

# Redelijke aanpassingen voor lessen dans in het DKO

In dit document bieden we een overzicht van mogelijke redelijke aanpassingen die je als leerkracht dans kan aanbieden aan je leerlingen met specifieke onderwijsbehoeften en bij uitbreiding aan alle leerlingen die hier baat bij hebben<sup>1</sup>.

Belangrijk bij het bepalen van redelijke aanpassingen is om altijd te vertrekken vanuit de concrete specifieke onderwijsbehoeften van je leerlingen en niet vanuit het label dat ze dragen (bv. het is een leerling met de diagnose ASS, ADHD...). Twee leerlingen met eenzelfde label hebben immers andere onderwijsbehoeften. De suggesties voor redelijke aanpassingen die je hieronder terugvindt, mogen dan ook zeker niet als een checklist worden opgevat.

## Vooraf: Wat is inclusieve dans?

Inclusieve dans is elke vorm van dans waarbij mensen met en zonder beperking samen, als gelijkwaardige partners, betrokken zijn in een leer- of creatieproces dat vertrekt vanuit de unieke mix van mogelijkheden die zich aandient (Eigendraads, p. 14).

Inclusieve dans is niet hetzelfde als creatieve therapie. Therapie gebruikt kunstbeoefening immers als een middel om een ander doel te realiseren. Bij inclusieve dans is de kunstbeoefening niet louter een middel, maar heeft het een waarde op zich. De twee sluiten elkaar echter niet uit. In de beleving van de danser kunnen beide elementen een plaats krijgen.

---

<sup>1</sup> Dit document bevat tekst en informatie uit drie bronnen. Een eerste bron is de aanzet met STICORDI-maatregelen dans ontwikkeld door Bernadet Callens en Emma Seresia i.s.m. OVSG (2015). Daarnaast is dit document een doorvertaling van het overzicht 'leerstroomissen' (2022), opgesteld door de Eureka-school naar de context van het deeltijds kunstonderwijs – domein dans (zie [eurekaleuven.be/leerstroomissen](http://eurekaleuven.be/leerstroomissen)). Tot slot werden ook heel wat tips overgenomen uit de publicatie 'Eigendraads, de kracht van inclusieve dans' (2017).)

## Inhoud

Redelijke aanpassingen voor lessen dans in het DKO .....	1
Vooraf: Wat is inclusieve dans? .....	1
1. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met een visuele beperking .....	3
2. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met een auditieve beperking .....	3
3. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met een verstandelijke beperking .....	3
4. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met leerstoornissen .....	4
5. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met een autismespectrumstoornis .....	4
6. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met AD(H)D .....	6
7. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met dyspraxie .....	7
8. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met faalangst .....	7
Bronnen .....	9

## 1. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met een visuele beperking

Leerlingen die blind of slechthorend zijn, zetten andere zintuigen in om zich een beeld te vormen van de ruimte in relatie tot hun lichaam. Daardoor maken ze soms tragere of kleinere bewegingen.

- Laat de leerling de ruimte voelen.
- Begrens de ruimte duidelijk (bv. geen openstaande deuren) en neem onnodige obstakels (bv. rugzakken) weg.
- Spreek duidelijk en kijk naar de persoon tegen wie je praat.
- Gebruik concrete taal: 'links', 'rechts', 'x aantal stappen naar achter'... Vermijd woorden zoals 'daar', 'verder', 'dichter'...
- Geef vooraf een seintje als je de leerling gaat aanraken en zeg wat je doet.
- Geef oefeningen een vaste naam zodat ze herkenbaar zijn.
- Werk met geluid- of klapsignalen om duidelijk te maken wanneer een beweging, oefening... begint of stopt.
- Geef je arm als je een leerling wil begeleiden bij verplaatsingen of gebruik een lint dat de leerkracht en de leerling verbindt. Je kan ook vragen dat een medeleerling de rol van buddy opneemt.

## 2. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met een auditieve beperking

Leerlingen die doof of slechthorend zijn ervaren muziek op een andere manier. Ze nemen muziek waar via trillingen in hun lichaam.

- Deze leerlingen hebben soms evenwichtsproblemen. Je kan voor hen de muur als steun gebruiken.
- Zet extra in op oogcontact.
- Spreek duidelijk en articuleer goed in functie van het liplezen. Spreek niet luider, want dat vervormt de mond waardoor het liplezen moeilijk wordt.
- Ondersteun wat je zegt/uitlegt met handgebaren, foto's, prenten, filmmateriaal...
- Werk met visuele signalen om aan te geven wanneer iets start, stopt, versnelt... (bv. hand omhoog steken, cirkelbewegingen maken...)
- Zorg dat er geen achtergrondgeluiden zijn en zet de muziek stil als je instructie geeft.
- Vraag leerlingen hun hand op te steken als ze iets willen zeggen. Zo is het duidelijk wie er aan het woord komt.

## 3. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met een verstandelijke beperking

Eenzijds hebben leerlingen met een verstandelijke beperking meer tijd nodig om dansmateriaal aan te leren en het te memoriseren. Ze passen zich ook moeilijker aan, aan nieuwe situaties (bv. een toonmoment op een andere locatie dan de gewone dansklas).

Anderzijds laten deze leerlingen sneller los in dans en beweging. Ze ervaren minderen remmingen, wat mogelijkheden biedt op vlak van creatie en improvisatie.

- Bied extra verduidelijking en visuele ondersteuning (bv. door markeringen op de muur en de vloer, door stickers op het lichaam aan te brengen). Ondersteun (de volgorde van) oefeningen/opdrachten met foto's, pictogrammen...
- Demonsteer oefeningen of laat medeleerlingen deze demonstreren. Wat het lichaam toont, is vaak duidelijker dan woordelijke instructie.
- Tekstgericht werken kan ondersteunend zijn om de dansen gemakkelijker te onthouden. De tekst van de muziek kan de beweging ondersteunen. Het kan ook helpen om een herkenbaar verhaal te maken bij een dans.

- Zet in op herhaling. Leerlingen met een mentale beperking moeten zaken meermaals oefenen alvorens het resultaat zichtbaar wordt. Dit leidt bij hen niet tot frustratie, integendeel, dit leidt tot veiligheid en houvast. Het kan goed zijn om muziekstukjes te zoeken die bestaan uit bv. 2 of 3 deeltjes, die repetitief terugkeren.
- Splits dansmateriaal op in kleine delen en laat de leerling zich focussen op één deel.
- Wees aandachtig voor het welbevinden van de leerling. Overschat de leerling niet en sluit aan bij de leefwereld en de ideeën van de leerling. Focus niet op prestatiegerichte werken (vb. focus niet op het uitvoeren van een volledige choreografie), maar op plezier en beleving. Onderschat aan de andere kant het kunnen van de leerling ook niet. Stem je taal en opdrachten af op het niveau van de leerling.
- Werk met motiverend materiaal. Gebruik voorwerpen omdat deze extra prikkels oproepen. Zo komt imiteren soms gemakkelijker op gang met een voorwerp (bv. een vlag, lint, tamboerijn) dan wanneer enkel met het lichaam gewerkt wordt.
- Zet in op positieve, constructieve feedback.
- Werk vooral kringgewijs. Als leerkracht zie je op deze manier alle leerlingen en zij zien jou. Het leidt tot rechtstreeks oogcontact.
- Werk (indien mogelijk) met kleinere groepen (bv. heb je een klas met enkele leerlingen met een mentale beperking is ca. 7 leerlingen aangewezen). Bied zoveel mogelijk nabijheid en waar mogelijk 1-1 instructie.
- Leerlingen met een verstandelijke beperking hebben soms moeite om hun energie te doseren. Help hen hierbij en temper hen waar nodig.
- Leerlingen met het Downsyndroom zijn vaak heel direct, spontaan en fysiek. Lichaamscontact stimuleert hen, maar bakken af waar voor jou de grens ligt en communiceer dit ook duidelijk.
- Hanteer een duidelijke en vaste lesopbouw: bv. opwarming – techniekoefeningen – aanleren van een dans – dansen zelf – cool-down. Zorg voor een duidelijke overgang tussen de oefeningen.
- Sommige leerlingen met een mentale beperking zijn snel afgeleid. Vermijd in dat geval bijkomende prikkels (vb. posters, rugzakken, decorstukken...) en kies een rustig gelegen lokaal met weinig achtergrondgeluiden.

#### 4. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met leerstoornissen

Leerstoornissen zoals dyslexie, dyscalculie, dysorthografie... hebben doorgaans weinig impact op het dansante leerproces.

#### 5. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met een autismespectrumstoornis

Leerlingen met een autismespectrumstoornis (ASS) hebben moeite met communicatie, sociale interactie en creatief verbeeldingsvermogen. Zij reageren ofwel zeer sterk ofwel nauwelijks op zintuiglijke prikkels. Autisme kan voorkomen op alle niveaus van verstandelijk functioneren, maar hoe sterker het verstandelijk functioneren, hoe meer communicatieve en compenserende mogelijkheden er zijn.

Daarnaast zijn er ook heel wat sterke punten die tot uiting komen bij leerlingen met ASS. Zo hebben heel wat leerlingen met ASS een bijzonder goed geheugen (bv. feiten, namen van choreografen en gezelschappen, data...), onthouden ze gemakkelijk moeilijke woorden en termen (cf. vakjargon), presteren ze soms uitzonderlijk goed binnen eigen specifieke interessegebieden (bv. bepaalde specifieke genres, stijlen, technieken...) enz.

- Visualiseer zoveel mogelijk
  - o Heel wat leerlingen met ASS hebben een zwak visueel-ruimtelijk inzicht. Maak daarom markeringen op de vloer en de muur, maak plaatsaanduidingen (met cirkels), geef concrete punten/cues weer en leer leerlingen zich te positioneren t.o.v. die visuele punten/cues.
  - o Plak stickers/lintjes op bepaalde lichaamsdelen

- Geef de choreografie schematisch weer (bv. op papier)
- Visualiseer de artistieke groei van de leerling (bv. door te werken met rubrics, met een groeilijn...)
- Leerlingen met ASS hebben weinig verbeelding. Spreek thema's daarom vooraf grondig door: bv. 'waaraan denk je bij een boom'? Noteer eventueel enkele staakwoorden zodat er een houvast is.
- Kies voor visuele, concrete thema's en niet zozeer voor abstracte thema's omwille van het beperkte voorstellingsvermogen van leerlingen met ASS
- Wees zo duidelijk mogelijk:
  - Geef korte en duidelijke instructies. Gebruik hiervoor weinig woorden.
  - Geef eenduidige opdrachten. Beperk in opdrachten de mogelijke keuzes en parameters. Geef bij voorkeur geen vrije, maar wel afgebakende improvisatie-opdrachten.
  - Doe oefeningen zelf voor en verwoord wat je tijdens een opdracht verwacht.
  - Geef duidelijk weer wat je wil zeggen. Leerlingen met ASS begrijpen non-verbale signalen en lichaamstaal onvoldoende. Omdat ze moeite hebben met communicatie, is het voortbouwen op elkaars bewegingen ook niet evident. Ze interpreteren deze niet altijd op een goede manier. Bewegingen laten imiteren kan een alternatief zijn.
  - Vermijd figuurlijk taalgebruik, spreekwoorden, ironisch taalgebruik. Leerlingen met ASS nemen dit letterlijk.
  - Geef niet enkel aan wat nog niet goed loopt en moet verbeteren, maar toon ook wat de gewenste beweging / uitvoering is.
  - Herhaal instructies individueel.
  - Geef individueel positieve en constructieve feedback.
- Zet in op voorspelbaarheid
  - Gebruik pictogrammen en vaste benamingen om dansopdrachten aan te kondigen.
  - Geef de (tijd)structuur van de les weer en hou deze (tijd)structuur ook zo goed mogelijk aan iedere les. Begin en eindig de les regelmatig op dezelfde manier (opgelet: eens variëren kan ook zinvol zijn, kwestie dat de leerling hier ook mee leert omgaan).
  - Geef duidelijk het begin en einde van je les, alsook het begin en einde van afzonderlijke oefeningen aan.
  - Deel de les op in duidelijke onderdelen.
  - Kondig veranderingen steeds op voorhand aan indien mogelijk: bv. vooraf duiding geven bij hoe een uitstap naar een dansvoorstelling zal verlopen, aangeven wanneer een stagiair de les zal geven of bijwonen via DKO 3, meegeven wanneer de les in een andere klas zal doorgaan... Wanneer een toonmoment in een andere ruimte dan de vast dansklas zal doorgaan kan je vooraf een foto van de ruimte tonen, de ruimte al eens bezoeken, de situatie van de performance-ruimte zoveel mogelijk nabootsen in de dansklas met tape, decorblokken enz.
  - Geef leerlingen met ASS een vaste plek: in de kleedruimte, bij reflectiemomenten in de kring, bij de opwarming / afronding van de les...
  - Spreek concreet af met de leerling hoe hij/zij om hulp zal vragen (vb. vinger of kaartje opsteken, gaan zitten, een groot gebaar maken...). Spoor de leerling aan om hulpvragen te stellen.
  - Wees consequent: afspraak is afspraak. Dit draagt bij tot een veilig gevoel.
- Zorg voor prikkelreductie. Vermijd onnodige prikkels: bv. vermijd achtergrondmuziek tijdens je uitleg, vermijd losslingerend materiaal, hang een gordijn voor de spiegel, laat geluidsdempend materiaal toe, laat leerlingen met de ogen toe dansen, zet de leerling vooraan in de groep zodat hij geen medeleerlingen kan zien...
- Ondersteun de leerling bij groepswork door nabij te zijn. Pols even: lukt het al, toon al eens iets...

## 6. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met AD(H)D

Leerlingen met ADHD (aandachtsdeficiëntie-hyperactiviteitsstoornis) hebben te kampen met een gebrek aan concentratie. Ze zijn vaker impulsief en overbeweeglijk. Als ze bezig zijn met iets dat hen echt interesseert, kunnen ze wel rustig bezig zijn.

Deze leerlingen hebben vaak een sterk uithoudingsvermogen, beschikken over veel fysieke kracht en worden niet snel moe bij het dansen. Ze kunnen heel gedreven en enthousiast zijn en zich volledig op iets storten.

Leerlingen met ADD (attention deficit disorder) hebben het moeilijk om zich te concentreren en hun aandacht vast te houden. ADD komt vaak samen voor met bv. ADHD en dyspraxie. Daartegenover staat dat deze leerlingen vaak een rijke fantasie en creatieve ideeën hebben. Ze hebben vaak een groot inlevingsvermogen en stellen zich flexibel op t.a.v. anderen.

- Omgaan met verminderde concentratie en aandacht.
  - o Geef korte en duidelijke instructies. Herhaal de instructie ook.
  - o Geef één opdracht met een keer.
  - o Maak goed oogcontact.
  - o Varieer voldoende in de oefeningen, de opdrachten en in de klasopstelling / groeperingsvormen (in de kring, per 2, in een rijt, grondoefening, rechtstaand, verplaatsend, ...). Op die manier vermijd je dat de oefeningen 'saai' worden en de aandacht nog minder wordt.
  - o Leerlingen met AD(H)D vergeten doorgaans sneller. Maak daarom bv. een blad met daarop woorden, afbeeldingen... die de volgorde van de bewegingen weergeven of maak een opname van de dans.
  - o Leerlingen met AD(H)D raken doorgaans sneller dingen kwijt en vergeten sneller. Zorg daarom voor extra opvolging en ondersteuning.
    - Maak bv. een checklist met spullen die ze moeten meebrengen / in orde moeten brengen voor en/of tijdens de les (vb. heb ik mijn pointes mee, is mijn haar in orde, ben ik opgewarmd...?)
    - Voorzie extra materiaal voor het geval de leerling materiaal vergeten is (bv. reservekledij, haarspeldjes). Het heeft geen zin om boos te zijn op de leerling wanneer hij/zij iets vergeten is. Doe dit wel met mate, zodat de leerling niet blindelings gaat vertrouwen op de ondersteuning door de leerkracht.
  - o Herhaal vakjargon vaak in de les, laat het herhalen door de leerling, laat het nazeggen, geef hints...
  - o Beperk de hoeveelheid prikkels. Leerlingen met AD(H)D hebben namelijk moeite om hun aandacht bij het dansspel te houden en zijn snel afgeleid door onbelangrijke dingen. Daardoor kunnen ze aanwijzingen moeilijker opvolgen en lijkt het alsof ze niet luisteren. Hang bv. een gordijn voor de spiegel, laat geluidsdempend materiaal toe, laat leerlingen met de ogen toe dansen, zet de leerling vooraan in de groep zodat hij geen medeleerlingen kan zien, zorg dat de klas netjes is en er geen overbodig materiaal rondslingert...
- Omgaan met hyperactiviteit (specifiek voor leerlingen met ADHD)
  - o Leerlingen met ADHD bewegen onrustig met hun voeten en handelen, ze wiebelen... Voorzie daarom voldoende stevig fysieke opdrachten (bv. de klasgroep door de ruimte laten rennen, springen...)
  - o Sta toe dat de leerling met ADHD opstaat of rondloopt, ook wanneer dat niet past in het lesgebeuren.
- Omgaan met impulsiviteit
  - o Geef korte instructies en werk met duidelijke startsignalen. Leerlingen met AD(H)D beginnen vaak al voor de opdracht uitgelegd is.
  - o Voorzie voldoende oefenkansen/leerlingwissels in de opdracht. Leerlingen met AD(H)D hebben vaak moeite om hun beurt af te wachten.
  - o Leerlingen met AD(H)D verstoren vaker opdrachten, oefeningen, toonmomenten... van andere leerlingen omdat ze meteen reageren op een prikkel. Geef hen daarom een gerichte taak: een reflectie- of evaluatieopdracht, een observatieopdracht...

- Moedig de leerling regelmatig aan als hij/zij het goed doet en toon dat je het positieve opmerkt. Deze leerlingen krijgen namelijk al vaak kritiek in de nabije omgeving, in de dagschool...

## 7. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met dyspraxie

Leerlingen met ontwikkelingsdyspraxie (DCD – coördinatie- en ontwikkelingsstoornis) ervaren moeilijkheden op vlak van zowel grove als fijne motorische vaardigheden. Ze hebben moeite met o.a. evenwicht en reactievermogen, maar ook met vaardigheden zoals zich omkleden.

Daarnaast kunnen ze tijdens de dansles meer moeite ervaren met:

- zich concentreren, ze zijn sneller afgeleid
- zich oriënteren in de ruimte: begrippen zoals 'links', 'rechts', 'voor', 'na', 'boven', 'onder' zijn moeilijk
- het geheugen: de leerlingen hebben het moeilijk met complexe opdrachten en het bijhouden van afspraken (vb. onthouden welke spullen ze moeten meebrengen naar de dansles)

Daartegenover staat dat deze leerlingen vaak een groot doorzettingsvermogen hebben en een sterk inlevingsvermogen wat ondersteunend is voor hen wanneer ze emoties weergeven in hun dans of een vertolking neerzetten.

- Dispenseer indien nodig wanneer er ernstige moeilijkheden zijn op vlak van evenwicht of reactievermogen. Bij het dispensereren van doelen worden leerlingen vrijgesteld van bepaalde doelen, maar wordt gezocht naar zo gelijkwaardige mogelijke doelen zodat de studievoortgang niet in het gedrang komt (bv. i.p.v. een relevé blijven leerlingen met dyspraxie eerder op hun platte voet staan en doen zij extra armbewegingen). Eventueel kan je de leerling assisteren of kan de leerling een observatie-opdracht uitvoeren waarbij hij/zij de anderen feedback geeft.
- I.v.m. de moeilijkheden om zich te oriënteren in de ruimte: bied visuele cues aan: bv. 'kant van de deur is rechts', 'kant van het raam is links', 'stickers zijn links' enz.).
- I.v.m. de moeilijkheden op vlak van geheugen:
  - o Bied instructie stap voor stap aan
  - o Reik schema's en geheugensteuntjes aan
  - o Maak een lijst waarop alle benodigdheden staan die leerlingen moeten meebrengen naar de dansles en die leerlingen in hun danstas kunnen steken. Dit kan dienen als geheugensteun.
- Geef meer tijd bij opdrachten
- In het kader van toonmomenten:
  - o Denk vooraf goed na over de opstelling van de leerlingen bij het toonmoment.
  - o Indien de leerling echt niet mee kan dansen tijdens het toonmoment, zet hem/haar dan in om te helpen achter de schermen (vb. bij de make-up, het opzetten van de muziek...). Betrek de leerling wel maximaal tijdens de repetitiemomenten om zo in te zetten op groepsgevoel.
  - o Laat de leerlingen zich op voorhand omkleden bij een optreden. Geef eventueel een filmpje mee over hoe het kapsel correct wordt voorbereid, hoe de kledij er moet uitzien enz. Indien een leerling meerdere dansen uitvoert en zich tussendoor moet omkleden, voorzie je best bijkomende ondersteuning achter de schermen.

## 8. Redelijke aanpassingen voor leerlingen met faalangst

- Hanteer een positieve aanpak.
- Moedig de leerling aan.
- Bouw succeservaringen op (bv. door eerst gemakkelijke oefeningen te geven en geleidelijk aan op te bouwen).
- Zet in op zelfevaluatie-opdrachten (Bij voorkeur oefeningen waarbij leerlingen zich meermaals doorheen een project, semester... voor dezelfde doelen/kerncompetenties moeten inschalen)

zodat hun groei zichtbaar wordt. Rubrics kunnen daarbij zeer zinvol zijn omdat ze duidelijk aangeven welke verwachtingen er zijn om een stap vooruit te geraken). Vermijd het geven van punten.

- Leer de leerlingen om in positieve termen te spreken over de eigen prestatie.
- Voorzie tijdens de les vaak kleine toonmomenten voor medeleerlingen zodat leerlingen kunnen groeien op vlak van presenteren.
- Bied visualisatie-oefeningen aan m.b.t. 'zich tonen / performen / presenteren': bv. 'Beeld je in, je bent al op het toneel, de mama's en papa's zitten daar...' Hoe ziet ruimte eruit? Waar sta jij? Eventueel kan je op voorhand foto's aanbieden van de zaal waar de dansvoorstelling zal doorgaan.
- Bespreek wat er kan mislopen tijdens een live-performance: wat kunnen we dan doen als je danspartner afwezig is, als er problemen zijn met je kledij, als je je danspassen vergeet...
- Geef de leerling inspraak in hoe hij/zij de dans wil presenteren: bv. enkel voor medeleerlingen of zonder publiek maar enkel voor een jury...
- Voorzie visuele ondersteuning in de coulissen/backstage die het verloop van de dans weergeeft zodat leerlingen hierop kunnen terugvallen als ze paniker en daardoor niet op hun geheugen kunnen vertrouwen.
- Vermijd dat een leerling lang alleen vooraan staat tijdens een toonmoment. Voorzie voldoende wissels. Wissel solo's en groepsmomenten frequent af.
- Plaats leerlingen met faalangst niet steeds op de achtergrond bij groepsdansen. Zo leer je hen om niet te afhankelijk te zijn van leidende figuur.



## Bronnen

Callens, B. & Seresia, E. (2015). *Sticordi in het DKO binnen de studierichting dans*. Intern document.

De Visscher, K., Seynnaeve, F., D'Hoe, D., Bouche, I., & Van Alphen L. (2017). *Eigendraads. De kracht van inclusieve dans*. Danspunt vzw: Gent.

Eureka (s.d.). *Wat zijn leerstoornissen? Hoe herken je een leerling met leerstoornissen?* Te raadplegen via [eurekaleuven.be/leerstoornissen](http://eurekaleuven.be/leerstoornissen).

Lasat, M. (2013). *Wat dansen met je doet. Een kwalitatief onderzoek bij kinderen met een mentale beperking. Dansen voor en door kinderen met een mentale beperking – Een zoektocht naar de motieven, effecten en nodige aanpassingen*. Te raadplegen via [https://libstore.ugent.be/fulltxt/RUG01/002/062/914/RUG01-002062914\\_2013\\_0001\\_AC.pdf](https://libstore.ugent.be/fulltxt/RUG01/002/062/914/RUG01-002062914_2013_0001_AC.pdf)