

Stappenplan: wanneer verwijzen naar de kinderfysiotherapeut?

Doel: bepalen of aanpassingen in de gymles voldoende zijn of dat extra ondersteuning nodig is.

Stap 1. Observeren

Kijk gericht tijdens meerdere gymlessen.

Let op:

- Onhandig of onveilig bewegen (vallen, instabiel landen), moeite met rennen, springen, balvaardigheden, snel moe of pijnklachten, vastlopen bij nieuwe opdrachten, vermijdend gedrag, faalangst of overprikkeling.

Stap 2. Is er een patroon?

Vraag jezelf af:

- Komt dit regelmatig terug?
- Zie ik dit langer dan 6–8 weken?
- Belemmert het meedoen, veiligheid of plezier?
- Nee → blijven volgen, ja → stap 3

Stap 3. Eerst aanpassen in de gym (2–4 weken)

- Pas de les gericht aan: vaste structuur en korte instructies (1–2 cues), differentiatie (afstand, tempo, materiaal, rol), minder wachtrijen (stations), prikkelmanagement (rustplek, duidelijke overgangen).
- Verbetert het duidelijk? Ja → blijven toepassen Nee → stap 4

Stap 4. Overleggen & vastleggen

- Overleg met collega of intern begeleider: noteer kort: wat zie je? hoe vaak? Wat heb je aangepast? Wat was het effect? Eventuele pijnklachten.

Stap 5. Ouders informeren

- Bespreek zorgen concreet en positief: “In de gym zie ik dat ...”, “We hebben dit geprobeerd, maar het blijft lastig.” “Het belemmert het meedoen / de veiligheid / het plezier.”
- Niet diagnosticeren!

Stap 6. Wanneer verwijzen?

Verwijs naar de kinderfysiotherapeut als één of meer van deze punten geldt:

- Motorische problemen houden aan (> 6–8 weken).
- Aanpassingen in de gym helpen onvoldoende.
- Het kind kan niet veilig of met plezier meedoen.
- Er zijn terugkerende of aanhoudende pijnklachten meerdere betrokkenen herkennen hetzelfde beeld.
- Dit kan op verschillende manieren, via leerkracht, IB-er of zelf ouders contacten, afhankelijk van schoolbeleid.

Stap 7. Follow-up

- Blijf observeren in de gym.
- Stem af met ouders en (indien akkoord) kinderfysiotherapeut.
- Bij vragen of opvallendheden; neem gerust contact op via VOORNAAM THERAPEUT @triaskids.nl of info@triaskids.nl