

Zwemonderwijs in beweging



Zwemvaardigheid neemt af! Naar aanleiding van de presentatie van het onderzoek door het Mulier Instituut (22 augustus 2013) haalde dit onderwerp zelfs het achtuurjournaal. Het moet beter en het moet anders. Het is opvallend dat veel kinderen het zwemmen de rug toekeren na het behalen van het zwemdiploma A en B. Waarom? De verantwoording wordt al snel bij de ouders gelegd terwijl wij denken dat de school een belangrijke rol kan spelen via het bewegingsonderwijs. Door veelzijdigheid van het beweegaanbod en het bijhouden en uitbouwen van zwemvaardigheden in het BO en VO voor alle leerlingen.

Door: René Dekker

Een nieuw initiatief

Op de Calo hebben wij (Johan Harlaar en René Dekker) in samenwerking met Geert Kuipers (van zwembad Bad Hesselingen in Meppel) een nieuw en uitdagend concept bedacht: Swim2Play. Lessen die gegeven worden in een didactisch kader waarbij recht wordt gedaan aan de sociaal-emotionele en motorische ontwikkeling van het kind. Een moeder vertelt in het journaal nog wel voor B te gaan. C komt alleen in beeld als haar dochter het leuk vindt. Veel ouders laten het C-diploma dan ook voor wat het is.

Juist daar zit de crux! Er worden initiatieven genomen om te komen tot een andere diplomalijn onder andere door de KNZB. Belangrijk is met welke doelstelling je nieuwe activiteiten ontwikkelt; innovatie of oude wijn in nieuwe zakken. De discussie lijkt te gaan over de aanvangsslag schoolslag of borstcrawl, met daaraan gekoppeld of het kind het zwemdiploma in twaalf maanden haalt (zwem ABC) of in tien maanden (KNZB diploma). Daar slaan beide partijen -in onze ogen- wederom de plank finaal mis. Het leertempo wordt niet bepaald door het diploma maar door de mogelijkheden van het kind. Het eeuwige dilemma in het waterrijke Nederland: leren zwemmen, staat gelijk

aan het leren van complexe zwemtechnische vaardigheden op een te jonge leeftijd.

Swim2Play

Om kinderen in staat te stellen in eigen leertempo, op eigen niveau, plezierig en veelzijdig in het water te bewegen, kiezen wij voor een andere benadering, zonder koppeling aan een zekere tijd. Wanneer de activiteiten duurzaam worden uitgevoerd, zullen

vaardigheden als toerusting voor langdurige deelname aan de bewegingscultuur (vrije tijd en gezondheidsaspecten) en de veiligheid vergroot worden. Spelen in het water is meer dan de laatste vijf minuten van de les zelf 'iets' mogen doen.

Deze andere benadering heeft geleid tot de ontwikkeling van leerlijnen. Daarmee is het onze doelstelling het zwemonderwijs



Zelf iets mogen doen

als 'natte gymles' te laten terugkeren in het beweegaanbod van de school, bij voorkeur gegeven door vakcollega's en niet door instructeurs.

Daarbij komen gedurende de hele basisschoolperiode leerlingen een x-aantal weken zwemmen. Differentiatie en op niveau gekozen activiteiten zorgen ervoor dat ieder kind kan participeren. Swim2Play draait inmiddels al twee jaar als pilot in Meppel en een jaar in Zwolle. Met groot succes! Dit cursusjaar doen 1500 leerlingen in het basisonderwijs uit Meppel en bijna 400 uit Zwolle op vrijwillige basis mee. Daarmee aantonend dat deze scholen Swim2Play belangrijk vinden voor de ontwikkeling van hun leerlingen. Tijd om ons idee met de vakwereld te delen.

Leerlijnen binnen Swim2Play

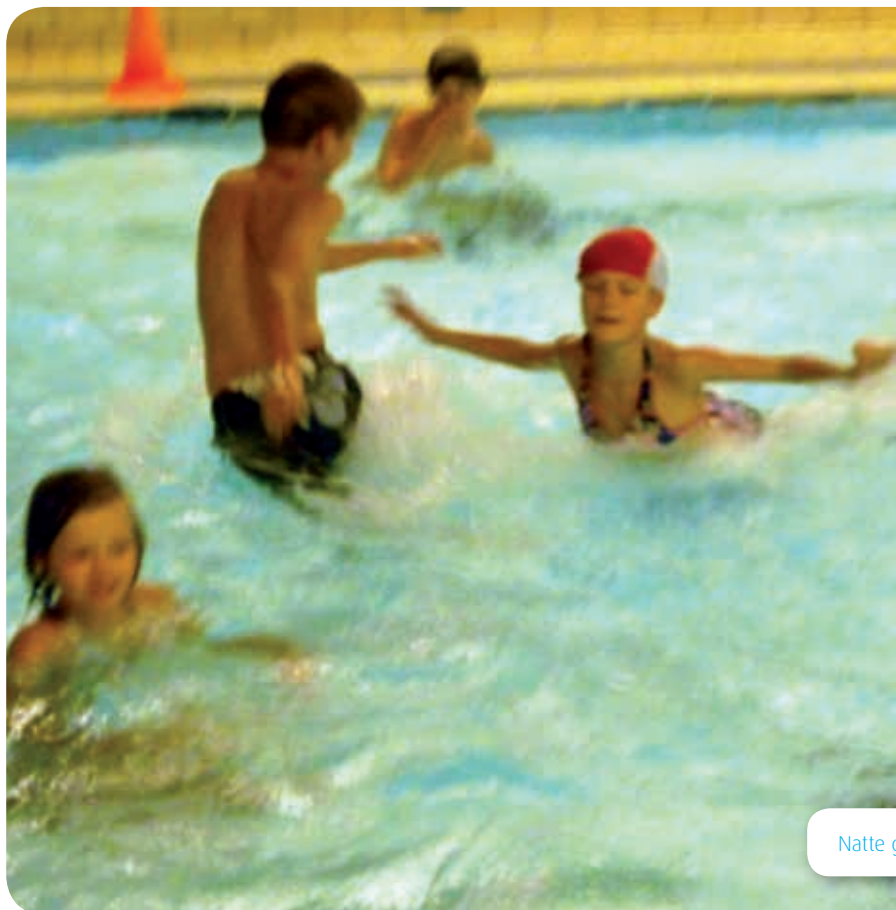
In het vereenvoudigde schematische overzicht (zie schema 1) zijn de leerlijnen en bewegingsthema's geordend. Alle activiteiten die spelenderwijs worden aangeboden vallen onder een of meerdere leerlijnen. De lesgever bepaalt welke thema's per les aan de orde komen. Door te werken met het meer groepsles-idee komen wij tegemoet aan de wensen van de deelnemers. De activiteiten zijn betekenisvol en sluiten aan bij de ervaringen en de belevingswereld van kinderen.

Slootveilig – zwembadvaardig – meer waardig

De doelen zijn geënt op: (1) veiligheid en (2) toerusting, veelzijdigheid en plezier of beleving. Naast het veilig maken van zichzelf en de ander moeten deelnemers in staat worden gesteld op eigen manier of wijze deel te nemen aan de activiteit. Hierdoor zal het plezier en de beleving toenemen. Vanuit dit perspectief zal het kind bereid zijn, zijn (motorisch) leerproces te optimaliseren. Deelname aan andere bewegingsvormen in het water zullen worden uitgebreid (ontplooiing). Door activiteiten ook meer te richten op gezamenlijkheid leert het kind met anderen te organiseren. Vakdidactisch spreken wij van de trits: Loopt 't - Lukt 't - Leeft 't zowel voor de lesgever als voor de deelnemers.

Eindtermen

Het beschrijven van eindtermen heeft tot doel de niveaus van betekenisvolle activiteiten te benoemen en verduidelijken. De eindtermen zijn dan ook op de twee bovengenoemde aspecten gebaseerd. Bij het



Natte gymles

FOTO'S: FIENE DEKKER

aanbieden (pedagogische kwaliteit van de lesgever) moet de activiteit op het niveau van de deelnemer(s) worden aangeboden om er plezier aan te kunnen beleven. De luk-factor is daarbij van groot belang. Er wordt rekening gehouden met de methodische opbouw richting de eindtermen waarbij het mogen genieten van dat wat lukt niet uit het oog wordt verloren. Een 100% veiligheidsgarantie

is daarin niet te geven, maar door rekening te houden met de diverse leertempo's van de deelnemers wordt een goede stap gemaakt.

Slootveilig geeft aan dat de deelnemer in en om het huis zich moet kunnen redden, dat wil zeggen in ondiep (tot schouderhoogte) water. De termen laten zien welke vaardigheden de leerlingen beheersen. >>



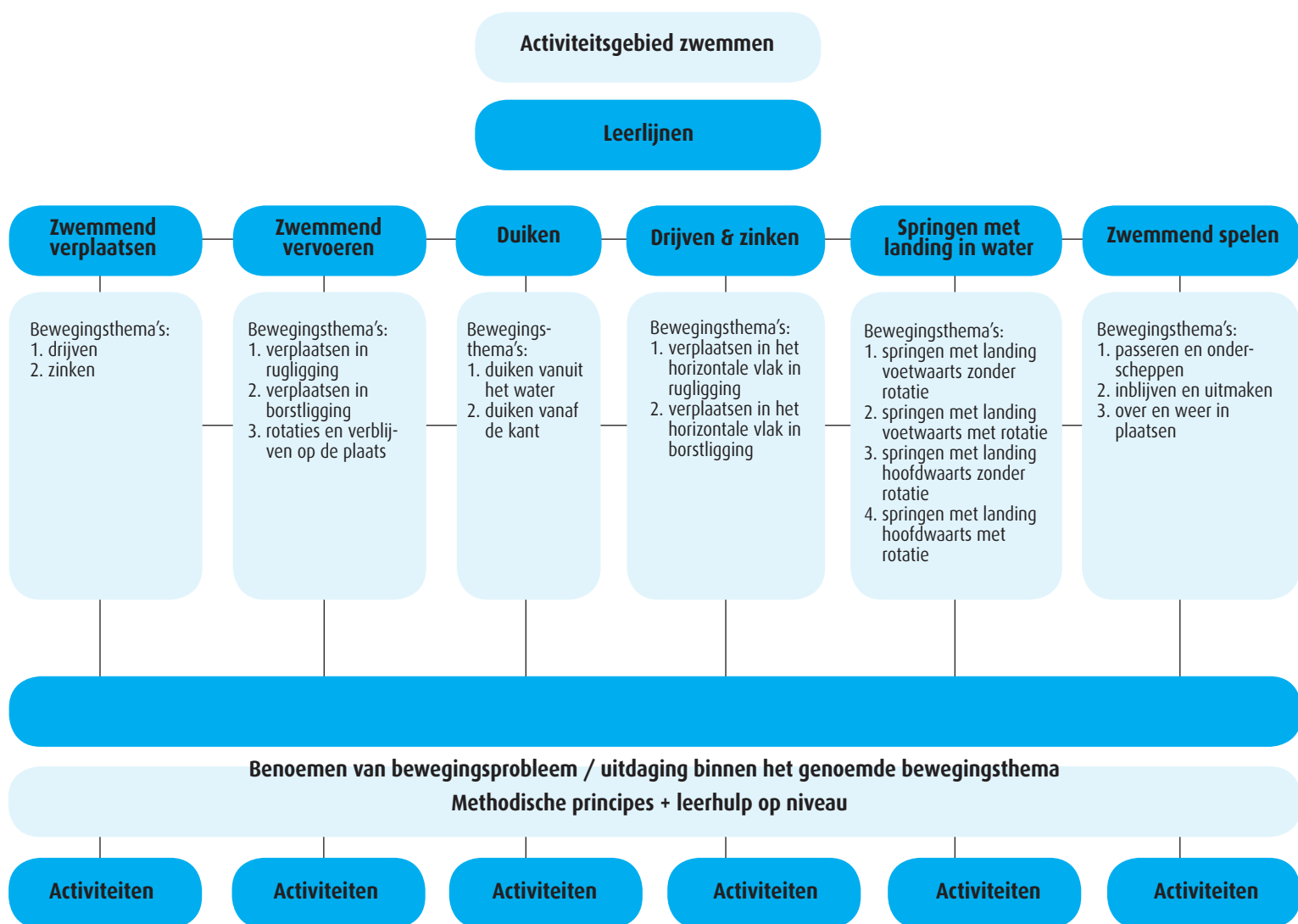
Andere bewegingsvormen in het water

Contact:

r.dekker@windesheim.nl

Schema 1 schematische weergave

leerlijnen Swim2Play



Zwembadvaardig houdt in dat de deelnemer zichzelf en de ander moet kunnen redden: dat wil zeggen in helder water tot een diepte van 3.50 meter. Niet alle activiteiten kunnen in het zwembad gesimuleerd worden, bijvoorbeeld donker water. Echter het niet in paniek raken leidt tot een grotere mate van veiligheid. De opgedane vaardigheden kunnen ook toegepast worden bij buitensportactiviteiten.

Meerwaardig betekent dan ook een uitbouw van activiteiten die, geoefend in het zwembad, uitgevoerd kunnen worden. Op deze manier kan bewegingsonderwijs goed aansluiten op naschoolse-, buitenschoolse en verenigingsactiviteiten zoals bijvoorbeeld een zeil- of surfkamp.

De beschreven eindtermen zijn voor deelnemers, ouders en lesgevers herkenbaar. Zonder tot een indeling van leeftijd te komen zijn in de beschrijving een aantal basisvaardigheden opgenomen. De eindtermen zijn geen losse op zich staande onderdelen maar worden getoetst als totaalbeweging. De niveaus geven aan op welke wijze een deelnemer in staat is zichzelf en/of een ander te helpen.

Voorbeeld van slootveilig

Een deelnemer is slootveilig wanneer aan de volgende eisen wordt voldaan:

'Zomerperiode'

Ongecontroleerd in het water vallen waarna de deelnemer zich moet kunnen omdraaien (longitudinale- of lengte-as en

transversale- of breedte-as) en verplaatsen naar de kant over een afstand van maximaal drie meter. Waterdiepte kent drie niveaus: knie-, heup- en schouderdiepte. De deelnemer moet ook in staat zijn daarbij een ander te helpen.

'Winterperiode'

Ongecontroleerd door het 'ijs' (wak) zakken waarna de deelnemer zich onder het ijs kan oriënteren en in of naast het wak (afstand 2 meter) boven kan komen. Daarna verplaatst de deelnemer zich naar de kant over een afstand van maximaal drie meter. Waterdiepte kent drie niveaus: knie-, heup- en schouderdiepte. De deelnemer moet ook in staat zijn daarbij een ander te helpen.



Andere bewegingsvormen in het water

Voor de zomer- en winterperiode zijn drie niveaubeschrijvingen beschreven.

Veiligheid

Voor het aspect veiligheid ter vermindering van het verdrinkingsgevaar bestaat geen universele omschrijving. Hogg, Kilpatrick en Ruddock (1983) benadrukken twee essentiële aspecten van in het water competent ('water competence') zijn:

- kunnen drijven om te kunnen ademen
- kunnen stuwen voor mobiliteit.



Slotveilig



Niveau 1



Niveau 2



Niveau 3

Langendorfer en Bruya (1995) stellen dat watercompetentie meer is dan vaardigheden om te kunnen zwemmen. Naast vaardigheden beschikt de deelnemer ook over kennis van wateractiviteiten.

Net als Brenner (et al., 2006) stelt Swim2Play dat het zich kunnen verplaatsen in het water een noodzakelijke vaardigheid is van de watercompetentie in het kader van vermindering van het verdrinkingsgevaar (slotveilig, als eerste stap). Beter is te spreken van een set van overlevingstechnieken om verdrinking te voorkomen.

Eens geleerd altijd geleerd? Helaas niet! Uit het onderzoek 'Can you swim' van Moran (et al., 2011) (1) onder twee groepen deelnemers (17-19 jaar en 20-29 jaar) in vier landen blijkt namelijk dat er bij afstandswemmen (vijftien minuten) en het kunnen drijven (langer dan twee minuten) een significant verschil is tussen vooraf verwachte en in de praktijk werkelijk gemeten vaardigheid of competentie. Deze onderschatting van vermeende vaardigheden noodzaakt het onderwijs zwemmen op te nemen in het

programma van het bewegingsonderwijs over de totale lengte van de onderwijsduur (5-18 jaar). Dit is de enige manier om deze vermeende en werkelijke competentie bij jong volwassenen bij elkaar te brengen. Het in duurzaamheid aanbieden van het activiteitengebied zwemmen vertelt de deelnemer hoe de vaardigheden onderhouden of uitgebouwd kunnen worden.

Vakwereld

Uiteindelijk bepaalt het bevoegd gezag of en wat er aangeboden wordt tijdens onze lessen LO, passend binnen de kaders van de

kerndoelen. Laten we ons wel blijven richten op de kwaliteit van ons vak waarvan zwemmen een waardevol onderdeel is. In het NRC stelt de KVLO bij monde van onze voorzitter Jan Rijpstra dat het zwemonderwijs ook buiten schooltijd kan plaatsvinden door opgeleide instructeurs. Wij vinden dat zwemmen een volwaardig activiteitengebied is binnen het totale beweegaanbod van de LO. Nemen wij als vakwereld (en opleidingsinstituten) genoeg met het feit dat ons onderwijs gegeven wordt door instructeurs? Zwemmen wij tegen de stroom in of kiest onze vakwereld voor verbetering van de kwaliteit en werkgelegenheid? Laten de opleidingsinstituten (ALO's) vooral ook een kennisbasis zijn, die wij ook overeind willen houden!

(1) Moran, K. et al., (2011), "Can You Swim", in "International Journal of Aquatic Research and Education", 2012, 6, bladzijde 122 – 135

René Dekker

*Docent zwemmen hogeschool Windesheim
Zwolle*

Domein Beweging en Educatie – Calo

Korte cv:

René Dekker

Bondscoach zwemmen KNZB (1993-1998)

*Chef d'équipe / teammanager zwemmen KNZB
(2004-2005 en 2009-2012)*

Vakleerkracht BO gemeente Deventer 1983-1999

Docent LO en brugklascoördinator Isendoorn

College Warnsveld 1999-2003

Docent zwemmen en methodiek/didactiek Calo

Zwolle 2002 ◀