

Algemene bepalingen

De volgende pagina's omvatten instructies en diploma-eisen, behorende bij de diploma's van ENVOZ. Wij vertrouwen erop dat eenieder bij de uitoefening van de taak als zwemonderwijzer en als lid van de beoordelingscommissie bekend zal zijn met de algemene bepalingen en de specifieke eisen en regels die verbonden zijn aan de uitvoering van elk toetsingsmoment.

1.0 Toepassing instructies en eisen

De instructies en eisen van de ENVOZ-diploma's behoren te worden gebruikt voor lesprogramma's waarvan de moeilijkheidsgraad telkens stijgt. Ze vormen de leidraad voor de opbouw van de zwemlessen, met als doel het op de juiste wijze toepassen van de diploma-eisen tijdens het toetsingsmoment.

1.1 Organiserende zweminstituten

Voor het organiseren van toetsingsmomenten van de diverse diploma's komen in aanmerking:

- Zwemscholen
- Zwembaden
- Zwemverenigingen
- Zwemstichtingen
- Therapiebaden
- Onderwijsinstellingen

1.2 Beoordelingscommissie

De beoordeling ten behoeve van het behalen van een diploma dient te worden uitgevoerd door een beoordelingscommissie, bestaande uit ten minste twee leden (tenzij anders vermeld) van 18 jaar of ouder, die in het bezit zijn van één van de volgende diploma's en/of akten:

- Internationaal diploma zwemonderwijzer EQF 3
- Door IFSTA erkend zwemonderwijzer
- Diploma zwemonderwijzer
- Diploma zwemleider B
- CIOS met aantekening zwemonderwijs
- Akte M.O. Lichamelijke Opvoeding (ALO)

1.3 Veiligheid

Een zwemmer mag nooit deelnemen aan een toetsingsmoment – voor welk diploma dan ook – wanneer de beoordelingscommissie niet ten volle overtuigd is van de veiligheid van de zwemmer en zijn/haar vermogen om aan de eisen van het diploma te voldoen. Indien de zwemmer alle individuele vaardigheden voor een bepaald diploma beheerst, dan (en alleen dan) mag hij/zij deelnemen aan het toetsingsmoment.

1.4 Toetsingsniveau

Het niveau van het toetsingsmoment dient redelijk te zijn, maar mag ook niet te mild zijn. De maatstaf van de beoordelingscommissie moet zijn dat de vereiste vaardigheden naar alle redelijkheid moeten worden uitgevoerd. Wanneer de beoordelingscommissie de eisen te hoog stelt, is dat niet eerlijk ten opzichte van de zwemmer. Zijn de eisen van de beoordelingscommissie echter te laag, dan kan dit uitermate gevaarlijk zijn voor de (toekomstige) zwemveiligheid van de zwemmer.



1.5 Techniek zwemslagen

Als een bepaalde zwemslag vereist wordt, moet de uitvoering daarvan naar alle redelijkheid passen bij het niveau van het te behalen diploma. Dit niveau stijgt naarmate het ILS-niveau in de diplomareeks toeneemt. Als er een speciale vaardigheid vereist wordt, moet de zwemmer deze vaardigheid eveneens naar alle redelijkheid kunnen uitvoeren op het gewenste niveau, zodat deze beantwoordt aan de eisen passende bij het niveau van het te behalen diploma. De zwemmer moet voldoen aan de algemeen geldende regels die op elke betreffende zwemslag betrekking hebben.

1.6 Waterdiepte

Voor de te behalen diploma's geldt dat er verplichtingen bestaan met betrekking tot de diepte van het bassin. De vereiste diepte staat vermeld bij de diverse diploma's. In bijzondere gevallen is dispensatie ten aanzien van de diepte van het bassin mogelijk. Deze dispensatie dient tijdig en schriftelijk bij ENVOZ aangevraagd te worden.

1.7 Te zwemmen afstanden

De aangegeven afstanden bij de diploma-eisen per diploma moeten gezwommen worden. Dit is wenselijk voor het beoordelen van de conditie. Voor de verhouding afstand en aantal banen bij kleinere baden: deel de gewenste afstand door de lengte van het zwembad en afronden naar boven.

1.8 Medische indicatie

Bij een eventuele medische indicatie zal de beoordelingscommissie beslissen – in overeenstemming met de eisen van de (bedrijfs)organisatie – of de zwemmer met enige aanpassing in staat is om aan al de uitvoeringseisen van het diploma te voldoen. Bijvoorbeeld door het gebruiken van een zwembril bij onderwateroriëntatie of een andere vaardigheid voorleggen overeenkomstig aan de gestelde uitvoeringseisen. Vrijstelling verlenen voor bepaalde uitvoeringseisen tijdens het toetsingsmoment wordt niet toegestaan.

1.9 Volgorde van behalen diploma's

Voor geen enkel diploma geldt dat de zwemmer in het bezit moet zijn van enig ander diploma, voordat hij/zij in aanmerking kan komen voor het toetsingsmoment van een gewenst te behalen diploma. Een zwemmer mag meerdere diploma's per dag behalen, mits de beoordelingscommissie zich ervan heeft overtuigd dat de zwemmer daartoe in staat is én mits aan alle uitvoeringseisen van de te toetsen diploma's kan worden voldaan. Vrijstellingen worden derhalve niet verleend.

2.0 Specifieke bepalingen

Voor het toekennen van diploma's dient te worden voldaan aan de door ENVOZ gestelde diploma eisen. Bij eventuele geschillen heeft ENVOZ de beslissende stem. In geval van verkeerd gebruik en/of inzetten van diploma's met bijbehorende diploma-eisen behoudt ENVOZ zich het recht voor om de levering van diploma's stop te zetten en de samenwerking te beëindigen.



Diploma-eisen ZWEMSTARTER

Op ongeveer 4-jarige leeftijd is de ontwikkeling van grove naar fijne motoriek volop in gang, een goede leeftijd om met de eerste zwemlessen te starten. Met deze leerlijn leren jonge zwemmers de basis van zwemmen/bewegen in water. Met toevoeging van bij de leeftijd passende survivelementen, is de leerlijn zo opgebouwd dat vanuit het kindperspectief gewerkt wordt ter voorbereiding op de het Zwemdiploma ABC-survival.



Bijzonderheden

- Om de optimale veiligheid van de zwemmers te waarborgen, is het gebruik van persoonlijke drijfmiddelen – gerelateerd aan de waterdiepte van het zwembad – toegestaan.
- Op het diploma dient aangegeven te worden in welke waterdiepte het examen is afgenomen. Is er sprake van variabele diepten, dan wordt de maximale diepte aangegeven.

Uitvoeringseisen Zwemstarter 1

Gekleed in zwemkleding en T-shirt

1. Zelfstandig te water gaan en vanuit het water een afzet vanaf de kant en 3 seconden zelfstandig dynamisch drijven op de buik: met de armen gestrekt langs het hoofd, de benen gestrekt in het verlengde van het lichaam en het gezicht in het water, waarbij kortstondig door mond of neus uitgeademd dient te worden.
2. Vanuit het water een afzet vanaf de kant en 3 seconden zelfstandig dynamisch drijven op de rug: met de armen gestrekt langs het lichaam en benen gestrekt in het verlengde van het lichaam.
3. Te water met een sprong naar keuze, waarbij de zwemmer geheel onder water dient te gaan. Oriëntatie onder water door iets te pakken, aan te raken of ergens doorheen te zwemmen, waarbij het gehele lichaam onder water dient te blijven. Als de zwemmer boven komt: naar de dichtstbijzijnde kant zwemmen met een beginnende erkende rugslag (voorkeur: enkelvoudige rugslag). De zwemmer klimt zelfstandig het water uit.
4. Eén zwemmer vervult de rol van 'drenkeling' en ligt op ongeveer 1 meter afstand vanaf de kant op de rug in het water met de armen en benen gespreid. Een andere zwemmer vervult de rol van 'redder' en staat op de kant met een zwemnoodle. De redder roept vanaf de kant de drenkeling aan en steekt een hand op, zodat de drenkeling de redder ook ziet. De redder reikt de zwemnoodle aan, zodat deze gepakt kan worden en helpt de drenkeling naar de kant, zodat deze de kant kan vastpakken. De redder mag niet in het water komen en ook niet door de drenkeling aangeraakt worden.

(zie verder volgende pagina)



Uitvoeringseisen Zwemstarter 2

Gekleed in zwemkleding en T-shirt

1. Vanuit het water een afzet tegen de kant en zelfstandig dynamisch drijven: 3 seconden op de rug met de armen gestrekt langs het lichaam en benen gestrekt in het verlengde van het lichaam. Aansluitend met een draai om de lengteas van het lichaam (door gebruik te maken van de weerstand en stuwingsmogelijkheden van het water) nog 3 seconden op de buik.
2. Te water met een sprong naar keuze, waarbij de zwemmer geheel onder water dient te gaan. Als de zwemmer boven komt nog 5 meter zwemmen met een beginnende erkende rugslag (voorkeur: enkelvoudige rugslag).
3. Te water met een beginnende kopsprong, waarbij de zwemmer geheel onder water gaat. Oriëntatie onder water door iets te pakken, aan te raken of ergens doorheen te zwemmen. Het voorwerp dient op 1,5 meter van de kant te zijn op een diepte van 50 centimeter. Zwem aansluitend nog minimaal 5 meter een beginnende erkende rugslag. De zwemmer klimt zelfstandig het water uit.
4. Te water met een rol om de lengteas van het lichaam over een mat. Zwem met een beginnende erkende borstslag naar een bal, die op 5 meter afstand van de kant in het water ligt. De zwemmer pakt de bal en zwemt met een beginnende erkende rugslag naar de dichtstbijzijnde kant op minimaal 5 meter afstand.
5. Eén zwemmer vervult de rol van 'drenkeling' en loopt langs het water én valt erin. De drenkeling blijft op de rug drijven/liggen op ongeveer 2 meter vanaf kant. Een andere zwemmer vervult de rol van 'redder' en staat op de kant met een drijfhelpmiddel (bijvoorbeeld een zwemnoodle). De redder roept vanaf de kant de drenkeling aan en steekt een hand op, zodat de drenkeling de redder ook ziet. De redder werpt het drijfhelpmiddel toe, zodat deze gepakt kan worden door de drenkeling. De drenkeling houdt het vast en zwemt op de rug naar de kant, door te trappelen met de benen. De redder mag niet in het water komen en ook niet door de drenkeling aangeraakt worden.



(zie verder volgende pagina)

Uitvoeringseisen Zwemstarter 3

Gekleed in zwemkleding, T-shirt en korte broek

1. Te water met een sprong naar keuze, waarbij de zwemmer geheel onder water gaat. Vervolgens rechtop watertrappend een draai van 360 graden maken, waarbij de zwemmer om zich heen kijkt. Zwem aansluitend een beginnende erkende borstslag (voorkeur: schoolslag) over een afstand van minimaal 7 meter. De zwemmer blijft even op de rug liggen en zwemt 7 meter verder met een beginnende erkende rugslag. Via een drijvende mat klimt de zwemmer zelfstandig het water uit, zonder gebruik te maken van een trap.

Gekleed in zwemkleding

2. Te water met een beginnende kopsprong, waarbij de zwemmer geheel onder water gaat. Oriëntatie onder water door iets te pakken, aan te raken of ergens doorheen te zwemmen, waarbij het gehele lichaam onder water dient te zijn. Het voorwerp dient op 2 meter van de kant te zijn op een diepte van 1 meter. Zwem aansluitend minimaal 15 meter een beginnende erkende borstslag. Gevolgd door 15 meter met een beginnende erkende rugslag. De zwemmer klimt hierna zelfstandig het water uit zonder gebruik te maken van een trap.
3. Te water met een rol voor- of achterover van de kant of van een mat. Zwem met een beginnende erkende borstslag (voorkeur: schoolslag) naar een bal of ander drijvend voorwerp, welke op 10 meter van de kant in het water ligt. Aantikken en met een beginnende erkende rugslag (voorkeur: enkelvoudige rugslag) 10 meter zwemmen.
4. Eén zwemmer vervult de rol van 'drenkeling' en speelt op een drijvende mat én valt in het water. De drenkeling drijft/licht op de rug op ongeveer 3 meter afstand van kant. Een andere zwemmer op de kant vervult de rol van 'redder' en waarschuwt een 'helper' (een aanwezige volwassene op de kant of in het water). De helper werpt de drenkeling een drijfhelpmiddel toe (bijvoorbeeld een zwemnoodle met een touw of een rescue tube), zodat deze gepakt kan worden door de drenkeling. De drenkeling houdt het voorwerp vast en wordt naar de kant getrokken. De redder mag niet in het water komen en ook niet door de drenkeling aangeraakt worden.

