



Effect van watervrij maken en leren zwemmen zonder drijfmiddelen voor leerlingen met een beperking.

Linda Bebelaar, Janco Nolles en Acke Lemstra

Korte samenvatting van de resultaten

- ▶ Kinderen met een minder zware lichamelijke beperking boeken vooruitgang als drijfmiddelen actief worden afgebouwd. Zij vinden het in het begin spannend maar kunnen zich vrijer en meer zelfredzaam gaan voelen.
- ▶ Het afbouwen van drijfmiddelen is niet bevorderlijk voor kinderen met een zwaardere lichamelijke beperking. De vaardigheid gaat niet vooruit en de kinderen voelden zich minder veilig en zelfstandig dan met drijfmiddelen.
- ▶ Er moet per kind gekeken worden naar wat de mogelijkheden zijn van het kind. Zelfs voor kinderen met een vergelijkbare beperking kan het voor het ene kind wel werken om met minder drijfmiddelen te werken en voor het andere kind niet.
- ▶ Bij het verminderen of weglaten van drijfmiddelen is meer hulp van begeleiders/docenten nodig. Ondanks dat het weglaten van drijfmiddelen meer leerresultaat tot gevolg kan hebben mag dit niet ten koste gaan van de veiligheid.
- ▶ Spelenderwijs lesgeven en het zorgen voor succeservaringen zijn voor deze doelgroep extra belangrijk. De docent kan extra succes boeken door de lessen meer spelenderwijs in te richten.

“Zelfstandig waar het kan, ondersteunend waar het moet.”

Prins Johan Friso Mytylschool in Haren

Inleiding

Het motto van de Prins Johan Friso Mytylschool in Haren is “Zelfstandig waar het kan, ondersteunend waar het moet.” Om te kijken of dit motto ook in de zwemlessen toegepast kon worden is er onderzocht wat de effecten zijn van het leren zwemmen met zo weinig mogelijk drijfmiddelen bij kinderen op een speciaal onderwijschool.

Net als bij kinderen zonder beperkingen is het voor kinderen met een beperking belangrijk om veilig te kunnen verblijven rond en in het water. Daarnaast kunnen zij mogelijk een grotere mate van vrijheid en zelfstandigheid ervaren in het water dan op de kant. Net als bij zwemles voor kinderen zonder lichamelijke of geestelijke beperking is het gebruik van drijfmiddelen in het zwemtraject voor kinderen met een beperking een punt van discussie. Drijfmiddelen kunnen er voor zorgen dat kinderen zelfstandiger aan het werk kunnen in het water en zich veiliger voelen maar kunnen ook tot gevolg hebben dat kinderen juist minder zelfstandig zijn of minder snel zelfstandig leren zwemmen.

Hoe is dit onderzocht?

De docenten maakten een inschatting per kind wat de mate was waarin drijfmiddelen afgebouwd konden worden met als doel om zo weinig mogelijk drijfmiddel te gebruiken. In de 6-weekse periode aan dit onderzoek werd geoefend met het watervrij maken en leren zwemmen. Tijdens de voor- en nameting is de vaardigheid gemeten door middel van een observatie. Daarnaast is bij de eindmeting de mate van zelfredzaamheid gemeten en hebben na afloop van de interventie interviews plaatsgevonden om de beleving van de kinderen in kaart te brengen.

Resultaten

Van de kinderen met een minder zware lichamelijke beperking zijn er kinderen die meer watervrij zijn geworden en er zijn leerlingen die (aangepaste) zwemslagen hebben geleerd. Tijdens het onderzoek bleek dat het afbouwen van drijfmiddelen niet bevorderlijk is voor leerlingen met een zwaardere lichamelijke beperking. Hieronder een aantal aanbevelingen voor specifieke beperkingen:

- Door achterstand in de groei en afwijkend bot- en spierweefsel is er ook een afwijkend gewicht van onderlichaam en benen. Hierdoor zal het zwaartepunt in het water anders liggen waardoor het kind anders drijft. Hoofd en schouder kunnen dieper liggen dan normaal waardoor begeleiding van de docent nodig is en het afbouwen van drijfmiddelen niet wordt aanbevolen.
- In verband met de veiligheid (leerling kan niet snel reageren om beweging/houding adequaat aan te passen) is het afbouwen van drijfmiddelen vaak niet aan te raden. Daarnaast is het van belang om zoveel mogelijk schrikreacties te vermijden omdat dit tot meer spasme leidt. Daarnaast is het aan te raden om zoveel mogelijk 2-zijdig oefenen (aangedane lichaamshelft blijven ontwikkelen).

Naar aanleiding van het onderzoek is het aan te bevelen om leerlingen met een zware lichamelijke beperking met drijfmiddelen te laten zwemmen. Daarnaast moet gekeken worden naar ieder individu. Daarnaast is bij het verminderen of weglaten van drijfmiddelen meer hulp van begeleiders/docenten nodig om de veiligheid te kunnen waarborgen.