

BEWEGINGSAGOOG 1

Boom Beroepsonderwijs
info@boomberoepsonderwijs.nl
www.boomberoepsonderwijs.nl

Auteur: Bert Geenen

Titel: Bewegingsagoog 1
ISBN: 978 90 3726 549 1
1e druk / 1e oplage

Bronvermelding: Patrick Harderwijk | HCA

Beeld ANP: Joost van den Broek, Marcel van den Bergh, Hans Barten, Berlinda van Dam, Annemiek Mommers, Robin van Lonkhuijsen, Werry Crone, Koen van Weel, Jennifer Hendriks, Patricia Rehe, Anton Kappers.

Beeld Shutterstock: Byelikova Oksana, PeterBraakmann, Gertran, ID1974, StanislawTokarski, J-Lopez, Marco Ciccolella, dominika zara, Pack-Shot, Stefano Ember, paul van beets

© 2023 Boom Beroepsonderwijs | Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van een (of meerdere) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl).

De uitgever heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Door het gebruik van deze uitgave verklaart u kennis te hebben genomen van en akkoord te gaan met de specifieke productvoorwaarden en algemene voorwaarden van Boom Beroepsonderwijs, te vinden op www.boomberoepsonderwijs.nl.

INHOUD

Voorwoord	7
Thema 1 De bewegingsagoog	10
1.1 Casus	12
1.2 De bewegingsagoog	13
1.3 Kwaliteiten van de bewegingsagoog	20
1.4 De professionele houding van de bewegingsagoog	25
1.5 Doelgroepen binnen de bewegingsagogie	33
1.6 Verdiepingsstof - Ondersteuningsplan	39
1.7 Verdiepingsstof - Gedragsregels begeleiders in de sport (seksuele intimidatie)	39
1.8 Begrippen	41
Thema 2 Achtergronden van de bewegingsagogiek	42
2.1 Casus	43
2.2 Bewegingsagogiek	44
2.3 Uitgangspunten van de bewegingsagogiek	51
2.4 Het belang van bewegen	57
2.5 Het belang van bewegen voor specifieke doelgroepen	69
2.6 Lichaamsplan, lichaamsbesef en lichaamsidee	81
2.7 Verdiepingsstof - MET-waarde	87
2.8 Verdiepingsstof - Bewegingsantropologie	88
2.9 Verdiepingsstof - Bewegen en zelfbeeld	89
2.10 Verdiepingsstof - Bewegen en cognitie	89
2.11 Verdiepingsstof - Snoezelen	90
2.12 Verdiepingsstof - Motorische Remedial Teaching	90
2.13 Verdiepingsstof - Neglect	92
2.14 Begrippen	93
Thema 3 Bewegingsagogische strategieën	94
3.1 Casus	96
3.2 Strategieën binnen de bewegingsagogie	97
3.3 Basisbenadering of primaire activering	101
3.4 Bewegingsactivering	107
3.5 Bewegingsonderwijs	111
3.6 Bewegingsrecreatie	116
3.7 Psychomotorische therapie	119
3.8 Sport als bewegingsagogische strategie	128
3.9 Verdiepingsstof - Ervaringsfasen Timmers-Huigens	140
3.10 Verdiepingsstof - Bewegen en gezondheid	141
3.11 Verdiepingsstof - Impliciet motorisch leren	141
3.12 Verdiepingsstof - Bio-energetica	143
3.13 Verdiepingsstof - Ongehoord sportief	144

3.14	Verdiepingsstof - ReSpAct	146
3.15	Begrippen	147
Thema 4	Visie en vakconcepten	148
4.1	Casus	149
4.2	Visies op bewegen	150
4.3	Vakconcepten	160
4.4	Visie op mensen die anders zijn	171
4.5	Verdiepingsstof - Functies van een vakconcept	181
4.6	Verdiepingsstof - Sport- en bewegingscultuur	181
4.7	Verdiepingsstof - Gezondheid volgens Machteld Huber	182
4.8	Begrippen	183
Thema 5	Bewegingsdiagnostiek	184
5.1	Casus	185
5.2	Het belang van een goede beeldvorming	186
5.3	Bewegingsdiagnostische methoden	191
5.4	Leerlingvolgsysteem	214
5.5	Monitoren van de voortgang	220
5.6	Verdiepingsstof - Validiteit en betrouwbaarheid	222
5.7	Verdiepingsstof - HMKTK	223
5.8	Verdiepingsstof - Steep Ramp Test	223
5.9	Begrippen	224
Thema 6	Het opstellen van een bewegingsagogisch programma	226
6.1	Casus	228
6.2	Planmatig werken	228
6.3	De voordelen van planmatig werken	232
6.4	Diversiteit aan plannen	242
6.5	De inhoud van het ondersteuningsplan	249
6.6	De inhoud van het bewegingsagogisch programma	258
6.7	Verdiepingsstof - Landelijk Schakelpunt (LSP)	271
6.8	Verdiepingsstof - HKZ	272
6.9	Verdiepingsstof - SAMPC	273
6.10	Verdiepingsstof - Voorbeelden van ondersteuningsplannen	276
6.11	Begrippen	280
Thema 7	De bewegingsagoog als begeleider	282
7.1	Casus	284
7.2	Een sociaal veilig sportklimaat	284
7.3	Een fysiek veilig sportklimaat	297
7.4	Teamrollen	302
7.5	Samenwerken in een team	314
7.6	Diversiteit en een inclusief sportklimaat	319
7.7	Verdiepingsstof - Analyse van de groeps sfeer	348
7.8	Verdiepingsstof - Meldcode Huiselijk geweld en kindermishandeling	349

7.9	Verdiepingsstof - Voorbeelden MBTI	349
7.10	Verdiepingsstof - Wederzijdse beïnvloeding Roos van Leary	350
7.11	Verdiepingsstof - Niveaus van samenwerken	351
7.12	Verdiepingsstof - Multidisciplinaire behandelteams Oncologie	351
7.13	Verdiepingsstof - Diversiteitsproof	353
7.14	Begrippen	355
Thema 8	Specifieke begeleidingsmethoden	356
8.1	Casus	358
8.2	Interventies en methoden	359
8.3	Gedragstherapeutische methoden	363
8.4	Methoden binnen de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking .	373
8.5	Methoden binnen de ouderenzorg	388
8.6	Methoden binnen de psychiatrie	392
8.7	Methoden binnen de jeugdzorg	399
8.8	Methoden binnen het speciaal onderwijs	405
8.9	Verdiepingsstof - Interventies	411
8.10	Verdiepingsstof - Electro Convulsie Therapie	411
8.11	Verdiepingsstof - Reminiscentie	411
8.12	Verdiepingsstof - ACT	412
8.13	Verdiepingsstof - Aggressieregulatie op Maat	413
8.14	Verdiepingsstof - Taakspel	414
8.15	Begrippen	416
Thema 9	Omgaan met agressie	418
9.1	Casus	420
9.2	Wat is agressie?	420
9.3	Opvattingen over agressie	425
9.4	Agressie binnen de samenleving	428
9.5	Risicofactoren van agressiviteit	434
9.6	Het agressiemodel	449
9.7	Omgaan met en voorkomen van agressie	456
9.8	Signaleringsplan Amarant	460
9.9	Verdiepingsstof - Casus agressie	466
9.10	Verdiepingsstof - Opvattingen over agressie	466
9.11	Verdiepingsstof - Onderzoek agressie op het werk	469
9.12	Verdiepingsstof - Interactie tussen aanleg en omgeving	470
9.13	Verdiepingsstof - De RADAR-methode Regeer	470
9.14	Verdiepingsstof - Nazorg	471
9.15	Begrippen	472

Thema 10	Ontwikkelingen en beleid binnen zorg en welzijn	474
10.1	Casus	476
10.2	Missie, visie en beleid	477
10.3	Beleidsplan	482
10.4	Beleidsinstrumenten	486
10.5	Zorgmodellen	492
10.6	Sportbeleid	502
10.7	Gezondheidsbeleid	507
10.8	Ontwikkelingen in de gezondheidszorg	517
10.9	Verdiepingsstof - Gemeentelijke cijfers Gezondheidsmonitor	527
10.10	Verdiepingsstof - Nota gehandicaptensport	528
10.11	Verdiepingsstof - Organisatorische integratie	528
10.12	Verdiepingsstof - Diversiteit	528
10.13	Verdiepingsstof - Positieve Gezondheid	529
10.14	Verdiepingsstof - Gamification	530
10.15	Verdiepingsstof - Trends binnen de revalidatie	531
10.16	Begrippen	533
	Literatuurlijst	535
	Index	546

VOORWOORD

Angerenstein Sport & Bewegen is een complete serie leermiddelen voor het kwalificatiedossier Sport en Bewegen 2023. Angerenstein Sport & Bewegen bestaat uit boeken met theorie en opdrachten, een digitaal platform waarin de theorie, opdrachten en verdiepingsstof te vinden is en digitale opdrachten.

Dit boek kun je gebruiken bij het profieldeel Bewegingsagoog van het kwalificatiedossier Sport en Bewegen op mbo-niveau 4. In het volgende schema staat de opbouw van de methode.

Niveau 4 Profielen	Buurtsportcoach Bewegingsagoog Leefstijlcoach Trainer-coach/Instructeur
Niveau 3 en 4 Basiskerntaken	Sport- en bewegingsleider • DIDACTIEK van een les of training (kerntaak 1) • BEGELEIDEN van een les of training (kerntaak 1) • TRAININGSKUNDE van een les of training (kerntaak 1) • ORGANISEREN van een evenement (kerntaak 2)

Koppeling kwalificatiedossier 2023

Elk thema heeft een koppeling met één of meerdere werkprocessen van het kwalificatiedossier. Hieronder tref je per thema aan met welk(e) werkproces(sen) deze is gekoppeld:

		Profieldeel							
	Sport en Bewegen 2023 978-90-372-6549-1 Bewegingsagoog 1	P4-K1-W1	P4-K1-W2	P4-K1-W3	P4-K1-W4		P4-K2-W1	P4-K2-W2	P4-K2-W3
1	De bewegingsagoog		x	x					
2	Achtergronden van de bewegingsagogiek		x	x					
3	Bewegingsagogische strategieën		x	x					
4	Visie en vakconcepten	x		x					
5	Bewegingsdiagnostiek	x			x				
6	Het opstellen van een bewegingsagogisch programma		x						
7	De bewegingsagoog als begeleider			x					
8	Specifieke begeleidingsmethoden			x					
9	Omgaan met agressie			x					
10	Ontwikkelingen en beleid binnen zorg en welzijn	x	x						

De opbouw van de thema's

Ieder product bevat thema's die de sport- en bewegingsleider in opleiding gedurende zijn of haar opleiding veelvuldig zal raadplegen. Deze thema's bestaan uit:

- leerdoelen
- theorie (+ online verdiepingsstof)
- casuïstiek
- (digitale) verwerkingsopdrachten
- digitale toetsen.

Leerdoelen

Aan het begin van elk thema worden de leerdoelen en de relatie met het werkproces geformuleerd. De leerdoelen zijn afgeleid van de vakkennis en vaardigheden en van de gedragscriteria uit het kwalificatiedossier.

Theorie

De thema's bevatten de informatie die relevant is voor de sport- en bewegingsleider in opleiding. De theorie wordt verlevendigd met voorbeelden uit het SB-werkveld. Belangrijke begrippen worden uitgelegd in de tekst en zijn uitgelicht. Aanvullende informatie vind je in de verdiepingsstof die beschikbaar is op www.boomdl.nl.

Casus

De casus bestaat meestal een situatie waar een sport- en bewegingsleider tegenaan kan lopen in beroepspraktijk. Aan de hand van een aantal kennis- en vaardigheidsopdrachten probeer je te bedenken wat je het best in deze situatie zou kunnen doen.

Digitale leeromgeving

Daarnaast zijn de onderdelen van Angerenstein Sport & Bewegen ook beschikbaar via www.boomdl.nl. Het gaat om de volgende onderdelen:

- (extra) verwerkingsopdrachten
- filmmateriaal
- stappenplannen
- toetsen
- verdieping.

Voordat je de digitale leeromgeving kunt gebruiken, moet je je licentie activeren:

- Overleg met je docent welk type account je gebruikt.
- Ga naar www.boomberoepsonderwijs.nl/licentie.
- Bekijk de instructiefilm of lees het stappenplan.
- Volg de stappen.

Daarna kun je aan de slag!

Verwerkingsopdrachten

Bij iedere paragraaf van een thema hoort een aantal verwerkingsopdrachten. Deze opdrachten helpen je de informatie uit de theorie te verwerken. Doordat je actief met de informatie aan de slag gaat, onthoud je de informatie beter.

Je kunt zelf kiezen of je de opdrachten alleen maakt of met een groepje. Ook is het mogelijk om de opdrachten eerst alleen te maken en daarna met een groepje medestudenten. Bij sommige opdrachten, zoals de woordspin, werk je in een groepje. Je kunt zelf kiezen welke opdrachten je maakt. Soms zit er voor een deel overlap in de opdrachten. De opdrachten worden langzaam maar zeker moeilijker. Bij de eerste opdrachten ligt het accent op kennis, bij de laatste opdrachten gaat het meer om het begrijpen en toepassen. De laatste opdracht van elk thema is een reflectieopdracht, waarbij je terugkijkt naar de leerdoelen van het thema.

Verwijzingen

Bij sommige verwerkingsopdrachten of theorie staat een verwijzing naar Boom digitaal. Daar vind je dan de bron (bijvoorbeeld een filmpje, afbeelding of website) die je nodig hebt bij het maken van de opdracht.

Digitale toetsen

Bij ieder thema kun je een nulmeting doen waarmee je kunt laten zien wat je al kent en kunt. Je weet dan bijvoorbeeld aan welke onderwerpen je nog extra aandacht moet besteden. Zodra je een thema hebt afgerond, kun je een eindtoets maken. Daarmee laat je zien wat je hebt geleerd. Beide toetsen bevatten vragen over alle leerdoelen van het thema.

Veel plezier en succes met het werken met Angerenstein Sport & Bewegen!



THEMA 1

DE BEWEGINGSAGOOG

Inhoud thema

- De bewegingsagoog
- Kwaliteiten van de bewegingsagoog
- De professionele houding van de bewegingsagoog
- Doelgroepen binnen de bewegingsagogie
- Verdiepingsstof
- Begrippen

Als bewegingsagoog werk je met kwetsbare doelgroepen met een of meer hulpvragen op het gebied van lichamelijk, sociaal, psychisch of cognitief functioneren. Het kan gaan om mensen met een verstandelijke en/of lichamelijke beperking, maar ook om ouderen en mensen met psychische problemen en/of gedragsproblemen. Ook de leeftijd loopt enorm uiteen. De werkzaamheden kunnen op verschillende doelen gericht zijn, zoals integratie, (re)activering of gezondheidsbevordering.

De bewegingsagoog werkt overwegend interdisciplinair. Op basis van een algemeen behandel- of zorgplan wordt er een bewegingsagogisch plan opgesteld met passende bewegingsagogische interventies. Het plan kan ook betrekking hebben op een bepaalde groep deelnemers met eventueel individuele accenten. Om de doelstellingen te bereiken maak je als bewegingsagoog gericht gebruik van uiteenlopende sport- en bewegingsactiviteiten, organisatievormen, groepeeringsvormen en didactische werkvormen.

In het kwalificatiedossier 2023 wordt gesproken over een ‘bewegingsagogisch programma’. Deze term wordt dan ook verder in dit boek gebruikt.

Dit thema besteedt aandacht aan de belangrijkste werkzaamheden van de bewegingsagoog en aan een aantal belangrijke kwaliteiten waarover deze dient te beschikken. Momenteel krijgen onderwerpen als integriteit en een veilig sportklimaat veel aandacht. Zeker voor een bewegingsagoog is dit belangrijk, omdat je veelal met kwetsbare doelgroepen werkt. Tot slot wordt ingegaan op de verschillende doelgroepen waarmee je als bewegingsagoog te maken krijgt.

Relatie met werkproces

Het thema ‘De bewegingsagoog’ heeft vooral te maken met werkprocessen:

- P4-K1-W2: Stelt een bewegingsagogisch programma op, en
- P4-K1-W3: Voert het bewegingsagogisch programma uit.

Leerdoelen

- Je kunt de belangrijkste werkzaamheden en kwaliteiten van de bewegingsagoog beschrijven.
- Je kunt de belangrijkste kenmerken van de professionele houding van de bewegingsagoog beschrijven.
- Je kunt de doelgroepen beschrijven waarmee de bewegingsagoog werkt.

1.1 Casus

Opdracht 1 Casus Psychiatrie of een justitiële inrichting?

Evert volgt de opleiding Sport & Bewegen op niveau 4 en heeft het profieldeel bewegingsagoog gekozen. Hij krijgt van de docent de opdracht om een stageplaats te zoeken. Evert wil tijdens zijn stage graag iets in de psychiatrie of in een justitiële inrichting doen. Hij weet alleen niet precies wat de verschillen zijn. Hij wordt bewegingsagoog, maar er lopen in de psychiatrie meestal ook psychomotorisch therapeuten rond. Ook heeft hij weleens gehoord dat je in een penitentiaire inrichting niet alleen sport aanbiedt aan de gedetineerden, maar ook aan het personeel.

Evert heeft op de website van Roessingh het volgende over de bewegingsagogie gelezen: *Bewegingsagogie richt zich op het begeleiden en behandelen van patiënten. Dat kan door sport, spel en andere vormen van bewegen. Het gaat erom, mensen die door hun ziekte/aandoening weinig of niet adequaat bewegen, uit te nodigen om in beweging te komen.* (Bron: Roessingh Centrum voor Revalidatie, z.d.)

Uit het kwalificatiedossier Sport en Bewegen heeft de docent de volgende tekst laten zien:

Zijn/haar werkzaamheden zijn erop gericht de cliënten te (re)activeren, gericht op vitaliteit en gezondheidsbevordering, door cliënten te ondersteunen bij het herstellen, bevorderen of leren omgaan met (blijvend) fysieke of gedragsmatige uitdagingen. Hij/zij doet dit binnen de kaders van een agogisch ondersteuningsplan of een ((para)medisch) behandelplan. Op basis van dit plan stelt hij/zij een bewegingsagogisch programma samen met passende bewegingsagogische interventies.

Toen zijn vriendin vroeg wat een sport- en bewegingsagoog nu precies doet, heeft hij haar dit voorgelezen. Het was zijn vriendin direct volkomen duidelijk.

Kennisvragen

- a. Wat is de psychiatrie? Welke doelgroepen en welke aandoeningen kom je daar tegen?
- b. Wat is een justitiële inrichting? Wat voor mensen kom je daar tegen?
- c. Wat zijn de belangrijkste werkzaamheden die je verricht als sport- en bewegingsagoog?
- d. Wat zijn de belangrijkste verschillen tussen je werkzaamheden als bewegingsagoog in de psychiatrie en in een justitiële inrichting?
- e. Wat wordt er bedoeld met: 'Zijn/haar werkzaamheden zijn erop gericht de cliënten te (re)activeren, gericht op vitaliteit en gezondheidsbevordering'?
- f. Wat is een agogisch ondersteuningsplan?
- g. Wat is het verschil tussen medisch en paramedisch?

- h. Uit de omschrijving van de bewegingsagoog komt een aantal bewegingsagogische werkzaamheden naar voren.
- Welke werkzaamheden zijn van toepassing op de psychiatrie?
 - Welke op de revalidatie?
 - Welke op justitiële inrichtingen?
 - Welke op de ouderenzorg?
 - Welke op de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking?

1.2 De bewegingsagoog

Ontwikkelingen

De afgelopen jaren is de belangstelling voor sport en bewegen in algemene zin toegenomen. Sport en bewegen wordt gezien als een belangrijk middel bij uiteenlopende maatschappelijke problemen, zoals gezondheid en integratie.

Gezamenlijke missie voor 2040:

‘Sport en bewegen maakt ons fysiek en mentaal gezond, creëert saamhorigheid, biedt mogelijkheden voor talentontwikkeling, maar is ook gewoon een prettige vrijetijdsbesteding.

Iedereen in Nederland heeft de kans zonder belemmering te sporten, te excelleren in sport of te bewegen en daar plezier aan te beleven. We inspireren zo veel mogelijk Nederlanders met de kracht van topsport en sport. Sportief bewegen is vanzelfsprekend voor iedereen die in Nederland woont.’

Bron: Sportakkoord (2022).



Sport is een prettige vrijetijdsbesteding.