische aanbevelingen bij CD

1. Ga in gesprek met ouders en vraag naar de opvoedingsadviezen
2. Bied structuur
3. Communiceer duidelijk
4. Eventueel een beloningssysteem uitdenken
5. Negeer negatief gedrag of bestraf het (afhankelijk van het kind)
6. Stel duidelijke regels

OCD: Obsessief Compulsieve stoornis: kenmerken

- Dwanggedachten (obsessies) bezorgen angst of onrust
 - Bijvoorbeeld: obsessie over besmetting en schoonmaken
 - Bijvoorbeeld: obsessie over symmetrie en herhaling
 - Bijvoorbeeld: obsessie over het agressieve en/of het seksuele
 - ...
- Dwanghandelingen (compulsies)
 - Bijvoorbeeld: handen blijven wassen
 - Bijvoorbeeld: iets blijven ordenen
 - Bijvoorbeeld: blijven controleren of de deur wel afgesloten is
 - ...

Praktische aanbevelingen bij OCD:

Zoek informatie op over OCD

Praat met het kind, luister

Probeer niet met jezelf te vergelijken

Vraag waar je mee kan helpen

Probeer het kind geen extra schuldgevoel aan te praten

Geef een compliment bij vooruitgang

Probeer het kind te stimuleren om deel te nemen aan de activiteiten

Ga niet mee in de dwang van het kind

Begrijp dat ze minder energie hebben

Probeer de dwang niet te stoppen

Blijf in contact met de ouders over de beste (een goede) aanpak

Dyspraxie (DCD): Kenmerken

- Onhandig
- Onbeholpen motoriek
- Vergeetachtig
- Aandachtsprobleem
- Automatiseren van handelingen verloopt moeilijk
- Psychomotorische moeilijkheden met basisvaardigheden
 - Grove motoriek
 - Fijne motoriek
 - Inzicht in ruimtelijk oriëntatie en structurering
 - Kennis van het lichaamsschema
 - Lateralisatieproblemen (sommige hersenfuncties zijn slechts in 1 helft terug te vinden of zijn opvallend sterker in één hersenhelft)
 - Concentratieproblemen

Praktische aanbevelingen bij DCD (dyspraxie)

1. Een kind met DCD moet bewegen
2. Door veel oefeningen verbetert de motoriek
3. Geef complimenten bij de kleinste vordering(en)
4. Stimuleer het zelfvertrouwen
5. Oefen nieuwe dingen samen met het kind
6. Overleg met ouders en informeer naar eventuele therapieën



Vindingrijke doorzetters

- humor, lief en zorgzaam
- vindingrijk
- volhardend
- kinderen zoals andere kinderen

Conclusie

1. Elk kind is uniek – er is geen perfect plan van aanpak
2. Wees nabij – zorg voor verbinding
3. Maak duidelijke afspraken en doe ze consequent naleven
4. Leer- en ontwikkelingsstoornissen hebben altijd een invloed op het presteren van een kind
5. Gebruik de leerlijn ‘Leren Zwemmen’ voor de duidelijke structuur
6. Durf de leerlijn creatief gebruiken en aan te passen aan de noden van de zwemmer
7. Durf toe te geven als het je niet lukt en verwijs door naar exclusief G-zwemmen indien dit beter aansluit bij de noden van je zwemmer

(een greep uit) gebruikte literatuur:

Leren Zwemmen editie 2021: De Wandel, Vandamme en Van Bruyssel

DSM V: classificatie van psychische aandoeningen

Geef me de 5: Colette de Bruin (reeks)

Autisme en contextblindheid: Peter Vermeulen

Executieve functies bij kinderen en adolescenten: Dawson & Guare

CASS op zwemles: Bachelor proef Nicky Mastbooms

Psychiatrie in de klas: Giel Vaessen

Gedragsproblemen in de klas: Anton Horeweg

Hulpwaaiers: AD(H)D, ASS, Tics en dwang, coachen van kinderen

Vragen?

Nog vragen na de sessie: mail naar kalmthoutsezwemschool@telenet.be