

Zwemactiviteiten structureel in het LO-curriculum

Hoe bereiden we toekomstige leraren LO voor op deze taak?

Het vakgebied LO op scholen is gericht op jeugdigen beter leren bewegen en hen daarmee voor te bereiden op, en te motiveren voor een succesvolle en duurzame deelname aan onze sport- en beweegcultuur (KVLO, 2017). Een sport- en beweegcultuur die zeer divers is en waar zwemactiviteiten een groot deel van uitmaken. Zo behoort de zwemsport al jaren tot de top drie van meest populaire sporten in Nederland (NOC*NSF, 2018). Ondanks het feit dat de zwemsport zo'n groot deel uitmaakt van onze sport- en beweegcultuur, zien we dat zwemactiviteiten niet of nauwelijks structureel onderdeel uitmaken van het LO-curriculum op scholen. Hoe kunnen we dit veranderen?

TEKST MONIQUE WEILE-DRIESSEN

Zwemactiviteiten in de Nederlandse sport- en beweegcultuur

Zwemactiviteiten worden in veel verschillende verschijningsvormen en contexten zichtbaar. Denk hierbij onder andere aan diplomazwemmen en de verschillende sporttakken van de zwemsport, zoals wedstrijdzwemmen, zwemmend redden, waterpolo, synchroonzwemmen, schoonspringen. Maar bijvoorbeeld ook aan aquasporten, snorkelen, wereldslagen, survival zwemmen, zwangerschapszwemmen, babyzwemmen, meer bewegen voor ouderen, 'fifty fit' en bootcamp in het water. Het aandeel van zwemactiviteiten aan de sport- en beweegcultuur is zelfs nog groter als de aan zwemmen verwante activiteiten binnen de waterrecreatiesector meegerekend worden, waarbij een zekere zwemvaardigheid een 'must' is. Hieronder vallen bijvoorbeeld roeien, zeilen, windsurfen, kitesurfen, kayakken, stand up paddling, duiken, waterskiën, triatlons, cityswims, survivalraces en modderraces.

Zwemactiviteiten in het LO-curriculum

In het basisonderwijs werd weliswaar jarenlang zwemonderwijs aangeboden in de vorm van schoolzwemmen met als doel leerlingen een zwemdiploma te laten behalen. Na het wegvallen van de verplichting van het traditionele schoolzwemmen in 1985, verdween echter het schoolzwemmen op steeds meer basisscholen. De verantwoordelijkheid van het diplomazwemmen is steeds meer in handen gekomen van de ouders

en particuliere zwemorganisaties in plaats van het onderwijs en de scholen. Ook in het voortgezet onderwijs lijken zwemactiviteiten niet of nauwelijks aangeboden te worden. Tijdens een jaarafsluiting of bij zonnig weer lijken de scholen de leerlingen nog wel eens te willen 'trakteren' op een zwemmiddag. En bij sommige scholen krijgen de leerlingen uit de sportklassen een inkijkje in de zwemsport, maar op weinig scholen lijken zwemactiviteiten structureel onderdeel uit te maken van het LO-curriculum.

'Natte gymlessen'

Financiële speelruimte en beschikbare voorzieningen lijken hierin vaak een doorslaggevende rol te spelen (Floor, 2017). Maar wellicht is er

Wellicht worden de toekomstige leraren LO onvoldoende voorbereid op het ontwerpen en realiseren van beweegactiviteiten in en rond het water, de zogenaamde 'natte gymlessen'

nog een andere belangrijke oorzaak aan te voeren. Wellicht worden de toekomstige leraren LO onvoldoende voorbereid op het ontwerpen en realiseren van beweegactiviteiten in en rond het water, de zogenaamde 'natte gymlessen'. Bewegingsonderwijs dat niet gericht is op het

zwemmen als race,
zwemmen als spel



behalen van een zwemdiploma, maar op het onderhouden en uitbouwen van zwemvaardigheden en het jezelf kunnen redden en in veiligheid brengen. Geen overbodig luxe, want uit recent onderzoek blijkt dat de zwemvaardigheid flink af kan nemen als er niet regelmatig wordt geoefend (Van der Weijden, 2019). En ook de politiek ziet er steeds meer belang in, en roept op tot het realiseren van deze 'natte gymlessen' (Van der Aa, 2019). Binnen onze vakwereld lijkt het belang van dit zwemonderwijs ook te worden ingezien. Binnen het project Curriculum.nu, waarin de landelijke eindtermen en kerndoelen van het vak LO worden geactualiseerd en herzien, krijgt zwemmen binnen het leergebied Bewegen & Sport weer een grotere rol toebedeeld. Zo wordt zwemmen expliciet benoemd bij de bouwsteen

'Leren Bewegen', en wordt gesproken over de beweeguitdaging 'Verplaatsen in het water'. Een ontwikkeling die er mogelijk voor gaat zorgen dat zwemactiviteiten wel een structurele plek krijgen in het LO-curriculum van het primair en voortgezet onderwijs, en waarbij de leraar LO een cruciale rol gaat spelen.

Kansen voor LO-docent

Hoe kan de leraar LO invulling geven aan de gymlessen in het water?

Er zijn al tal van succesvolle voorbeelden van scholen die in samenwerking met de gemeenten invulling geven aan de 'natte gymlessen'. Maak dus vooral dankbaar gebruik van leerinhouden die al zijn ontwikkeld en zorg vooral voor een juiste vertaalslag naar de eigen doelgroep en context. Zo vormt SWIM van gemeente Hengelo een heel mooi voorbeeld van een succesvolle invulling van 'natte gymlessen' in het basisonderwijs. Inmiddels doen alle basisscholen in Hengelo mee, waardoor kinderen van groep 3 tot en met groep 8 structureel een aantal keren per jaar een natte gymles aangeboden krijgen. Het zwemonderwijs wordt vormgegeven aan de hand van verschillende thema's, zoals Race (voortbewegen: techniek, uithoudingsvermogen), Survival (overleven: reddingszwemmen, wak zwemmen), Spelen (tikker-tje, balspelen, klimmen, vlotbouwen), Ontdekken (avonturieren: snorkelen, flipperen, opduiken) en Show (showspringen, trucjes, bommetjes, zweefvliegen). Het is de moeite waard om een kijkje te nemen op de website www.hengelosport.nl om erachter te komen hoe scholen in samenwerking met de gemeente en het zwembad structureel

invulling kunnen geven aan het bewegingsonderwijs in het water.

www.hengelosport.nl



Daarnaast heeft de KNZB ook divers lesmateriaal ontwikkeld voor de invulling van de natte gymlessen. In 2010 heeft de KNZB op advies van SLO de map 'SwimExperience' met leskaarten ontwikkeld voor zowel het basisonderwijs als het voortgezet onderwijs. De map kan besteld worden via de webshop van de KNZB: www.knzb.nl/shop.



Een ander voorbeeld betreft 'EasySwim' (www.easyswim.com). Het is weliswaar een methode die gericht is op zwemles voor jonge kinderen met als doel het behalen van een diploma. Echter gezien de gehanteerde visie op het leren zwemmen, waarin plezier en beleving centraal staan, zit deze methode boordevol met inhoudelijk goede zwemactiviteiten en praktijk-situaties die gebruikt kunnen worden bij de invulling van de natte gymlessen.



www.easyswim.com

Veiligheid

Het aspect veiligheid is natuurlijk uitermate belangrijk bij het verzorgen van beweegactiviteiten in en rond het water. Net als bij andere activiteiten op scholen is het van belang dat tijdens de zwemactiviteiten voldoende toezicht op de leerlingen wordt gehouden en tijdig ingegrepen kan worden bij risicovolle situaties. Daarom is het van groot belang dat de samenwerkende partijen (leraren LO, de school, het zwembad en lokale overheidsinstellingen) duidelijke afspraken maken. Vanwege verschillende incidenten tijdens schoolzwemactiviteiten heeft de Vereniging Sport en Gemeenten (VSG) in 2017 een herziend *protocol Veiligheid en Toezicht Schoolzwemmen* opgesteld. De taken en verantwoordelijkheden dienen bij het geven van zwemonderwijs onderling te worden verdeeld en vastgelegd, zodat deze voor iedereen helder zijn. Zo kan de veiligheid van de leerlingen zoveel mogelijk worden gewaarborgd.

Zwemonderwijs op Fontys ALO Eindhoven

In het zwemonderwijs op Fontys ALO Eindhoven bereiden we de toekomstige leraren LO voor op de taak om gymlessen in het water te kunnen geven. Dit doen we door onze studenten gedurende de



opleiding ruime beweegervaring op te laten doen in verschillende beweegactiviteiten die zich in en rond het water afspelen. Denk hierbij niet alleen aan wedstrijdzwemmen, doelspelen in het water, schoonspringen en synchroonzwemmen, maar ook aan zogenaamde 'Swim- & Aquagames'. Daarnaast leren we ze deze uitdagende en betekenisvolle beweegactiviteiten in en rond het water zelfstandig te ontwerpen en deze in authentieke beroepscontexten (binnen het bewegingsonderwijs op school) te realiseren en evalueren. Ook leren we onze studenten om vooraf een goede risico-inventarisatie te maken en om tijdens de beweegactiviteiten adequaat in te kunnen grijpen en op die manier zorg te kunnen dragen voor de veiligheid van de leerlingen. Om die reden maakt *zwemmend reddend* dan ook een groot onderdeel uit van het zwemcurriculum van Fontys ALO. Zo leren we onze studenten gekleed en zo snel mogelijk een pop op verschillende diepten op te duiken, maar ook om levensreddende handelingen in, op of rondom het zwembad, binnen- of buitenwater uit te voeren. We proberen onze studenten daarbij voor te bereiden op uiteenlopende situaties waar ze in hun toekomstige beroepsuitoefening mee te maken krijgen. Wat als een leerling 'head first' het water in gaat en de diepte van de bodem verkeerd inschat? Hoe draag je dan zorg voor de juiste hulpverlening en voorkom je verder letsel? We leren de studenten de verschillende stappen te doorlopen om een redding tot een goed einde te brengen. En wellicht nog belangrijker, we leren ze hoe ze in de voorbereiding al preventief te werk kunnen gaan en mogelijke risicovolle situaties kunnen voorkomen.

Tot slot

We beseffen dat het realiseren van de 'natte gymlessen' niet vanzelfsprekend is en dat de leraar en vaksectie LO voor flinke organisatorisch en financiële uitdagingen komt te staan. Toch denken wij dat je gezien de landelijke doelstellingen van het vakgebied LO niet om dit soort activiteiten heen kunt. We hopen dan ook dat iedere vaksectie LO de uitdaging aangaat om ook het beweegdomein zwemmen een structurele plek te geven binnen het LO-curriculum op school.

Monique Weile-Driessen is werkzaam als opleidings- en zwemdocent aan Fontys ALO Eindhoven

Contact

monique.driessen@fontys.nl

Kernwoorden

Lichamelijke opvoeding, zwemonderwijs, 'natte gymles', bewegingsonderwijs in het water

Referenties

- Floor, C. (2017). *Schoolzwemmen 2016: betrokkenheid van scholen en gemeenten en lokale vormgeving*. Utrecht, Nederland: Mulier Instituut.
- GFK NOC*NSF. (2019). Jaaroverzicht Sportdeelname, NOC*NSF maandmetingen: 2013-2018. Geraadpleegd op 9 september 2019, van <https://www.nocnsf.nl/sportdeelnameindex>
- KVLO. (2017). *Beroepsprofiel Leraar Lichamelijke Opvoeding*. Zeist, Nederland: Jan Luiting Fonds.
- Van der Aa, E. (2019, 19 augustus). SP wil 'natte' gymlessen: 'Alleen zwemles is onvoldoende'. *De Limburger*. Geraadpleegd op 9 september 2019, van <https://www.limburger.nl/cnt/dmf20190819>
- Van der Weijden, M. (2019). *Retentie van zwemvaardigheden: bij kinderen in bezit van diploma B*. Zwolle, Nederland: Hogeschool Windesheim.