



# Informatieboek DCD

voor leerkrachten regulier lager onderwijs

## Voorwoord

Geachte geïnteresseerde

Met genoegen presenteren wij dit informatieboekje, gecreëerd met liefde voor pediatrie en passie voor het bestuderen van de ontwikkeling van het kind. Wij zijn zes tweede master studenten in de revalidatiewetenschappen en kinesitherapie bij kinderen aan de universiteit van Gent. Ons doel met dit project is om u, als leerkracht, een bruikbare bron van kennis en praktische tools aan te reiken, waarbij we ons specifiek focussen op kinderen met Developmental Coordination Disorder (DCD).

Om een inclusieve en optimale leeromgeving aan te bieden in het klaslokaal, is het essentieel om de aanwezige en interessante diversiteit van leerlingen te begrijpen, ermee om te gaan en te zien als mogelijke opportuniteiten. Het hoofdthema van deze bundel is de stoornis 'DCD', een coördinatie-ontwikkelingsstoornis, die gekenmerkt wordt door een hardnekkig probleem met het aanleren en/of uitvoeren van motorische vaardigheden. Wanneer u kinderen in de klas/school heeft met deze stoornis, zorgt dit vaak voor een extra uitdaging, maar ook deze kinderen hebben even vaak talenten, die u, als leerkracht, kunt uitspelen. Dit boekje biedt u verdiepende informatie over DCD.

Naast het verstrekken van praktische kennis en tips, hebben we ook per graad een volledige DCD-les uitgewerkt. Het is een enorme meerwaarde om, wanneer u een kind met DCD in de klas heeft, de klasgenoten te onderwijzen in wat DCD inhoudt, maar ook hoe het voelt om DCD te hebben. Want wij geloven in de kracht van ervaringsgericht leren. Concreet bestaat de DCD-les uit drie delen. Ten eerste, een korte powerpointpresentatie over onder andere de moeilijkheden die kinderen met DCD ondervinden, maar ook de kwaliteiten die aanwezig zijn. Ten tweede, een ervaringscircuit waarbij de kinderen aan den lijve kunnen ondervinden hoe het is om DCD te hebben. Tot slot wordt er ook klassikaal een nagesprek gehouden, waarbij de kinderen hun bevindingen en ervaringen kunnen delen. Deze inzichten kunnen zorgen voor meer begrip, inclusiviteit, maar ook uniekheid.

Wij willen u graag bedanken voor uw interesse en hopen dat dit project een waardevolle aanvulling kan zijn in uw onderwijzen.

Veel leesplezier!

Alani Van Petegem, Charlotte Tassaert, Evi Schoovaerts, Maarcha Stockman, Sofie Van Osselaer en Tine Jonckheere

## Inhoudstafel

1.	Informatie voor leerkrachten .....	4
1.1.	Wat is DCD? .....	4
	Definitie .....	4
	Oorzaken .....	4
	Voorkomen.....	4
	Diagnosestelling .....	4
1.2.	Moeilijkheden.....	5
	Fijne motoriek .....	5
	Grove motoriek .....	5
	Evenwicht.....	5
	Coördinatie.....	6
	Executieve functies.....	6
	Sociaal-emotioneel .....	6
1.3.	Kwaliteiten .....	6
1.4.	Tips .....	7
	Algemeen.....	7
	ICT .....	8
	Sport.....	8
	Wiskunde .....	9
1.5.	Ondersteunen en doorverwijzen .....	9
1.6.	Ontwikkelingsdoelen en eindtermen .....	10
1.7.	Sleutelcompetenties .....	10
2.	DCD-les (per graad) .....	11
2.1.	Powerpoint.....	11
2.2.	Ervaringscircuit.....	11
2.3.	Nagesprek .....	16
3.	Literatuur .....	17
3.1.	Boeken .....	17
3.2.	Websites.....	17
3.3.	Wetenschappelijke artikels.....	17

## 1. Informatie voor leerkrachten

### 1.1. Wat is DCD?

#### Definitie

Developmental Coordination Disorder (DCD) of coördinatie-ontwikkelingsstoornis is een levenslange stoornis gekenmerkt door een hardnekkig probleem met het aanleren en/of uitvoeren van motorische vaardigheden.

Voor kinderen met DCD is huppelen, veters strikken, ballen gooien en vangen, schrijven... alles waarvoor je maar iets van coördinatie nodig hebt, moeilijker om aan te leren. Deze kinderen worden vaak omschreven als onhandig of stuntelig in het dagelijks leven.

Elk kind met DCD is uiteraard verschillend. DCD is een zeer heterogene aandoening waarbij sommige kinderen vooral fijnmotorische problemen vertonen (problemen met vaardigheden waarbij je handen en vingers nodig hebt), anderen hebben overwegend grofmotorische problemen (problemen waarbij je je hele lichaam nodig hebt) en nog anderen hebben een combinatie van én fijn- én grofmotorische problemen.

Niet enkel de motorische vaardigheden verlopen moeizamer, maar kinderen met DCD ondervinden ook moeilijkheden met planning en organisatie. Dit is ook zichtbaar in de klascontext. Bv. de bel gaat om aan te geven dat het speeltijd is: boeken in de boekentas of lessenaar ordenen, schrijfgerief in de pennenzak stoppen, naar de gang gaan en jas aandoen etc. Voor een kind met DCD duurt het langer om alles geregeld te krijgen (terwijl klasgenoten al op de speelplaats aan het spelen zijn).

#### Oorzaken

Er zijn geen specifieke medische afwijkingen, zoals een verstandelijke beperking, spierziekte, hersenletsel of een visusstoornis, die de problemen in coördinatie kunnen verklaren. De exacte oorzaak van DCD is momenteel nog niet gekend. Wat men wel al weet, is dat je geboren wordt met DCD en dat het vermoedelijk gaat om een combinatie van genetische en omgevingsfactoren.

#### Voorkomen

Ongeveer vijf tot zes procent van de populatie heeft DCD, dat is ongeveer één kind per klasgroep van twintig leerlingen. Het is dus belangrijk dat leerkrachten kennis hebben van de stoornis en ook bepaalde kenmerken kunnen herkennen. Vaak hebben deze kinderen ook nog andere aandoeningen, bv. Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), autismespectrumstoornis (ASS) en/of leerstoornissen.

#### Diagnosestelling

De diagnose van DCD wordt gesteld door een multidisciplinair team. Om de diagnose te kunnen stellen, moet het kind voldoen aan vier criteria. In de Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders version 5 (DSM-5), een internationaal classificatiesysteem, staan volgende criteria beschreven:

- A. Verwerving en uitvoering van motorische taken verloopt moeizamer dan leeftijdsgenoten (ondanks voldoende leerkansen te hebben gekregen).
- B. De aanhoudende moeilijkheden interfereren tijdens algemene dagelijkse levensverrichtingen (ADL), zoals bij zelfverzorging, bij schoolprestaties en tijdens hobby's.

- C. De symptomen zijn reeds aanwezig vanaf jonge leeftijd.
- D. De problemen mogen niet verklaard worden door een verstandelijke beperking, visusstoornis of neurologische aandoening.

Veelal wordt eerst kinesitherapie gegeven, wanneer men geen verbetering ziet, voldoet men aan criterium A. Criteria B en C komen aan het licht tijdens een bevraging van het kind zelf, zijn/haar ouders/voogden en/of zijn/haar leerkrachten. Om te voldoen aan criterium D, moet een arts betrokken zijn in de diagnosestelling.

## 1.2. Moeilijkheden

Kinderen met DCD ondervinden vaak moeilijkheden bij fijn- en grofmotorische taken. Evenwichts- en coördinatieproblemen zijn de onderliggende oorzaken. Daarnaast zijn stoornissen in de executieve functies ook dikwijls zichtbaar. Tot slot, het is ook belangrijk om te benadrukken dat deze kinderen frequent moeilijkheden ondervinden op vlak van sociaal-emotionele ontwikkeling.

Hieronder vindt u een beschrijving van deze termen en de verwijzing hierbij naar DCD.

### Fijne motoriek

Fijne motoriek omvat de kleinere en verfijnde bewegingen, zoals grijpen, schrijven, knippen en veters strikken. Fijne motoriek vraagt om aandacht en concentratie, iets wat voor een kind best lastig kan zijn. Bij fijnmotorische vaardigheden worden vooral kleinere, lokale spieren gebruikt in het kader van objectmanipulatie, oog-handcoördinatie en handvoorkeur.

Schrijfproblemen, moeilijkheden bij eten met bestek, trager aan- en uitkleden zijn elementen die aanwezig kunnen zijn bij kinderen met DCD.

### Grove motoriek

Bij grove motoriek komen de grote bewegingen, zoals gooien, vangen, wandelen, lopen en springen aan bod. Grotere delen van het lichaam worden tegelijkertijd gebruikt en hierbij is een goede samenwerking tussen verschillende spier(groep)en vereist. Grove motoriek ontwikkelt over het algemeen eerder dan fijne motoriek.

Kinderen met DCD ondervinden op school deze moeilijkheden tijdens bv. de turnles of het spelen op de speelplaats. Daarnaast zijn ze vaak vertraagd op vlak van zelfstandig fietsen.

### Evenwicht

Het evenwichtscentrum in de hersenen verzamelt en verwerkt informatie vanuit de ogen, de evenwichtsorganen in de oren, spieren en gewrichten. Het is belangrijk dat alle lichaamsdelen samenwerken, zodat het lichaam precies reageert zoals het nodig is. Bv. struikelen over een uitstekende tegel: beenspieren spannen aan, ogen registreren dat de bliklijn snel verandert en ook het evenwichtsorgaan vangt een bruuske beweging van het hoofd op. Deze verschillende signalen worden doorgestuurd naar de hersenen. Zij verwerken deze informatie en voorzien een gepast antwoord: een been wordt snel voor het andere been gezet waardoor men niet valt en het evenwicht hersteld wordt. Je voorziet een passende respons door eigen houding en beweging aan te passen zodat het evenwicht hersteld wordt.

Eigenschappen die herkenbaar kunnen zijn bij kinderen met DCD: moeilijker om op één been te staan en frequenter struikelen en vallen.



### Coördinatie

Met de juiste intensiteit en nauwkeurigheid, op het juiste moment en in de juiste volgorde verschillende bewegingen uitvoeren, is de betekenis van 'coördinatie'. Dit wordt mogelijk gemaakt door een nauwe samenwerking tussen zintuigen, zenuwstelsel en spieren, waarbij de verwerking gebeurt ter hoogte van de hersenen.

Personen met DCD bewegen houtiger, zijn onhandiger, hebben minder richtingsgevoel en werken langzamer omdat alles meer concentratie en verwerkingstijd vraagt.

### Executieve functies

Dit begrip omvat plannen, prioriteren, organiseren, beslissen, uitvoeren, aandacht richten en impulsbeheer. In een bepaalde vaardigheid, bv. aankleden, komen verschillende van deze functies aan bod. Bv. je moet alle kledingstukken klaar leggen (vandaag wel of geen trui), in de juiste volgorde aantrekken (eerst T-shirt en daarna pas trui), alle sluitingen dichtmaken (ritsen en knopen) en dit vaak onder tijdsdruk (op tijd op school zijn).

Moeilijkheden met het volgen van een stappenplan, zwakker werkgeheugen en meer verstrooid zijn, dit zijn allemaal elementen die kunnen aanwezig zijn bij mensen met DCD.

### Sociaal-emotioneel

Gevoelens, emoties, gedachten, meningen en verlangens van anderen en zichzelf beschouwen en ernaar handelen, zijn aspecten die men leert tijdens de sociale ontwikkeling. In het dagelijks leven van kinderen gebeuren de meeste dingen in een sociale context: school, thuisomgeving en hobby.

Kinderen met DCD ervaren vaak ook psychosociale moeilijkheden. Voorbeelden hiervan zijn: lager zelfbeeld, op de speelplaats zich afzonderen van spelende klasgenoten, minder snel gekozen worden in groepsspellen, minder spontaan deelnemen aan fysieke activiteiten, emotioneel reageren (overstuur geraken, gefrustreerd of boos worden) en slachtoffer worden van pesten.

### 1.3. Kwaliteiten

Ondanks de vele uitdagingen die op hun pad komen, kunnen mensen met DCD verschillende kwaliteiten of sterke punten hebben. Volgende punten zijn regelmatig aanwezig:

- Innovatief: door de vele obstakels die de personen moeten omzeilen, denken ze vaker 'out of the box' om een opdracht tot een goed einde te brengen.
- Verbeeldingskracht: kinderen met DCD hebben meestal een grote fantasie, die bv. aan bod komt tijdens het spelen, knutselen en/of in de dramasles.
- Doorzettingsvermogen: alle activiteiten vragen veel aandacht en concentratie, daardoor stimuleren ze de ontwikkeling van wilskracht en vastberadenheid.
- Inlevingsvermogen: kinderen met DCD zijn erg empathisch en zorgzaam doordat ze meer bewust zijn van eigen motorische uitdagingen en de weerspiegeling hiervan op sociaal vlak. Hierdoor hebben ze ook meer aandacht voor de gevoelens en emoties van anderen.
- Humor: dit is vaak een compensatie om de 'klungeligheid' te verbergen. Daarnaast vereist humor ook creativiteit en verbeelding, wat vaak ook bij hen aanwezig is.

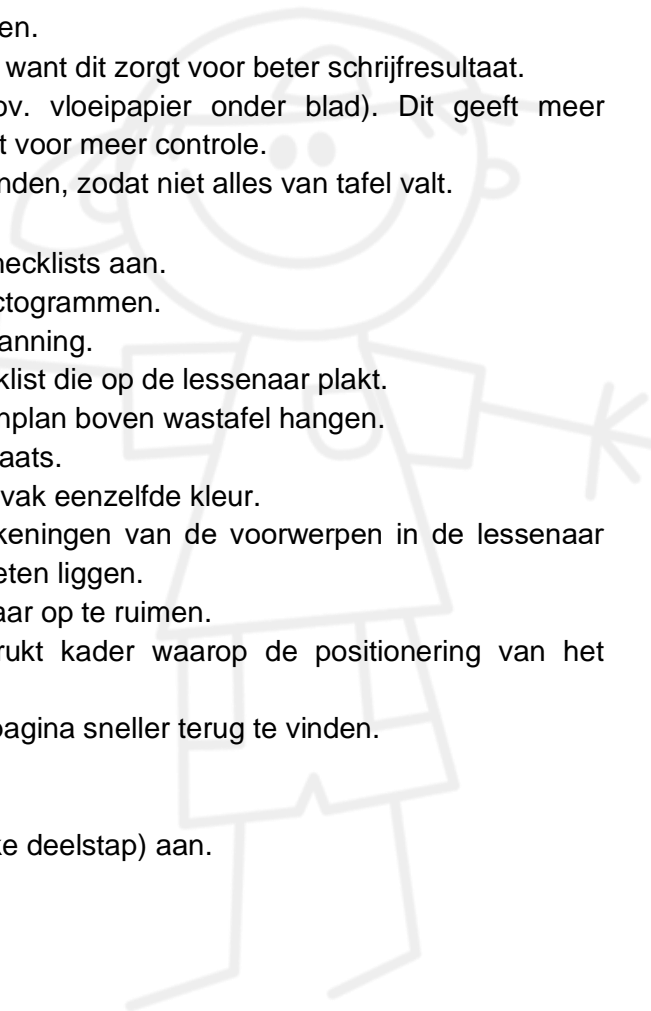
Deze kwaliteiten zijn persoonsafhankelijk, net zoals er een grote variatie is bij het voorkomen van de moeilijkheden, geldt dit ook bij de sterke punten.

## 1.4. Tips

Hieronder kunt u enkele nuttige en praktische tips vinden wanneer u een kind in de klas heeft met DCD. Afhankelijk van de problematiek en noden van het kind, kan u deze toepassen tijdens uw onderwijzen. Er wordt een opsplitsing gemaakt in algemene suggesties en daarnaast ook enkele specifieke, meer vakgerichte tips.

### Algemeen

- Ondersteuning vanuit de leerkracht.
  - Gebruik heldere taal.
  - Formuleer korte en bondige vragen. Ook geen twee vragen tegelijkertijd stellen.
  - Voorzie meer tijd voor een bepaalde taak/opdracht.
  - Bied veel herhaling aan om tot automatisering te komen.
  - Straf een kind met DCD niet wanneer hij/zij te laat is of iets vergeten is.
  - Geef fotokopieën van de opdrachten, zo vermijd je overschrijffouten (van het bord).
  - Gebruik invulteksten (enkel sleutelwoorden moeten noteren voor bv. dictee).
  - Kijk bij elke taak/toets samen na of alles ingevuld is.
- Heb aandacht voor een goede houding (omdat kinderen met DCD vlugger de neiging hebben om door te zakken).
  - Pas tafel en stoel aan aan de grootte van het kind.
  - Maak gebruik van een voetsteun.
  - Plaats een antislipmatje of wigkussen op de stoel.
  - Laat het kind met DCD zijn/haar buik tegen de tafel plaatsen (dit biedt meer rompcontrole).
- Aangepast materiaal bij het noteren/schrijven.
  - Gebruik een potlood (i.p.v. balpen), want dit zorgt voor beter schrijfsresultaat.
  - Voorzie een zachte onderlaag (bv. vloeipapier onder blad). Dit geeft meer weerstand en meer weerstand zorgt voor meer controle.
  - Voorzie een tafel met opstaande randen, zodat niet alles van tafel valt.
- Bied structuur.
  - Bied planningen/stappenplannen/checklists aan.
    - Bv. een dagplanning met pictogrammen.
    - Bv. een huiswerk-/studeerplanning.
    - Bv. boekentas maken: checklist die op de lessenaar plakt.
    - Bv. handen wassen: stappenplan boven wastafel hangen.
  - Geef het klasmateriaal een vaste plaats.
  - Geef alle boeken/schriften van een vak eenzelfde kleur.
  - Structureer de lessenaar: foto's/tekeningen van de voorwerpen in de lessenaar kleven waarop alle voorwerpen moeten liggen.
  - Plan een vast tijdstip om de lessenaar op te ruimen.
  - Geef een placemat met voorgedrukt kader waarop de positionering van het werkblad voorzien is.
  - Gebruik post-its om een bepaalde pagina sneller terug te vinden.
  - Gebruik een leeslat.
  - Maak gebruik van een Time Timer.
  - Leer het kind verbale sturing (bij elke deelstap) aan.



- Pas omgeving aan.
  - Plaats de kinderen vooraan, recht voor het bord (niet schuin naar het bord kijken).
  - Zet een links- en een rechtshandige niet samen aan eenzelfde lessenaar.
  - Vermijd zoveel mogelijk afleiding.
    - Bv. draag een koptelefoon wanneer concentratie gevraagd is.
    - Bv. plaats een studybuddy op de lessenaar.
- Heb aandacht voor sociaal welbevinden.
  - Geef voldoende tijd om zich uit te drukken.
  - Leg de focus niet op prestatie, maar op inzet.
  - Geef veel complimenten.
  - Heb extra aandacht voor pesterijen en sociale isolatie.

### Crea

- Ondersteuning vanuit de leerkracht.
  - Benadruk de artistieke aspecten, focus minder op de technische kant.
  - Bied onopvallend hulp aan (bv. gebruik het werk van het kind om als voorbeeld al een stukje te knippen, het kind kan dan verder knippen).
- Aangepast materiaal.
  - Lijm met gekleurde lijm, zodat men ziet waar lijm hangt.
  - Gebruik een lusschaar.
- Heb aandacht voor een ondersteunende houding.
  - Laat de onderarm steunen bij het knippen (knippen gaat gemakkelijker).

### ICT

- Aangepast materiaal.
  - Gebruik een muismat en leg deze ver genoeg op de lessenaar.
  - Pas de snelheid van het reageren van de computermuis aan.
  - Plak niet-gebruikte toetsen af.
  - Gebruik een vereenvoudigd toetsenbord met kleuren (bv. Clevy).
  - Voorzie een aangepaste computermuis (bv. rollerball)
- Maak gebruik van spellingscontrole.
- Adviseer types.

### Sport

- Ondersteuning vanuit leerkracht.
  - Geef meer tijd voor het omkleden.
  - Laat het kind met DCD nooit een oefening voordoen, tenzij ze het zelf vragen.
  - Laat het kind met DCD de groepen eens kiezen.
- Aangepast materiaal.
  - Voorzie verschillende moeilijkheidsgraden qua materiaal voor eenzelfde oefening.
    - Bv. Zweedse bank: brede of smalle kant naar boven.
    - Bv. plint: lage of hoge plint.
  - Geef een zwaardere bal, want dit zorgt voor meer controle.



- Pas omgeving aan.
  - Geef iedereen een vaste plek in de kleedkamer.
  - Voorzie herkenningspunten in de turnzaal.
    - Bv. vaste plaats voor het maken van een rij: picto's aan de muur.
    - Bv. stip/kegel voor startplek bij aanloop van een oefening.
  - Maak niet elke oefening/opdracht in competitievorm, maar voorzie ook activiteiten om samen iets te voltooien.
- Vaardigheid opdelen in deelvaardigheden.
  - Bv. zwemmen: je moet voldoende tijd geven om elk onderdeel afzonderlijk te laten automatiseren (bv. eerst beenbewegingen) vooraleer de verschillende deelvaardigheden samen te laten inoefenen.

### Wiskunde

- Aangepast materiaal.
  - Voorzie omrekenkaart/tabellen (positiestelsel, metend rekenen...).
  - Voorzie een lat/geodriehoek met antislip.
  - Maak gebruik van ruitjespapier bij het cijferen (van 1 cm op 1 cm).
  - Gebruik tafelkaartjes met vaste kleuren (bv. tafel van twee = groen en tafel van drie = oranje).
  - Berg tafelkaartjes op in een doosje (paperclips en elastieken zijn onhandig).
- Tips omtrent het noteren/schrijven.
  - Voorzie voldoende schrijfruimte.
  - Noteer grote getallen in groepjes van drie (bv. 2 925 362).
  - Spreek op school een vast kleurgebruik af (bv. komma = rood, eenheden = geel en tientallen = blauw).
  - Hanteer tolerantie (bv. een hoek mag max. drie graden afwijken).

### 1.5. Ondersteunen en doorverwijzen

Bij kinderen waarbij er een vermoeden is of al een diagnose van DCD vastgesteld werd, kunnen bovenstaande tips (zie '1.3. Tips') in de brede basiszorg of verhoogde zorg (zorgcontinuüm) in de klaswerking toegepast worden.

Als u, als leerkracht, vermoedt/vaststelt dat er bepaalde kinderen verschillende kenmerken van DCD vertonen, kan dit tijdens een zorgoverleg met de zorgcoördinator(en) besproken worden. Tijdens het overleg kan evt. beslist worden om het Centrum voor Leerlingbegeleiding (CLB) in te schakelen.

### 1.6. Ontwikkelingsdoelen en eindtermen

Het Vlaams Ministerie van Onderwijs en Vorming heeft de ontwikkelingsdoelen en eindtermen waarnaar gestreefd moet worden vastgelegd. Volgende opsomming is een weergave van enkele opgenomen eindtermen die gerelateerd kunnen worden aan de inhoud van deze DCD-les.

- Lichamelijke opvoeding:
  3. Zelfconcept en het sociaal functioneren
    - 3.1 De leerlingen zijn bereid een opdracht vol te houden en af te werken.
    - 3.2 De leerlingen kunnen hun eigen inspanning en die van anderen inschatten en waarderen.
- Wereldoriëntatie:
  1. Natuur
    - 1.18 De leerlingen weten dat bepaalde ziekteverschijnselen en handicaps niet altijd kunnen worden vermeden.
  3. Mens
    - 3.1 De leerlingen drukken in een niet-conflictgeladen situatie, eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uit.
    - 3.2 De leerlingen kunnen beschrijven wat ze voelen en wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat zowel hun gedrag als hun gevoelens situatiegebonden zijn.
- Sociale vaardigheden:
  1. Relatiewijzen
    - 1.2 De leerlingen kunnen in omgang met anderen respect en waardering
    - 1.3 opbrengen.
 

De leerlingen kunnen zorg opbrengen voor iets of iemand anders.

### 1.7. Sleutelcompetenties

De leerplannen van het onderwijs vinden hun basis binnen de zestien sleutelcompetenties. Hieronder vindt u een suggestieve oplijsting van sleutelcompetenties die tijdens het onderwijzen van de DCD-les aan bod komen.

- Lichamelijke en geestelijke gezondheid:
 

Attitudevorming, sociale vaardigheden en zelfvertrouwen.
- Sociale-relatieve competenties:
 

Versterken van interpersoonlijke relaties, empathie, rekening houden met anderen en aandacht voor probleemgedrag.
- Burgerschap:
 

Identiteit, diversiteit in de klas, dialoog en deelzijn van de samenleving.
- Zelfbewustzijn:
 

Onderzoekscompetenties, kritisch denken en samenwerken.

## 2. DCD-les (per graad)

Wij hebben een complete DCD-les uitgeschreven. Er worden twee lessen voorzien voor deze les, omdat dit na uitgebreide bevraging bij leerkrachten over heel Vlaanderen de meest gegeven richttijd was. De les bestaat uit drie stappen: 1) inleidende uitleg over wat DCD is (twintig minuten), 2) kinderen ervaren zelf wat het is om DCD te hebben (zestig minuten) en 3) klassikaal afsluitend gesprek (twintig minuten).

Voor stap één hebben wij begeleidende powerpoints gemaakt. Stap twee is a.d.h.v. een ervaringscircuit. En voor stap drie hebben we ook twee opties voorzien, die u kan terugvinden onder '2.3. Nagesprek'.

Indien u een kind met DCD in de klas heeft, is het sterk aangeraden om voor het onderwijzen van de DCD-les samen te zitten met het kind, zijn/haar akkoord te vragen en enkele dingen te overlopen.

Deze DCD-les werd reeds verschillende malen getest in het werkveld en nadien werd een bevraging gedaan. Daaruit kwam in de enquête aan bod dat het een echte meerwaarde is voor de kinderen met DCD. Zij waren enthousiast over het feit dat de andere kinderen hen nu beter begrijpen.

### 2.1. Powerpoint

Naast dit informatieboekje worden ook powerpointpresentaties per graad voorzien, die u kan vinden via deze [link](#). Deze powerpoints dienen als leidraad waarin u het lesverloop kan terugvinden met de drie stappen. De uitleg voor de kinderen is in kernwoorden weergegeven en dienen als kapstok bij uw duidingen.

### 2.2. Ervaringscircuit

Een ervaringscircuit houdt in dat de kinderen (zonder DCD) aan den lijve kunnen ondervinden hoe het is om DCD te hebben. De leerlingen krijgen verschillende opdrachten die ze tot een goed einde moeten brengen. Hierbij is elke opdracht voorzien van een aanpassing, zodat het kind de opdracht ervaart zoals ook een kind met DCD de opdracht in het dagelijkse leven ervaart (zonder de aanpassing weliswaar). Een voorbeeld hierbij: de rits van een trui proberen dicht te doen terwijl men handschoenen draagt.

Alle opdrachten zijn opgesplitst per graad, zodat men leeftijdsadequaat werkt en ook vaardigheden uitvoert die men zonder aanpassing tot een goed einde kan brengen. Daarnaast worden ook alle opdrachten verdeeld over drie categorieën: fijne motoriek, grove motoriek en executieve functies.

Elke oefening duurt ongeveer vijf minuten. Wanneer u onze leidraad volgt (DCD-les duurt twee lessen), dan raden wij aan om het ervaringscircuit zestig minuten te laten duren. Dit komt overeen met acht opdrachten, rekening houdend met vooraf alle opdrachten klassikaal overlopen, het afronden van een opdracht en het doorschuiven dat ook eventjes duurt. U, als leerkracht, kunt acht opdrachten uitkiezen uit het overzicht met de opdrachten. Hierbij wordt aangeraden om van elke categorie minimaal één opdracht te voorzien. Afhankelijk van uw klasgroep, kunt u bepaalde opdrachten wel of niet selecteren. Wanneer u graag meer of

minder tijd wil spenderen aan de DCD-les, kan u spelen met het aantal opdrachten die u voorziet voor de leerlingen.

Wij raden aan om op te splitsen in groepen met vier kinderen, want sommige opdrachten zijn per twee of per drie (bv. bij twintig kinderen: vijf groepen van telkens vier kinderen). Elke groep start dan aan één bepaalde opdracht en na vijf minuten (signaal geven), wordt er doorgeschoven naar een volgende opdracht.

Op volgende pagina's vindt u een overzicht van de verschillende opdrachten (per graad). Bij elke opdracht hoort een fiche met de uitleg, als ook de benodigdheden per opdracht. Alle materiaal wordt voorzien voor groepjes van vier kinderen. Het is de bedoeling dat bij elke opdracht de bijhorende fiche klaargelegd wordt samen met het nodige materiaal. Deze fiches kunt u ook vinden op volgende [link](#).



## Eerste graad

### Fijne motoriek

- Opdracht 1: rits sluiten met handschoenen
  - Benodigdheden: handschoenen, jassen met ritsen
- Opdracht 2: zinnen overschrijven, waarbij het blad op een kussen ligt
  - Benodigdheden: kussens, potloden, blaadjes met zinnen
- Opdracht 3: kleurplaat inkleuren met niet-schrijfhand
  - Benodigdheden: kleurplaten, kleurpotloden
- Opdracht 4: figuren knippen met schrijfhand in kous
  - Benodigdheden: blaadjes met figuren, kousen, scharen
- Opdracht 5: kralen rijgen geblinddoekt
  - Benodigdheden: blinddoeken, kralen, touwtjes

### Grove motoriek

- Opdracht 6: hinkelen met grote schoenen
  - Benodigdheden: grote schoenen, hinkelparcours
- Opdracht 7: evenwicht op Zweedse banken, waarbij bank 1: brede kant = loopvlak en bank 2: smalle kant = loopvlak
  - Benodigdheden: Zweedse banken
- Opdracht 8: zo lang mogelijk op één been staan op balanssteen
  - Benodigdheden: balansstenen
- Opdracht 9: trap per twee opgaan met benen aan elkaar
  - Benodigdheden: linten, trap
- Opdracht 10: touwtjespringen op één stip
  - Benodigdheden: springtouwen, stippen

### Executieve functies

- Opdracht 11: lijst schoolspullen verzamelen, waarbij lessenaar 1: spullen mooi verspreid en lessenaar 2: spullen in een zak
  - Benodigdheden: schoolspullen, lessenaars met lijsten met schoolspullen, zak
- Opdracht 12: teken wat ik ben zonder 'het voorwerp zelf' te vernoemen
  - Benodigdheden: enveloppen met ingevulde tekenroosters, lege tekenroosters, potloden



## Tweede graad

### Fijne motoriek

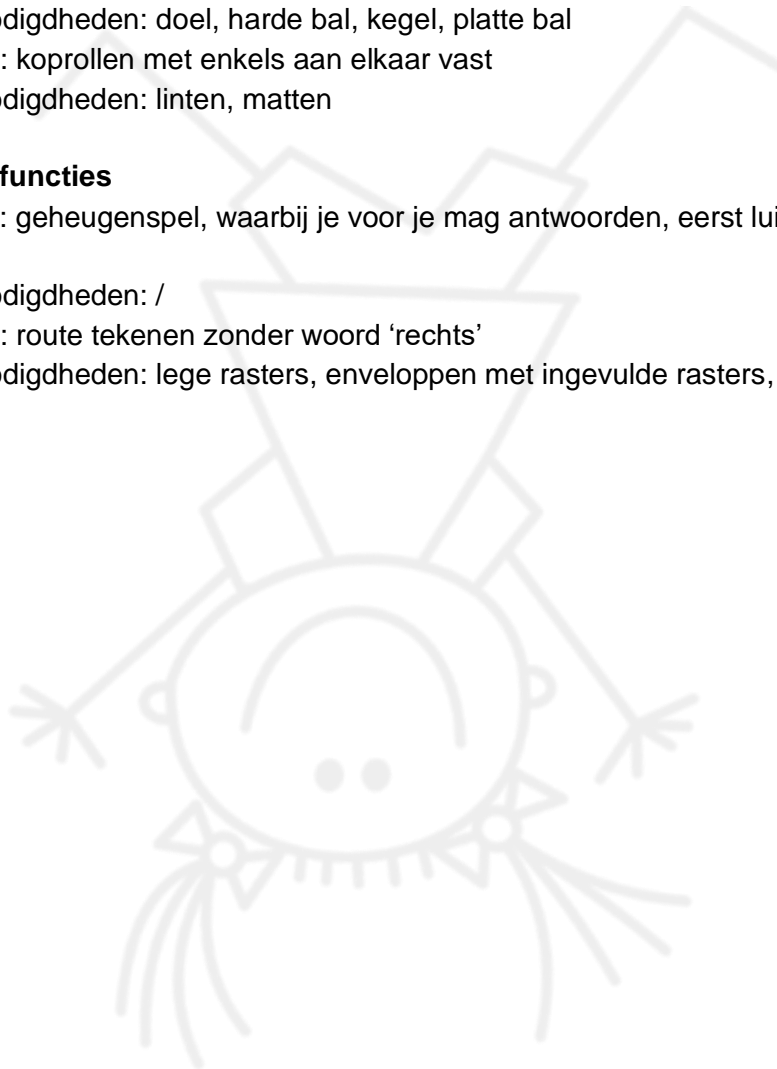
- Opdracht 13: veters strikken met handschoenen
  - Benodigdheden: handschoenen, schoenen met veters
- Opdracht 14: rijm schrijven, waarbij het blad op een ribbelkarton ligt
  - Benodigdheden: potloden, ribbelkarton, witte blaadjes
- Opdracht 15: duoknippen
  - Benodigdheden: blaadjes met figuren, scharen
- Opdracht 16: raamfiguren tekenen met aangepaste lat
  - Benodigdheden: blaadjes met figuren, latten met parels opgeplakt, potloden

### Grove motoriek

- Opdracht 17: touwtjespringen, waarbij de springer een bal vasthoudt
  - Benodigdheden: ballen, springtouwen
- Opdracht 18: staan op wiebelplank, terwijl pittenzakjes oprapen
  - Benodigdheden: pittenzakjes, wiebelplanken, zakken
- Opdracht 19: trappen tegen harde en platte bal
  - Benodigdheden: doel, harde bal, kegel, platte bal
- Opdracht 20: koprollen met enkels aan elkaar vast
  - Benodigdheden: linten, matten

### Executieve functies

- Opdracht 21: geheugenspel, waarbij je voor je mag antwoorden, eerst luidop tot drie moet tellen
  - Benodigdheden: /
- Opdracht 22: route tekenen zonder woord 'rechts'
  - Benodigdheden: lege rasters, enveloppen met ingevulde rasters, potloden



## Derde graad

### Fijne motoriek

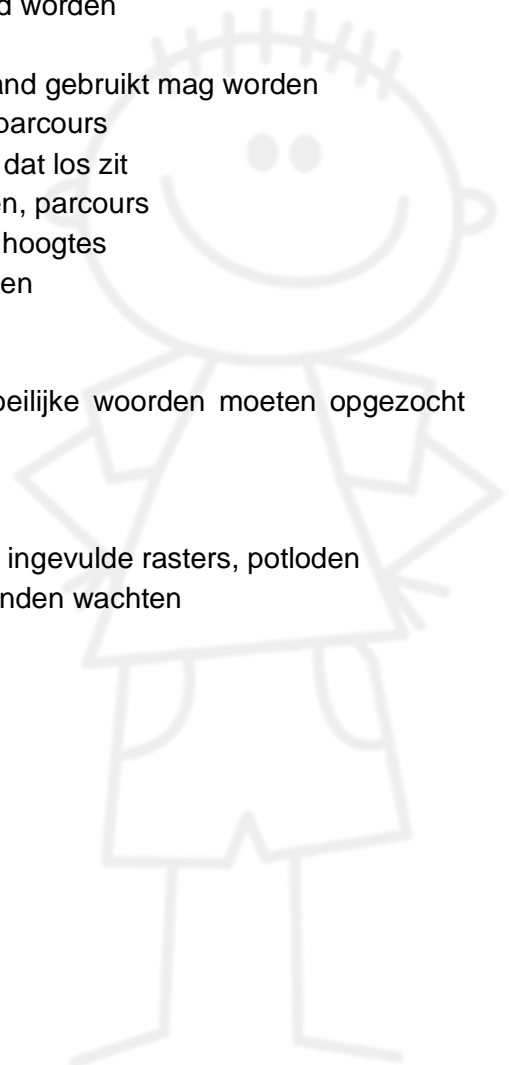
- Opdracht 23: gebruik van aangepaste passer
  - Benodigdheden: blaadjes met cirkels, latten, passers met pomponnetjes op naalden
- Opdracht 24: gebruik van aangepaste geodriehoek
  - Benodigdheden: blaadjes met figuren, geodriehoeken met parels opgeplakt, potloden
- Opdracht 25: tekst overtypen met plastic mapje op toetsenbord
  - Benodigdheden: blad met tekst, computers/laptops, plasticen mapjes
- Opdracht 26: figuren knippen met 'verkeerde' schaar en lijmen op sjabloon dat ligt op schoendoosdeksel met knikkers
  - Benodigdheden: knip-/plakblaadjes, lijmstiften, scharen, schoendoosdeksel met knikkers
- Opdracht 27: doolhof maken met drie potloden die aan elkaar vasthangen
  - Benodigdheden: bundels potloden, doolhoven

### Grove motoriek

- Opdracht 28: tennisbal vangen, terwijl er twee gegooid worden
  - Benodigdheden: lijnen, tennisballen
- Opdracht 29: basketbalparcours, waarbij maar één hand gebruikt mag worden
  - Benodigdheden: basketballen, basketbalring, parcours
- Opdracht 30: fietsparcours, waarbij zadel van de fiets dat los zit
  - Benodigdheden: fietsen waarbij zadels loszitten, parcours
- Opdracht 31: steltlopen met stelten van verschillende hoogtes
  - Benodigdheden: lijnen, hoge stelten, lage stelten

### Executieve functies

- Opdracht 32: gebruik van woordenboek, waarbij moeilijke woorden moeten opgezocht worden
  - Benodigdheden: woordenboeken
- Opdracht 33: route tekenen zonder woord 'links'
  - Benodigdheden: lege rasters, enveloppen met ingevulde rasters, potloden
- Opdracht 34: kaartspel sorteren, maar eerst tien seconden wachten
  - Benodigdheden: chronometers, kaartspellen
- Opdracht 35: route stappen geblinddoekt
  - Blinddoeken

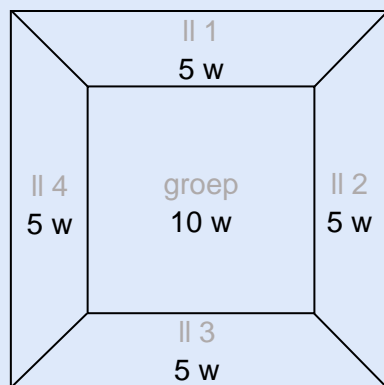


### 2.3. Nagesprek

Voor het nagesprek wordt er een onderscheid gemaakt tussen eerste graad en tweede/derde graad. Wij raden een afsluitend gesprek aan van twintig minuten.

Voor de eerste graad: u kunt de kinderen net na het uitvoeren van de opdrachten elk één of twee woord(en) op bord laten schrijven, wat ze ervaren hebben. (Leerkracht kan helpen met noteren, wanneer een kind niet weet hoe hij/zij een woord moet schrijven.) Uiteindelijk komt een woordenweb op het bord te staan, waaruit u het nagesprek kan starten in een kringgesprek.

Voor tweede/derde graad: gebruik de placematmethode. De klasgroep wordt in groepen van maximaal vier personen verdeeld. Elk kind moet eerst individueel een vijftal woorden opschrijven, daarna overleggen ze dit in hun groepje om te beslissen, welke tien woorden ze als groep naar voor zullen brengen. Nadien presenteert elk groepje zijn tien woorden aan de andere leerlingen. Ook hieruit kan een klasgesprek volgen. (Zie een schematische voorstelling hieronder.)



legende:

- II = leerling
- w = woorden

### 3. Literatuur

#### 3.1. Boeken

- Calmeyn, P. & De Braeckeleer, N. (2011). De DCD survivalgids (tweede editie). Abimo Uitgeverij.
- Dewitte, G. et al. (2013). (Psycho)motorische begeleiding bij kinderen Een praktische gids bij de proces- en taakgerichte interventie (eerste editie). Acco.
- Furman, B. (2006). De methode Kids' skills (vijfde editie). Uitgeverij Boom Nelissen.
- Furman, B. (2010). Kids' skills in actie! (tweede editie). Uitgeverij Pica.
- Maniet-Bellermann, P. (1997). "Wij zijn niet dom" Praktische tips van en voor leerlingen met leerstoornissen (derde editie). Garant.
- von Weijhrother, J. (2010). BijzonderWijs omgaan met leerlingen die anders zijn (eerste editie). CPS Onderwijsontwikkeling en advies.

#### 3.2. Websites

- CanChild. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://www.canchild.ca/>
- DCD Belgium. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://dcdbelgium.com/>
- De Kinderfysiotherapeut. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://dekinderfysiotherapeut.com/>
- Kind en Gezin. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://www.kindengezin.be/nl>
- KlasCement. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://www.klascement.net/>
- Prodia. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://www.prodiagnostiek.be/>
- Richtlijndatabase. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://richtlijndatabase.nl/>
- UZ Gent. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://www.uzgent.be/>
- VAPH. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://www.vaph.be/>
- Vlaams Ministerie van Onderwijs en Vorming. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://www.vlaanderen.be/onderwijs-en-vorming>
- Vzw Dyspraxis. (z.d.). Geraadpleegd in 2024, van <https://dyspraxis.be/>

#### 3.3. Wetenschappelijke artikels

- Barnett, L. et al. (2016). Correlates of Gross Motor Competence in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. Sports Medicine. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0495-z>
- De Roubaix, A. et al. (2024). Social responsiveness in children with developmental coordination disorder. Brazilian Journal of Physical Therapy. <https://doi.org/10.1016/j.bjpt.2024.100591>
- Gonzalez, S., Alvarez, V. & Nelson, E. (2019). Do Gross and Fine Motor Skills Differentially Contribute to Language Outcomes? A systematic review. Frontiers in Psychology. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02670>
- Suggate, S. (2023). The effect of fine motor skills, handwriting, and typing on reading development. Journal of Experimental Child Psychology. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2023.105674>