



Lesgever aan het woord

De G- sporters waaraan ik les geef hebben voornamelijk mentale beperkingen, soms fysieke beperkingen.

Ervaar je een verschil in beleving bij zowel jezelf als bij de deelnemers als je het vergelijkt met les geven aan niet G-sporters?

Een oefening uitleggen aan mensen met een beperking vraagt soms meer inspanning. Maar als een oefening lukt, dan straal je, lach je... Het geeft ontzettend veel voldoening.

Herinner je nog je eerste les en hoe voelde je je toen als je dit vergelijkt met je lessen nu?

Ik was 17 jaar toen ik voor de eerste keer op kamp ging met kinderen met een beperking. Er gingen veel voorbereidingen aan vooraf, maar het kamp zelf was ik zeer rustig. Ik herinner me dat ik er enorm veel zin in had om die kinderen de leukste 10 dagen van hun vakantie te geven. ik denk er nog steeds zo over.

Bereidt je de lessen voor je G-sporters anders voor?

Ja, veel gemakkelijkere oefeningen om mee te starten. Blijkt de groep toch sterk dan kan je de oefeningen altijd wat moeilijker maken. Zeker bij fysieke beperkingen of sporters met autisme heb je vooraf wel wat denkwerk. Oefeningen aanpassen vb. zittend, met maar één arm,... Vooral zorgen dat er structuur zit in je les. Vb. alles goed afbakenen, veel visuele dingen gebruiken,...

Kun je je beleving samen vatten in één enkele zin of quote?

Beperking of geen beperking, we zijn allemaal mensen die kunnen genieten, lachen, plezier maken.

(Marjan K.)