



BEWEGINGSAGOOG 2

COLOFON

Boom beroepsonderwijs
info@boomberoepsonderwijs.nl
www.boomberoepsonderwijs.nl

Auteur: Bert Geenen
Met medewerking van: CIOS Nederland

Titel: Bewegingsagoog 2
ISBN: 978 90 3723 203 5
1e druk / 1e oplage

Bronvermelding: Shutterstock.com (Byelikova Oksana, PeterBraakmann, Gertran, ID1974, StanislawTokarski, Aerovista Luchtfotografie, Philip Brookes, FocusDzign), Het DolhuysHaarlem.

© 2024 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	Aandoeningen aan de motoriek	10
1.1	Casus	11
1.2	Amputaties	12
1.3	Reumatische aandoeningen	17
1.4	Spierziekten	27
1.5	Verdiepingsstof - Wat is classificatie?	33
1.6	Verdiepingsstof - Osteofyten	34
1.7	Verdiepingsstof - Auto-immuunziekte	34
1.8	Verdiepingsstof - Vitamine D	34
1.9	Verdiepingsstof - Pijnpunten	35
1.10	Begrippen	36
Thema 2	Neurologische aandoeningen	38
2.1	Casus	39
2.2	Niet-aangeboren hersenletsel	40
2.3	Cerebrale parese	50
2.4	De ziekte van Parkinson	57
2.5	Multiple sclerose	61
2.6	Dwarslaesie en spina bifida	63
2.7	Epilepsie	72
2.8	Verdiepingsstof - TIA en CVA	80
2.9	Verdiepingsstof - Wat is afasie?	80
2.10	Verdiepingsstof - Classificatie	80
2.11	Verdiepingsstof - Sporten met cerebrale parese (CP)	81
2.12	Verdiepingsstof - Tips voor sporten en bewegen met MS	82
2.13	Verdiepingsstof - Classificatie wheelchairrugby	83
2.14	Begrippen	84
Thema 3	Chronische aandoeningen	86
3.1	Casus	87
3.2	Hart- en vaatziekten	88
3.3	Longaandoeningen	96
3.4	Diabetes mellitus	105
3.5	Kanker	111
3.6	Chronische pijn	115
3.7	Verdiepingsstof - Angina Pectoris	122
3.8	Verdiepingsstof - Hartafwijkingen bij mensen met downsyndroom	122
3.9	Verdiepingsstof - Cystic fibrosis	123
3.10	Verdiepingsstof - Praktische tips om te sporten met diabetes	123
3.11	Verdiepingsstof - Sporten en bewegen tijdens kanker	124
3.12	Verdiepingsstof - Sport- en beweeginterventies voor mensen met chronische aandoeningen	125
3.13	Verdiepingsstof - Fibromyalgie	126
3.14	Begrippen	128
Thema 4	Zintuiglijke aandoeningen	130
4.1	Casus	131
4.2	Auditieve beperkingen	132
4.3	Visuele beperkingen	141
4.4	Verdiepingsstof - Syndroom van Usher	151

4.5	Verdiepingsstof - Stimuleren sport en bewegen mensen met een auditieve beperking	151
4.6	Verdiepingsstof - Hoe stimuleer je sport en bewegen voor mensen met een visuele beperking?	152
4.7	Verdiepingsstof - Goalball	153
4.8	Begrippen	155
Thema 5	Mensen met een verstandelijke beperking	156
5.1	Casus	157
5.2	Verstandelijke beperking	158
5.3	Indeling verstandelijke beperking	162
5.4	De ontwikkeling van mensen met een verstandelijke beperking	168
5.5	Begeleiding mensen met een verstandelijke beperking	177
5.6	Syndromen	182
5.7	Ouderen met een verstandelijke beperking	191
5.8	Mensen met een meervoudige beperking	196
5.9	Verdiepingsstof - Wat is de WISC-V NL?	199
5.10	Verdiepingsstof - Wat is snoezelen?	200
5.11	Verdiepingsstof - Zorgprofiel	201
5.12	Verdiepingsstof - De beweegcirkel	201
5.13	Verdiepingsstof - Downscreening	202
5.14	Verdiepingsstof - Wat is Prader-Willi-syndroom (PWS)	202
5.15	Begrippen	204
Thema 6	Psychische problemen bij mensen met een verstandelijke beperking	206
6.1	Casus	207
6.2	Verhoogde kwetsbaarheid	208
6.3	Veelvoorkomende psychische problemen	214
6.4	Het begeleiden van gedragsmoeilijke deelnemers	218
6.5	Zelfverwondend gedrag	223
6.6	Sterk gedragsgestoord licht verstandelijk gehandicapt	229
6.7	Verdiepingsstof - Psychische problemen bij een persoon met een verstandelijke beperking	238
6.8	Verdiepingsstof - Factsheet psychische problemen	240
6.9	Verdiepingsstof - Naar gedrag kijken: het ABC-model	240
6.10	Verdiepingsstof - Behandelcentrum Middenweg – SGLVG-kliniek in Zwammerdam ..	240
6.11	Begrippen	242
Thema 7	Inleiding in de psychiatrie	244
7.1	Casus	245
7.2	Psychische hulpverlening	247
7.3	Wanneer is er sprake van een psychisch probleem?	254
7.4	De continuïteitsgedachte en de evenwichtsgedachte	258
7.5	Het ontstaan van psychische problemen	260
7.6	Algemeen psychopathologische verschijnselen	265
7.7	Indeling van psychische stoornissen	267
7.8	Verdiepingsstof - e-health	270
7.9	Verdiepingsstof - Voorbeeld DSM-5 TR-criteria stoornis van Gilles de la Tourette	271
7.10	Verdiepingsstof - Stigma en stigmabestrijding	271
7.11	Verdiepingsstof - Vaktherapie bij een eetstoornis	271
7.12	Begrippen	273

Thema 8	Psychische problemen	274
8.1	Casus	275
8.2	Angststoornissen	276
8.3	Obsessieve-compulsieve en verwante stoornissen	280
8.4	Schizofreniespectrum- en andere psychotische stoornissen	285
8.5	Stemmingsstoornissen	294
8.6	Persoonlijkheidsstoornissen	300
8.7	Verdiepingsstof - Symptomen angststoornis	306
8.8	Verdiepingsstof - EMDR	307
8.9	Verdiepingsstof - Interventie: in de put, uit de put bij volwassenen	307
8.10	Verdiepingsstof - Attributietheorie	308
8.11	Verdiepingsstof - Dialectische gedragstherapie (DGT)	308
8.12	Begrippen	309
Thema 9	Psychogeriatrische aandoeningen	310
9.1	Casus	311
9.2	Dementie	312
9.3	De ziekte van Alzheimer	317
9.4	Benaderingswijzen	321
9.5	Belang van sport en bewegen	327
9.6	Overige psychische aandoeningen bij ouderen	330
9.7	Verdiepingsstof - miMakker	335
9.8	Verdiepingsstof - Methode Urlings	335
9.9	Verdiepingsstof - Beweging positief effect op dementerende ouderen	336
9.10	Begrippen	338
Thema 10	Autismespectrumstoornis	340
10.1	Casus	341
10.2	Autismespectrumstoornis	342
10.3	Andere stoornissen gerelateerd aan autisme	349
10.4	Behandelings- en begeleidingsmethoden	354
10.5	Bewegingsagogische consequenties	360
10.6	Verdiepingsstof - Stoornis of het syndroom van Heller	364
10.7	Verdiepingsstof - Wat is ABA?	365
10.8	Verdiepingsstof - Principes Son-Rise-programma	365
10.9	Begrippen	367
Thema 11	Jeugdzorg en gedragsproblematiek	368
11.1	Casus	369
11.2	Jeugdzorg	370
11.3	Gedragsproblematiek	373
11.4	De normoverschrijdend-gedragsstoornis	375
11.5	Overige gedragsstoornissen	381
11.6	Aandachtsdeficiëntie-/hyperactiviteitsstoornis	385
11.7	Bewegingsagogische consequenties	392
11.8	Verdiepingsstof - Wat is Jeugdzorg Nederland?	398
11.9	Verdiepingsstof - Agressie en genen	399
11.10	Verdiepingsstof - Sport en antisociaal gedrag	399
11.11	Verdiepingsstof - Opvoeding en onderwijs	400
11.12	Verdiepingsstof - Sport en bewegen voor mensen met gedragsproblemen	401
11.13	Verdiepingsstof - ADHD en medicijngebruik	401
11.14	Begrippen	404

Thema 12	Verslavingsstoornissen	406
12.1	Casus	407
12.2	Verslaving	408
12.3	Kenmerken van verslaving	412
12.4	Oorzaken en gevolgen van verslaving	415
12.5	Behandeling en begeleiding	419
12.6	Belang van sport en bewegen	426
12.7	Verdiepingsstof - Cocaïne	430
12.8	Verdiepingsstof - Craving	431
12.9	Verdiepingsstof - Hersenen en verslaving	431
12.10	Verdiepingsstof - Cognitieve gedragstherapie en verslaving	432
12.11	Verdiepingsstof - Sport en verslaving	432
12.12	Begrippen	435
Thema 13	Mensen met een justitiële maatregel	436
13.1	Casus	437
13.2	Kenmerken van de doelgroep	438
13.3	Strafmaatregelen	441
13.4	Justitiële inrichtingen	447
13.5	Begeleiding van delinquenten	458
13.6	Sport binnen de penitentiaire inrichting	460
13.7	Verdiepingsstof - Psychiatrische stoornissen bij vrouwen in de gevangenis	466
13.8	Verdiepingsstof - Tbs inzichtelijk	467
13.9	Verdiepingsstof - Den Hey-Acker	467
13.10	Verdiepingsstof - Waarom sport aan gedetineerden	468
13.11	Begrippen	470
	 Literatuurlijst	 471
	 Index	 484

VOORWOORD

Angerstein Sport & Bewegen is een complete serie leermiddelen voor het kwalificatiedossier Sport en Bewegen 2023. Angerstein 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 <ul style="list-style-type: none"> • 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 een of meerdere werkprocessen van het kwalificatiedossier. Hieronder tref je per thema aan met welk(e) werkproces(sen) deze is gekoppeld:

		Profieldeel						
		P4-K1-W1	P4-K1-W2	P4-K1-W3	P4-K1-W4	P4-K2-W1	P4-K2-W2	P4-K2-W3
	Sport en Bewegen 2023 978-90-372-6550-7 Bewegingsagoog 2							
1	Aandoeningen aan de motoriek		x	x				
2	Neurologische aandoeningen		x	x				
3	Chronische aandoeningen		x	x				
4	Zintuiglijke aandoeningen		x	x				
5	Mensen met een verstandelijke beperking		x	x				
6	Psychische problemen bij mensen met een verstandelijke beperking		x	x				
7	Inleiding in de psychiatrie		x	x				
8	Psychische problemen		x	x				
9	Psychogeriatrische aandoeningen		x	x				
10	Autismespectrumstoornis		x	x				
11	Jeugdzorg en gedragsproblematiek		x	x				
12	Verslavingsstoornissen		x	x				
13	Mensen met een justitiële maatregel		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 uit een situatie waar een sport- en bewegingsleider tegenaan kan lopen in beroepspraktijk. Aan de hand van een aantal kennis- en vaardigheidsoopdrachten probeer je te bedenken wat je het best in deze situatie zou kunnen doen.

Digitale leeromgeving

Daarnaast zijn de onderdelen van Angerenstein Sport & Beweging 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 & Beweging!



THEMA 1

AANDOENINGEN AAN DE MOTORIEK

Inhoud thema

- Amputaties
- Reumatische aandoeningen
- Spierziekten
- Verdiepsstof
- Begrippen

Er bestaan veel verschillende lichamelijke aandoeningen. Deze kun je op meerdere manieren indelen. Hier wordt gekozen voor een indeling naar aandoeningen aan de motoriek (motorische beperkingen), neurologische aandoeningen, chronische aandoeningen en zintuiglijke aandoeningen. In de verschillende thema's wordt aan deze onderwerpen aandacht besteed.

In dit thema staan de aandoeningen aan het bewegingsapparaat centraal. Zo besteden we aandacht aan amputaties, reumatische aandoeningen en aan osteoporose. Er bestaat een groot aantal reumatische aandoeningen. Er is gekozen om artrose, reumatoïde artritis, de ziekte van Bechterew en fibromyalgie aan de orde te stellen.

Spiers vormen een belangrijk onderdeel van het bewegingsapparaat en helaas kan daar het een en ander misgaan. Je hebt het dan over spieraandoeningen. Spieren worden aangestuurd door zenuwen. In een aantal gevallen is er niets mis met de spier, maar met de zenuwen die de spieren aansturen. Ook die aandoeningen worden tot de spierziekten gerekend. Het is daarom beter te spreken van **neuromusculaire** aandoeningen. Er wordt een overzicht gegeven van de meest voorkomende aandoeningen, waarbij de ziekte van Duchenne nader uitgewerkt wordt.

De nadruk ligt niet op de medische achtergrond van deze aandoeningen, maar op de consequenties voor deelname aan sport- en bewegingsactiviteiten.

Relatie met werkproces

Het thema 'Aandoeningen aan de motoriek' 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 beschrijven wat onder een amputatie wordt verstaan.
- Je kunt mensen met een amputatie adviseren en begeleiden op het gebied van sport en bewegen.
- Je kunt de belangrijkste reumatische aandoeningen beschrijven.
- Je kunt mensen met een reumatische aandoening adviseren en begeleiden op het gebied van sport en bewegen.
- Je kunt de belangrijkste spierziekten beschrijven.
- Je kunt mensen met een spierziekte adviseren en begeleiden op het gebied van sport en bewegen.

1.1 Casus

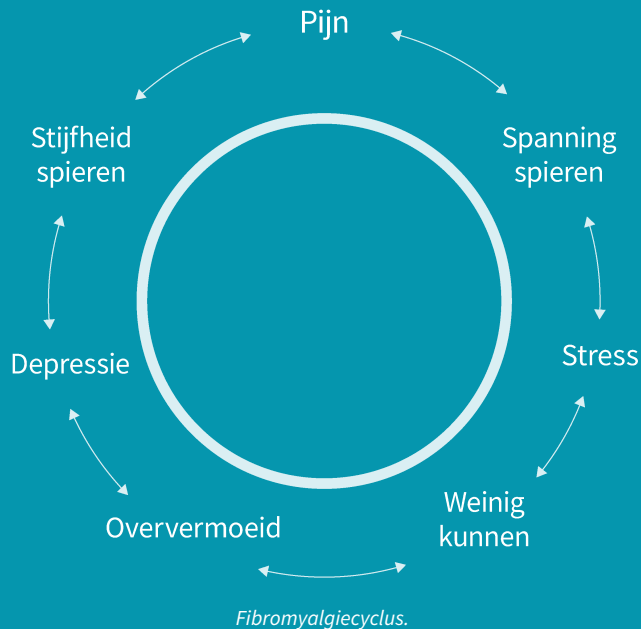
Opdracht 1 Casus

Gewoon weer mee kunnen doen

Mevrouw Van Hall is een gescheiden vrouw van 52 jaar. Zij is werkloos en sinds een aantal jaar heeft zij, net als haar moeder, last van fibromyalgie. Door deze aandoening heeft zij de hele dag spierpijn. Mevrouw Van Hall zit voornamelijk thuis en komt nauwelijks in beweging. Zij heeft weinig sociale contacten buiten haar naaste familie. Dit komt omdat zij nauwelijks de deur uit kan. Mevrouw Van Hall voelt zich depressief.

Eens in de zo veel tijd heeft zij een afspraak met haar klantmanager bij de gemeente. Mevrouw Van Hall wil namelijk weer graag meedoen aan het leven van alledag. Maar door haar klachten met betrekking tot fibromyalgie heeft zij elke dag pijn, is zij stijf, vermoeid en slaapt ze bovendien ook nog eens slecht. In de ochtend kan mevrouw Van Hall maar moeilijk op gang komen.

De huisarts heeft haar pijnstillers voorgeschreven, maar die pijnstillers verzachten slechts de pijn. De klantmanager raadt haar aan om zwemlessen in een verwarmd zwembad te nemen. De klantmanager weet hiervoor een speciaal beweegprogramma. Zal het beweegprogramma de pijn van mevrouw Van Hall verder verlichten?



Kennisvragen

- Wat is fibromyalgie?
- Wat zijn de meest voorkomende symptomen van fibromyalgie?
- Is fibromyalgie een vorm van wekedelenreuma of van ontstekingsreuma? Licht je antwoord toe.
- Hoe kan een verstoord slaapritme van invloed zijn op fibromyalgie?
- Denk jij dat er een verband is tussen depressie en fibromyalgie? Licht je antwoord toe.
- Wat zijn risicofactoren voor fibromyalgie?
- Denk jij dat een beweegprogramma zinvol is voor mevrouw Van Hall? Waarom wel/niet?

1.2 Amputaties

Wat is een amputatie?

Een **amputatie** is de medische term voor het operatief wegnemen van een lichaamsdeel. Een amputatie betekent het geheel of gedeeltelijk ontbreken van een lichaamsdeel (arm, been). De meest voorkomende oorzaak van een beenamputatie is in Nederland diabetes mellitus. De bloedvaten en de doorbloeding van vooral de benen worden door de gevolgen van diabetes zodanig aangetast dat het weefsel afsterft en geamputeerd moet worden. In een aantal gevallen is een kwaadaardig gezwel (tumor) of een ongeval de reden voor een amputatie.