

## 2.1.2b Begeleiding sporters met een verstandelijke handicap

Inleiding	Om de les/training op maat te maken voor sporters met een verstandelijke handicap zal een sportleider soms werken met individuele op kleine groepen sporters. Iedere sporter kan zodoende de oefening doen op eigen sport- en belevingsniveau. Als sportleider 2 kunt u worden gevraagd om een individuele of kleine groep sporters met een verstandelijke handicap te begeleiden.
Opdracht	Begeleid een onderdeel van een les/training voor sporter(s) met een verstandelijke handicap. Let daarbij op de wijze waarop u communiceert.
Doel	Met deze opdracht leert u sporters met een verstandelijke handicap te begeleiden tijdens de les/training. U leert ook hoe u met de doelgroep communiceert en wat het effect daarvan is.
Context	U voert deze opdracht uit tijdens een sportactiviteit voor sporters met een verstandelijke handicap, bijvoorbeeld in uw eigen vereniging. U werkt op aanwijzing en onder toezicht van een sportleider 3 (of hoger).
Werkwijze	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ga eerst een keer de sporters observeren (let daarbij op beleving, niveau, totale communicatie en ander gedrag van de sporters, de omgang met sportleider en sporters onderling).</li><li>2. Assisteer gedurende meerdere lessen/trainingen de sportleider 3 (of hoger).</li><li>3. Als u zelf gaat begeleiden: bespreek vooraf de oefening/onderdeel van de les/training met de verantwoordelijke sportleider.</li><li>4. Maak afspraken over welke sporters en de manier waarop u ze gaat begeleiden (in eerste instantie gaat het om de communicatie met de sporters).</li><li>5. Regel dat iemand uw verrichtingen vastlegt, bijvoorbeeld met behulp van beeldopnames (mobiele telefoon).</li><li>6. Denk na waar u gaat staan en waar de sporters staan/zitten.</li><li>7. Bedenk wat u gaat uitleggen en wat niet.</li><li>8. Let op de beleving van de sporters en speel daarop in.</li><li>9. Raadpleeg zo nodig de sportleider.</li><li>10. Bespreek uw manier van begeleiden aan de hand van de opnames na met de sportleider en/of praktijkbegeleider.</li><li>11. Formuleer wat u goed deed (3 aspecten) en wat beter kan (1 aspect)</li><li>12. Herhaal de opdracht, eventueel met andere sporters met een verstandelijke handicap, denk hierbij aan de geformuleerde aspecten.</li></ol>
Resultaat	Volledig ingevuld werkblad 'Begeleiding sporters met een verstandelijke handicap'
Beheersingscriteria	Motiveert, stimuleert en enthousiasmeert sporters Luistert naar sporters Gebruikt heldere en begrijpelijke taal naar sporters Spreekt sporters aan op hun (sport)gedrag Bewaakt (en ziet toe) op veiligheid Past indien nodig oefening aan op sporters en omstandigheden Geeft aanwijzingen aan sporters
Afronding	U kunt het volledig ingevulde werkblad opnemen in het portfolio voor PVB 2.1

## Ondersteuning

Begeleiding	Met uw praktijkbegeleider bespreekt u vooraf wat er van u wordt verwacht. Na afloop evalueert u met uw praktijkbegeleider uw omgang met de sporters met een verstandelijke handicap en uw manier van begeleiden. Samen verwerkt u deze bevindingen in het werkblad.
Bronnen	Reader generiek leertraject 'sporters met een verstandelijke handicap' van Gehandicaptensport Nederland
Workshop	Sporters met een verstandelijke handicap Ter voorbereiding op de workshop heeft u in ieder geval de stappen 1 en 2 van de werkwijze gezet. Des te meer stappen u heeft door lopen des te meer u uit de workshop kunt halen.

**Werkblad 'Begeleiding sporters met een verstandelijke handicap'**

Naam	
Sportleider	
Praktijkbegeleider	
Data lessen/trainingen	

**Beantwoord de volgende vragen.****Sporters**

Wie zijn de sporters (kenmerken)?	
Hoeveel sporters heeft u begeleid?	
Wat was de beleving van de sporters?	
Hoe weet u wat de beleving was?	
Wat hebben de sporters tegen u gezegd?	
Wat heeft u gedaan om de veiligheid te waarborgen?	
Welke aanwijzingen heeft u aan de sporters gegeven?	

**Conclusies****Schrijf op wat u heeft geleerd van deze opdracht**

Persoonlijke conclusies	Tips sportleider voor vervolg

### 2.2.6 b Voorbespreking en begeleiding bij wedstrijd/toets voor sporters met een verstandelijke handicap

Inleiding	De voorbespreking op een wedstrijd/toets moet afgestemd zijn op de sporters en de betreffende wedstrijd/toets. De voorbespreking is altijd kort. De echte voorbereiding vindt plaats in de voorafgaande trainingen/lessen, niet in de laatste minuten voor de wedstrijd/toets. Door bij de wedstrijd/toets aanwezig te zijn kunnen aanwijzingen worden gegeven die concreet en direct toepasbaar zijn voor de sporter.
Opdracht	Houd een voorbespreking met sporters met een verstandelijke handicap voor een wedstrijd/toets.
Doel	Met deze opdracht leert u de voorbereiding af te stemmen op de sporters en leert u zichzelf te beperken tot de essentie. Daarnaast leert u hoe u tijdens de wedstrijd sporters met een verstandelijke handicap op een positieve manier kunt beïnvloeden.
Context	U voert deze opdracht uit met de sporters die u begeleidt.
Werkwijze	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Observeer een voorbespreking die uw praktijkbegeleider (of een andere coach) houdt met sporters met een verstandelijke handicap.</li><li>2. Let ook op de reacties/gedragingen van de sporters (zowel bij de voorbespreking als tijdens de wedstrijd/toets).</li><li>3. Bereid u voor op een wedstrijd.</li><li>4. Bedenk wat u in de voorbespreking wilt zeggen. Benadruk de positieve/sterke kanten. Bedenk hoe u het wilt zeggen: wees concreet, houd het kort.</li><li>5. Verzorg de voorbespreking, let op de reactie van de sporters en speel daarop in.</li><li>6. Begeleid de wedstrijd en vraag uw praktijkbegeleider of een medecursist om te observeren.</li><li>7. Geef aanwijzingen die aansluiten bij uw voorbespreking en de voorafgaande trainingen.</li><li>8. Onthoud welke aanwijzingen u heeft gegeven (vergeet de complimenten niet).</li><li>9. Bespreek (na de wedstrijd/toets) na met uw praktijkbegeleider en observator.</li></ol>
Resultaat	Volledig ingevuld werkblad 'voorbereiding en begeleiding wedstrijd'
Beheersingscriteria	Motiveert, stimuleert en enthousiasmeert sporters. Luistert naar sporters Gebruikt heldere en begrijpelijke taal naar sporters. Bewaakt (en ziet toe op) hygiëne en verzorging. Geeft sporters aanwijzingen met betrekking tot wedstrijd. Zorgt dat sporters zich aan de (spel)regels houden Legt uit en past relevante spelregels toe
Afronding	U kunt het volledig ingevulde werkblad opnemen in het portfolio voor PVB 2.2.

### Ondersteuning

Begeleiding	Met uw praktijkbegeleider neemt u de opdracht en het in te vullen werkblad door. Na de uw opdracht vult u, uw observant en praktijkbegeleider het werkblad in.
Bronnen	Reader generiek leertraject 'sporters met een verstandelijke handicap' van Gehandicaptensport Nederland
Workshops	Omgang met sporters met een verstandelijke handicap

**Werkblad 'Vorbereiding en begeleiding wedstrijd/toets'**

Naam	
Observant	
Praktijkbegeleider	
Datum wedstrijd/toets	

**Gegevens voorbespreking**

Wedstrijd/toets	
Kenmerken sporters	
Locatie	
Score(verloop)	

**Voeg uw voorbereiding toe.**

**Observatieverslag van uw voorbespreking en begeleiding (door observant)**

--

Gegeven aanwijzingen	Reactie sporter(s)

**Conclusies**

**Schrijf op wat u heeft geleerd van deze opdracht.**

Persoonlijke conclusies	Feedback praktijkbegeleider ten aanzien van beheersingscriteria