



Kinderen CO-OP strategie

Afdeling Revalidatie

De CO-OP strategie

Cognitieve motorische training voor kinderen van 6-12 jaar

In overleg met de kinderergotherapeut of kinderfysiotherapeut start uw kind met het trainen van motorische (=beweeg) activiteiten volgens een bepaalde strategie: de CO-OP strategie.

CO-OP staat voor 'Cognitive Orientation to daily Occupational Performance' en betekent: 'nadenken over dagelijkse activiteiten en handelingen.'

Deze strategie is bedoeld voor kinderen:

- met een 'onhandige' grove of fijne motoriek: een motoriek die minder vaardig is als hun leeftijdgenootjes,
- die minder snel nieuwe activiteiten aanleren ten opzichte van leeftijdgenootjes of
- die moeite hebben met het plannen en organiseren van activiteiten.

Wat is de strategie van de CO-OP?

Bij de CO-OP strategie trainen kinderen hun motorische vaardigheden door zelf oplossingen te ontdekken en te benoemen. De strategie wordt daarom ook een cognitieve leerstrategie training genoemd.

Uit onderzoek blijkt dat de CO-OP een goed hulpmiddel is voor kinderen die moeilijk nieuwe motorische vaardigheden aanleren. Wanneer uw kind minder snel motorische vaardigheden aanleert, betekent namelijk niet dat uw kind minder slim is.

Doel van de behandeling

Het doel van de behandeling is dat uw kind deze strategie, waarbij het steeds zelf naar oplossingen zoekt, eigen maakt. Uw kind kan deze aanpak dan overal toepassen (thuis, op school, tijdens sporten/hobby) en bij nieuwe activiteiten of vaardigheden gebruiken.

Hoe werkt het?

Met behulp van een vragenlijst bepaalt uw kind zelf, onder begeleiding van de therapeut, welke vaardigheid hij of zij beter wilt kunnen. Uw kind oefent deze vaardigheid vervolgens met behulp van een vaste structuur en bestaat uit 4 stappen die steeds worden doorlopen: doel-plan-doen-check.

DOEL: Wat moet ik doen?

PLAN: Hoe ga ik het doen? Ik maak een plan!

ACTIE: Ik doe het! Ik voer mijn plan uit!

CHECK: Ik controleer het resultaat en hoe goed werkte mijn plan?

Een voorbeeld 'zelf mijn fiets op slot kunnen zetten':

1. Doel: wat wil ik bereiken?

Ik wil zelf mijn fiets op slot kunnen zetten binnen 2 minuten.

2. Plan: hoe pak ik dit aan?

- ik stap van mijn fiets
- ik zet mijn fiets op een geschikte plek bv in fietsenrek
- ik zet mijn fiets op de standaard met mijn voet
- mijn rechterhand steekt de fietssleutel in het fietsslot en draait de sleutel om
- mijn linkerhand pakt het schuifje aan de ander kant van het slot en duwt deze naar beneden als ik de sleutel om draai
- mijn rechterhand trekt de fietssleutel uit het slot

3. Doen: ik voer het plan uit

4. Check: is het gelukt?

Even checken: ik heb de fiets binnen 2 minuten op slot kunnen krijgen! Gelukt dus.

En als het niet gelukt is? Dan wil ik weten waarom het niet gelukt is en wat ik anders kan doen. Ik maak een nieuw plan en voer dit uit.

Goed kijken

We leren uw kind om goed te kijken naar zijn eigen handelen en de vaardigheid die hij of zij traint:

- zo stimuleren we uw kind om goed te letten op lichaamshouding en beweging. Bij knippen bijvoorbeeld: met de rug tegen de stoelleuning, ellebogen op tafel, duim van kniphand in schaar omhoog, etc.
- we vragen uw kind te beschrijven wat er gebeurt en wat hij of zij denkt: als ik ga schrijven, moet ik eerst goed gaan zitten, ik ga met een rechte rug op mijn stoel zitten met een vuistafstand tussen de tafel en mijn buik, etc.
- we vragen uw kind iets te bedenken wat hem of haar helpt bij de uitvoering, bijvoorbeeld een stappenplan met plaatjes, een zinnetje of rijm bij het voetballen: dribbel, dribbel, schiet!

Uw rol als ouder/verzorger

Als ouder of verzorger wordt u actief betrokken bij de behandeling van uw kind. Uw hulp is namelijk erg belangrijk om de nieuw aangeleerde strategie ook thuis, op school en op andere plaatsen toe te passen. Het is van belang dat de activiteit steeds door uw kind zelf wordt uitgevoerd.

Vragen?

Voor eventuele vragen over de CO-OP strategie kunt u contact opnemen met de afdeling revalidatie, poli 38, Dijklanderziekenhuis locatie Hoorn. Dat kan op werkdagen van 08:30 tot 17:00 uur, telefoon 0229-257679. U kunt vragen naar de behandelend kinderergotherapeut of kinderfysiotherapeut van uw kind.

[illegible]

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper has a slight shadow on the right side, suggesting it's resting on a surface.

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



FLD-02160-NL 04-01-2024