



# Bijscholing: dansers met een mentale beperking

4 oktober 2021

door: Ineke Legon



# Verschillende beperkingen

Auditieve beperking

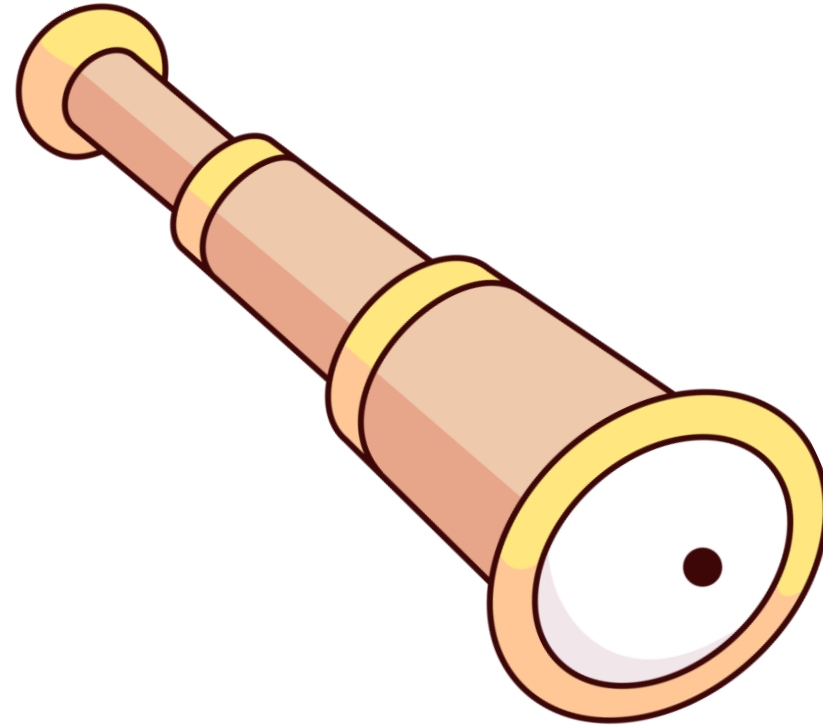
Visuele beperking

Auditief-visuele beperking

Fysieke beperking

Verstandelijke beperking

Focus op



► **Verstandelijke beperking**

Benaming?!

# Wat is een verstandelijke beperking?

Gradatie	Intelligentiequotiënt (IQ)	Percentage van de bevolking
Licht verstandelijke beperking	50-70	
Matig verstandelijke beperking		
Ernstig verstandelijke beperking		
Zeer ernstig verstandelijke beperking		

## 1. Types van I

- Type 1: kind
- Type 2: kind
- Type 3: kind
- Type 4: kind
- Type 5: kind
- Type 6: kind
- Type 7: kind
- Type 8: kind



cap  
mentale handicap  
/of gedragsproblemen  
elijke) handicap  
ziekenhuis of op medische  
rium  
p  
cap  
ssen

beperking

een kind tussen de 7
ar.
wakke
erende omgeving, rijk contact is moeilijk, slechts in

35 - 1  
20 - 3  
< 20

# Verskil met dansers zonder beperking

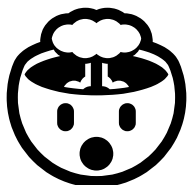
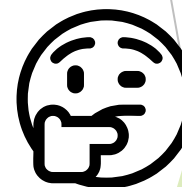
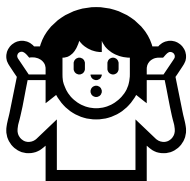
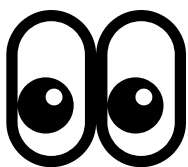
- ▶ Geen!
- ▶ Gewoon mensen met dezelfde passie als andere dansers
  - + extra begeleiding en structuur

# Doel van deze presentatie?

- ▶ Samen bouwen aan een toegankelijke dansmaatschappij voor mensen met een beperking.
- ▶ Zonder vooroordelen of “de stempel”
- ▶ Taboe doorbreken
- ▶ Belang voor iedereen maar vooral voor onze speciale mensen

= een  
ontwikkelings-  
stoornis

- ▶ Cognitief tekort om op dezelfde ontwikkelingssnelheid te evolueren in vergelijking met leeftijdsgenoten.
- ▶ in verschillende gradaties
- ▶ in verschillende combinaties





# ADHD

- ▶ Snel afgeleid
- ▶ Overmatig actief
- ▶ moeilijker functioneren in meerdere sociale situaties zoals school/werk, gezin, vereniging

# ADD

- ▶ Attention deficit disorder
- ▶ Subtype van adhd
- ▶ Hyperactiviteit en aandachtstekort nemen over



Starten met  
G-dans?

ツツ

STEP



STEP



STEP



Doelgroep?



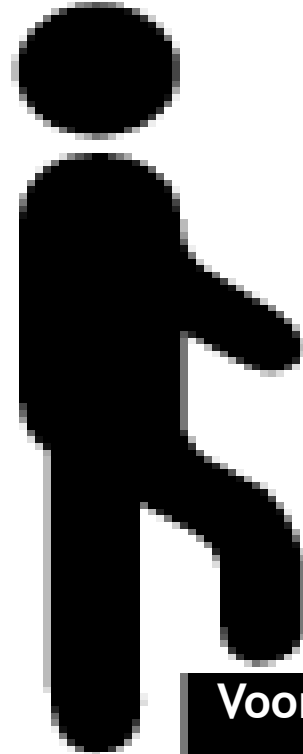
Omgeving



Voorbereiding  
les



G-dans





# Doelgroep bepalen



Volwassenen?

Kinderen?

Types?



# Algemene omgeving

Rustige  
omgeving ( in de  
school maar ook  
jijzelf)

Niet alleen laten

Veiligheid =  
belangrijk

Begeleiders /  
noodnummers in  
de buurt

Niet teveel  
prikkels tegelijk



## a. Inhoud les

- ▶ Dansstijl?
- ▶ Veel variatie zonder teveel prikkels
  - ▶ In pasjes
  - ▶ In muziekstijlen (hou ook rekening met mentale leeftijd)
- ▶ Zelfde lesindeling behouden



## b. Structuur les

- ▶ Binnenkomen
- ▶ Warm-up
- ▶ Herhaling vorige les
- ▶ Tussendoortje
- ▶ Aanleren nieuw stuk
- ▶ Tussendoortje
- ▶ Cool down
- ▶ Buitengaan
- ▶ Sociaal aspect?



Kern

- ▶ Dansspelletjes (vb. stopdans)
- ▶ Dansexpressie
- ▶ “Nonsens” dansjes (vb. jerusalema)
- ▶ Andere reeds gekende dansen
- ▶ Party (let op!)



c.  
Tussendoortjes



## d. Didactisch hulpmateriaal



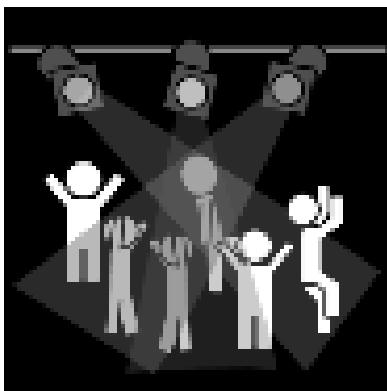
Spot markers (plaatsaanduiding, spel)

Dobbelsteen

- ▶ Dansexpressie met materiaal
- ▶ Metafoor bij bewegingen
- ▶ Sherborne
- ▶ Diploma en stickerkaarten DSV



# Extra communicatiemiddelen



► Picto's / PECS  
[www.sclera.be](http://www.sclera.be)



Smog je mee?

► Smog  
Website + app

<https://smogjemee.be/categorie/spelen%20&%20hobby#>

# Algemene tips & tricks



Alles goed uitleggen op voorhand, zeg wat gaat gebeuren



Eenvoudige en duidelijke taal gebruiken, veel herhaling



Neem voldoende tijd, eigen tempo is belangrijk (vb. jas aandoen)



Geduldig luisteren en onderbreek niet

Laat ze niet inleven in iemand anders zijn gedachten

Hou er rekening mee dat je niet altijd oogcontact krijgt

Kans op heel spontaan, vrij direct gedrag

Let op je non-verbale communicatie

Basisopleiding ehbo

Duidelijke lichaamstaal

Structuur

Ken de “beperkingen” van je dansers (med. attest?)

Stimuleren en differentieren

Extra activiteiten?

Beter niet  
doen  
X

Kleinerende uitdrukkingen

Humoristische of dubbelzinnige bewoordingen gebruiken.

Moeilijke taalgebruik, lange zinnen

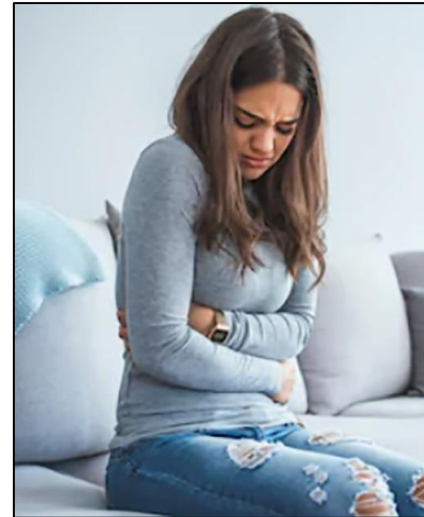
Praten met de begeleider ipv met de persoon

Hen forceren

Betuttelen

Gecombineerde commando's

Niet als een klein kind behandelen



Omgaan met situaties



Vragen?

# Praktijkervaring

LETS DANCE

- ▶ Voorbeeld les
- ▶ Dans voor ADHD