

## Sportief bewegen met... een autisme

Autisme is een contactstoornis. De prikkelverwerking van mensen met autisme verloopt anders dan bij mensen zonder autisme. Hierdoor ontstaan onder andere problemen op het gebied van communicatieve vaardigheden, sociale interactie en verbeeldingsvermogen.

De ontwikkeling van sociale relaties en vaardigheden, taal en voorstellings-vermogen, de ontwikkeling van motoriek, zelfbeeld, gevoelens, spel, fantasie en begrip van de dagelijkse wereld kan verstoord verlopen. Autisme komt voor op alle niveaus van verstandelijk functioneren. Als trainer is het belangrijk te weten dat een kind autisme heeft om hem of haar goed te begeleiden.

### > Uitingen autisme

Het kind...

- ... kan stille of lege moment tijdens de les niet zelf invullen en houdt niet van onverwachte dingen
- ... reageert op iets wat jou als begeleider volledig is ontgaan
- ... begrijpt de activiteit niet of komt niet tot uitvoering van de activiteit
- ... heeft specifieke belangstelling of interesses
- ... heeft van nature weerstand tegen nieuwe situaties
- ... sluit zich af of is juist erg overheersend aanwezig
- ... heeft moeite met aanraking

### > Tips

Omdat kinderen met autisme vaak moeite hebben met het bewegen in teamverband, kunt u, door middel van eenvoudige handelingen, het bewegen voor hen leuker en eenvoudiger maken.

- Maak (kleine) groepjes, dit geeft ruimte voor individuele aandacht.
- Deel zelf de groepjes in: keuzes maken is voor kinderen met autisme vaak moeilijk.
- Speel mee en geef richting aan het groepsgebeuren.
- Herhaal de activiteiten of beweegvormen, zodat een handeling inslijt en het kind zelfstandig mee kan doen. Een kind heeft veel tijd nodig iets te leren.
- Leer de kinderen een activiteit in stapjes en in hun eigen tempo.
- Vertel waar en wanneer de opdracht plaatsvindt en hoe het verloop van de concrete uitvoering is. Vertel dit in langzaam tempo.
- Controleer na uitleg van een (groeps-)opdracht of de opdracht begrepen is.
- Afspraak = afspraak. Dat biedt duidelijkheid en houvast.

En verder helpt...

- vaste en rustige begeleiding.
- concreet geformuleerde opdrachten in tijd, plaats en ruimte.
- het vermijden van onrust door teveel aanwezige ouders. Spreek met de ouders af wanneer zij kunnen kijken of hoe laat zij hun kind kunnen ophalen.
- om de aandacht van het kind niet te laten verslappen: vermijd lege momenten voor, tijdens of na afloop van de les. Geef dan extra opdracht.
- een vaste plek per kind in de kleedkamer.
- spreek een ontsnappingsplek af waar het kind rustig kan zitten.
- het inbouwen van rituelen.

### > Effecten van bewegen

De ontwikkeling van de motoriek kan bij autisten verstoord zijn. Daarbij heeft het gedrag van de trainer grote invloed op het kind. Bij ongewenst gedrag hebben we daarom de volgende tips:

- Spreek uit, welk gedrag je hebt gezien
- Benoem dat je dit niet wilt
- Spreek zo concreet mogelijk uit wat je wél verwacht
- Vraag of het kind het begrepen heeft
- Geef het kind de kans het juiste gedrag te vertonen
- Complimenteer het kind als het juiste gedrag is vertoond

### > Websites van relevante organisaties

Stichting Ovaal ([www.stichtinovaal.nl](http://www.stichtinovaal.nl))

Nederlandse Vereniging voor Autisme [www.autisme.nl](http://www.autisme.nl)

Centrum Autisme: [www.centrumautisme.nl](http://www.centrumautisme.nl)