



Vechtsporten als passend middel  
voor jeugd met een beperking

Stichting Special Needs Nederland &  
Nederlands Instituut voor  
Vechtsport en Maatschappij

# SportZorgt SpecialNeeds

Interventie handboek

# SportZorgt SpecialNeeds

HANDBOEK; Vechtsporten als passend middel voor jeugd met een beperking

*Voor jeugd (6 tot 24 jaar) met een beperking is het niet zomaar vanzelfsprekend om deel te nemen aan regulier sportaanbod. Terwijl voor deze doelgroep deelname aan sport een belangrijke waarde betekent voor de sociale participatie en persoonlijke ontwikkeling. Om voor deze doelgroep sport zo te organiseren dat deelname daadwerkelijk laagdrempelig mogelijk is én om met de inzet van sport als instrument te werken aan zelfvertrouwen, weerbaarheid en empowerment is de overdraagbare interventie SportZorgt SpecialNeeds ontwikkeld. De interventie is het resultaat van de samenwerking tussen het Nederlands Instituut voor vechtsport en Maatschappij en Stichting Special Needs Nederland. Met steun van het Fonds Nuts Ohra hebben ze vanuit ervaringen in de praktijk de interventie ontwikkeld. De interventie biedt iedereen de mogelijkheid om zelf de benodigde kennis op te doen om passende begeleiding aan de doelgroepen van SpecialNeeds te bieden en het aanbod zo te organiseren dat de doelgroep structureel deel kan nemen aan vechtsportlessen.*

---

## Colofon

© 2021: Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij & Stichting Special Needs Nederland  
Auteur: W. Schols  
Met bijdrage van: D. Chung  
Vormgeving: NIVM

## Inhoudsopgave

1) Doelgroepen.....	3
1.1) Behoeftte van de doelgroepen m.b.t. sport en bewegen.....	3
1.1.1) Kinderen met een verstandelijke beperking .....	3
1.1.2) Kinderen met gedragsproblemen en autisme .....	3
1.1.3) Kinderen met lichamelijke beperkingen .....	4
1.2) Participatie van de doelgroepen bevorderen .....	5
1.2.1) Kinderen met een verstandelijke beperking.....	5
1.2.2) Kinderen met autisme/ gedragsproblemen.....	5
1.2.3) Kinderen met lichamelijke beperkingen: .....	5
2. Doel van de interventie .....	6
2.1) Subdoelen.....	6
3. De werkwijze .....	7
4. Uitvoering .....	9
4.1) Overdracht naar de lokale uitvoerder .....	9
4.1.1) Opleiding van de trainers.....	9
4.1.2) Stage en examen.....	10
4.1.3) Randvoorwaarden voor de uitvoering .....	10
4.2) Organisatie van de interventie .....	10
4.3) Uitvoering van de lessen .....	11
4.3.1) Clinics .....	11
4.3.2) SpecialNeeds Missie.....	12
4.3.3) SpecialNeeds Plus .....	13
5. Lesplan.....	14
6. Intake formulier SpecialNeeds Missie .....	15

## 1) Doelgroepen

De doelgroepen van SportZorgt SpecialNeeds zijn jeugd in de leeftijd van 6 tot 24 jaar met:

- Met een verstandelijke beperking/ Syndroom van down
- Autisme spectrum stoornissen en gedragsproblemen
- Lichamelijke beperkingen

### 1.1) Behoeftte van de doelgroepen m.b.t. sport en bewegen

De interventie maakt het mogelijk om een passend aanbod te creëren, juiste begeleiding te bieden en de pedagogische kracht van vechtsporten voor de doelgroepen te benutten. Daarom is het van belang om aan te sluiten bij de daadwerkelijke behoefte van de doelgroep en hier kennis van te hebben. De doelgroepen worden toegelicht aan de hand van de behoefte m.b.t. sport en bewegen. Deze kennis is verzameld door het Mulier Instituut en het Kenniscentrum Sport en Bewegen. De behoefte m.b.t. sport en beweging van de drie subdoelgroepen zijn als volgt.

#### 1.1.1) Kinderen met een verstandelijke beperking

Kinderen met een verstandelijke beperking hebben bij het sporten en bewegen vaak in meer of mindere mate begeleiding nodig. Denk aan omkleden en vervoer naar de activiteit. Mensen die in een woonvoorziening wonen, zijn nog meer van hun begeleiding afhankelijk. Woonorganisaties geven aan belemmeringen te ervaren met personeel en vervoer en een gebrek aan financiële middelen te hebben om een goed sport- en beweegaanbod voor hun bewoners te realiseren. Aanbod op locatie kan een oplossing zijn. Belangrijk bij het begeleiden van deze doelgroep:

- Bied veel structuur en regelmaat in de activiteiten aan;
- Geef veel complimenten, beloon goed beweeggedrag;
- Herhaal oefeningen veelvuldig en regelmatig, zodat de persoon went aan de activiteit en steeds meer invloed op het spel heeft en/of de activiteit kan uitoefenen;
- Kijk goed naar de sporter zelf om te kijken wat hij of zij leuk vindt en speel daarop in.

Motieven voor sport en bewegen

- Plezier, gezondheid, fit worden, gezelligheid, contacten met anderen, afvallen,

#### 1.1.2) Kinderen met gedragsproblemen en autisme

Het is belangrijk om rekening te houden met de aard en de ernst van de gedragsproblemen en autisme. De manier waarop mensen (kunnen) deelnemen aan sport en bewegen kan van persoon tot persoon verschillen. Zorg bij het ontwikkelen van sportaanbod dat:

- Trainers goed gekwalificeerd zijn. Trainers moeten goede didactische vaardigheden hebben, een voorbeeldrol vervullen en voor veiligheid zorgen;
- Trainers in hun activiteiten veel structuur creëren, een positieve insteek en een consequente aanpak hebben en een duidelijke uitleg geven.

### Gedragsproblemen

Jongeren met gedragsproblemen hebben vaker problemen met sociale relaties. Dit kan gevolgen hebben voor hoe zij zich op de vereniging gedragen. Ook zijn zij vaak snel afgeleid. Het is daarom belangrijk om:

- De activiteit in kleine stappen aan te bieden en de opdracht te herhalen;
- Duidelijke regels te geven en deze strikt te hanteren;
- Tijdens de activiteit veel positieve feedback en steun te geven.

### Autisme

Jeugd met een vorm van autisme heeft meer moeite met sociale relaties. Toch hebben zij hier wel dikwijls behoefte aan, maar lukt hen dit niet zonder begeleiding. Het is belangrijk om:

- Duidelijk en helder te zijn. Mensen met een vorm van autisme hebben veel structuur nodig;
- Gebruik letterlijke taal en vermijd abstracte termen als 'straks' of 'even';
- Kondig vooraf veranderingen aan en licht toe waarom de verandering nodig is.

Motieven voor sport en bewegen:

- Plezier, positieve invloed op gezondheid, sociale contacten, mogelijkheid tot ontspanning

### 1.1.3) Kinderen met lichamelijke beperkingen

Om sport en bewegen voor deze doelgroep te stimuleren is het belangrijk om:

- Houd goed rekening met de aard en ernst van de beperking.
- Het is belangrijk om aangepaste en toegankelijke accommodaties te hebben waar mensen met een lichamelijke beperking terecht kunnen;
- Trainers en begeleiders met enige kennis van de beperking is belangrijk zodat mensen in een veilige omgeving kunnen sporten;
- Overleg met de sporters wat mogelijk is en wat zij willen. Soms heeft de persoon met een beperking meer mogelijkheden dan hij of zij in eerste instantie dacht of overschatten zij zichzelf waardoor meer kans op blessures ontstaat.

Motieven voor sport en bewegen:

- Gezondheid, Fitter worden, Sterker worden, Plezier/ontspanning, Gezelligheid, Contacten met anderen

## 1.2) Participatie van de doelgroepen bevorderen

Om participatie van de doelgroepen te bevorderen is het belangrijk om belemmerende factoren om te gaan sporten terug te dringen. Het Kenniscentrum Sport en Bewegen heeft onderzoek gedaan naar de belemmerende factoren die bij de verschillende doelgroepen van belang zijn. De interventie geeft handvatten om deze belemmerende factoren aan te pakken en op de juiste wijze te organiseren. Daarnaast wordt de samenwerking aangegaan met partners waarmee de doelgroepen bereikt kunnen worden. Daar worden in eerste instantie het beschreven clinic aanbod georganiseerd. Vervolgens worden er structurele groepen op basis van Vechtsporten met een Plus georganiseerd. Daar waar mogelijk op locatie of in de directe omgeving van de partner. Om de interventie te laten slagen is het belangrijk om goed op de hoogte te zijn van de belangrijkste drempels voor de doelgroep om te gaan sporten. Deze drempels zijn als volgt omschreven.

### 1.2.1) Kinderen met een verstandelijke beperking

Belemmeringen voor sport en bewegen:

- Het vervoer van en naar de sportlocatie, communicatie tijdens sport verloopt moeizaam, mensen met een verstandelijke beperking ervaren dat ze binnen de groep of vereniging niet worden geaccepteerd

Kinderen met een verstandelijke beperking kunnen het best worden bereikt door bij locaties en voorzieningen aan te sluiten waar zij gebruik van maken. Denk aan woonlocaties, dagbestedingslocaties, speciaal onderwijs, belangenorganisatie.

### 1.2.2) Kinderen met autisme/ gedragsproblemen

Belemmeringen voor sport en bewegen:

- Angst voor het onbekende, problemen bij het aangaan van sociale relaties, vervoer naar de activiteit (vooral op cluster 4 scholen)

Kinderen met een gedragsprobleem of een vorm van autisme kunnen het best worden bereikt door bij locaties en voorzieningen aan te sluiten waar zij gebruik van maken. Dit loopt uiteen van woonvoorzieningen tot belangenorganisaties. In het speciaal onderwijs (cluster 4), zijn kinderen met gedragsproblemen te vinden. Andere benaderwijzen zijn via de buurtsportcoach die zich voor deze doelgroep inzet, huisarts, het sociaal wijkteam, de jeugdzorg of andere intermediairs.

### 1.2.3) Kinderen met lichamelijke beperkingen:

Belemmeringen voor sport en bewegen:

- Vermoeidheid, Gebrek aan energie, Gebrek aan mogelijkheden/faciliteiten, Te weinig informatie, Pijn en angst

Mensen met een lichamelijke beperking kunnen het best worden bereikt door bij de voorzieningen aan te sluiten waar zij gebruik van maken, zoals revalidatiecentra en gehandicaptenzorg. Naast directe verenigingen of stichtingen, kunnen mensen met een beperking ook indirect worden bereikt.

## 2. Doel van de interventie

Jeugd in de leeftijd van 6 tot 24 jaar met het syndroom van down, ASS/ gedragsproblemen en/of lichamelijke beperkingen maken op laagdrempelige wijze kennis met passend sportaanbod en kunnen vervolgens structureel bewegen in beweeggroepen met de juiste begeleiding. Om vervolgens met de inzet van sport als instrument te werken aan zelfvertrouwen en weerbaarheid om de eigen regie te vergroten

### 2.1) Subdoelen

- ***Passend aanbod organiseren***  
Deelname mogelijk maken en participatie van de doelgroep actief bevorderen; door bereiken via clinics, implementatie van lestypen uit Sport Zorgt op locatie van de lokale partners (dichtbij de einddoelgroep) en doorstroming naar dit nieuwe aanbod.
  
- ***Juiste begeleiding bieden***  
Lokale trainers worden geschoold om de doelgroep de juiste begeleiding te kunnen bieden. Dit wordt gedaan middels de volgende opleidingen:
  - Bijscholing SpecialNeeds methodiek
  - Stage van lokale SpecialNeeds trainers bij ervaren trainers tijdens de lokale clinics verzorgd door Special Needs Nederland
  - Opleiding Docent Weerbaarheid en Agressieregulatie als verdieping voor het lestype SpecialNeeds Missie
  
- ***Persoonlijke groei bevorderen en de pedagogische waarde van vechtsporten benutten voor de doelgroepen.***  
Bevorderen van eigen regie door weerbaarheid en zelfvertrouwen te vergroten bij de doelgroep. Door de inzet van vechtsport als instrument (via methodiek uit opleiding).

### 3. De werkwijze

SportZorgt SpecialNeeds is een interventie die overgedragen wordt naar een lokale (vecht)sportclub. Daarbij wordt de overdracht gedaan door [Stichting Special Needs Nederland](#) en het [Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij](#). Trainers die de interventie gaan uitvoeren dienen een opleiding te volgen waarmee de benodigde (praktische) kennis wordt overgedragen. Clubs moeten een veilige en verantwoorde sportomgeving kunnen bieden en daarom voldoen aan een aantal basiscriteria. Deze criteria worden getoetst door middel van het [Label Veilig en Verantwoord Vechtsporten](#).

De interventie wordt georganiseerd en uitgevoerd in samenwerking met lokale partners. Deze partners uit het speciaal onderwijs, woonvoorzieningen of sociale werkplaatsen zijn de plek waar de lessen worden verzorgd en waar de doelgroepen worden bereikt.

De interventie is opgebouwd aan de hand van 3 verschillende lestypen en bestaat uit:

- Clinics
- Plus trainingen
- Missie trainingen

De clinics van 3 trainingen vinden plaats onder schooltijd/ als onderdeel van het dagprogramma van de partnerorganisatie. De lessen worden verzorgd door een trainer van Special Needs Nederland samen met de trainer(s) van de lokale club. De clinics zijn tevens onderdeel van de opleiding SportZorgt SpecialNeeds en vormen het stage onderdeel van de opleiding. Vanuit de clinics kunnen kinderen doorstromen naar de andere twee lestypen.

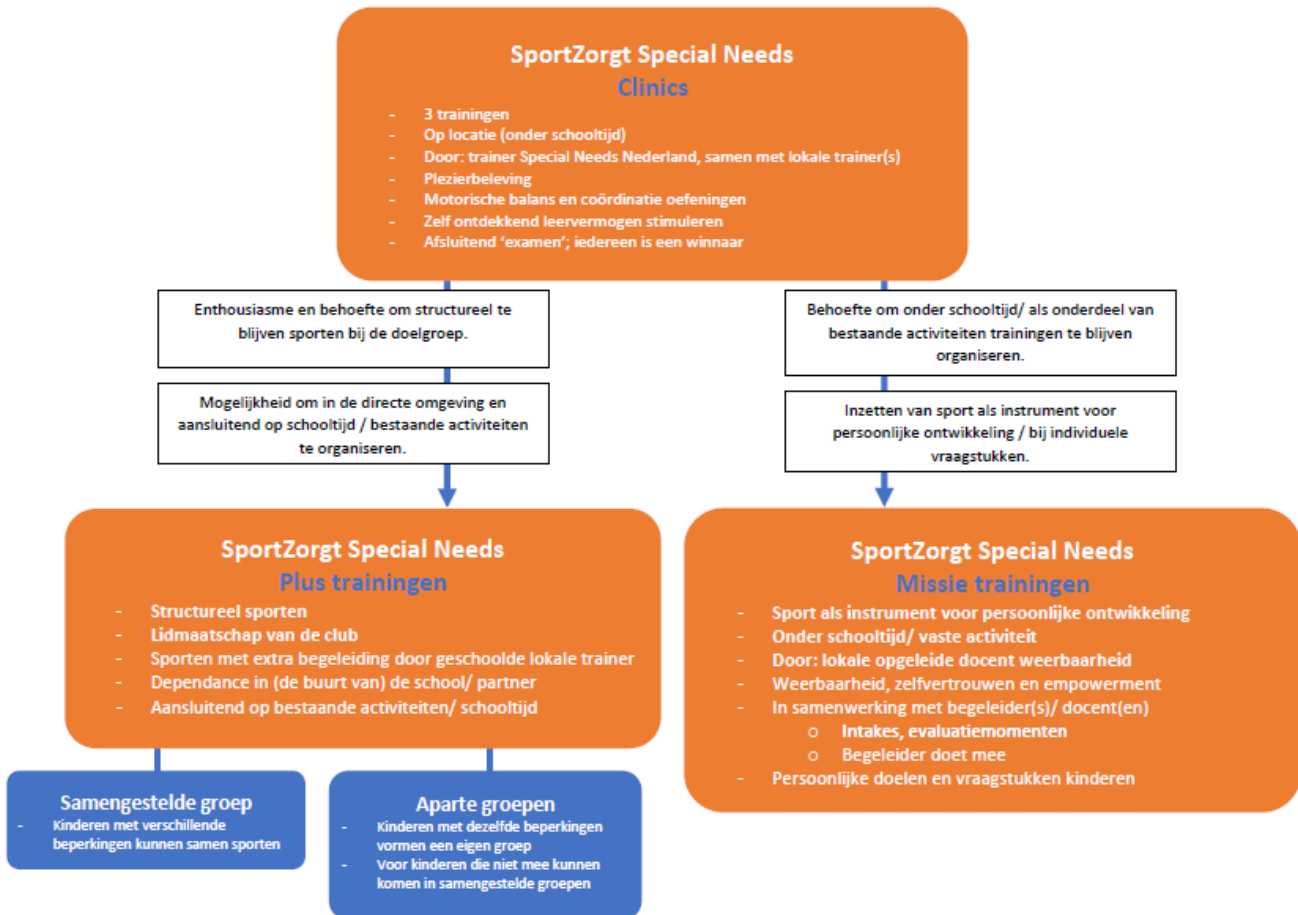
Plustrainingen zijn gericht op het organiseren van structurele lessen voor de doelgroep(en) in of in de omgeving van de partner organisatie. Met de juiste begeleiding vanuit de SportZorgt SpecialNeeds opleiding. De geschoolde lokale trainer verzorgt deze trainingen.

Missie trainingen zijn gericht op de inzet van vechtsport als instrument voor persoonlijke groei. Hiervoor worden de lokale uitvoerders aanvullend opgeleid tot weerbaarheidsdocent. De lessen vinden onder schooltijd/ als onderdeel van het dagprogramma bij de partner plaats. En is in samenwerking met de begeleiders.



In onderstaand overzicht is de werkwijze weergegeven:

## SportZorg SpecialNeeds Organisatie



Hoe deze werkwijze georganiseerd wordt zal in het volgende hoofdstuk beschreven worden.

## 4. Uitvoering

Om de interventie te kunnen organiseren zijn drie processtappen noodzakelijk. Deze elementen van de interventie zijn:

- 1. Overdracht naar lokale uitvoerders**
  - a. Opleiding van trainers
  - b. Stage van trainers (tijdens de clinics, zie uitvoering)
  - c. Randvoorwaarden voor uitvoering
- 2. Organisatie van de interventie**
  - a. Samenwerking met partners
    - i. Gebruik van de beslisboom
    - ii. Intakes
  - b. Planning van de lessen
  - c. Werving en promotie
    - i. Communicatie
    - ii. AVG
  - d. Opstarten van structurele bewegsgroepen
- 3. Uitvoering van de lessen**
  - a. Clinics
  - b. SpecialNeeds Missie
  - c. SpecialNeeds Plus
    - i. Samengevoegd
    - ii. Aparte groepen

### 4.1) Overdracht naar de lokale uitvoerder

De interventie wordt lokaal overgedragen naar trainers en clubs. De interventie vormt daarbij de blauwdruk voor uitvoering en zorgt voor de juiste kennisoverdracht naar de uitvoerders. Hiermee wordt direct bijgedragen aan het lokaal borgen van kennis en daarmee het verspreiden van de beweegmogelijkheden van de doelgroep op lange termijn.

#### 4.1.1) Opleiding van de trainers

De kwaliteit van het aanbod wordt in grote mate bepaald door de kwaliteit van de trainer. De kennisoverdracht naar de trainers wordt op 2 niveaus georganiseerd. Dit sluit aan bij de doelen en type lessen in de interventie. De clinics en SpecialNeeds Plus lessen worden vanuit kennis en ervaring die is opgedaan in de trainerscursus SpecialNeeds. De trainers die vervolgens ook Missie lessen gaan geven dienen de opleiding tot 'Docent Weerbaarheid en Agressieregulatie' te volgen bij het NIVM.

De basisoverdracht vindt plaats door middel van de trainerscursus SpecialNeeds. In deze scholing van 2 dagdelen, een stage (tijdens de lokale clinics of vooraf bij lessen van Special Needs Nederland) en afsluitend examen worden de volgende elementen behandeld.

- Introductie Interventie SportZorgt SpecialNeeds
- Kennis over de doelgroep
  - o Kenmerken van de verschillende beperkingen
  - o Herkennen van signalen en gedrag
  - o Omgang met de doelgroepen en handelen
- Werken met de SpecialNeed Nederland methode
  - o Lesdoelen
    - Allemaal winnaars; inclusiviteit

- Empowerment
  - Sportplezier
- Oefenvormen
- Voorbeeld lessen gebruiken
- Ontwerpen van eigen lessen
- Rolopvatting van de trainer
  - Eigen kracht ontdekken en inzetten
  - Jezelf presenteren
  - Voorbeeld functie en vertrouwensband
- Praktijk
  - Zelf lesgeven
  - Praktische tips en tricks voor de organisatie en uitvoering van de lessen

*Vervolgens kunnen de trainers die de SpecialNeeds Missie lessen gaan verzorgen doorstromen naar de opleiding 'Docent Weerbaarheid en Agressieregulatie'. In deze opleiding van 9 dagen worden ze geschoold als weerbaarheidsdocent en leren vechtsport als instrument in te zetten. Deze opleiding is alleen verplicht voor trainers die de Missielessen gaan verzorgen. Meer info is te vinden op:*

<http://www.nivm.nl/opleiding/weerbaarheid-en-agressieregulatie>

#### 4.1.2) Stage en examen

De deelnemers aan de trainerscursus SpecialNeeds lopen na de 2 dagdelen meer met een Special Needs Nederland trainer. Dat kan bij de lokale clinics zijn. Als deze al georganiseerd zijn. Maar er is ook de mogelijkheid om bij andere locaties mee te lopen met lessen van Special Needs Nederland. Hiermee worden de deelnemers in contact gebracht met de einddoelgroep en wordt er onder begeleiding van een ervaren docent trainingen verzorgd.

Nadat de cursus is gevolgd en de stage is gelopen wordt er een afsluitend examen georganiseerd. In het afsluitende examen moeten de deelnemers een eigen les verzorgen en een presentatie geven waarin ze zich als SpecialNeeds trainer presenteren.

#### 4.1.3) Randvoorwaarden voor de uitvoering

De club waarbij SportZorgt Special Needs uitgevoerd wordt moet voldoen aan de criteria van het Label Veilig en verantwoord vechtsporten. Hiermee worden de randvoorwaarden voor veilige beoefening van de sport gedekt en getoetst. Meer info is te vinden op: <http://www.nivm.nl/fight-right-keurmerk/label-veilig-en-verantwoord-vechtsporten>

### 4.2) Organisatie van de interventie

De interventie wordt in de omgeving van de vechtsportclub en de lokale partners uitgevoerd. Om de interventie te organiseren zijn de volgende onderdelen in ieder geval van belang om te regelen.

#### 4.2.1) Samenwerking met partners

Om de beschreven doelgroepen daadwerkelijk te bereiken en vervolgens de mogelijkheid te beiden structureel deel te nemen is het essentieel om verschillende uitvoeringspartners aan je te binden. Deze partners staan in direct contact met de einddoelgroep. Partners die deze rol in kunnen vullen zijn:

- Speciaal onderwijsinstellingen
- Woongroepen/ woonvoorzieningen
- Sociale werkgroepen/ sociale werkplaatsen

De lessen worden gegeven in of bij de locatie van de partner. Hiermee wordt er direct, dichtbij en in de vertrouwde omgeving van de doelgroep gesport. Bij de partners worden eerst clinics aangeboden. Hierdoor kunnen de jongeren eerst wennen en ervaren wat sport kan betekenen. Ook wordt hiermee de basis gelegd voor structurele samenwerking met de partners op langere termijn.

#### 4.2.2) Planning van de lessen

De clinics en Missie lessen worden als onderdeel van het dagprogramma van de partner ingepland. De lessen duren 30 – 60 minuten. Beschikbaarheid van de trainers van Special Needs Nederland en de lokale trainers voor de clinic momenten en de beschikbaarheid van de lokale trainer met aanvullende opleiding weerbaarheid zijn leidend in de keuze van de momenten. Voor de uitvoerbaarheid van het programma is het van belang om meerdere groepen achter elkaar in te plannen. Hiermee wordt de organisatie- en reistijd tot een minimum beperkt en ligt de nadruk op het geven van trainingen.

#### 4.2.3) Werving en promotie

Voor de lokale uitvoering is een communicatiepakket beschikbaar. Hierin zitten flyers en dependance schildjes voor de zichtbaarheid van de nieuwe groepen.

Bij de promotie dient altijd rekening te worden gehouden met de AVG wetgeving. Ouders moeten voor gebruik van beelden toestemming geven.

#### 4.2.4) Opstarten van structurele beweeggroepen

Vanuit de clinics, die de eerste kennismaking voor de partners en uiteraard de doelgroep zelf met het aanbod betekent, is het doel om structureel sporten mogelijk te maken. Bij voldoende animo en draagvlak onder de doelgroep, ouders en bij de partner organisatie zal de structurele beweegmogelijkheid worden georganiseerd. Dat kan als vast onderdeel van het dagprogramma van de partner door middel van de Missielessen. Of door het openen van een dependance van de club in, of in de directe omgeving van de partnerorganisatie. Hiervoor is er direct aansluitend op het dagprogramma/ schooltijd een ruimte nodig die beschikbaar is voor de club. Vervoer van en naar de sportvoorziening kan daarmee ook laagdrempelig georganiseerd worden. Sporten in Plus groepen zal via lidmaatschappen verlopen. In het communicatiepakket zijn er flyers beschikbaar die de mogelijkheden om te sporten naar ouders/ verzorgers uitlegt. Jeugdsportfonds, stadspassen, stichting Leergeld zijn partners om voor de kinderen waarvoor contributie niet mogelijk is toch mogelijk te maken.

### 4.3) Uitvoering van de lessen

De kern van de interventie bestaat uiteraard uit de uitvoering. Het aanbieden van de lessen aan de doelgroepen. Bij de vorige stap is de interventie georganiseerd. Aan de hand van de beslisboom is al duidelijk geworden welke lestypen er zijn. Nu zullen we dieper ingaan op de verschillende lestypen, waarom ze een onderdeel van de interventie zijn en hoe en door wie ze uitgevoerd worden.

#### 4.3.1) Clinics

De eerste les binnen het aanbod bestaat uit clinics. Deze clinics worden georganiseerd bij de partner(s) in huis. De uitvoering van de clinics wordt verzorgd door trainers van SpecialNeeds Nederland. De lokale trainers die de opleiding hebben gevolgd lopen met deze trainer mee. Het is daarmee onderdeel van de kennisoverdracht en zorgt ervoor dat de lokale uitvoerders ervaring krijgen met het verzorgen van lessen aan de doelgroepen. Door het organiseren en uitvoeren van de clinics wordt:

- Er draagvalk gecreëerd bij de partner door daadwerkelijke ervaring met de kracht en mogelijkheden van de interventie in de praktijk
- De doelgroep bereikt, geïnspireerd en voor het eerst begeleid aan de hand van de SpecialNeeds methodiek
- Promotie gemaakt voor het beweegaanbod wat moet leiden tot doorstroom naar de structurele andere lessen

De clinics worden gegeven aan vaste klassen/ groepen als onderdeel van het rooster bij de partner en hebben een omvang van 2 tot 3 lessen. Inhoudelijk bestaan de clinics uit:

- Plezierbeleving
- Motorische balans en coördinatie oefeningen
- Zelfontdekkend leervermogen stimuleren
- Omgaan met angst
- Terugkerende patronen gekoppeld aan een beloning systeem
- Veel variatie in de aangeboden disciplines en oefeningen verschillende vechtsporten die als instrument worden gebruikt met als doel de deelnemers te motiveren en het spannend en leuk voor hen te houden.
- Empowerment met “win” gehalte waarbij iedereen een winnaar kan zijn ongeacht de persoonlijke uitdagingen.

Iedere clinic wordt afgesloten met een examentje (iedereen is een winnaar) waar ze een diploma krijgen met een persoonlijke top en tip. Vervolgens krijgen ze de mogelijkheid aangeboden om door te gaan in de Missie of Plus lessen.

#### 4.3.2) SpecialNeeds Missie

De tweede aanpak is Vechtsport met een Missie. Hiermee worden intern binnen de partnerorganisatie lessen gericht specifiek op weerbaarheid, zelfvertrouwen en empowerment georganiseerd. Vechtsport is hier het middel om de jongeren te helpen bij hun persoonlijke ontwikkeling. Geschoolde docenten weerbaarheid worden in deze type lessen ingezet.

Missie is met individuele doelen en maatwerk. Onder schooltijd in samenwerking met de docenten. Trainer rapporteert aan de docenten:

- Naam leerling
- Groep/ niveau
- Doelstelling per leerling
- Vraagstuk
  - Zelfbeeld verhogen
  - Sociale competenties aanleren
  - Spanningen vertalen zich in lichamelijke klachten
  - Sociale interactie/ moeite met afscheidnemen
  - Frustratie tolerantie
  - Emotie regulatie
  - Motivatie
  - Weerbaarheid
  - Omgaan met boosheid
  - Algehele onrust
  - Faalangst
  - Vergroten zelfvertrouwen
  - Rouwverwerking
  - Ontlading

- Programma van 5 themalessen. Kan vervolgens steeds verlengd worden.

De lessen duren 30 tot 60 minuten. De groepsgrootte wordt in overleg met de docent van de groep bepaald. Gemiddelde groepsgrootte is 12 leerlingen. De docent van de groep is aanwezig tijdens de lessen.

#### 4.3.3) SpecialNeeds Plus

Vervolgens wordt er wanneer er animo bij de doelgroep is binnen, of in de buurt van de partnerorganisatie een dependance locatie gestart. Als de club al een locatie in de omgeving van de partnerorganisatie heeft kan de SpecialNeeds Plus groep daar ook gestart worden. Van belang is dat het direct aansluitend op de begeleiding die er bij de partner organisatie gegeven wordt, wordt georganiseerd. Vervoer is een belangrijke drempel om structureel te kunnen sporten in club verband. Door bij, of in de directe omgeving van de partner de lessen aan te bieden en meteen aansluitend kan het vervoersprobleem beperkt worden. Hierdoor kunnen de kinderen blijvend sporten zo dichtbij en laagdrempelig mogelijk. Hiervoor wordt de SpecialNeeds Plus les georganiseerd uit de interventie. In deze les worden geschoolde trainers (Opleiding SpecialNeeds en stage tijdens de clinics) met duidelijke affiniteit met de doelgroep ingezet om de doelgroep 'zo normaal mogelijk', maar met de extra begeleiding die ze nodig hebben, sportlessen te geven. Kinderen worden lid van club zodat ook de borging op langere termijn gerealiseerd wordt.

In de SpecialNeeds Plus groepen worden 2 mogelijkheden geboden, namelijk:

1. **Samengestelde groep;** jeugd met verschillende beperkingen worden samen in een groep geplaatst en samen begeleidt. In deze groepen zouden ook kinderen zonder beperking deel kunnen nemen.
2. **Aparte groep;** Kinderen met een zelfde beperking worden samen in een aparte groep geplaatst. Deze aanpak is van belang voor kinderen die niet mee kunnen komen in samengestelde groepen

Het voorwerk is hierbij van groot belang. Jeugd moet zich uiteindelijk herkennen in de groep waar ze gaan sporten. En de trainers moeten de groep de passende begeleiding kunnen bieden. Door te starten met clinics en vervolgens in samenwerking met de geleiding van de partnerorganisatie Missie lessen te verzorgen wordt er gewerkt aan het opbouwen van de relatie. Ook wordt er inzicht verkregen in de persoonlijke behoefte van de individuele sporters. De volgende uitgangspunten zijn belangrijk om mee te nemen:

- kinderen moeten de juiste begeleiding krijgen om de motivatie te creëren. Daarbij is een juiste indicatie van belang dat is je vertrekpunt en geeft houvast voor de begeleiding. Input vanuit de clinics, ouders/ begeleiders/ docenten en ervaring van mogelijke Missie lessen kunnen hier in helpen. Als instrument is er een beslisboom ontwikkeld die houvast geeft bij de mogelijke indicaties en daarmee samenstelling van groepen.
- Focus vervolgens op de kracht van de kinderen om van daaruit het juiste aanbod te vinden en de begeleiding te bieden. Niet vanuit de problemen of beperkingen.
- Ga het gesprek aan met het kind waarbij de verschillende lessen worden toegelicht en er wordt bekeken wat het meest passend is.
- De sporter moet zich uiteindelijk in de praktijk herkennen in de groep waar ze zitten. Dat kan, los van de indicatoren het bepalende element te zijn voor de uiteindelijke keuze.

Belangrijke meerwaarde is dat deze aanpak participatie bevordert.

## 5. Lesplan

Tijdens de trainerscursus SpecialNeeds ontvangen alle deelnemers een lesplan met uitgewerkte voorbeeld lessen. De lessen zijn allen uitgewerkt volgens de volgende voorbeeldles

**Lesthema:** zo trots als een pauw

Doelstelling: de deelnemers laten ervaren dat iedereen uniek en mooi is op zijn of haar eigen manier.

**Fase 1:**

- waar ben jij goed in?
- wat vind je leuk?
- wat zou je graag ooit willen leren of doen?

**Fase 2: team empowerment**

- praat met elkaar onderling (docent als groepsleider ivm de regie) hoe bijzonder en leuk het is wat iedereen afzonderlijk kan en hoe mooi het is dat iedereen eigen talenten heeft.... samen maken wij de wereld op die manier veel mooier.

**Fase 3: oefenen een simpele oefenvorm**

Eenvoudige kata variant, of andere wrkvorm uit je eigen tak van sport die iedereen kan leren (hoge win gehalte). Belangrijk: niet te moeilijk maken! Iedereen moet het binnen 15-20 minuten voor meer dan 70% onder de knie kunnen hebben...

Laat iedereen afzonderlijk de katavorm lopen met jou zelf voorop om de spanning te verlagen en als "afkijk functie"

**Fase 4: erkenning van de inzet van iedereen.**

We klappen voor elkaar, zelfs als het fout gaat want winnen is belangrijk dan meedoen.

**Meting:**

Leerling is positief en kijkt uit alweer uit naar de volgende les. Is blij weggegaan uit de les met een goed gevoel is van zichzelf te hebben laten zien en met goed gevolg.

Het klappen voor elkaar vergroot het teamgevoel onderling

Valkuil: kinderen willen niet meedoen

Oplossing: aangeven dat kijken ook heel belangrijk is en als je het wilt proberen tik maar even op de schouders dan kun je zo weer meedoen!

## 6. Intake formulier SpecialNeeds Missie

De SpecialNeeds Missie lessen worden altijd voorafgegaan aan een intake met de docent/ begeleider van de groep. Doel hiervan is overdracht naar de trainer te bewerkstelligen. Hiermee wordt een profiel van de leerlingen en leerdoelen aan de hand van het vraagstuk (reden van de les) opgesteld. De trainer kan hiermee vervolgens de lessen voorbereiden.

De vraagstukken die de reden van de les kunnen vormen zijn:

- Zelfbeeld verhogen
- Sociale competenties aanleren
- Spanningen vertalen zich in lichamelijke klachten
- Sociale interactie/ moeite met afscheidnemen
- Frustratie tollerantie
- Emotie regulatie
- Motivatie
- Weerbaarheid
- Omgaan met boosheid
- Algehele onrust
- Faalangst
- Vergroten zelfvertrouwen
- Rouwverwerking
- Ontlading

Tussentijds schakelen met de docenten is erg belangrijk voor het uiteindelijke effect (dit is kort, maar moet wel gedaan worden)

- Wat zijn de bevindingen van de trainer waar de docent weer wat mee kan → meerwaarde laten zien aan de docenten
- Wat zijn belangrijke aandachtspunten voor de trainer (zijn er incidenten geweest die effect hebben op het gedrag van de kinderen of de dynamiek in de groep)

Voor de intakes is het volgende intakeformulier beschikbaar.



## Intakeformulier - profielschets

*Dit formulier is bestemd voor de docenten en/of ouders*

**Naam school:**

**Klas:**

**Lokaal:**

**Naam meester(s)/juf(fen):**

**Voor en achternaam leerling:**

**Leeftijd:**

**J / M**

**Leerdoelstelling & aandachtspunten:**

**Uitdagingen en/of beperkingen van de leerling:**

**Eindrapportage (Zie evt. ook de achterzijde van het blad)**