



**Gemeente  
Amsterdam**

# **Schoolzwenwerkplan 2022-2023**

# Inhoud

Voorwoord	3
Visie op het schoolzwemmen	4
Doelstellingen van het schoolzwemmen	5
Organisatie schoolzwemmen	6
Taken van teamleiders en zwemonderwijzers	16
Veilig en pedagogisch leerklimaat	17
Uitgangspunten van de schoolzwemles	20
Voortraject, hoofdtraject, zwemslagen	25
Schoolzwemadministratie	27
Accommodatie gebonden informatie	31
Bijlagen	32

# 1 Voorwoord

In dit schoolzwemwerkplan leest u hoe het schoolzwemmen in Amsterdam georganiseerd is. Het schoolzwemwerkplan geldt voor alle zwembaden in en om Amsterdam waar schoolzwemmen vanuit de Gemeente Amsterdam wordt gegeven.

Deze informatie is voor iedereen die betrokken is bij het schoolzwemmen.

Van de school wordt verwacht dat zij zorgen dat ALLE begeleiders op de hoogte zijn van het veiligheidsprotocol schoolzwemmen (bijlage 6) en de aanvullende afspraken in het zwembad zoals deze beschreven staan in dit schoolzwemwerkplan. Dit protocol is ook ondertekend als de school meedoet aan het schoolzwemmen.

Specifieke documenten zoals het jaarrooster, informatie per zwembad en contactgegevens, busrooster, etc. hebben de bekende contactpersonen per mail ontvangen. De ouderverklaringen maken deel uit van het protocol schoolzwemmen. Deze blijven op school. Indien hierin informatie staat die voor het leren zwemmen van belang is, zorgt de school dat het schoolzwemteam hiervan op de hoogte is via de teamleider van het schoolzwemteam. Het protocol schoolzwemmen is door elke deelnemende school ondertekend en hiervan is ook een exemplaar op school. Een algemeen protocol is opgenomen in de bijlagen. Daar vindt u ook de ouderverklaringen in terug.

# 2

## Visie op het schoolzwemmen

Kinderen leren snel en prettig zwemmen als:

1. Ze veilig zijn en zich veilig voelen
2. Ze plezier beleven aan het zwemmen
3. Ze zwemles krijgen op hun eigen, individuele niveau. Dit betekent dat alle kinderen hun eigen oefeningen doen. Dit betekent ook dat kinderen hun eigen voorbeelden krijgen en er geen voorbeelden aan de hele groep worden gegeven.
4. Ze elke les veel kunnen oefenen en niet (op de kant) op hun beurt staan te wachten
5. Het kind wordt gezien als individu, en aangeduid met zijn/ haar naam, eventueel kleur badpak/ zwembroek, niet d.m.v. een bijnaam of karakterbeschrijving
6. Er geen gebruik gemaakt wordt van drijfmiddelen

Het leren zwemmen gaat sneller als:

- Het kind zich veilig en geborgen voelt.
- Het kind nieuwsgierig, onderzoekend en ondernemend kan zijn en gemotiveerd wordt in een situatie die stimulerend, spannend, uitdagend en/ of uitnodigend is.
- De ervaringen leiden tot succeservaringen. Dit zal het zelfvertrouwen doen groeien.
- Het kind er plezier aan beleeft om te oefenen. Het kind zal de bewegingen herhalen tot deze geautomatiseerd zijn.
- Het kind vanuit een gevoel van veiligheid, succeservaringen en de veilige situatie opnieuw uitnodigende en stimulerende situaties krijgt aangeboden. Het kind past de opgedane ervaringen toe en bouwt ze verder uit. Het kind ontdekt opnieuw en leert verder.

Daarnaast geldt dat:

Kinderen niet worden aangesproken of besproken op hun uiterlijk, vorm, kleur, veronderstelde, dan wel aanwezige beperking of andere aanwezige dan wel vermeende kenmerken.

Zwemonderwijzers proberen zo snel mogelijk alle namen te leren.

# 3

## Doelstellingen van het schoolzwemmen

### Zwemvaardigheid verantwoordelijkheid ouders

Leren zwemmen door kinderen is de verantwoordelijkheid van de ouders/ verzorgers. Voor de ouders die zwemlessen zelf niet kunnen betalen, bestaat de mogelijkheid om vergoeding aan te vragen bij het Jeugdfonds Sport Amsterdam. Dit is bedoeld voor jonge kinderen (vanaf groep 1-2) die nog niet aan het schoolzwemmen meedoen. Ook oudere kinderen kunnen van deze regeling gebruik maken. Stichting SINA (Samen Is Niet Alleen) kan helpen bij het aanvragen van deze financiële ondersteuning in de kosten van leren zwemmen.

Daarnaast biedt de gemeente Amsterdam via het schoolzwemmen een aanvullende voorziening.

### Doelstelling schoolzwemmen

De hoofddoelstelling van het schoolzwemmen in Amsterdam is het behalen van het A-diploma door kinderen die dit nog niet hebben. Kinderen die al in het bezit zijn van één of meer zwemdiploma's, krijgen tijdens het schoolzwemmen de mogelijkheid om hun vaardigheden te onderhouden en een volgend diploma te halen.

Binnen het schoolzwemmen worden de volgende diploma's aangeboden:

- A-diploma
- B-diploma
- C-diploma
- Survivaldiploma (bestaande uit lessen uit de junior-redder-lijn van Reddingsbrigade Nederland)

### Doelstelling zwemvaardigheid

Gemeente Amsterdam heeft met de schoolbesturen afgesproken dat het gemiddelde diplomabezit onder de 12-jarige schoolverlaters van het primair onderwijs, 95% of hoger moet zijn. Het schoolzwemmen levert een grote bijdrage aan het behalen van deze doelstelling.

### Doelstellingen ontwikkelingsaspecten

Zwemmen draagt bij aan de volgende ontwikkelingsaspecten:

- Motorische ontwikkeling: het aanleren en verder ontwikkelen van bewegingen in het water zoals duiken, springen, onder water vormen, waterspelen, survivalzwemmen, leren van zwemslagen, leren omgaan met materialen in het water.
- Sociaal emotionele ontwikkeling: leren omgaan met andere kinderen in het water, opbouwen van zelfvertrouwen in het water, zichzelf en anderen leren redden in het water.
- Cognitieve ontwikkeling: verkrijgen van inzicht in diepte, afstand, geluid, ruimte, tijd en weerstand door te bewegen in water.

Schoolzwemmen wil aansluiten bij de leerlijnen uit het bewegingsonderwijs van het Primair Onderwijs. Voorbeelden hiervan zijn op te vragen via [schoolzwemmen@amsterdam.nl](mailto:schoolzwemmen@amsterdam.nl) (leerlijnen schoolzwemmen).

# 4 Organisatie schoolzwemmen

## 4.1 Veiligheidsprotocol schoolzwemmen

Het veiligheidsprotocol schoolzwemmen omschrijft en verduidelijkt de onderlinge taken en verantwoordelijkheden van lesaanbieder, zwembad, school en organisator, teneinde de veiligheid van de kinderen zoveel mogelijk te waarborgen. Door elke school die deelneemt aan het schoolzwemmen is het veiligheidsprotocol getekend. Elke school heeft dan ook een protocol in bezit. Van de begeleiders vanuit school wordt verwacht dat zij bekend zijn met de inhoud van het protocol. In bijlage 6 vindt u een voorbeeldprotocol.



## 4.2 De kinderen

Het zwemniveau van de kinderen die schoolzwemmen krijgen is heel verschillend. Sommige kinderen in Amsterdam hebben al zwemles gehad. Zij kunnen vaak al zwemmen of hebben één of meer zwemdiploma's. Andere kinderen komen bij aanvang van het schoolzwemmen voor het eerst in een zwembad. Zij moeten wennen aan de ruimte, de akoestiek, de geur, de kleedkamers, kinderen van andere scholen en de verschillende zwemonderwijzers. Ook in het water gaan en in het water zijn is voor deze kinderen een nieuwe ervaring. Alle kinderen krijgen daarom zwemles op het eigen niveau.

De kinderen leveren aan het begin van het schooljaar een kopie van hun hoogste diploma in. Deze kopieën worden gebruikt om de kinderen op het juiste niveau in te delen. Als er geen kopie van een diploma is ingeleverd, begint een kind in het ondiepe. Als het diploma langer geleden gehaald is, zal een kind ook niet direct in het diepe beginnen. Eerst zal getest worden of de vaardigheden niet zijn verleerd.

Kopieën worden alleen hiervoor gebruikt. Na afloop van het schooljaar worden deze vernietigd.

**Kinderen die om welke reden dan ook niet meezwemmen, blijven op school!**

## 4.3 De begeleiders

Uitgangspunt is dat de school op grond van haar bijzondere zorgplicht ten aanzien van haar leerlingen en ouders verantwoordelijk is en blijft voor het zwemonderwijs dat in schoolverband wordt aangeboden. De school heeft dus mede de verplichting de veiligheid van de leerlingen voldoende te waarborgen, omdat de zwemlessen (vrij zwemmen is niet toegestaan bij het schoolzwemmen in Amsterdam) zich onder schooltijd afspelen. Het feit dat de school voor het zwemonderwijs gebruik maakt van aanbod van de gemeente Amsterdam, een accommodatie en deskundigheden van derden doet aan deze verantwoordelijkheid van de school ten aanzien van haar leerlingen en ouders niet af. Op grond van het voorafgaande is de school verantwoordelijk voor een toereikende aanwezigheid van (groeps-)leerkracht(en) en voldoende begeleiding bij het schoolzwemmen bijvoorbeeld door het inschakelen van assistenten (andere medewerkers van school of hulp-ouders). Onder toereikende aanwezigheid wordt bedoeld het aantal (groeps-)leerkrachten dat gelet op de groeps grootte en met het oog op eventuele aansprakelijkheid te

doen gebruikelijk aanwezig is tijdens activiteiten die onder schooltijd elders plaatsvinden. Per te onderscheiden groep (klas) gaat het minimaal om een (groeps-)leerkracht en een assistent. In het geval niet alle leerlingen van een groep deelnemen aan het schoolzwemmen is een combinatie van verschillende groepen mogelijk, mits het aantal leerlingen in een groep niet groter is dan de gebruikelijke groeps grootte op de school.

Bij scholen voor speciaal (basis)onderwijs komt het aantal begeleiders overeen met het aantal begeleiders op school.

In aanvulling op de schoolzwemlessen biedt de gemeente op verzoek van een school ook zwemlessen aan, die geheel of grotendeels in aansluiting op de gewone schooldag plaatsvinden. Indien de begeleiding vanuit school plaatsvindt, geldt dat de begeleiding vanuit school moet voldoen aan de voorwaarden die gelden voor schoolzwemmen. Bij begeleiding door ouders/verzorgers geldt dat zij verantwoordelijk zijn voor het toezicht en de begeleiding van hun eigen kind, zoals gebruikelijk is bij zwemlessen die zij zelf voor hun kind regelen

Zowel de (groeps-)leerkracht van de school als ook de andere begeleiders hebben een ondersteunende en toezichthoudende rol. De (groeps-)leerkracht zorgt dat de andere begeleiders verdeeld zijn over de accommodatie zodat in elk gedeelte van het bad te allen tijde één begeleider van de betreffende school is. Het is mogelijk om dit tijdens de zwemles af te wisselen. Zorg dan voor een korte overdracht, waarna de toezichthoudende en ondersteunende taak weer hervat wordt.

De (groeps-)leerkracht (draagt er ook zorg voor dat het volgsysteem wekelijks wordt ingevuld. Dit geldt ook indien de school deelneemt aan zwemlessen buiten schooltijd waarbij de school de begeleiding verzorgt. Indien gekozen is voor het geheel buitenschoolse model waarbij de ouders de kinderen zelf begeleiden, wordt dit door de lesaanbieder gedaan.

Verder zijn de begeleiders van de school verantwoordelijk voor het ordelijk verlopen van de aankomst in het zwembad en het vertrek van de kinderen, het begeleiden van de kinderen van en naar de kleedkamers en het omkleden zelf, het overdragen van de kinderen aan de teamleider van het schoolzwemmen, het douchen. Het aantal kinderen dient bij alle begeleiders bekend te zijn; dit maakt deel uit van de overdracht.

Scholen informeren de teamleider van het schoolzwemmen over aantallen en de namen van de deelnemende kinderen en wijzigingen hierin, eventuele bijzonderheden met betrekking tot de kinderen, scholen zorgen voor ouderverklaringen en indien nodig een medische verklaring. Deze beide verklaringen blijven op school i.v.m. de privacy! Deze worden niet meegenomen of overgedragen aan het team van de lesaanbieder in het zwembad. De verantwoordelijkheid voor het aanwezig zijn van deze verklaringen ligt bij de school.

De minimale begeleiding zoals hierboven genoemd, is aanwezig op zwemzaal. Begeleiders op zwemzaal houden zich alleen bezig met schoolzwemmen en zorgen dat zij niet worden afgeleid door andere zaken. Desgevraagd ondersteunen zij de zwemonderwijzers bij de zwemlessen. Ondersteuning kan bestaan uit: het vasthouden van een mat, starten van kinderen, begeleiden van doorgestuurde kinderen naar een volgende lesgroep, kinderen begeleiden naar het toilet, etc.

De begeleiders dragen tijdens het schoolzwemmen een veiligheidshesje waardoor zij herkenbaar zijn als aanspreekpunt van de school.

De school zorgt dat de begeleiders op de hoogte zijn van de inhoud van het protocol schoolzwemmen en dit schoolzwemwerkplan.

De school zorgt dat de kinderen op de hoogte zijn van de volgende 12 punten:

1. Zwemspullen meenemen (Zwemmen gebeurt in zwemkleding. Tijdens de survivallessen of gekleed zwemmen-lessen is ook de extra kleding mee.)
2. Geld en waardevolle spullen blijven thuis of op school.
3. Tijdens de zwemles draag je geen sieraden. Lange haren zitten in een staart.
4. Geen kauwgum en snoep tijdens het zwemmen, dit is gevaarlijk.
5. Pleisters doe je af en gooi je in de prullenbak.
6. Voor het zwemmen ga je naar het toilet.
7. Daarna ga je douchen.
8. Blijf altijd in je eigen zwemgroep. Alleen de zwemonderwijzer stuurt je door naar een volgende groep. Er loopt dan altijd iemand met je mee.
9. Rustig praten in het zwembad.
10. Rustig en langzaam lopen in het zwembad.
11. Je blijft van andere kinderen af, in het water duwen is geen spelletje.
12. Spullen die je hebt gebruikt, ruim je op.

## 4.4 Frequentie en duur lessen

### 4.4.1 Scholen voor basisonderwijs

Het schoolzwemmen begint eind groep 4. De scholen geven ieder jaar rond april/mei aan de gemeente Amsterdam door hoeveel kinderen van groep 4 niet in het bezit zijn van tenminste het A-diploma. De scholen ontvangen dan voor dit aantal kinderen een brief waarmee deze kinderen worden uitgenodigd om zich in te schrijven voor een watergewenningscursus in de laatste week van de zomervakantie. De ouders/ verzorgers schrijven vervolgens zelf hun kind in bij de gemeente Amsterdam (via een formulier op de website) en ontvangen ook zelf bericht over de plaatsing van hun kind.

#### **Wel of geen diploma aan het begin van het schooljaar**

Bij aanvang van het schooljaar (de eerste dag na de zomervakantie) zijn de kinderen van groep 5 in twee groepen te verdelen: de kinderen die al in het bezit zijn van één of meer diploma's en de kinderen die nog ongediplomeerd zijn.

- De kinderen zonder diploma krijgen tijdens het schooljaar 36 lessen van 45 minuten. Ook als zij eerder het A-diploma halen, mogen zij blijven doorzwemmen.
- De kinderen die bij aanvang van het schooljaar één of meer diploma's hebben, krijgen een half schooljaar 18 lessen van 45 minuten. Deze kinderen zwemmen dan mee met de niet gediplomeerde kinderen van hun eigen school. Waar dit mogelijk is zonder meerkosten, zwemmen ook deze gediplomeerde kinderen het gehele schooljaar mee.

Er zijn diverse maatwerkmodellen voor het schoolzwemmen. Voorbeelden hiervan zijn:

- Buitenschools schoolzwemmen. Dit is alleen voor kinderen zonder zwemdiploma.
- 18 lessen van 90 minuten.



### **Vangnetcursus**

Na afloop van het komen kinderen die nog geen diploma hebben in aanmerking voor de vangnetcursus. Aan deze cursus mogen alle kinderen van Amsterdamse scholen meedoen die in groep 5, 6, 7, en 8 zitten en nog geen diploma hebben. Ook van deze kinderen geeft de school in april/mei de aantallen door aan de Gemeente Amsterdam. De scholen ontvangen voor deze kinderen een brief waarmee de kinderen worden uitgenodigd zich in te schrijven voor één van de vangnetcursussen in de eerste week van de zomervakantie. De ouders/ verzorgers schrijven vervolgens zelf hun kind in bij de Gemeente Amsterdam en ontvangen ook zelf bericht over de plaatsing van hun kind. Doel van deze cursus is uiteindelijk het A-diploma. Is dat nog niet haalbaar, dan is een verbetering van het zwemniveau het doel. Kinderen kunnen elk jaar meedoen, tot het moment dat zij een diploma halen.

Omdat een jaar tussen twee cursussen te lang is om op hetzelfde niveau te blijven, bieden diverse zwembaden regelingen aan voor de kinderen die aan de cursussen hebben meegedaan en een bepaald minimaal instroomniveau hebben bereikt. De kosten van deze regelingen zijn voor de ouders/ verzorgers van het kind.

(NB: Jeugdfonds voor de Sport biedt financiële ondersteuning voor zwemlessen. Stichting SINA (Samen is niet alleen) kan ondersteunen bij de aanvraag hiervan.

### **Aanvullend vangnet**

In een aantal zwembaden organiseert Gemeente Amsterdam extra lessen voor de kinderen die tenminste 80% van de lessen aanwezig zijn geweest in de vakantiecursus/ vangnet en die naar groep 6, 7, 8 of het voortgezet onderwijs gaan.

Leerlingen uit groep 7 en 8 die niet hebben meegedaan in de zomervakantie kunnen zich na de herfstvakantie ook inschrijven voor het aanvullend vangnet.

### **Schoolzwemmen met groep 4**

Sommige scholen nemen niet met groep 5, maar met groep 4 deel aan het schoolzwemmen. Dit betekent dat hun leerlingen niet kunnen meedoen met de watergewinning. Deze leerlingen komen net als op andere scholen vanaf groep 5 in aanmerking voor de vangnetcursussen. Zij kunnen zich, als ze nog geen diploma hebben, ook inschrijven voor de zomercursus van groep 4 (watergewinning) en krijgen dan les op hun eigen niveau.

## **4.4.2 Scholen voor speciaal (basis)onderwijs**

Voor scholen in het speciaal (basis)onderwijs geldt dat zij voor een vastgesteld percentage van hun kinderen, ongeacht hun diplomering, gedurende het schooljaar 36 lessen van 45 minuten aangeboden krijgen. Deze scholen kunnen zelf de keuze maken welke kinderen zij laten deelnemen aan het schoolzwemmen.

Het heeft de voorkeur dat in elk geval de oudere kinderen zonder diploma meedoen aan het schoolzwemmen, zodat zij de kans krijgen het diploma alsnog te halen.

De oudere kinderen van deze scholen (11 jaar en ouder, vergelijkbaar groep 7 en hoger) kunnen meedoen aan de vangnetregeling. Hierbij geldt dat de scholen aangeven of het voor de kinderen haalbaar is om mee te zwemmen in groepen van gemiddeld 12-15 kinderen.

Voor kinderen waarvoor dit niet haalbaar is, zijn speciale lesgroepen in het aanvullend vangnet gecreëerd. Aanmelden hiervoor verloopt via Gemeente Amsterdam.

### 4.4.3 Nieuwkomers

Als nieuwkomers ten minste de leeftijd hebben van 8 jaar (vergelijkbaar met de instroomleeftijd in groep 5) kunnen zij deelnemen aan het schoolzwemmen.

Kinderen uit nieuwkomersprogramma's zijn vaak maar kort bij het schoolzwemmen; gemiddeld 10 lessen. Dit heeft ertoe geleid dat door een Amsterdamse zwemonderwijzer voor hen een apart programma is ontwikkeld waarbij de kinderen leren zich te redden als zij te water raken. Pas nadat dit programma is afgesloten gaan de kinderen deelnemen aan de reguliere lessen en zwemslagen leren.

### 4.5 De eerste schoolzwemles

De eerste schoolzwemles staat altijd in het teken van testen en indelen in niveaugroepen. De kinderen worden verdeeld in 'gediplomeerd' en 'niet gediplomeerd'. Dit gebeurt aan de hand van de kopieën van de zwemdiploma's.

Vervolgens worden de kinderen getest op een aantal onderdelen die bepalen in welke niveaugroep zij terechtkomen. Dit geldt ook voor de gediplomeerde kinderen. De veiligheid van het kind staat hierbij voorop. Dit kan betekenen dat een kind op een lager niveau wordt ingedeeld dan vooraf verwacht.

### 4.6 Gekleed zwemmen/ met kleding zwemmen

Kinderen zullen regelmatig oefenen met kleding zwemmen. Dit betekent niet dat een kind al klaar is om binnenkort af te gaan zwemmen. Het is belangrijk om met kleding te oefenen omdat een kind wat per ongeluk te water raakt, vaak kleding zal dragen. Zo wennen zij hieraan.

### 4.7 Diplomazwemmen

Door de zwemonderwijzers van elke lesgroep wordt een volgsysteem bijgehouden, ook door de zwemonderwijzers van de afzwemgroepen. Als een kind alle onderdelen beheerst, ontvangt het kind de les erop het betreffende diploma. Eén keer een onderdeel laten zien is nog geen beheersing. Een onderdeel moet meerdere keren in meerdere lessen getoond worden om een voldoende te scoren op dit onderdeel.

Wel of niet een diploma is een afweging die zorgvuldig gemaakt wordt door de zwemonderwijzers. Bij twijfel is er intern overleg met de teamleider. Wel of niet een diploma is dan ook een beslissing die niet ter discussie staat. Toelichting kan wel altijd gegeven worden, de begeleiders van het schoolzwemmen kunnen hierom vragen aan de teamleider tijdens de les. Let op: kinderen zwemmen individueel af, dus op het moment dat alle onderdelen voldoende zijn, ontvangt een kind de les erop zijn of haar diploma. **Er zijn geen vaste afzwemmomente**n. Als het kind aan de eisen heeft voldaan zoals hierboven beschreven, ontvangt het de les erop het diploma en kan hij of zij direct verder oefenen voor het volgende diploma.

### 4.8 Groepsgrootte

#### Basisonderwijs

Per zwemonderwijzer worden gemiddeld vijftien kinderen geroosterd. Afhankelijk van het niveau van de kinderen, mag de groepsgrootte per zwemonderwijzer maximaal twintig kinderen zijn. Het gemiddelde blijft op 15 staan; dus bij één grotere groep, zal er ook één kleinere groep zijn.

### **Speciaal onderwijs en speciaal basisonderwijs**

Voor het speciaal (basis) onderwijs geldt dat het gemiddelde aantal kinderen tien en het maximaal aantal kinderen twaalf per zwemonderwijzer is.

## **4.9 Afmelden voor schoolzwemmen**

Het is belangrijk dat scholen verzuim zoveel mogelijk voorkomen. Houd bij het plannen van bijzondere activiteiten zoals schoolreisjes, sponsorloop, creatieve middag, etc. rekening met het rooster van het schoolzwemmen en plan dit zo mogelijk op een andere dag dan de zwemdag. Is verzuim onvermijdelijk? Meld dit dan direct aan Gemeente Amsterdam. Dit doet u via: [schoolzwemmen@amsterdam.nl](mailto:schoolzwemmen@amsterdam.nl).

## **4.10 Informatieoverdracht**

Voorafgaand en tijdens de zwemles is communicatie en samenwerking tussen de begeleiders vanuit school en de zwemonderwijzers van groot belang. De begeleiders vanuit school zijn beter op de hoogte van de mogelijkheden en bijzondere omstandigheden van ieder kind dan de zwemonderwijzers. Daar waar deze informatie van belang is voor het leren zwemmen, moet deze gedeeld worden.

## **4.11 Vastlegging gegevens**

Tijdens het schoolzwemmen wordt van de kinderen het niveau bijgehouden. Ook worden van de kinderen met een diploma kopieën van het hoogst behaalde diploma ingeleverd. Aan het einde van het schooljaar wordt deze informatie omgezet in cijfers waarin het individuele kind niet te herkennen is. Daarna wordt de overige informatie vernietigd.

Dit geldt ook voor de lijsten met namen van niet gediplomeerde kinderen uit het vangnet en aanvullend vangnet. Deze worden gebruikt voor de uitnodiging en aanmelding voor de vangnet cursus en watergewenningscursus. Na afloop van de cursussen wordt de informatie verwerkt in cijfers die niet tot de kinderen zijn te herleiden en de overige informatie wordt vernietigd.

## **4.12 Kwaliteitscontrole schoolzwemmen**

Het schoolzwemmen in Amsterdam heeft een externe controle op het proces van het schoolzwemmen. Steekproefsgewijs komt een kwaliteitsmanager de gang van zaken controleren bij het schoolzwemmen. Hierbij wordt gelet op de rol van de begeleiders vanuit de school, het fysieke zwembad, de zwemonderwijzers van de lesaanbieder en de organisator. Hierbij zijn het protocol schoolzwemmen (zie bijlage 6) en dit schoolzwemwerkplan uitgangspunt. Als zaken niet in orde zijn, worden deze direct besproken met de teamleider schoolzwemmen van de lesgever. Daarnaast wordt een verslag gemaakt wat ook aan het team schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam wordt gestuurd. Indien nodig neemt dit team maatregelen om de kwaliteit en veiligheid van het schoolzwemmen op hoog niveau te houden.

## 4.13 Busvervoer

Als een school meer dan 1.200m hemelsbreed van een zwembad ligt, wordt busvervoer verzorgd door de gemeente Amsterdam voor het schoolzwemmen en het naschools zwemmen, mits de leerlingen worden begeleid door een toereikend aantal (groeps-)leerkrachten en assistenten. De verantwoordelijkheid voor de kinderen en het toezien op de orde in de bus ligt bij de begeleiders van de school. Zij zien er ook op toe dat de kinderen altijd hun veiligheidsgordel dragen in de bus. De busmaatschappij maakt gebruik van deugdelijke voertuigen en de chauffeur zal altijd proberen om de kinderen op een veilige plaats te laten in- en uitstappen. De chauffeur is altijd mobiel (handsfree) bereikbaar en zal bij een eventueel defect of andere vertraging altijd de busmaatschappij informeren zodat zij vervangend vervoer kan regelen.

Het is belangrijk dat de school op tijd in de bus stapt om onnodig stilstaan en daarmee mogelijke boetes te voorkomen.

Indien een zwemles niet 24 uur van tevoren wordt afgezegd, worden de kosten voor het busvervoer alsnog in rekening gebracht.

Als een school merkt dat de bus te laat bij school of bij het zwembad is, dan melden zij dit direct bij de Gemeente Amsterdam via [schoolzwemmen@amsterdam.nl](mailto:schoolzwemmen@amsterdam.nl).

Scholen mogen altijd contact opnemen voor een aanpassing in de route van de bus.

## 4.14 Verloren en gevonden voorwerpen

### In het zwembad

Als voorwerpen verloren zijn in het zwembad, dan worden deze door het zwembad op een centrale verzamelplaats bewaard. Ouders/ verzorgers kunnen zelf langsgaan bij het zwembad en bij de receptie vragen naar de gevonden voorwerpen. Ook is het mogelijk dat een extra begeleider tijdens het omkleden voor het schoolzwemmen met dit kind bij de gevonden voorwerpen gaat zoeken. Het zwembad is niet aansprakelijk voor vermiste/ verloren voorwerpen.

### In de bus

Als voorwerpen verloren zijn of zijn blijven liggen in de bus, neemt de school of de betreffende ouder/ verzorger contact op met de busmaatschappij (firma Oostenrijk BV, 020-695 2511). Indien de betreffende voorwerpen gevonden zijn, kunnen deze afgehaald worden op het kantooradres van de busmaatschappij. Deze maakt hiervoor een afspraak met de beller. De busmaatschappij is niet aansprakelijk voor vermiste/ verloren voorwerpen.

## 4.15 Meezwemmen door leerkrachten of ouders en/ of andere begeleiders

### 4.15.1 meezwemmen door (groeps-)leerkracht van de school

Meezwemmen door de (groeps-)leerkracht van de school is alleen toegestaan als het toezicht op de kant nog steeds voldoet aan de voorwaarden uit het protocol schoolzwemmen (zie bijlage 6 en paragraaf 4.3). Dit betekent dat een begeleider die met de kinderen in het water gaat, extra is ten opzichte van het aantal begeleiders dat aanwezig moet zijn en zich bezighoudt met de taken zoals omschreven in het protocol schoolzwemmen.

- Het meezwemmen van de (groeps-)leerkracht moet een meerwaarde hebben voor de kinderen. Een eventueel meezwemmende (groeps-)leerkracht is betrokken bij de zwemles van (een gedeelte van) de kinderen, doet hieraan mee of helpt en stimuleert de kinderen.
- Een meezwemmende (groeps-)leerkracht kan niet voor zichzelf zwemmen.

- Een meezwemmende (groeps-)leerkracht dient tenminste en desgewenst aantoonbaar in het bezit te zijn van het B-diploma.
- Als de zwemvaardigheid van de meezwemmende (groeps-)leerkracht naar de mening van de teamleider en/ of zwemonderwijzer(s) van de lesgever niet voldoende is, eindigt het meezwemmen per direct.
- Een meezwemmende (groeps-)leerkracht kleedt zich niet om bij de kinderen. Er wordt gezorgd dat er nog steeds voldoende toezicht is in de kleedkamer indien de (groeps-)leerkracht zich aan het omkleeden is.

#### **4.15.2 meezwemmen door ouders en/ of andere begeleiders**

Het kan voorkomen dat een kind door een beperking (motorisch, visueel, auditief, verstandelijk, gedragsmatig) niet kan deelnemen aan het schoolzwemmen, tenzij dit kind individueel wordt begeleid. In dit geval is het toegestaan dat een kind in de zwemles door een volwassen begeleider (zelf minimaal in het bezit van het B-diploma) wordt begeleid. Het kind krijgt geen les van de begeleider, de begeleider ondersteunt het kind bij het volgen van de zwemles. De zwemonderwijzer blijft verantwoordelijk voor het zwemleerproces van het kind en zal het kind, dan wel diens begeleider, aanwijzingen geven.

Het kan voorkomen dat een kind apart van de groep aan de slag gaat met de begeleider, maar in geen geval is het zo dat de begeleider zonder de supervisie van de zwemonderwijzer met het kind aan de slag is.

Het individueel begeleiden van een kind in de zwemles gaat altijd in overleg met de teamleider en zwemonderwijzer van de lesaanbieder en de school/ (groeps-)leerkracht.

Ook hier geldt:

- Een begeleider kan niet voor zichzelf aan het zwemmen zijn.
- Als de zwemvaardigheid van de meezwemmende begeleider naar de mening van de teamleider en/ of zwemonderwijzer(s) van de lesaanbieder niet voldoende is, eindigt het meezwemmen per direct.
- Een begeleider kleedt zich niet om bij de kinderen.

De Gemeente Amsterdam wordt altijd op de hoogte gesteld van meezwemmen door medewerkers van de school, ouders of andere begeleiders en toetst of aan de hierboven beschreven voorwaarden wordt voldaan.

Ouders kunnen meezwemmen alleen bespreken met de eigen leerkracht van de school, deze zorgt dat de begeleiders vanuit school dit bespreken met de teamleider.

## **4.16 Vragen en klachten over schoolzwemmen**

### **4.16.1 vragen over diplomazwemmen**

Er zijn geen vaste afzwemmomente. Zie onder 4.6 voor de regeling rondom diplomazwemmen.

### **4.16.2 vragen/ klachten over schoolzwemmen**

Het schoolzwemmen is een complexe organisatie waar veel verschillende partijen bij betrokken zijn. Het kan dan voorkomen dat zaken niet lopen zoals vooraf afgesproken, of dat men wil dat zaken anders verlopen. Er zijn verschillende situaties mogelijk ten aanzien van klachten:

<b>u bent:</b>	<b>u heeft een klacht over:</b>	<b>u kunt uw klacht indien bij:</b>	<b>indien u niet tevreden bent over de afhandeling, kunt u terecht bij:</b>
een ouder/ verzorger van een kind in het schoolzwemmen		de school	u kunt de school vragen de klacht door te zetten naar de programmamanager schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam
een begeleider van schoolzwemmen, maar geen (groeps-) leerkracht		de school	u kunt de school vragen de klacht door te zetten naar de programmamanager schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam
een (groeps-)leerkracht	de bus	de busmaatschappij, met cc aan de programmamanager schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam, via e-mail	de programmamanager schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam
	het zwembad (bassins, toiletten, douches)	de teamleider van het schoolzwemmen	de programmamanager schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam
	de zwemles	de teamleider van het schoolzwemmen	de programmamanager schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam
	de programmamanager of -coördinator schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam	de programmamanager of -coördinator schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam	de programmamanager of -coördinator schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam, deze zal u doorverwijzen naar de juiste instantie
een medewerker van de busmaatschappij	de kinderen en/ of de begeleiders in de bus	de begeleiders van de school in de bus	de planner van de busmaatschappij, deze neemt contact op met de programmamanager of -coördinator schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam
een zwemonderwijzer	de school	de teamleider van het schoolzwemmen	u kunt de teamleider vragen de klacht door te zetten naar de programmamanager schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam
een teamleider schoolzwemmen	de programmamanager of -coördinator schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam	de programmamanager of -coördinator schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam	de programmamanager of -coördinator schoolzwemmen van de gemeente Amsterdam, deze zal u doorverwijzen naar de juiste instantie

#### 4.17 Gedragscode zwembranche, uitgangspunten voor professionals

Een weergave van de gedragscode vindt u in bijlage 7.

#### **4.18 Fotograferen en filmen tijdens schoolzwemmen**

Fotograferen en filmen is niet toegestaan tijdens het schoolzwemmen.

Soms worden opnamen gemaakt voor feedbackdoeleinden. Hiervoor geldt het volgende:

Bij het maken van beeldmateriaal wordt altijd vooraf toestemming gevraagd aan alle betrokkenen: scholen, zwemonderwijzers en anderen. Beeldmateriaal wordt direct verwijderd na het geven van de feedback. Als één van de betrokkenen geen toestemming geeft, kan het beeldmateriaal niet gemaakt worden.

Aanvragen vanuit professionele organisaties voor het maken van beeldmateriaal (niet bedoeld voor feedback) worden niet gehonoreerd.

#### **4.19 Voorlichting aan ouders/ verzorgers**

Gemeente Amsterdam geeft ook voorlichting aan ouders/ verzorgers. Deze voorlichting wordt op school gegeven en op maat gemaakt. Onderwerpen kunnen zijn: vroegtijdig beginnen met zwemles, de achtergrond en de organisatie van het schoolzwemmen, organisatie van buitenschools zwemmen enzovoorts. U kunt uw voorlichtingsvraag voorleggen aan de programmamanager schoolzwemmen. Geef zo mogelijk direct aan wanneer deze voorlichting plaats zou moeten vinden.

#### **4.20 Ouderbijdrage**

In 2022-2023 wordt geen ouderbijdrage geheven.

# 5 Taken zwemonderwijzers en teamleiders

## 5.1 Het protocol schoolzwemmen

De taken en verantwoordelijkheden zijn omschreven in het protocol schoolzwemmen. Dit hoofdstuk vervangt het protocol schoolzwemmen niet!

## 5.2 De teamleider

Voor de teamleider is een uitgebreid puntsgewijs overzicht van deze en andere taken terug te vinden in bijlage 9. Deze bijlage is aanvullend op het protocol en deze paragraaf.

De teamleider is altijd aanwezig bij de zwemlessen op zwemzaal. De teamleider geeft geen les, dat is de taak van de zwemonderwijzer. De teamleider is vrij om de zwemonderwijzers te coachen in het lesgeven. Verder is de teamleider aanspreekbaar voor zowel de school, als de gemeente Amsterdam of door haar aangewezen derden (bijv. de kwaliteitsmanager).

De teamleider zorgt aan het begin en aan het eind van de les voor een goede overdracht van de kinderen. Hoe dit in een specifiek bad gaat, staat beschreven in het zwembadspecifieke deel van dit schoolzwemwerkplan. Ook zorgt de teamleider dat bijzondere informatie over een leerling wordt overgedragen in het team, waarbij gezorgd wordt dat de informatie binnen het team blijft in verband met de privacy van de betreffende leerling.

Ook zorgt de teamleider dat een aantal veiligheidsaspecten goed gewaarborgd is; zo informeert de teamleider de scholen over het ontruimingsplan, zorgt dat de groepsgroottes voldoen aan de afspraken uit het protocol schoolzwemmen en houdt de veiligheid binnen de lessen in de gaten.

## 5.2 De teamleider met de zwemonderwijzers

De teamleider en de zwemonderwijzers zorgen dat de zwemles verzorgd wordt volgens de afspraken die beschreven staan in dit schoolzwemwerkplan. Samen zijn zij verantwoordelijk voor de kwaliteit en veiligheid van de zwemles. Dit begint als de kinderen (na het douchen) de zwemzaal op komen en eindigt als de kinderen de zwemzaal weer verlaten (om te gaan douchen). Let ook op dat kinderen niet zomaar terug kunnen lopen naar de bassins.

Naast de kwaliteit en veiligheid van de les zijn de teamleider en zwemonderwijzers ook verantwoordelijk voor het gebruik van voorzieningen en hulpmiddelen tijdens de zwemlessen en het uitvoeren van EHBO en reanimatie. Als een teamleider of zwemonderwijzer iets bijzonders opmerkt bij een leerling, wordt de groepsleerkracht (of ouder indien de lessen buitenschools zijn) discreet om informatie gevraagd.

## 5.2 De zwemonderwijzers

De zwemonderwijzers houden altijd goed toezicht op de leerlingen tijdens de zwemles. Dit geldt ook voor activiteiten die door leerlingen zelfstandig (kunnen) worden gedaan. Er kan op geen enkel moment sprake zijn van "vrijzwemmen" tijdens lessen in het kader van schoolzwemmen. Kinderen kunnen wel begeleid vrij spelen op het eigen lespunt. Begeleid betekent dat de zwemonderwijzer bij de groep blijft en toezicht houdt op de kinderen.



# 6

## Veilig en Pedagogisch Leerklimaat

### 6.1 Het pedagogisch klimaat

De beginsituatie van de kinderen die met zwemlessen in aanraking komen, loopt uiteen. Uitgangspunt is dat de zwemlessen passen bij het niveau van ieder kind. Hierbij wordt rekening gehouden met de drie basisbehoeften van het kind: relaties, competentie en autonomie.

Ad relatie: kinderen willen zich veilig en geborgen voelen. Pas dan gaan zij hun omgeving ontdekken en zich ontwikkelen. De zwemonderwijzer kan hiervoor zorgen door met ieder kind een band op te bouwen. Hier hoort het kennen van de namen ook bij.

Ad competentie: kinderen willen het gevoel hebben dat zij iets kunnen, dat zij iets zijn. Dit gebeurt door kinderen vertrouwen te geven en door hen een grote kans op succeservaringen in de les te geven. Het werkt stimulerend voor kinderen als zij gerichte complimenten krijgen. Deze complimenten moeten individueel en specifiek zijn.

Ad autonomie: kinderen willen graag iets te beslissen hebben. Zij werken gemotiveerder wanneer ze zelf een keuze hebben, dan wanneer de oefenstof hen opgelegd wordt.

Het is voor het kind belangrijk dat het zich **veilig voelt** in de zwemles. Het leert dan sneller zwemmen. De zwemonderwijzer heeft hier een belangrijke rol in.

#### Een kind voelt zich veilig in een les (leert sneller zwemmen):

- Met oefenstof op het eigen niveau of hier net boven
- Met ruimte voor eigen initiatief
- Als het plezier heeft in wat het moet oefenen
- Door afwezigheid van dwang
- Als het mag genieten van wat het al kan
- Met uitdagende en uitnodigende leerstof
- Met acceptatie door de zwemonderwijzer van wat hij wel kan en wat hij niet kan
- Met gerichte complimenten
- Met variatie
- Die goed is voorbereid
- Waarin het veel zelfstandig mag oefenen
- Die motiverend en stimulerend is, evenals de zwemonderwijzer
- Met een zwemonderwijzer die in het water is
- Met persoonlijke, gerichte voorbeelden op het eigen niveau en geen klassikale voorbeelden
- Met een ontspannen sfeer
- Met duidelijkheid
- Met een zwemonderwijzer die zijn naam kent
- Met een zwemonderwijzer die enthousiast lesgeeft
- Met een zwemles die arbeidsintensief is.

## 6.2 Grensoverschrijdend gedrag

Grensoverschrijdend gedrag is elke vorm van gedrag of toenadering, in verbale, non-verbale, digitale of fysieke zin, die:

1. Door de persoon die het ondergaat als gedwongen en/ of ongewenst wordt ervaren;
2. Als doel of gevolg heeft de waardigheid van de persoon aan te tasten;
3. Plaatsvindt onder omstandigheden die rechtstreeks verband houden met het beoefenen van de sport of zwemles en waarin de spelregels of reglementen niet voorzien.

Er zijn verschillende soorten grensoverschrijdend gedrag: pesten, discriminatie, (seksuele) intimidatie, bedreiging, belediging en mishandeling.

Het is de taak van de zwemonderwijzer om grensoverschrijdend gedrag te herkennen en te voorkomen. Belangrijk is te beseffen dat het gaat om hoe het gedrag ervaren wordt en niet hoe het bedoeld is.

We volgen de gedragscode voor de zwembranche: <https://gedragscodezwembranche.nl/>

Hierin staat beschreven hoe de zwemonderwijzer in het vak hoort te staan en wat ouders, bezoekers en collega's mogen verwachten.

In de bijlagen is de leaflet veilig sportklimaat van de Gemeente Amsterdam terug te vinden. Ook dit geeft houvast bij het creëren van een zwemles die veilig is op alle vlakken.

### 6.2.1 Niet vastpakken

Vastpakken wordt vaak gedaan om het kind iets sneller en beter uit te laten voeren, om het kind vertrouwen te geven wat het nog niet in zichzelf heeft, om aandacht te vragen, als het kind het vraagt om geholpen te worden, om een beweging mee/ voor te doen en om kinderen een gevoel te geven hoe een bepaalde beweging gaat.

Het is beter om een kind niet vast te pakken om het iets te leren. Reden om dit niet te doen zijn:

- De primaire ruimte van het kind blijft intact,
- Bewegingen zoals de beenslag worden niet mooier door vastpakken,
- Kinderen kunnen het contact als ongewenst beschouwen, maar ontsnappen is niet mogelijk,
- Het kind heeft geen regie over de eigen beweging en dit kan angst veroorzaken,
- Het leren zwemmen wordt vertraagd doordat receptoren in handen/ voeten worden uitgeschakeld en het kind zo geen watergevoel ontwikkelt,
- Vastpakken kan ervaren worden als ongewenste intimiteit en
- Het vastpakken van één kind betekent dat er geen aandacht meer is voor de andere kinderen in de les.

Er zijn andere manieren om het kind dat te geven wat het op dat moment in de les nodig heeft.

Voorbeelden hiervan zijn:

- Een voorbeeld van een ander kind dat het te leren onderdeel al goed beheerst,
- Uitleggen wat beter kan en aansluitend een voorbeeld door de zwemonderwijzer of een ander kind,
- Een kind zelf de beweging laten ontdekken door stuw- en weerstandservaringen en tegengestelde bewegingen, werken in contrasten,
- Succes laten behalen op het eigen niveau, dus niet te snel door willen,
- Kind bewust maken van successen door het geven van gerichte complimenten hierop,
- Controleren en bevestigen aan het kind of iets goed of niet goed gaat,

- Gebaren gebruiken bij een voorbeeld (maar let op als de armen dan de benen uitbeelden, kinderen kunnen dit letterlijk nemen!),
- Uitleggen wat beter kan,
- De situatie zo ontwerpen met materialen of de zwembadkant dat het kind "automatisch" gaat doen wat nodig is,
- De oefening samen met het kind doen,
- De oefening 1x laten doen en dan herhalen en
- Niet de hele oefening laten doen, maar delen van de oefening

# 7 Uitgangspunten van de schoolzwemles

## 7.1 Het lesprogramma

In het voortraject worden de kinderen spelenderwijs maar doelgericht 'vriend van het water' gemaakt. De zwemonderwijzer werkt vanuit een volgsysteem en past zijn lesinhoud aan de vaardigheden aan die de kinderen beheersen en die ze nog moeten leren. Het is belangrijk dat de kinderen veel ervaring opdoen met bewegen in het water. Spetteren, vallen en weer opstaan, drijven, springen, onder water kijken, in en onder water en vooruit en achteruit gaan, zijn belangrijke onderdelen van het voortraject.

In het hoofdtraject volgen de zwemslagen.

## 7.2 De lesmethode

Het is de bedoeling dat elk kind in iedere les iets leert. Het kind moet iedere les plezier ervaren in het water. Op het moment dat dingen lukken, krijgt een kind er steeds meer plezier in en stijgt het gevoel van eigenwaarde. De ervaringen die het kind opdoet in het voortraject van het Zwem-ABC zijn van groot belang voor het vervolg van de leerweg.

### 7.2.1 Logische opbouw

Er wordt gewerkt van makkelijk naar moeilijk. Voorbeelden zijn:

<b>Makkelijk</b>	<b>Moeilijk</b>
dicht bij de kant	ver van de kant
ondiep water	dieper-diep water
contact met bodem	geen contact met bodem
kleine stapjes	grote sprongen
vooruit	achteruit of opzij
geen snelheid	met snelheid
laag tempo van herhalen	hoog tempo van herhalen
1x iets doen	vaker iets doen
dichtbij	veraf
boven water	onder water
ver van het water met je gezicht	dichtbij het water met je gezicht
niet onder water	kort-langer onder water
zonder voortbewegen onder water	met voortbewegen onder water
geen opdracht onder water	met een opdracht onder water
stabiel afzetpunt	labiel afzetpunt
geen combinatie	combinatie
voeten eerst te water	hoofd eerst te water
verticaal	horizontaal
zonder draaien	met draaien
zonder kleding	met kleding
weinig weerstand	veel weerstand
veel controle	minder controle
onbewust	bewust
eigen uitvoeringswijze	voorgeschreven uitvoeringswijze (opdracht)

### 7.2.2 Afgestemd op leeftijd en vaardigheidsniveau van het kind

Dit geldt zowel voor de keuze van de lesinhoud als de manier waarop opdrachten worden aangeboden. De opdrachten moeten worden afgestemd op de kinderen. Een kind zal meer succeservaringen hebben als de ervaringen die het kind krijgt aangeboden aansluiten op wat het kind al kan (klittenband-effect).

In het voortraject betekent dit dat er bijna uitsluitend gewerkt wordt met open opdrachtvormen. De ruimte in de uitvoeringswijze geeft het kind de kans om te komen tot een voor dat kind optimale uitvoering.

Er zijn veel verschillende niveaus zichtbaar in één les, over het algemeen zijn er net zoveel niveaus als er kinderen in een groep zitten.

### 7.2.3 Geen gebruik van drijfmiddelen

Een kind moet voelen wat het water doet, het moet watergevoel ontwikkelen. Dit gevoel wordt ontwikkeld door het hebben van veel stuw- en weerstandservaringen zonder gebruik van drijfmiddelen (kurken, plankjes, etc.).

In een enkele uitzondering kan er gebruik worden gemaakt van drijfmiddelen. Dit kan echter alleen als dit noodzakelijk is in de opleidingsweg van een individueel kind. Andere mogelijkheden moeten zijn uitgeprobeerd en hebben niet geleid tot het gewenste resultaat. Het gebruik van drijfmiddelen gebeurt altijd in overleg met de teamleider. De zwemonderwijzer schrijft een plan en bespreekt dit met de teamleider. In dit plan staat beschreven wat eerder geprobeerd is en niet tot het gewenste resultaat heeft geleid.

Het gebruik van drijfmiddelen gebeurt hooguit een gedeelte van de les, nooit een hele les.

Daar waar onvoldoende ruimte is in het ondiepe water, kan gebruik worden gemaakt van een drijfpakje voor de meer gevorderde kinderen uit het ondiepe bad. Ook dan wordt het pakje niet de gehele les gebruikt.

### 7.2.4 Er is veel arbeid in het water

Alle kinderen van een groep zijn zoveel mogelijk tegelijk actief in het water.

Manieren om dit te bereiken zijn:

geïntegreerde opdrachten zoals springen gevolgd door zwemmen, koprol en eruit klimmen
in de breedte alle kinderen tegelijk laten werken
niet vanuit één rijtje werken
niet kiezen voor één voor één vormen
de les zeer snel starten met een vorm waarbij alle kinderen snel aan de slag kunnen
met zwemstuurkaarten werken
werken op tijd, tot een stopsignaal
geen organisatie waarin over de kant gelopen moet worden
in het voortraject altijd in het water zijn
de namen van de kinderen kennen, zodat presentie tijdens de eerste opdracht opgenomen kan worden
lessen organiseren in parcours-, circuit- en/of stroomvorm
de lessen vooraf voorbereiden aan de hand van het leerlingvolgsysteem

### **7.2.5 Feedback en adequate leerhulp**

Elk kind wordt bij het oefenen gevolgd en krijgt die aanwijzing of dat compliment dat het nodig heeft. De zwemonderwijzer controleert in de uitvoering van het kind of het kind de aanwijzing heeft begrepen. Zo niet, geeft de zwemonderwijzer de aanwijzing op een andere manier. Controle is altijd op de uitvoering en bestaat niet uit de vraag of het kind de aanwijzing heeft begrepen.

De zwemonderwijzer geeft individuele aanwijzingen en hulp. Het aantal aanwijzingen per keer wordt beperkt tot één per keer en richt zich eerst op de grote fouten. Daarna zijn de kleine foutjes aan de beurt.

Het automatiseren van fouten wordt voorkomen door in het begin van het motorisch leerproces te oefenen over kleine afstanden en met weinig herhalingen. Kinderen mogen dit zelf oefenen. De zwemonderwijzer houdt in de gaten of de ontwikkeling tijdens dit impliciet leren de juiste richting op gaan. Zo nodig wordt dit bijgestuurd via vragen als: Merk je dat..., Probeer eens..., etc.

De kinderen worden gestimuleerd en gemotiveerd door de zwemonderwijzer.

De kinderen worden niet vastgepakt om hen een beweging te laten maken. Leren zwemmen, aanwijzingen geven en verwerken gebeurt zonder vastpakken. Dit is niet alleen van belang voor een beter leerproces, maar ook in het kader van ongewenste intimiteiten.

### **7.2.6 Gerichte individuele voorbeelden, geen klassikale uitleg**

Omdat kinderen nooit precies op hetzelfde niveau zitten, zijn klassikale voorbeelden geen meerwaarde voor een kind. Deze worden in het schoolzwemmen in Amsterdam dan ook niet gegeven. Een klassikaal voorbeeld past niet bij les krijgen op het eigen, individuele niveau zoals beschreven in de visie. Een kind heeft er meer aan om een voorbeeld te krijgen dat bij het kind past en dat laat zien wat het moet ontwikkelen. Soms is kijken naar een ander oefenend kind al genoeg.

## **7.3 Voorwaarden aan de inleiding op de les**

Iedere les begint met een inleiding. Een inleiding moet voldoen aan de volgende voorwaarden:

1. Alle kinderen zijn zeer snel in het water;
2. Alle kinderen zijn tegelijk bezig;
3. Een inleiding begint met alle kinderen tegelijk;
4. Is leuk en plezierig;
5. Brengt alle kinderen in de sfeer van de les;
6. Gebeurt zonder drijfmiddelen;
7. Is meteen een warming-up;
8. Is leeftijdsgebonden;
9. Is in overeenstemming met het niveau van de kinderen;
10. Bestaat nooit uit het zwemmen van banen;
11. Is een eenvoudige opdracht;
12. Is geen wedstrijdvorm of estafettevorm.

## **7.4 Fasering van eindtermen; lesniveaus en tussendoelen**

De kinderen worden in niveaugroepen ingedeeld. Welke niveaus er zijn, is terug te vinden in het zwembadspecifieke deel van dit schoolzwemwerkplan. Omdat elk zwembad anders is gebouwd, kunnen de doelen per niveau per zwembad wat verschillen.

Niet altijd heeft elk niveau een eigen zwemonderwijzer. De indeling is dynamisch en kan tijdens het jaar veranderen, afhankelijk van de verdeling van de kinderen over de lespunten. Het niveau wordt door de begeleiders van de scholen gebruikt bij het noteren van de presentie.

Elk niveau heeft eigen tussendoelen. De tussendoelen beschrijven wat een kind moet kunnen om door te kunnen stromen naar een volgend niveau. Deze worden gebruikt door zwemonderwijzers. Elke zwemonderwijzer houdt de vorderingen van de kinderen op deze doelen bij. Zo is zichtbaar wat een kind nog niet beheerst en kan het hierin les krijgen.

## 7.5 Differentiëren

Het plezier en het leertempo van de kinderen in een groep bepalen in hoeverre er gedifferentieerd kan/ moet worden. Differentiëren betekent vooral: lesgeven op het niveau van het individuele kind. De informatie die als basis dient voor deze differentiatie wordt gehaald uit het bijgehouden volgsysteem. Het gaat bij differentiëren dan ook over de verschillen in vaardigheid en interesse tussen de kinderen.

Er kan op verschillende manieren gedifferentieerd worden:

- Keuze van het onderdeel wat een kind oefent
- Het niveau waarop een kind een onderdeel oefent
- Het aantal herhalingen
- De afstand waarover geoefend wordt
- De diepte van het water waarin geoefend wordt
- De aanwijzingen die een kind krijgt, of de accenten die in een oefening worden gelegd
- Tijdsduur
- Het tempo waarin het kind zwemt
- Het materiaal wat een kind gebruikt bij het oefenen van een bepaald basiselement
- De hoogte waarvan wordt afgezet.

## 7.6 Diepwateroriëntatie

Bij diepwateroriëntatie gaat het niet over de techniek van de slagen. Het doel is dat de kinderen ervaren wat diep water is en hieraan wennen. Diep water is water waarin een kind niet kan staan. Het doel van diepwateroriëntatie is dat kinderen eerder zelfredzaam worden in dieper water. Het is nog niet de bedoeling dat kinderen langdurig in het diepe gaan zwemmen, ze moeten nog veel vaardigheden in het ondiepe water leren voordat ze definitief naar het diepe water gaan. In principe wordt diepwateroriëntatie met de hele groep gedaan en duurt deze maximaal tien minuten.

Voordat een kind naar het diepe kan, moet aan de volgende voorwaarden worden voldaan:

- Een technisch goede enkelvoudige rugslag.
- Draaien om zowel de lengte- als de breedte-as goed beheersen.

Als kinderen dit beheersen is een drijfmiddel in het diepe overbodig.

## 7.7 Diep water wennen

Diep water wennen gebeurt als kinderen toe zijn aan de overgang van les in het ondiepe naar les in het diepe. Dit zal nooit met de hele groep zijn. De kinderen die hieraan toe zijn, zwemmen een gedeelte van de les in het diepe bad.

## 7.8 Lesgeven met zwemstuurkaarten

Zwemstuurkaarten kunnen het rendement van de zwemles verhogen en de stem van de zwemonderwijzer sparen doordat de zwemstuurkaart de instructie geeft en de zwemonderwijzer les kan geven.

De zwemstuurkaarten kunnen structuur in de les brengen. In de voorbereiding van de les kunnen deze al geplaatst worden.

Voordelen van het gebruiken van zwemstuurkaarten zijn:

- Effectieve en beeldende uitleg voor de kinderen
- De les kan sneller starten, zeker als de kinderen de kaarten al (her)kennen
- De meeste kinderen reageren goed op de afbeeldingen
- Minder lawaai en gepraat in de les, de les wordt rustiger terwijl er harder wordt gewerkt
- Kunnen ondersteuning bieden aan de zwemonderwijzer
- Geeft extra ondersteuning aan kinderen met diverse beperkingen

## 7.9 Afsluiting van de zwemles

De zwemles wordt door elke zwemonderwijzer afgesloten met de eigen kinderen op het eigen lespunt. Dit kan een speelse vorm zijn waarin onderdelen van de les herhaald worden. Dit kan ook een vrije vorm zijn, waarbij de kinderen op het eigen lespunt en onder toezicht van de eigen zwemonderwijzer in het water zijn.

De kinderen zijn in het water bezig en de afsluiting is plezierig. De afsluiting is passend bij de kinderen; zowel de leeftijd als het niveau. De afsluiting kan nooit bestaan uit banen zwemmen.

Geen optie is: 'vrij spelen', waarbij kinderen van verschillende groepen spelen op één of meerdere lespunten. Dit houdt een veiligheidsrisico in waarbij het mogelijk is dat kinderen op een plaats terecht komen waarvoor zij de vaardigheden nog niet beheersen.

## 7.10 Vrijspelen tijdens de zwemles

Zie ook onder 6.10, Afsluiting van de les: Vrijspelen tijdens het schoolzwemmen waarbij het kind zelf bepaalt op welke plaats in de accommodatie hij of zij is, is niet toegestaan. Zwemonderwijzers kunnen kinderen vrije vormen aanbieden, maar dit is altijd op het eigen lespunt en onder toezicht van de eigen zwemonderwijzer. De vrije vormen zijn wel altijd gericht op één van de doelen uit de les. Hierop zijn geen uitzonderingen mogelijk.



# 8

## Voortraject, hoofdtraject, zwemslagen

### 8.1 Doel en inhoud van het voortraject

#### 8.1.1 Het doel van het voortraject

Het doel van het voortraject is door voortbewegen via loopvormen en veel stuw- en weerstandservaringen op te doen, te komen tot ontspannen drijven op buik en rug met voortbewegen.

#### 8.1.2 Principes voor het lesgeven in het voortraject

Alle oefeningen en ervaringen richten zich op het ontstaan van watergevoel.

1. Iedere les begint met actieve vormen van bewegen door het water, voor- en achteruit.
2. In iedere les komen alle onderdelen voor het leren zwemmen aan de orde. Voor elk kind staan twee onderdelen centraal. Dit hoeven niet voor alle kinderen dezelfde te zijn.
3. Als het kind onder water durft te gaan met het hoofd, moet dit elke les regelmatig gebeuren.
4. In elke les zitten vormen van draaien om de lengte- en breedte-as.
5. In iedere les worden ervaringen opgedaan met stuwen en stuwvlakken
6. In iedere les worden weerstandservaringen opgedaan
7. De zwemonderwijzer is bij de kinderen in het water.
8. Er wordt veel tijd besteed aan het achteruit gaan.

#### 8.1.3 De inhoud van een les in het voortraject

1. Loop ervaringen in ondiep en dieper water, schaatsen, huppen, hinkelen, grote en kleine stappen, draaien om de lengte-as.
2. Loopvormen met ondersteuning van de armen in dieper water. De armen zijn nodig voor het evenwicht en om vooruit te komen. In dieper water zal dit snel van zelf gedaan worden.
3. Voortbewegen/stuwbewegingen met alleen de armen: verplaatsen, voelen van weerstand, water weggoeien, golven maken.
4. Trappelbewegingen met de benen.
5. Wrikachtige bewegingen met de armen.

### 8.2 Doel en inhoud van het hoofdtraject

#### 8.2.1 Het doel van het hoofdtraject

Het doel van het hoofdtraject is het aanleren van de techniek van de vier zwemslagen uit het Zwem-ABC en diverse andere technieken.

## 8.2.2 De volgorde van het aanleren van de zwemslagen

Schoolslag wordt altijd pas aangeleerd als de enkelvoudige rugslag wordt beheerst.

Borstcrawl komt meestal eerder maar vaak ook tegelijk met rugcrawl. De crawlslagen kunnen voor of tegelijk met de enkelvoudige rugslag aangeleerd worden.

Over het algemeen geldt als volgorde: enkelvoudige rugslag, borstcrawl, rugcrawl, schoolslag.

## 8.3 De zwemslagen

### 8.3.1 De enkelvoudige rugslag

De enkelvoudige rugslag is de eerste slag omdat:

- De ademhaling vrij is; het ademen beïnvloedt deze zwembeweging niet.
- Het een beweging van alleen de benen is.
- De ligging stabiel is.
- De kinderen meteen het lastige leren van zwemmen op de rug.
- Deze slag al snel over een langere afstand kan worden gezwommen.
- Wanneer deze slag goed beheerst wordt, veel kinderen meteen een schoolslagcombinatie zwemmen als ze op de buik gedraaid worden.
- Dit de slag is met het meest optimale gebruik van de opwaartse kracht van het water.

Een kind moet goed vrij en ontspannen kunnen drijven en uitdrijven op de rug voordat begonnen wordt met het aanleren van de enkelvoudige rugslag.

De slag wordt opgebouwd. Eerst leert het kind de techniek, te beginnen met één slag. Daarna wordt het aantal slagen meer, waarin de slag wordt geautomatiseerd. Vervolgens kan de afstand steeds verder uitgebouwd worden. Steeds moet gekeken worden of de techniek goed blijft.

#### Problemen bij de enkelvoudige rugslag

Het grootste probleem bij de enkelvoudige rugslag is de oriëntatie. Een onderdeel daarvan is het draaien. Normaal kijkt een mens naar voren/naar beneden. Als een kind op de rug ligt, kan dat niet meer. Kinderen kunnen hierdoor in de war raken en moeten leren hiermee om te gaan. Dit gebeurt al in het voortraject met veel oefeningen waarin achteruit gegaan wordt.

Kinderen hebben de tijd nodig om te wennen aan het op de rug liggen voordat ze met de zwemslag beginnen. Te vroeg beginnen geeft een minder goede techniek.

Daarnaast liggen de kinderen met de oren in het water, waardoor het evenwichtsorgaan wordt uitgeschakeld. Ook komt het voor dat kinderen hun benen niet durven te laten zakken, ze weten niet waar die benen heen gaan en waar de rest van hun lichaam dan blijft. Verder is achteruit zwemmen altijd lastig omdat kinderen niet kunnen zien waar ze naar toe gaan.

### 8.3.2 De borstcrawl

Een kind kan met de borstcrawl beginnen zodra ontspannen op de buik drijven lukt. De beenslag wordt in het voortraject aangeleerd. De borstcrawl wordt gezwommen met een dubbele overarmslag (om de beurt). De armslag moet over het water gaan.

Voor het A-diploma worden geen eisen gesteld aan de ademhaling: de uitvoering is vrij. Voor de horizontale ligging is het prettig en effectief om met het gezicht in het water te zwemmen. Gewoon het hoofd optillen om adem te halen werkt dan het beste. Ook omdat de zijwaartse ademhaling alleen kan als er voldoende snelheid is. Deze snelheid hebben de meeste kinderen niet. Dan heeft de zijwaartse ademhaling geen zin; een kind gaat hierdoor eerder te ver om de lengte-as draaien.

Bij het aanleren van de borstcrawl is het belangrijk om veel te variëren in afstanden, bewegingstempo en bewegingsuitslag. Daarna volgt het verfijnen van de beweging door oefenen, automatiseren en het opvoeren van de afstand. Het is belangrijk om de diplomadoelen in het oog te houden, veel langere afstanden oefenen dan nodig voor het diplomazwemmen is niet nodig.

### 8.3.3 De rugcrawl

Met de rugcrawl kan al heel vroeg begonnen worden. Als het rug drijven beheerst wordt, kan het kind beginnen met de rugcrawlbeenslag. De beenslag wordt ook geoefend in het voortraject. Al snel wordt de totaalbeweging geoefend. Bij een redelijke voortstuwing begin je meteen met de combinatie, waarbij je dezelfde stappen volgt als bij de enkelvoudige rugslag: snel met de combinatie beginnen, gevolgd door het verfijnen van de beweging, oefenen over korte afstand, automatiseren en de afstand opvoeren. Begin vooral niet te snel met een te lange afstand en houd de diplomadoelen in het oog.

### 8.3.4 De schoolslag

Als het kind de enkelvoudige rugslag beheerst, kan deze met de schoolslag beginnen. Als de rugslag goed beheerst wordt, zwemt het kind meestal meteen een schoolslagcombinatie. Het kind moet wel voldoende stuw- en weerstandservaringen hebben gehad, anders lukt het niet. Om te kunnen beginnen met de schoolslagcombinatie moet het volgende in de enkelvoudige rugslag geautomatiseerd zijn: bewegingsrichting, bewegingsritme, bewegingsuitslag, bewegingsverloop met symmetrische beweging en een goede voetenstand.

## 8.4 Bijzondere vaardigheden

Naast de zwemslagen moeten de kinderen tijdens het diplomazwemmen de volgende onderdelen laten zien:

1. Onder water oriëntatie (zwemmen door het gat, bovenkomen in het wakgat).
2. Watertrappen.
3. Uitdrijven (met snelheid) en drijven (stilliggend).
4. Te water gaan op verschillende manieren:
  - a. Rechtstandige sprong, ook wel potloodsprong genoemd
  - b. Kopsprong, ook wel duiken genoemd
  - c. Startsprong
  - d. Hurksprong
  - e. Rol voorover te water
5. Helphouding
6. Survivalvaardigheden: ergens overheen, onderdoor, op klimmen.
7. Draaien, om de breedte-as (koprol) en om de lengte-as (krokodillendraai)

# 9

## Schoolzwemadministratie

### 9.1 Administratie door de school

De vorderingen worden nauwkeurig bijgehouden met behulp van een leerlingregistratiekaart (voorheen ook wel blauwe lijst genoemd). Op deze lijst worden alle kinderen die meedoen aan het schoolzwemmen genoteerd: voornaam, achternaam, groep en geboortedatum.

Daarna wordt elke les bijgehouden of het kind er is en op welk niveau het kind zwemt. Achter de naam van het kind wordt het niveau genoteerd, of een '-' (streepje) als het kind afwezig is.

Het bijhouden van het niveau en de presentie van de kinderen dient een juridisch doel: in het geval van een incident in het zwembad, is deze lijst één van de eerste documenten die door juristen bekeken wordt. **Als deze lijst niet of niet goed is bijgehouden, loopt de school bij een incident direct een aansprakelijkheidsrisico.**

Ook geeft een goed ingevulde lijst informatie over de voortgang van de kinderen. In één oogopslag is te zien of kinderen langdurig op hetzelfde niveau zwemmen en dan kan actie ondernomen worden.

Tot slot worden de lijsten verwerkt tot cijfers over de resultaten van het schoolzwemmen.

#### 9.1.1 Het invullen van de lijst

Tijdens de eerste zwemles worden de kinderen getest op hun niveau en ingedeeld op het bij hen passende niveau. Daarna kan de begeleider van de school de bij het kind behorende code invullen. Zie hiervoor onderstaande tabel.

Let op: als gediplomeerde kinderen geen kopie diploma mee hebben, worden ook zij getest.

Tijdens het schooljaar wordt wekelijks een nieuwe kolom ingevuld met de datum en per kind de code van het niveau. Als de school een les afwezig is geweest, wordt een kolom overgeslagen. In de kolom wordt de reden van afwezigheid genoteerd.

niveau	code
niveau 1	1
niveau 2	2
niveau 3	3
tussenbad (ondiep)	T (TO)
A-baan	A
B-baan	B
C-baan	C
C+-groep	C+
Afwezig	-

De laatste kolom op de lijst heet 'aantekening'. Hier wordt genoteerd dat er aanvullende informatie is over een leerling. De begeleider van de school zorgt dat de teamleider in het zwembad uitgebreidere informatie ontvangt. In de kolom wordt genoteerd dat deze er is, maar i.v.m. de privacy wordt dit niet toegelicht op de leerlingregistratiekaart.

## 9.2 Administratie door de zwemonderwijzer

De zwemonderwijzers houden zowel de presentie als de vorderingen op de doelen binnen het niveau bij. Daarnaast wordt bijzondere informatie over kinderen geregistreerd en wordt na elke les een korte weergave van de lesinhoud genoteerd.

Het inzichtelijk noteren van bovengenoemde zaken is ook hier van belang om juridische redenen, maar ook om een doorgaande leerlijn voor de kinderen te creëren, bijvoorbeeld bij vervanging. De zwemonderwijzers zorgen ervoor zorgvuldig met deze informatie om te gaan; als er geen les is, worden de mappen op een veilige plaats opgeborgen.

### 9.2.1 Presentie

Voor de presentie wordt doorgeteld. Als het kind er niet is, staat er een streepje. Een lijst ziet er dan bijvoorbeeld zo uit:

1..2...-..3..4

1..2..3..4..5

### 9.2.2 Vorderingen binnen het niveau

Elk kind krijgt les op het eigen niveau, maar wel met kinderen die ongeveer op hetzelfde niveau zwemmen. De zwemonderwijzer van het niveau houdt bij welke onderdelen kinderen geoefend hebben en welke door het kind redelijk beheerst worden en welke goed.

Dit wordt op de volgende manier genoteerd:

matig	/		☹
redelijk	∧	┌	☺
goed	X	+	☺

Door de vorderingen op deze manier bij te houden is het mogelijk om actief en efficiënt les te geven in die onderdelen die een kind nog niet beheerst. Met andere woorden: de les kan passend gemaakt worden bij ieder kind in plaats van een les die het voor elk kind net niet is. Begeleiders van de school kunnen deze informatie inzien bij de zwemonderwijzer.

### 9.2.3 Registratie bijzondere informatie

In de map van de zwemonderwijzer is ook informatie te vinden over opvallende zaken rondom de zwemles en aanvullende gegevens over kinderen die van invloed kunnen zijn op de zwemles.

### **9.2.4 Weergave lesinhoud**

Na iedere les schrijft elke zwemonderwijzer kort op wat de inhoud van de les was. Dit gaat over welk kind welke oefenstof heeft gedaan en andere bijzonderheden zoals kinderen die zijn doorgestuurd (van een lager niveau naar deze groep of van deze groep naar een hoger niveau). Ook kan er kort genoteerd worden wat een plan voor de komende les(sen) is. Deze informatie is zeer waardevol als er invallers zijn op de les.

### **9.2.5 Verslaglegging werkoverleg**

Voor en na elk dagdeel schoolzwemmen hebben de aanwezige zwemonderwijzers en de teamleider werkoverleg. In dit overleg komen kernachtig de zaken die van belang zijn voor de lessen van dat dagdeel aan bod. Dan gaat het over doorsturen, wennen in het diepe, organisatie diplomazwemmen of survivalzwemmen enzovoorts.

## **9.3 Administratie voor aanmaken diploma's**

**De begeleiders van school zijn verantwoordelijk voor een juiste schrijfwijze van de namen van de kinderen. Hiervoor kan de registratiekaart gebruikt worden. Indien gevraagd zijn digitale namenlijsten aan het zwembad aangeleverd en dan worden deze als uitgangspunt genomen. De zwemonderwijzers zorgen dat zowel de begeleiders van de school als de teamleider op de hoogte zijn welke kinderen een week later hun diploma uitgereikt krijgen.**

Soms komt het voor dat een kind een verkeerd gespelde naam of verkeerde geboortedatum op het diploma krijgt. Vaak wordt dit meteen opgelost in het zwembad. Als dat niet lukt, krijgt het kind het foutieve diploma mee naar school. De week erop komt dit diploma dan weer mee naar het zwembad en dan kan dit omgeruild worden voor een goed diploma.

Het maken van een diploma kost al snel € 7,-. Het is dus belangrijk om zorgvuldig de namen te controleren.

# 10

## Accommodatie gebonden informatie

Per accommodatie wordt de volgende informatie beschreven:

1. Beschrijving accommodatie
2. Materiaal
3. Ongevallen en calamiteiten
4. Beschrijving overdracht kinderen
5. Fasering van eindtermen (doelen per niveau)
6. Wennen aan het diepe
7. Doorsturen
8. Organisatie diplomazwemmen
9. Systeem van materiaal gebruik

U ontvangt de informatie over het zwembad waar uw school gaat zwemmen.

**BIJLMERSPORTCENTRUM**

**DE MIRANDABAD**

**HET MARNIX**

**NOORDERPARKBAD**

**SPORTFONDSENBAD OOST**

**SPORTPLAZA MERCATOR**

**SLOTERPARKBAD**

**ZWEMSCHOOL ZWEMPRET EN ZWEMSCHOOL OCTOPUS IN FRIENDSHIPSPORTCENTER**

**ZWEMSCHOOL PUURZWEMMEN IN SPORTFONDSENBAD OOST, WETHOUDER  
DURANBAD IN DIEMEN, SPORTPLAZA MERCATOR, SPORTHUIS ABCOUDE**

# BIJLAGE 1

## Amsterdam hanteert een eigen examenprogramma wat is goedgekeurd door de Nationale Raad Zwemveiligheid

### Examenprogramma A-diploma:

#### GEKLEED ZWEMMEN:

1. Van enige hoogte te water gaan met een voetsprong voorwaarts (helemaal onder water gaan); na het bovenkomen aansluitend;
2. 15 seconden watertrappen met gebruik van armen en benen, gevolgd door;
3. 12,5 meter schoolslag, onder een lijn door duiken, halve draai om de lengteas onder water en
4. 12,5 meter rugslag (armen moeten actief worden gebruikt); proef afronden met
5. zelfstandig (zonder trapje) uit het water op de kant klimmen.

#### IN BADKLEDING:

1. Van de kant of startblok te water gaan met een kopsprong/duik direct gevolgd door (zonder boven te komen);
  2. onder water oriënteren en onder water zwemmen door een gat in een verticaal in het water hangend zeil dat zich op 3 meter van de (start-)kant bevindt; boven komen in een horizontaal drijvend wakzeil;
  3. 50 meter schoolslag, proef afmaken met;
  4. 50 meter enkelvoudige rugslag (armen passief).
- In plaats van de kopsprong/duik mag ook een sprong gedaan worden. Wel moet dan de kopsprong afzonderlijk getoond worden.

1. Afzetten van de wand, direct gevolgd door;
2. 5 seconden uitdrijven op de borst met overbrugging van een korte afstand, waarna zes meter borstcrawl

1. Afzetten van de wand, direct gevolgd door:
2. 5 seconden uitdrijven op de rug met overbrugging van een korte afstand, waarna zes meter rugcrawl

1. Afzetten van de wand, direct gevolgd door 5 seconden uitdrijven op de borst, waarna
  2. Een ½ draai om de lengte-as aan de waterspiegel, waarna
  3. drijven op de rug gedurende 10 seconden
- Tussen onderdeel 1 en 2 mogen enkele slagen schoolslag gezwommen worden  
Tussen onderdeel 2 en 3 mogen enkele slagen enkelvoudige rugslag gezwommen worden

1. Van de kant te water gaan met een sprong naar keuze, gevolgd door;
2. 60 seconden watertrappen met gebruik van armen en benen, waarin tevens 2 keer, al watertrappend, een hele draai om de lengteas wordt gemaakt en eenmaal voetwaarts naar de bodem wordt gezakt
3. de proef wordt afgerond met 10 seconden drijven in helphouding

De in de diverse proeven genoemde te zwemmen afstanden moeten zonder onderbreking en zonder dat de kandidaat aan bodem, wand of enig voorwerp steun zoekt, worden afgelegd.



## Examenprogramma B-diploma:

### GEKLEED ZWEMMEN:

1. Vanaf enige hoogte (ten minste 30cm) te water gaan met een voetsprong voorwaarts (helemaal onder water gaan), onder water een halve draai om de lengte-as maken; na het bovenkomen aansluitend;
2. 15 seconden watertrappen met gebruik van armen en benen, gevolgd door;
3. 25 meter schoolslag, onderbroken door 1 keer onder een voorwerp van 1 meter breed door zwemmen terwijl een halve draai om de lengte-as wordt gemaakt;
4. 25 meter enkelvoudige rugslag (armen moeten actief worden gebruikt); proef afronden met;
5. zelfstandig (zonder trapje) uit het water op de kant klimmen.

### IN BADKLEDING:

1. Van de kant of startblok te water gaan met een kopsprong/ duik, direct gevolgd door (zonder boven te komen);
2. onder water oriënteren en onder water zwemmen door een gat in een verticaal in het water hangend zeil dat zich op 6 meter van de (start-)kant bevindt; boven komen in een horizontaal drijvend wakzeil en aansluitend;
3. 75 meter schoolslag, en
4. 75 meter enkelvoudige rugslag (armen passief)
5. tijdens de proef wordt een ½ draai van buik naar rug, een ½ draai van rug naar buik en op een voorwerp van 1 meter breed klimmen en hier achterwaarts vanaf vallen getoond.

1. In het water afzetten van de wand met uitdrijven op de borst, direct gevolgd door;
2. 12 meter borstcrawl.

1. Afzetten van de wand met uitdrijven op de rug, waarna;
2. 12 meter rugcrawl

1. afzetten van de wand gevolgd door 7 seconden uitdrijven op de borst gevolgd door
  2. ½ draai om de lengte-as aan de waterspiegel, waarna
  3. 15 seconden drijven op de rug waarna
  4. 5 meter verplaatsen in rugligging met gebruik van alleen armen
- Tussen onderdeel 1 en 2 mogen enkele slagen schoolslag gezwommen worden  
Tussen onderdeel 2 en 3 mogen enkele slagen enkelvoudige rugslag gezwommen worden

1. Van de kant te water gaan met een hurksprong, gevolgd door;
2. 30 seconden watertrappen met gebruik van armen en benen, met verplaatsen
3. aansluitend 30 seconden watertrappen met de benen, armen passief (in de zij).
4. voetwaarts naar de bodem zakken en proef afronden met
5. 20 seconden drijven in helphouding

De in de diverse proeven genoemde te zwemmen afstanden moeten zonder onderbreking en zonder dat de kandidaat aan bodem, wand of enig voorwerp steun zoekt, worden afgelegd.

## Examenprogramma C-diploma:

### GEKLEED ZWEMMEN:

1. Van de kant te water gaan met een rol voorover (uitgangshouding vrij), aansluitend;
2. 15 seconden watertrappen met gebruik van en armen én benen en 30 seconden blijven drijven (HELP-houding) met gebruik van elk denkbaar hulpmiddel. Daarna eruit klimmen.
3. 50 meter schoolslag, onderbroken door 1 keer door een verticaal hangend zeil zwemmen en 1 keer op een voorwerp van 1 meter breed klimmen en hier achterwaarts vanaf vallen en 1 keer onder een drijvend voorwerp van 1 meter breed door zwemmen gevolgd door;
4. 50 meter enkelvoudige rugslag (armen moeten actief worden gebruikt); proef afronden met;
5. 5 meter verplaatsen in rugligging met gebruik van alleen armen
6. tot slot zelfstandig (zonder trapje) uit het water op de kant klimmen.

### IN BADKLEDING:

1. Van de kant of startblok te water gaan met een kopsprong/ duik, direct gevolgd door (zonder boven te komen);
2. Onder water oriënteren en onder water zwemmen door een gat in een verticaal in het water hangend zeil dat zich op 9 meter van de (start-)kant bevindt, boven komen in een horizontaal drijvend zeil, aansluitend;
3. 100 meter schoolslag, onderbroken door 1 keer een koprol voor- of achterover en 1 keer hoofdwaarts recht naar beneden richting de bodem duiken, met de benen gestrekt naar boven, tot de benen helemaal onder water zijn (hoekduik); proef afmaken met;
4. 100 meter enkelvoudige rugslag (armen passief).

1. Te water gaan met startsprong,
2. Direct gevolgd door 15 meter borstcrawl

1. Afzetten van de wand en uitdrijven op de rug
2. Direct gevolgd door 15 meter rugcrawl

1. Vanuit het water starten 10 seconden uitdrijven op de borst,
  2. Gevolgd door ½ draai om de lengte-as aan de waterspiegel,
  3. Gevolgd door 20 seconden drijven op de rug.
  4. Proef afsluiten met 5 meter verplaatsen in rugligging met gebruik van alleen armen
- Tussen onderdeel 1 en 2 mogen enkele slagen schoolslag gezwommen worden  
Tussen onderdeel 2 en 3 mogen enkele slagen enkelvoudige rugslag gezwommen worden

1. Van de kant te water gaan met een hurksprong, gevolgd door:
2. 30 seconden watertrappen met verplaatsen in meerdere richtingen, met gebruik van armen en benen, en;
3. Drijven op de rug met actieve armen gedurende 15 seconden, proef afsluiten met
4. Voetwaarts naar de bodem zakken en proef afmaken met
5. 15 seconden watertrappen met gebruik van alleen de benen, armen zijn passief.

De in de diverse proeven genoemde te zwemmen afstanden moeten zonder onderbreking en zonder dat de kandidaat aan bodem, wand of enig voorwerp steun zoekt, worden afgelegd.

# Examenprogramma Schoolzwemsurvivaldiploma 1

## GEKLEED ZWEMMEN:

### Onderdeel 1 Uitvoeren van een redding:

Een droge redding uitvoeren met behulp van een reddingsmiddel. Een pseudo-drenkeling moet worden gerustgesteld door middel van toespreken. De pseudo-drenkeling bevindt zich op  $\pm 3$  meter vanaf de bassinrand in het water. De drenkeling naar de kant halen. De opdracht is afgerond als de drenkeling één hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt en er aan een volwassene hulp is gevraagd.

### Onderdeel 2 Afstand zwemmen:

- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, direct gevolgd door:
- B. 75 meter schoolslag met tweemaal een koprol voorover, direct gevolgd door:
- C. 50 meter enkelvoudige rugslag, met een bal of stokje boven water tussen de handen
- D. aansluitend uit het water klimmen zonder gebruik te maken van een trapje.

### Onderdeel 3 Zelfredding

- A. Te water springen met redding-/zwemvest aan, vervolgens in "HELP"-houding 30 sec drijven,
- B. 30 seconden watertrappen,
- C. terug naar de kant zwemmen en uit het water klimmen via het trapje.

## IN BADKLEDING:

### Onderdeel 4 Onderwater zwemmen

- A. Vanaf de bassinrand met een kopsprong te water gaan, onmiddellijk gevolgd door
- B. minimaal 10 meter onderwater zwemmen,
- C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.

### Onderdeel 5 Afstand zwemmen

- A. Vanaf de bassinrand te water gaan met een rechtstandige sprong, direct gevolgd door:
- B. 25 meter borstcrawl,
- C. 25 meter schoolslag, met de ogen boven water,
- D. 25 meter rugcrawl,
- E. 50 meter samengestelde rugslag.

### Onderdeel 6 Zoeken naar slachtoffer

- A. Voorzichtig te water gaan en vervolgens:
- B. 10 meter zwemmen in schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden,
- C. rechtstandig onder water laten zakken (dompen) en 2 van de 5 ringen van de zwembadbodem oppakken welke op de bodem met een onderlinge afstand liggen van minimaal 2 meter, op een waterdiepte rond de 1,8 meter, de ringen dienen boven water getoond te worden.
- D. de baan uitzwemmen in de schoolslag, met de ogen boven water

### Onderdeel 7 Vervoeren van slachtoffer

- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan vervolgens:
- B. 25 meter schoolslag,
- C. 25 meter enkelvoudige rugslag met een drenkeling in de "kopgreep".

### Onderdeel 8 Speciale vaardigheden van een redder

- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, kant vastpakken om vervolgens met de voeten af te zetten vanaf de bassinrand. Na het afzetten 15 sec drijven in rugligging met de oren in het water en de armen en benen stil,
- B. direct gevolgd door 10 meter wrikken in rugligging richting het hoofd.

## Examenprogramma Schoolzwemsurvivaldiploma 2

### GEKLEED ZWEMMEN:

#### Onderdeel 1 Uitvoeren van een redding

Een droge redding uitvoeren met behulp van een hulpmiddel. Een pseudo-drenkeling moet worden gerustgesteld door middel van toespreken. De pseudo-drenkeling bevindt zich op  $\pm 2$  meter vanaf de bassinrand in het water. De pseudo-drenkeling moet het hulpmiddel zonder te bewegen kunnen pakken. De opdracht is afgerond als de pseudo-drenkeling een hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt en er aan een volwassene hulp is gevraagd om een adequate alarmering (via 112) te maken. De redder geeft aan wat er gemeld moet worden.

#### Onderdeel 2 Afstand zwemmen

- A. Vanaf de bassinrand met een kopsprong te water gaan, direct gevolgd door:
- B. 100 meter zwemmen in de schoolslag, met de ogen boven water.

#### Onderdeel 3 Zelfredding

- A. Te water springen met redding-/zwemvest aan en vervolgens in "HELP"-houding 30 sec drijven,
- B. gevolgd door 50 meter zwemmen in een rugslag,
- C. uit het water klimmen via het trapje.

### IN BADKLEDING:

#### Onderdeel 4 Onderwater zwemmen

- A. Vanaf de verhoogde bassinrand of startblok met een kopsprong te water gaan,
- B. onmiddellijk gevolgd door minimaal 11 meter onderwater zwemmen,
- C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.

#### Onderdeel 5 Afstand zwemmen

- A. Met een kopsprong te water gaan vanaf een startblok/ bassinrand, direct gevolgd door:
- B. 50 meter borstcrawl,
- C. 50 meter rugcrawl,
- D. 50 meter enkelvoudige rugslag, met een bal of stokje boven water tussen de handen
- E. 25 meter samengestelde rugslag.

#### Onderdeel 6 Zoeken naar slachtoffer

- A. Vanaf een startblok/ bassinrand met een rechtstandige sprong te water gaan en vervolgens;
- B. 10 meter zwemmen in de schoolslag, met de ogen boven water,
- C. met de hoekduik naar de zwembadbodem duiken en 2 van de 5 duikringen vanaf de zwembadbodem oppakken en deze zonder boven water komen op een op de zwembadbodem geplaatste pion plaatsen. De onderlinge afstand van de duikringen en pion bedraagt  $\pm 2$  meter en deze liggen rond de 1,8 meter waterdiepte op de zwembadbodem.

#### Onderdeel 7 Vervoeren van slachtoffer

- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan vervolgens:
- B. 12,5 meter schoolslagzwemmen naar een drijvende reddingspop (staand,  $\frac{1}{2}$  gevuld met water)
- C. de reddingspop in kopgreep naar de kant vervoeren. De opdracht is afgerond als de reddingspop met het gezicht naar de kant ligt en de redder met één hand de kant vast heeft.

#### Onderdeel 8 Speciale vaardigheden van een redder

- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, kant vastpakken om vervolgens met de voeten af te zetten vanaf de bassinrand. Na het afzetten 15 sec drijven in rugligging,
- B. 15 seconden watertrappen,
- C. gevolgd door 10 meter wrikken op de rug richting de voeten.

## **BIJLAGE 2**

### **Datumrooster schoolzwemmen Amsterdam 2021-2022**

Het datumrooster schoolzwemmen is per mail verstuurd aan de contactpersonen.

## **BIJLAGE 3**

### **Ouderverklaring schoolzwemmen Amsterdam**

De ouderverklaring vindt u als bijlage bij het protocol schoolzwemmen.

Het protocol schoolzwemmen is door elke deelnemende school, elk zwembad waar lessen zijn en elke lesaanbieder ondertekend. Een algemeen exemplaar van het protocol is te vinden als bijlage 6 in dit document.

## **BIJLAGE 4**

### **Voorbeeld verklaring ouders/ verzorgers indien begeleiding schoolzwemmen niet wordt verzorgd door een (groeps-)leerkracht**

De voorbeeldverklaring vindt u als bijlage bij het protocol schoolzwemmen

Het protocol schoolzwemmen is door elke deelnemende school, elk zwembad waar lessen zijn en elke zwemlesaanbieder ondertekend. Een algemeen exemplaar van het protocol is te vinden als bijlage 6 in dit document.

## BIJLAGE 5

### Kledingpakketten gekleed zwemmen/ survival lessen

Tijdens het gekleed zwemmen wordt de zwemkleding (zwembroek, badpak, bikini) onder de kleding gedragen. De kleding wordt niet altijd de gehele les gedragen.

Instructiebad 1:	T-shirt met korte mouwen
Instructiebad 2:	T-shirt met korte mouwen Korte broek (geen sportbroekjes of leggings)
Instructiebad 3:	T-shirt met lange mouwen Korte broek (geen sportbroekjes of leggings) Gym- of waterschoenen
Tussenbad:	T-shirt met lange mouwen Lange broek Gym- of waterschoenen (geen turnschoenen, crocs of surfschoentjes)
A-baan:	T-shirt met lange mouwen Lange broek Gym- of waterschoenen (geen turnschoenen, crocs of surfschoentjes)
B-baan:	T-shirt of blouse met lange mouwen Spijkerbroek of vergelijkbare broek met zakken Gym- of waterschoenen (geen turnschoenen, crocs of surfschoentjes)
C-baan:	T-shirt of blouse met lange mouwen Spijkerbroek of vergelijkbare broek met zakken Gym- of waterschoenen (geen turnschoenen, crocs of surfschoentjes) Regenjas of windjack (bij voorkeur geen regencap)
C+-groep: (survival van RB)	T-shirt of blouse met lange mouwen Spijkerbroek of vergelijkbare broek met zakken Gym- of waterschoenen (geen turnschoenen, crocs of surfschoentjes) Regenjas of windjack (bij voorkeur geen regencap)

Een korte broek mag worden vervangen door een rok tot de knie.

Een lange broek mag worden vervangen door een rok tot de enkels.

# BIJLAGE 6

## Voorbeeld protocol schoolzwemmen

Partijen:

De vereniging/stichting....., gevestigd te....., ten deze bevoegdlijk vertegenwoordigd door mevrouw / de heer ....., directeur van .....(school)

dan wel:

Het schoolbestuur ....., in haar hoedanigheid van bevoegd gezag van ..... (school), ten deze bevoegdlijk vertegenwoordigd door mevrouw/ de heer ....., directeur van .....(school)

Hierna te noemen: **"de school"**

en

De stichting/vereniging/naamloze vennootschap....., gevestigd te ....., zijnde de lesgevende partij tijdens het schoolzwemmen, te dezen bevoegdlijk vertegenwoordigd door mevrouw/de heer .....,

Hierna te noemen: **"de lesaanbieder"**

en

De stichting/naamloze vennootschap....., gevestigd te....., zijnde de exploitant van de zwemaccommodatie ..... ten deze bevoegdlijk vertegenwoordigd door mevrouw /de heer.....

Hierna te noemen: **"het zwembad"**

en

De organiserende en coördinerende partij, ten deze bevoegdlijk vertegenwoordigd door de heer N. Balke, hoofd afdeling Sportstimulering, Sport en Bos

Hierna te noemen **"Gemeente Amsterdam"**

Verklaren dit protocol van toepassing op het schoolzwemmen van genoemde school in genoemde zwemaccommodatie.

Het protocol treedt in werking per **1 september 2019**. Alle voorgaande regelingen komen hiermee te vervallen.

Partijen beogen met dit protocol de onderlinge taken en verantwoordelijkheden op het gebied van schoolzwemmen te verduidelijken, teneinde de veiligheid voor de leerlingen zoveel mogelijk te waarborgen.

## I Begripsbepalingen

In dit protocol wordt verstaan onder:

*assistent*: persoon die onder de verantwoordelijkheid van de groepsleerkracht, assisteert bij de begeleiding van leerlingen in het kader van schoolzwemmen. De assistent kan een andere medewerker van de school, een onderwijsassistent, een ouder/verzorger of een andere vrijwilliger zijn.

*groepsleerkracht*: leerkracht in dienst van of ingehuurd door een school die de leerlingen goed kent.

*introductie cursus schoolzwemmen Amsterdam*: verdiepingscursus verplicht voor zwemonderwijzers die schoolzwemmen geven aan leerlingen van Amsterdamse scholen over de specifieke kenmerken van het schoolzwemmen in Amsterdam

*lesaanbieder*: organisatie die het schoolzwemmen uitvoert.

*schoolzwemmen*: zwemles onder schooltijd voor leerlingen van scholen voor (speciaal) basisonderwijs dan wel speciaal (voortgezet) onderwijs, Nieuwkomersklassen en scholen voor praktijkonderwijs gelegen binnen de gemeentegrenzen van de gemeente Amsterdam.

*buitenschoolse zwemles*: een zwemles buiten schooltijd waar de kinderen van dezelfde school tegelijkertijd heen gaan, waarbij de begeleiding de verantwoordelijkheid is van ouders/verzorgers.

*school*: schoolbestuur

*schoolzwemmen*: zwemlessen onder schooltijd, dan wel gedeeltelijk of direct aansluitend aan de schooldag, mits er voldoende begeleiding plaatsvindt vanuit school overeenkomstig hoofdstuk II, punt 2.

*schoolzwemwerkplan*: het werkplan als omschreven in artikel III, eerste lid van dit protocol;

*schoolcontactpersoon*: persoon in dienst van de school die vanuit school het schoolzwemmen coördineert en de schoolbegeleiders informeert over de voor hen van belang zijnde taken.

*teamleider*: persoon in dienst van de lesaanbieder of ingehuurd door de lesaanbieder die de leiding heeft over het team zwemonderwijzers dat schoolzwemmen verzorgt.

## II De school

### *Schoolleiding*

1. De directie van de school draagt er voor zorg dat de inhoud van dit protocol en het werkplan schoolzwemmen bekend is bij de groepsleerkrachten, de assistenten en andere vanuit de school bij het schoolzwemmen betrokken personen.
2. De directie van de school is verantwoordelijk voor een toereikende aanwezigheid van groepsleerkracht(en) en voldoende begeleiding bij het schoolzwemmen bijvoorbeeld door het inschakelen van assistenten. Per te onderscheiden groep (klas) gaat het minimaal om een (groeps)leerkracht en een assistent. In geval van het speciaal onderwijs en het speciaal basisonderwijs dient de begeleiding vanuit de school minimaal gelijk te zijn aan de gebruikelijke begeleiding op school per groep.
3. In het geval dat niet alle leerlingen van een groep deelnemen aan het schoolzwemmen is een combinatie van verschillende groepen mogelijk, mits het aantal leerlingen in een combinatiegroep niet groter is dan de gebruikelijke maximale groeps grootte op de school.
4. De directie draag er zorg voor dat leerlingen die niet aan het schoolzwemmen deelnemen, op school achterblijven.
5. De directie van de school stelt een schoolcontactpersoon aan en informeert de lesaanbieder en de Gemeente Amsterdam daarover.
6. De school zal op verzoek van de gemeente Amsterdam een bijdrage leveren aan de evaluatie van het schoolzwemmen.



### *Schoolcontactpersoon*

7. De schoolcontactpersoon informeert de teamleider van de lesaanbieder en gemeente Amsterdam bij de aanvang van het schoolzwemseizoen alsmede lopende het seizoen bij tussentijdse wijzigingen, over:
  - aantal en namen van de deelnemende leerlingen en;
  - eventuele bijzonderheden (medische aandoeningen en andere zorgaspecten) die de zwemvaardigheid van de leerlingen kunnen beïnvloeden.
8. De schoolcontactpersoon draagt zorg voor ouderverklaringen en indien nodig medische verklaringen voor deelname aan het schoolzwemmen en buitenschoolse zwemlessen.
9. De schoolcontactpersoon instrueert de assistenten. Deze assistenten dienen een duidelijke taak te krijgen die bijdraagt aan de veiligheid en het ordelijk verloop van de zwemlessen.

### *De groepsleerkracht*

10. De groepsleerkracht is verantwoordelijk voor:
  - het ordelijk verlopen van de aankomst van de leerlingen in de zwemaccommodatie, alsmede het vertrek na afloop van het zwemmen en;
  - het gaan van de leerlingen van en naar de kleedkamers en;
  - het omkleden zelf en;
  - de overdracht<sup>1</sup> van de leerlingen aan de teamleider en;
  - het houden van voldoende toezicht op de leerlingen tijdens de zwemles en/of het vrij zwemmen;
  - de verdeling van de assistenten over de accommodatie .
  - de overdracht<sup>2</sup> na de les van de kinderen door de teamleider en;
  - het douchen voor en na het zwemmen.
11. De groepsleerkracht treedt op als aanspreekpunt voor de lesaanbieder en maakt zich als zodanig bekend bij de teamleider van de lesaanbieder, voorafgaand aan de zwemles..
12. De groepsleerkracht zal, desgevraagd door de teamleider en/of zwemonderwijzers van de lesgever een bijdrage leveren aan de les zoals, maar niet uitsluitend: begeleiden van kinderen bij toiletbezoek, toezicht op starten van kinderen, op doorzwemmen van kinderen, vasthouden of pakken van lesmateriaal, aanspreken van kinderen indien hun gedrag storend is voor de zwemles, etc.
13. De groepsleerkracht is te allen tijde bevoegd de zwemlessen te onderbreken, wanneer dat naar zijn oordeel voor de veiligheid noodzakelijk is.
14. De groepsleerkracht zorgt ervoor dat de assistenten op de hoogte zijn van hun taken en verantwoordelijkheden zoals beschreven in dit protocol.
15. De groepsleerkracht draagt er zorg voor dat begeleiders geen beeldopnamen maken van de zwemlessen.

### *De assistenten*

16. De assistenten zijn naast de groepsleerkracht verantwoordelijk voor voldoende begeleiding en toezicht naar, tijdens en na afloop van de schoolzwemles.
17. De assistenten volgen de instructie van de groepsleerkracht en de lesaanbieder op.

---

<sup>1</sup> Deze overdracht is letterlijk; de teamleider van de lesaanbieder noteert op een kaart het aantal kinderen. De teamleider geeft deze kaart aan de schoolbegeleider. Na de les vindt de overdracht in omgekeerde richting plaats. Uiteraard tellen beide partijen de kinderen na. Deze overdracht vindt plaats bij de douche. Hierover worden praktische afspraken gemaakt die worden opgenomen in het schoolzwemwerkplan.

<sup>2</sup> Zie voetnoot 1

### III De lesaanbieder

#### *Lesaanbieder*

1. De lesaanbieder is er voor verantwoordelijk dat het zwemonderwijs in het kader van dit protocol uitsluitend wordt gegeven door zwemonderwijzers:
  - met tenminste een afgeronde opleiding Zweminstructeur certificeerbare eenheid 3 van de Nationale Raad Zwemveiligheid of daarmee vergelijkbaar;
  - in bezit van een geldige verklaring omtrent gedrag;
  - die de "introductie cursus schoolzwemmen Amsterdam" met goed gevolg hebben afgerond, dan wel hieraan deelnemen.
2. De lesaanbieder stelt een contactpersoon aan die de taak heeft om de scholen en andere partijen te informeren.
3. De lesaanbieder zal desgevraagd door Gemeente Amsterdam een bijdrage leveren aan de evaluatie van het schoolzwemmen.
4. De lesaanbieder draagt zorg voor deelname van bij het schoolzwemmen betrokken zwemonderwijzers aan de door de Gemeente Amsterdam georganiseerde scholing in welke vorm dan ook.

#### *Teamleider*

5. De teamleider is gedurende de zwemlessen aanwezig bij de lessen en aanspreekbaar voor de groepsleerkracht en voor Gemeente Amsterdam dan wel voor door Gemeente Amsterdam aangewezen derden.
6. De teamleider is verantwoordelijk voor de overdracht van de leerlingen van en naar de groepsleerkracht.
7. De teamleider draagt zorg voor een beschrijving van de overdracht van de kinderen voor en na de les (tussen teamleider en groepsleerkracht), welke aan het specifieke deel van het schoolzwemwerkplan van de betreffende lesaanbieder wordt toegevoegd.
8. De teamleider zorgt voor de overdracht van bijzondere informatie over leerlingen (medische aspecten, gedrag, aanspreekbaarheid) tussen zwemonderwijzers. Hierover zijn in het team van zwemonderwijzers van de lesaanbieder afspraken vastgelegd.
9. De teamleider informeert scholen over het van toepassing zijnde ontruimingsplan.
10. De teamleider draagt er zorg voor dat de lesgroep tijdens het schoolzwemmen de volgende grootte niet overschrijden:
  - Basisonderwijs: gemiddeld 15 kinderen per zwemonderwijzer, maximaal 20 kinderen per zwemonderwijzer.
  - Speciaal onderwijs en speciaal basisonderwijs: gemiddeld 10 kinderen per zwemonderwijzer, maximaal 12 kinderen per zwemonderwijzer.
  - Gecombineerd basisonderwijs en speciaal basisonderwijs: voor de kinderen van het speciaal basisonderwijs wordt een factor 1.5 gehanteerd. Na toepassing van de factor en opgeteld bij het aantal kinderen van het basisonderwijs overschrijdt de groepsgrootte het aantal van gemiddeld 15 per zwemonderwijzer en maximaal 20 per zwemonderwijzer niet.
11. De teamleider is in samenspraak met de zwemonderwijzer(s) van de lesaanbieder te allen tijde bevoegd de zwemlessen te onderbreken wanneer dat naar zijn oordeel voor de veiligheid noodzakelijk is.

#### *Teamleiders en zwemonderwijzers*

12. De teamleider en zwemonderwijzers voeren het zwemonderwijs uit conform het geldende schoolzwemwerkplan Amsterdam.
13. De teamleider en zwemonderwijzers zijn verantwoordelijk voor de kwaliteit en veiligheid van de zwemles. Dit betreft vanaf het moment waarop de leerlingen bij de douche worden overgedragen van de groepsleerkracht naar de teamleider tot het moment waarop de leerlingen bij de douche worden overgedragen van de teamleider naar de schoolbegeleider.
14. De teamleider en zwemonderwijzers zijn verantwoordelijk voor het gebruik van voorzieningen en hulpmiddelen tijdens de zwemlessen.
15. De teamleider en de zwemonderwijzer(s) zijn verantwoordelijk voor de uitvoering van EHBO en reanimatie.
16. De teamleider en/ of zwemonderwijzer(s) vragen de groepsleerkracht om informatie als hen iets bijzonders opvalt bij een leerling.

#### *Zwemonderwijzers*

17. De zwemonderwijzers houden in voldoende mate toezicht op de leerlingen tijdens de zwemles en tijdens het begeleid vrij spelen van de eigen groep op het eigen lespunt.
18. De zwemonderwijzers blijven altijd bij de eigen groep, in noodgevallen vindt duidelijke overdracht plaats van de groep naar een andere zwemonderwijzer. Hierbij worden de normen voor de groepsgrootte niet overschreden.

#### **IV Het zwembad**

1. Het zwembad heeft als taak te waken over de gezondheid en de veiligheid van het publiek in de accommodatie. Het zwembad is verantwoordelijk voor:
  - a. een deugdelijke bouw (conform wettelijke bepalingen) en;
  - b. een deugdelijke zweminrichting (de baden).
2. Het zwembad stelt een contactpersoon aan die contact onderhoudt met Gemeente Amsterdam als er afwijkingen zijn van de normale situatie.

#### **V Gemeente Amsterdam**

Gemeente Amsterdam is verantwoordelijk voor:

1. het vaststellen van het schoolzwemwerkplan;
2. het schoolzwemrooster en het daarbij behorende vervoer;
3. de controle op de kwaliteit en veiligheid van de schoolzwemlessen;
4. het toezicht op de naleving van afspraken;
5. het onderhouden van contacten met de scholen, de zwembadexploitanten, en de lesaanbieders;
6. het jaarlijks evalueren van het schoolzwemmen alsmede het evalueren van de werking van het protocol schoolzwemmen;
7. de professionalisering van de bij het schoolzwemmen betrokken zwemonderwijzers en teamleiders door middel van het organiseren van scholing, bijscholing en workshops.

## VI Aansprakelijkheidsverzekering

De school, de lesaanbieder en het zwembad dragen zorg voor het afsluiten van een deugdelijke aansprakelijkheidsverzekering die voldoet aan de daaraan te stellen vereisten die afdoende dekking biedt voor ongevallen die in verband met het schoolzwemmen.

Aldus overeengekomen te Amsterdam,

<b>Voor de school:</b>	<b>Voor het zwembad:</b>
Datum:	Datum:
Handtekening:	Handtekening:
<b>Voor Gemeente Amsterdam: Dhr. N. Balke afdelingshoofd Sportstimulering</b>	<b>Voor de lesaanbieder:</b>
Datum:	Datum:
Handtekening:	Handtekening:

## Bijlage 1: ouderverklaring in te vullen door ouders/verzorgers van elke deelnemer aan schoolzwemmen.

### Ouderverklaring schoolzwemmen Amsterdam

De ouderverklaringen worden op school bewaard

Betreft: schoolzwemmen Amsterdam

Geachte heer/mevrouw,

Hieronder vindt u de 'Ouderverklaring Schoolzwemmen Amsterdam'. Deze ouderverklaring gaat over de deelname van uw kind aan het schoolzwemmen dat de gemeente Amsterdam organiseert. Uw kind kan pas meedoen als wij een ingevulde en ondertekende ouderverklaring van u ontvangen.

Heeft uw kind een lichamelijke aandoening? Vraag dan eerst uw huisarts (of de schoolarts) om advies.

Heeft uw kind extra toezicht nodig tijdens het schoolzwemmen? Geef dit dan door aan de directie van de school. Deze zal in overleg met u en het onderwijzend personeel, dat de begeleiding van de aan het schoolzwemmen deelnemende groepen verzorgt, dit extra toezicht organiseren.

Als u geen bezwaar heeft tegen deelname van uw kind aan het schoolzwemmen, vragen wij u de verklaring ingevuld en ondertekend in te leveren bij de directie van de school.

Alvast bedankt voor uw medewerking.

Met vriendelijke groet,

Gemeente Amsterdam

H. Oudejans, programmamanager schoolzwemmen

---

### Ouderverklaring schoolzwemmen Amsterdam

Ondergetekende.....

Adres .....

ouder/verzorger van .....

geboren op ..... te .....

leerling(e) van de ..... school groep: .....

geeft toestemming voor deelname van bovengenoemd kind aan het schoolzwemmen, met aanvaarding van het risico dat bestaat als gevolg van een vooraf bekende lichamelijke aandoening.

Plaats en datum:

Handtekening:

**Bijlage 2:**  
**Voorbeeld verklaring ouders/ verzorgers indien begeleiding schoolzwemmen niet wordt verzorgd door een (groeps-) leerkracht**

Hierbij verklaren de ouders/verzorgers van: .....,

leerling van groep ..... van .....school

1. dat voornoemd kind zal deelnemen aan de, door de gemeente Amsterdam georganiseerde zwemlessen buiten schooltijd
2. dat zij zelf zullen zorg dragen voor begeleiding van voornoemd kind
3. dat voornoemd kind alle lessen aanwezig zal zijn tot het moment van het behalen van een A-diploma.

De ouders/verzorgers verklaren hierbij op de hoogte te zijn van het feit dat het tekenen van deze verklaring inhoudt dat de verantwoordelijkheid voor deze leerling bij de activiteit schoolzwemmen bij de ouders/verzorgers zelf komt te liggen.

Plaats en datum:

Handtekening:

## BIJLAGE 7

### Gedragcode zwembranche, Uitgangspunten voor professionals

De gedragscode is te vinden via de volgende link:

<http://gedragcodezwembranche.nl/downloads/De-Gedragscode-Zwembranche-korte-versie-v2.pdf>

## BIJLAGE 8

### Mogelijke oefenstof bij diep water oriëntatie

- Laat het kind zelf in het water klimmen en laat het de kant vasthouden.
- Twee handen aan de kant en de opdracht om te blazen in het water.
- Daarna iets verder met het hoofd onder water.
- Daarna iets meer onder water laten zakken; nog met de handen vast. Nu voelen ze dat ze kunnen zweven in het water.
- Dit langzaam uitbouwen en heel even een hand los. Dan even twee handen los. Uiteindelijk gaan ze met de handen los onder water. Laat ze dit op hun eigen wijze oefenen en daarbij steeds een stukje dieper gaan. Vertel kort wat watertrappen is.
- Uiteindelijk je laten zakken als een potlood dus recht naar beneden laten zakken.
- Laat ze eens voelen hoe het is als je diep inademt en je niets doet. Dat je dan blijft dobberen, met je armen uit elkaar en je benen stil.
- Vertel ze dat als ze onder water zijn, ze helemaal niets hoeven te doen. Niet bewegen met je benen en niet bewegen met je armen tot je boven komt met je hoofd. Pas dan beweeg je je benen met je knieën iets op getrokken. Dat is watertrappen.
- Als ze dit kunnen laat je ze van de kant af springen zoals ze zelf willen. Blijf vertellen dat ze niets hoeven doen onder water. Dat ze een beetje door hun neus moeten uitblazen. Als ze weer boven zijn moeten ze gaan watertrappen. Dan kijken waar je bent en je op je rug draaien. Leer de kinderen dat als ze hun hoofd naar achteren doen, ze vanzelf gaan drijven op hun rug. Op je rug terugzwemmen naar de kant en dit weer uit bouwen; steeds iets verder springen van de kant en terug laten zwemmen op de rug.

## BIJLAGE 9

### Taken teamleider

- Zorgen dat de visie op schoolzwemmen (zie hoofdstuk 2) zichtbaar is tijdens de lessen.
- Technisch-methodische stappen vaststellen en ondersteuning geven bij het lesgeven.
- Pedagogisch-didactische stappen vaststellen en ondersteuning geven bij het lesgeven.
- Coachen van de zwemonderwijzers.
- Meten van arbeid en punten ter verhoging van arbeid bespreken met de desbetreffende zwemonderwijzer (bijv. snel starten van de lessen).
- Stimuleren van uitdagende en uitdagende lessen met variatie in materiaalgebruik.
- Zorgdragen voor duidelijke afspraken t.a.v. de organisatie van de lessen.
- (In overleg met het team) vaststellen en evalueren van grofmazige en fijnmazige tussendoelen.
- Doorsturen reguleren op de manier die is vastgelegd in het schoolzwemwerkplan.
- Leiden van de voorbespreking schoolzwemmen, er zorg voor dragen dat deze 15 minuten voor aanvang van het dagdeel schoolzwemmen start en de inhoud van deze voorbespreking schriftelijk en inzichtelijk vastleggen.
- Leiden van de nabespreking schoolzwemmen, welke duurt tot 15 minuten na afloop van het dagdeel schoolzwemmen en de inhoud van deze voorbespreking schriftelijk en inzichtelijk vastleggen.
- (Groeps-)leerkrachten aanspreken op naleving van het veiligheidsprotocol schoolzwemmen indien nodig.
- Alle betrokkenen attenderen op kledingzwemmen.
- Bijhouden van de eigen administratie: noteren van voor- en nabespreking, leerlingaantallen en lesgevers per lesgroep, diploma's, doorsturen, etc.
- Controle van de administratie (leerlingaanwezigheidsregistratie, leerlingvolgsysteem en lesinhoud) van de zwemonderwijzers.
- Controle van de administratie (aanwezigheidsregistratie en niveau) van de scholen.
- Bijhouden van afzweimmers en aantallen doorgeven aan de organisator schoolzwemmen.
- Alle andere zaken en taken die nodig zijn om de schoolzwemmende kinderen veilig, plezierig en met een hoog rendement te leren zwemmen.



# BIJLAGE 10

## Zwemstuurkaarten

### Voorbeelden om zwemstuurkaarten te bevestigen:

- Met een touwtje vastbinden aan een wedstrijdlijn.
- Met een loodverzwaring een zwemstuurkaart naar de bodem laten zakken of laten zweven.
- In een gleuf in een pylon neerzetten.
- In een sleuf in een plankje op de kant neerzetten.
- In de sleuf van een plankje neerzetten en dit ergens laten drijven. Daar moet de leerling heen en dan de opdracht uitvoeren.
- Liggend op een drijvend plankje neerleggen met de witte kant boven, of juist open neerleggen.
- Op een grote mat met alleen de eerste zwemstuurkaart geopend.
- Deze mat kan ook drijven in het zwembad.
- Met een touwtje om een pylon hangen.
- Op een bank of tegen een muur zetten.
- Natmaken en op een raam of muur plakken.

### Werkvormen met zwemstuurkaarten

- Bewegingsbaan: op ieder stationnetje, dus bij iedere zwemstuurkaart, wordt een oefening gedaan.
- Circuit: er wordt met 4 verschillende zwemstuurkaarten gewerkt. Een leerling begint bij een zwemstuurkaart en na 4 minuten draait iedereen door naar een volgende zwemstuurkaart.
- Station-to-station: in 4 hoeken zijn 4 stationnetjes van hetzelfde basiselement waar kinderen op hun eigen niveau zijn ingedeeld.
- De zwakste schakel: je begint bij je zwakste onderdeel. Alle kinderen zijn ingedeeld op hun eigen, minst goede onderdeel vanuit de administratie in het leerlingvolgsysteem.
- Heen en weer: op de heenweg de ene zwemstuurkaart en op de terugweg een andere kaart.
- Reis vol avonturen: langs een baan meerdere zwemstuurkaarten plaatsen met speciale vaardigheden.
- Begin in het midden: vastmaken van zwemstuurkaarten aan de middenlijnen, hier moet op gekeken worden wat er gedaan moet worden.
- Kiezen als beloning: een kind mag een nieuwe zwemstuurkaart uitkiezen als een opdracht is uitgevoerd, als de tijd om is of als er een stopteken is gegeven.
- Zwemstuurkaarten op tijd: een kind oefent zijn eigen 3 zwemstuurkaarten volgens de time timer.
- Generale uitvoering afzwemmen: 5 zwemstuurkaarten in volgorde van het afzwemmen laten oefenen en zo kinderen voorbereiden op het afzwemmen.
- De onbekende zwemstuurkaart: een stapeltje omgekeerd neerleggen en steeds verschijnt een nieuwe opdracht. Dit kan individueel, met tweetallen of klassikaal.
- Zwemstuurkaarten draaien door: in de middenbaan 6 zwemstuurkaarten klaarzetten. De leerlingen werken de kaarten één voor één af en de zwemonderwijzer kan ondertussen lesgeven.
- Zwemstuurkaarten combineren en ieder zijn eigen kaart: combinaties van zwemstuurkaarten en ieder kind oefent een bepaalde fase in de opbouw afhankelijk van zijn eigen vaardigheid.

**Voorbeeld I**

- a. Kopsprong
- b. Onder water zwemmen
- c. Kopsprong en onder water zwemmen
- d. Kopsprong, onder water zwemmen en duikzeil
- e. Kopsprong, onder water zwemmen, duikzeil en borstcrawl

**Voorbeeld II**

- a. Spring in het water
- b. Spring in het water, 30 sec. watertrappen (armen, armen en benen of alleen benen).
- c. Spring in het water, 30 sec. watertrappen en zwem op je buik naar de lijn.
- d. Spring in het water, 30 sec. watertrappen, zwem op je buik naar de lijn en draai er onder door, enz.