

AQUARENA



ZWEMMEN IN EMMEN

## Stage Plan

ZWEMBADEN GEMEENTE EMMEN

Arne Heidinga | Team Zwembaden | 01-01-2021

## Voorwoord

Al enkele jaren zijn er gesprekken geweest en ideeën uitgewisseld, over een samenwerking tussen Team zwembaden van de Gemeente Emmen en het Drenthe College.

Aan het einde van 2020 zijn de ideeën en gesprekken concreter geworden. Het uitgangspunt van een nauwe samenwerking is dat er gebruikt gemaakt wordt van elkaars kennis en ervaringen om zo voordeel te hebben van de input die beide partijen leveren.

Uiteindelijk hebben de gesprekken ertoe geleid, dat we een pilot gaan starten met de duur van een jaar. In dit stageplan wordt de samenwerking inhoudelijk uitgewerkt en toegelicht.

Het Drenthe College gaat de hele opleiding allround zwemonderwijzer aanbieden en het team zwembad draagt zorg voor voldoende stageplaatsen, deskundige praktijkbegeleiders en een theorie ruimte.

Het doel voor het Drenthe College is om meer studenten binnen te halen en goede opleiding aan te bieden met arbeid mogelijkheden. Voor Team zwembaden is het doel om zoveel mogelijk studenten intern op te leiden, waardoor er een aanvoer is van nieuwe medewerkers die meteen inzetbaar zijn binnen de zwembaden in de Gemeente Emmen.



## Inleiding

De opzet van dit stageplan is het omschrijven van de samenwerking tussen het Drenthe College en Team Zwembaden. Daarnaast het stage traject dat wordt uitgestippeld vanaf de kennismaking dag, tot aan de afronding van de volledige opleiding allround zwemonderwijzer.

De opleiding allround zwemonderwijzer wordt over twee schooljaren verspreid. In het eerste jaar gaat de student het traject Lifeguard en ABC doorlopen om in het tweede jaar het deel doelgroepen te volgen. Deze twee trajecten samen leiden tot het diploma Allround Zwemonderwijzer.

Aan de voorkant gaat het Drenthe College de opleiding meer promoten, om zo voldoende studenten te werven voor de opleiding. Team Zwembaden gaat aan de voorkant regelen dat stagecontracten, VOG en vergoeding klaar zijn, al voordat de stage is begonnen. Dit wordt op de kennismaking dag geregeld door Bianca van Brussel vanuit de gemeente.

De praktijkbegeleiders worden opgeleid en voorbereid door Egbert Groeneveld (D.C.) en Arne Heidinga (Aquarena), om de stagiaires zo goed mogelijk te begeleiden. Tijdens de opleiding zullen er evaluatie momenten en stagebezoeken gepland worden. Egbert Groeneveld en Arne Heidinga zullen een begeleidende rol hebben tijdens dit traject en zorgen voor de kwaliteitsbewaking van de opleiding.

De Theorie van de opleiding vindt plaats in het zwembad in de Vlinderzaal, waardoor het laagdrempelig wordt voor stagiaires en praktijkbegeleiders om contact te hebben gedurende de opleiding. Studenten kunnen dan makkelijker binnenlopen bij de zwembaden. De praktijkbegeleiders kunnen ook een rol spelen bij de theorielessen van de opleiding.

Het stageplan zal verduidelijking geven over hoe we deze pilot vorm gaan geven.

## INHOUDSOPGAVE

---

Voorwoord.....	1
Inleiding.....	2
1. Organisatie Stages Zwembaden.....	4
2. Stage traject lifeguard en zwem ABC.....	5 t/m 6
3. Praktijkbegeleiding ABC .....	7 t/m 8
4. Stage traject Doelgroepen.....	9
5. Praktijk begeleiding Doelgroepen.....	9
6. Stagebegeleiding Algemeen .....	10 t/m 13
7. Stage uren indeling .....	14
8. Evaluatie .....	14



## Organisatie Stages Zwembaden

Het aantal stageplaatsen dat wij kunnen aanbieden, ligt tussen de 10 tot 16 plekken. Voor Aquarena zijn dat 6-8, voor Neptunus zijn dat 4-6 en voor De Slagen 1-2.

### In Aquarena kunnen er op de;

Maandag-Donderdag 2 stagiaires

Dinsdag-Vrijdag 2 stagiaires

Woensdag-Zaterdag 2 stagiaires

Zondag 2 stagiaires

### In Neptunus kunnen er op de;

Maandag-Donderdag 2 stagiaires

Dinsdag-Vrijdag 2 stagiaires

Woensdag-Zaterdag 2 stagiaires

### In De Slagen kunnen er gedurende de week;

Maandag t/m vrijdag 2 stagiaires

We proberen de studenten hier zo goed mogelijk te verdelen en kijken daarbij ook naar de woonplaats van de student of de leeromgeving die het beste bij hen past. Elke student krijgt een praktijkbegeleider toegewezen. De worden intern opgeleid en voorbereid door de stagecoördinator en de praktijk opleider vanuit het Drenthe College.

Gedurende de stageperiodes, worden bijeenkomsten en evaluatie momenten georganiseerd voor de praktijkbegeleiders. Tijdens de praktijk zullen er ook stage bezoeken plaatsvinden door de Stagecoördinator en praktijkopleider van het Drenthe College.

De theoretische leerweg wordt behandeld in de vlinderzaal van Aquarena, door de docent van het Drenthe College. Deze kan desgewenst, in overleg met de stage coördinator medewerkers van de zwembaden uitnodigen om tijdens de theorielessen om een item te verzorgen.

Aan het einde van beide opleidingen hebben de studenten een praktijkexamen en een mondeling examen. Deze vinden plaats in het zwembad, daar waar de student stagegelopen heeft.

Een student kan examen doen, wanneer hij/zij alle stage opdrachten af heeft, er minimaal 5 beoordelingen van hele lessen voldoende zijn en als stagiair en praktijkbegeleider beiden van mening zijn, dat de student toe is aan het praktijkexamen.

## Stage Traject Lifeguard en zwem ABC

De opleiding tot allround zwemonderwijzer bestaat uit twee trajecten, Lifeguard/ zwem ABC en Doelgroepen. Beide trajecten duren een schooljaar. Elk traject wordt afgesloten met een mondeling en praktijkexamen. Als beide trajecten voldoende worden afgesloten, dan heeft de student de opleiding allround zwemonderwijzer succesvol afgerond.

Via de opendagen van het Drenthe College, kan een student zich aanmelden bij het Drenthe college en zich inschrijven voor de opleiding allround zwemonderwijzer. Vervolgens worden deze studenten uitgenodigd voor een kennismaking bijeenkomst in het zwembad Aquarena. Hierbij zullen de praktijk opleider, stage coördinator, een praktijkbegeleider uit elk zwembad en iemand van de gemeente aanwezig zijn. De collega van de Gemeente gaat over de VOG, stagecontracten en stagevergoeding. Dit willen we vooraf aan de start van de stage allemaal al geregeld hebben. Hier gaan we de studenten verdelen over de drie zwembaden en indelen op stagedagen en praktijkbegeleider. De student weet dan al waar, wanneer en bij wie ze hun stage gaan lopen.

### Eerste stagedag

Op de eerste stagedag is er de kennismaking tussen stagiaire en praktijkbegeleider. Hier bespreken we in het kort het stage traject nogmaals. Dan nemen we gezamenlijk de vaste stage afspraken door. De praktijkbegeleider neemt de stagiair mee door het zwembad voor een rondleiding. Aan het einde van de rondleiding krijgt de stagiair uitleg via het zwemles werkplan. Dit gebeurt vooraf aan de zwemlessen. Vanaf de eerste zwemles gaat de stagiair mee het water in.

### Stage afspraken

- Kom minimaal 15 minuten voor aanvang van je stage op de stageplek.
- Zorg dat je herkenbaar bent als Drenthe College student.
- Zwemkleding en badslippers van tevoren aan doen.
- Als je verhinderd bent dan geef je dit vroegtijdig door aan je praktijkbegeleider.
- Jouw lesvoorbereiding mail je uiterlijk een dag van tevoren naar jouw praktijkbegeleider ter controle. Indien nodig kan je deze nog aanpassen.
- Je neemt altijd proactief deel aan de zwemlessen. Bij lessen in het water, ga jijzelf ook in het water
- Neem ten alle tijden, een goed humeur mee!!

## Rondleiding en uitleg

Zorg bij de rondleiding dat de stagiair goed op de hoogte is van de zwemles routing. Laat daarbij ook zien waar wij de kinderen ophalen en terugbrengen. Wat doen we met toiletbezoek tijdens de zwemles en waar kunnen de kinderen dan naar het toilet. Wat gebeurt er met de ouders tijdens de zwemles en waar kunnen zij terecht/ kijken tijdens de zwemles. Als je bij de badmeesterpost komt, dan goed uitleggen hoe wij werken met de wandlijsten en de lesmappen. Aan het einde van de rondleiding gaan we via het zwemles werkplan uitleg geven over onze visie en werkwijze bij de particuliere zwemles. Daarbij komt ook het gebruik van de persoonskaart en de functies daarvan voorbij.

## Praktijk

De stage bestaat uit drie fasen

- Fase 1            In het water meelopen en assisteren bij de les.
- Fase 2            Stukjes van de les verzorgen, Feedback en zelfreflectie
- Fase 3            lesvoorbereidingen, hele lessen geven, lessen reeks.

## Examen aanvragen

In de eindfase van de stage wordt er van de stagiaire verwacht dat er lessenreeksen gemaakt worden van diverse groepen. Deze lessenreeks moet ook uitgevoerd worden. Op het moment dat alle opdrachten en lessenreeksen afgerond zijn en de praktijklessen voldoen aan de norm, dan kan in overleg tussen stagiair en praktijkbegeleider gekozen worden om het examen aan te vragen. Het examen bestaat uit een mondeling examen en een praktijkles. Bij beide examens is de praktijkbegeleider ook aanwezig.

## Praktijk Begeleiding Zwem ABC

De praktijkbegeleiding bestaat ook uit drie fasen. In onderstaande overzichten wordt aangegeven hoe de drie fasen opgebouwd worden.

### Eerste fase stage traject



### Tweede fase stage traject





## Derde fase Stage traject



## Stage Traject Doelgroepen

Als de stagiaire het eerste traject voldoende heeft afgesloten, dan kan deze in het tweede jaar het traject doelgroepen starten. Het is de bedoeling om op een vaste dag een thema ochtend of een avond mee te gaan lopen. Deze blokken hebben meerdere lessen. De doelstelling is om de stagiaire kennis te laten maken met alle doelgroepen die het stage bad aanbiedt. Hierbij is het belangrijk om de basis goed onder de knie te krijgen. Wij hebben het dan over Aquajogging, Aqua-Power en Power-Jogging. Van daaruit kan de stagiaire zich verder ontwikkelen. Voor het praktijkexamen zal er voor één van deze doelgroepen gekozen worden. Ook het traject doelgroepen bestaat uit drie fasen.

### Praktijk

De stage bestaat uit drie fasen

- Fase 1 In het water meedoen om beweging ervaring op te doen.
- Fase 2 Stukjes van de les verzorgen, Feedback en zelfreflectie
- Fase 3 lesvoorbereidingen, hele lessen geven, lessen reeks.

### Examen aanvragen

In de eindfase van de stage wordt er van de stagiaire verwacht dat er lessenreeksen gemaakt wordt van een doelgroep. Deze lessenreeks moet ook uitgevoerd worden. Op het moment dat alle opdrachten en lessenreeksen afgerond zijn en de praktijklessen voldoen aan de norm, dan kan in overleg tussen stagiair en praktijkbegeleider gekozen worden om het examen aan te vragen. Het examen bestaat uit een mondeling examen en een praktijkles. Bij beide examens is de praktijkbegeleider ook aanwezig.

## Praktijk Begeleiding Doelgroepen

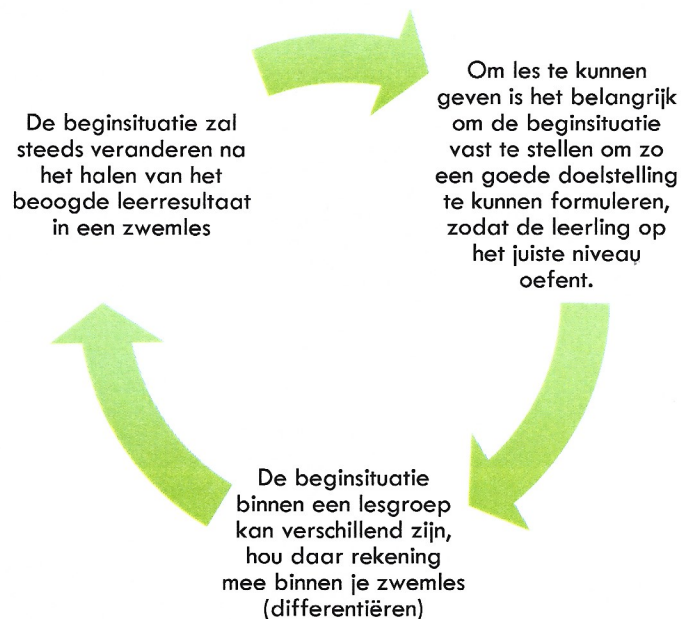
Voor de praktijkbegeleiding van het traject doelgroepen, volgen we dezelfde fasen van begeleiding (zie overzicht bij traject ABC).



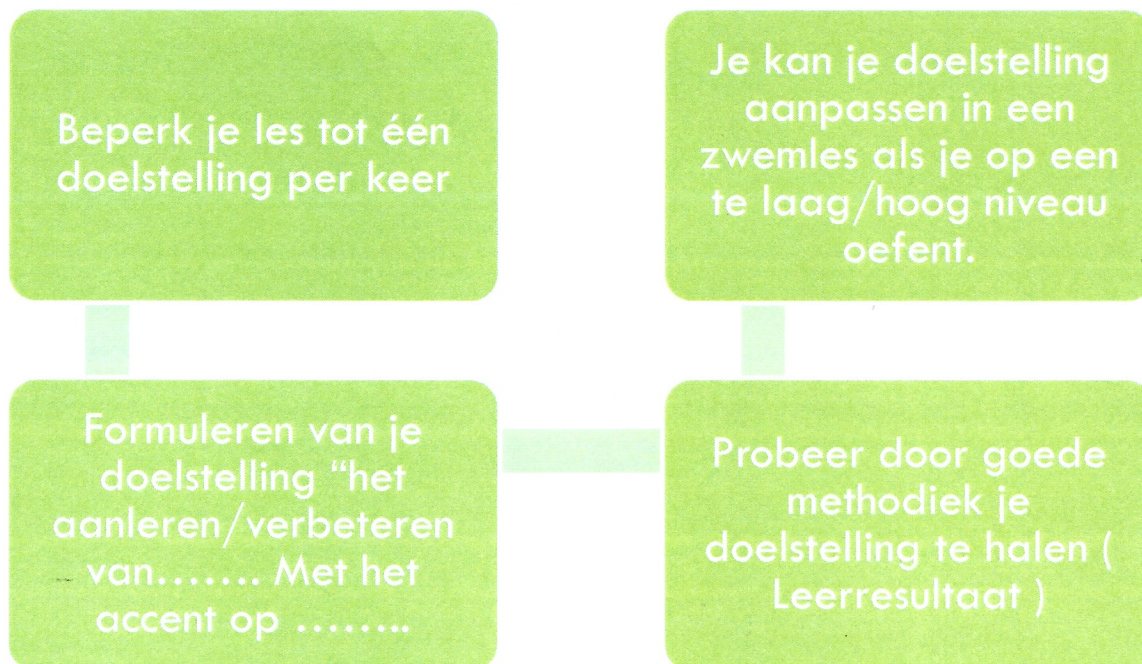
## Stage Begeleiding Algemeen

Als praktijkbegeleider ga je proberen om alle aspecten van het lesgeven over te brengen bij de stagiaire. Deze aspecten vinden we ook terug op de beoordeling formulieren. Om tot een goede les te komen hebben we drie uitgangspunten; Een **beginsituatie** om te weten wat ze kunnen, hierop kan je je **doelstelling** formuleren en een **leerresultaat** om dat je iets wil leren in een les.

### Beginsituatie



### Doelstelling



## Leerresultaat

- Om een leer resultaat te krijgen zal er een goede lesopbouw moeten zijn, waarbij er voldoende herhaling moet zijn met de juiste verbalen en non-verbale begeleiding.
- Correcties kunnen zowel klassikaal als individueel gegeven worden.
- Ook zal de les efficiënte moeten zijn, d.w.z. genoeg oefentijd per leerling.
- Zonder leer resultaat kan er geen voldoende zwemles zijn!

Om een goed leerresultaat te halen is een goede instructie en begeleiding nodig, tijdens de zwemles. We moeten dan denken aan het volgende;

## Klassikale instructie en correcties

- Denk eraan bij de klassikale uitleg, dat je het kort en duidelijk houdt.
- Geef voordat ze gaan beginnen een accent mee.
- Bij klassikale correcties, onderbreek je de oefenperiode om nogmaals het accent te verduidelijken waarop gelet moet worden.
- Ondersteun beide vormen met een voorbeeld door jezelf of een leerling.
- Laat ook zeker zien wat voorkomende fouten zijn.

## Individuele instructie en correcties.

- Tijdens de oefen fase ga je de leerlingen begeleiden/helpen
- Je kan een leerling individueel nog weer uitleggen waarop gelet moet worden of tijdens het oefen zeggen wat te doen. Bv. Tenen naar buiten. (Verbale begeleiding)
- Ook moet je doormiddel van vast pakken de leerlingen laten voelen en bewust worden van hoe het wel moet, zodat ze als ze zelfstandig oefenen dit ook open bewuste manier doen.
- Regelmatig switchen tussen leerlingen is erg belangrijk, zodat ze voldoende begeleiding krijgen.

## Les inhoud en opbouw

- Kies bij de inhoud van de les voor één leerlijn. Enkelvoudige rugslag naar schoolslag of van rugcrawl naar borstcrawl.
- Zorg ervoor dat de oefeningen op goed elkaar aan sluiten.
- Zorg voor voldoende oefentijd en herhaling.
- Breid de oefeningen uit met de juiste accenten.
- Doe indien nodig een stapje terug
- Deel methode heeft de voorkeur boven totaal methode.



## Voorbeeld van les indeling en opbouw.

- Beginsituatie
- Doelstelling
- 5-7-5-7-5-7-5 (één Leerlijn)
- Evaluatie
- Eindsituatie = nieuwe Beginsituatie

## Organisatie in de zwemles

- Voorkom rijtjes vorming (lange rij)
- Zoek naar een continue oefenvorm
- Kies als lesgever de juiste positie, voor overzicht en veiligheid.
- Zorg voor oogcontact met de leerlingen en laat ze bij voorkeur de leerlingen op de rug van je afzwemmen en op de buik naar je toe!

## Feedback en zelfreflectie gesprekken

- Vraag je na de les af; wat ging er goed en wat ging er minder goed.
- Stel geen vragen die beginnen met WAAROM!
- Probeer alternatieven aan te bieden of tips te geven.
- Maar laat de stagiair ook zelf nadenken over zaken en hoe het anders kan.
- Laat ze fouten herkennen en wat de reden daarvan is.
- De stagiair moet dingen gaan doen omdat ze dat zelf vinden en niet omdat wij dat zeggen. Hierdoor leren ze beter.



## Stage uren indeling.

Voor de stage Lifeguard gaat de stagiaire 20 uur meelopen tijdens recreatief zwemmen. Dit gaat om een vrijdag avond van 18.00 - 22.00 en een heel weekend van 09.45 - 18.15.

Voor de stage zwem ABC gaat de stagiaire 2 keer per week stagelopen, gedurende het schooljaar;

Op maandag/ donderdag van 14.45 - 17.30.

Op Dinsdag/ vrijdag van 14.45 - 17.30

Op woensdag 14.00 - 17.30/ zaterdag van 11.15 - 14.30

Op zondag van 09.00 - 12.00.

Voor de doelgroepen is het de bedoeling dat je 1 x per week een thema ochtend draait van 09.00 - 12.00 of één avond per week de Aqua sporten van 19.00 - 22.00, gedurende het schooljaar.

## Evaluatie momenten en gesprekken.

Tijdens de stage trajecten gaan we evaluatie momenten en evaluatiegesprekken voeren. De evaluatie momenten proberen we in de week voor elke schoolvakantie te plannen. Dit zijn momenten waarbij de praktijk opleider van het D.C. en de stage coördinator het evaluatiegesprek gaan voeren met de praktijkbegeleiders. Evaluatiegesprekken met de stagiaire en praktijkbegeleider worden door de praktijk opleider D.C. of door de stage coördinator gevoerd, vooraf of na een stage moment.

Zijn er tussentijdse zaken die eerder besproken moeten worden, dan kan dit via de stage coördinator aangevraagd worden. Wij zullen dan op korte termijn hier een afspraak voor plannen.

Verloopt een stage niet zoals het zou moeten gaan, dan gaat de praktijkbegeleider eerst zelf het gesprek aan. Vinden er dan geen veranderingen plaats, dan wordt er een gesprek gevoerd met de stage coördinator erbij. Als er na dit gesprek nog steeds geen actie vanuit de stagiaire komt, dan gaan we de praktijk opleider erbij inschakelen en dan zal de stage in het uiterste geval stopgezet worden.