



nederlandse
culturele
sportbond



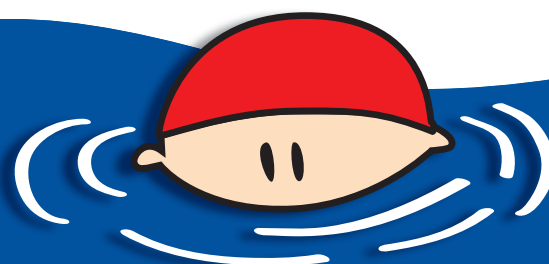
Lesgever Zwem-ABC

w e r k m a p

naam cursist

naam vereniging / organiserende instantie

.....



Controleformulier

Naam cursist

Organisatie / Vereniging

In deze werkmap zijn opgenomen:

- **Kopie geldig legitimatiebewijs**
(origineel mee naar groepsgesprek) **ja / nee**
- **Kopie geldig EHBO-diploma** **ja / nee**
- **Kopie Certificaat Zwemmend Redden voor Zwembaden (niet ouder dan 2 jaar)** **ja / nee**
- **Kopie diploma C (niet ouder dan 2 jaar)** **ja / nee**
- **14 uitgewerkte en beoordeelde opdrachten** **ja / nee**
- **15 lesvoorbereidingsformulieren en 15 ondertekende lesbeoordelingsformulieren t.b.v. het zelfstandig lesgeven, die van een cijfer zijn voorzien, aangevuld met 15 reflecties door stagebegeleider en cursist.**
Deze 15 praktijklessen moeten zijn onderverdeeld in:
 - **5 praktijklessen uit het voortraject van het Zwem-ABC** **ja / nee**
 - **5 praktijklessen uit het hoofdtraject van het Zwem-ABC** **ja / nee**
 - **5 praktijklessen conform de vastgestelde praktijkopdrachten** **ja / nee**
- **Samenvatting behaalde resultaten** **ja / nee**

Akkoord namens opleiding:

.....
(Handtekening, naam en datum)

Inleiding

Voor je ligt de werkmap behorende bij de opleiding Lesgever Zwem-ABC van de NCS. In deze werkmap staan alle opdrachten die moeten worden uitgevoerd alvorens er kan worden deelgenomen aan het afrondende groepsgesprek. Er zijn in totaal 14 competentieopdrachten die allen moeten worden uitgevoerd en worden beoordeeld door de opleider. In de map voeg je achter iedere competentieopdracht de uitwerking c.q. het tentamen en het beoordelingsprotocol van je opleider toe.

Ook de diverse lesvoorbereidingsformulieren en evaluaties voeg je achter de betreffende opdrachten.

De opdrachten zijn in willekeurige volgorde opgenomen en kunnen geheel naar eigen inzicht worden ingevuld. Opdracht 12 dient echter wel na opdracht 11 te worden uitgevoerd.

Het doel van ieder(e) opdracht/tentamen is om de competentie omtrent het betreffende onderwerp te toetsen. Alle opdrachten/tentamens worden afgenomen onder verantwoordelijkheid van de opleider. Van elke opdracht/tentamen wordt een protocol bijgehouden aan de hand waarvan het cijfer wordt bepaald. De opdrachten mogen zowel binnen als buiten de vereniging worden uitgevoerd.

Competentieopdrachten

De uitwerkingen van de opdrachten/tentamens moeten worden beoordeeld met een cijfer. Het gemiddelde cijfer van de opdrachten/tentamens moet voldoende zijn (minimaal 6,0) en wordt rekenkundig afgerond op 1 decimaal, waarbij geldt dat er maximaal één vier of twee vijven mogen worden behaald.

Stage

De stage bestaat uit het zelfstandig verzorgen van 15 praktijklessen van minimaal 30 minuten, onderverdeeld in:

- Een lessenreeks van 5 'opvolgende' lessen uit het voortraject van het Zwem-ABC.
- Een lessenreeks van 5 'opvolgende' lessen uit het hoofdtraject (zwemslagen) van het Zwem-ABC.
- Het verzorgen van 5 praktijklessen, conform de vastgestelde praktijkopdrachten, die zijn opgenomen in de werkmap.

De stage staat onder verantwoordelijkheid van de opleider. De stagelessen moeten worden beoordeeld en worden voorzien van een cijfer. Daarnaast zullen cursist en stagebegeleider een schriftelijke reflectie op de gegeven les moeten geven.

Één van de laatste vijf praktijklessen moet worden beoordeeld door de opleider en een examinator. Deze les zal met een voldoende (minimaal 6,0) moeten zijn beoordeeld.

De beoordeling dient te worden uitgedrukt in hele of halve cijfers. De opleider en de examinator bepalen ieder afzonderlijk het cijfer. Beiden dienen het protocol met het door hen toegekende cijfer te ondertekenen. Het aan de kandidaat toe te kennen cijfer wordt verkregen door de som van de toegekende cijfers te delen door 2 en rekenkundig af te ronden op 1 decimaal.

De aanvraag voor de beoordeling van deze stageles dient uiterlijk 4 weken voor de beoogde datum te worden ingediend bij de CZO via czo.secretariaat@gmail.com.

Indien de praktijkles met een onvoldoende is beoordeeld dient de beoordeling van een praktijkles opnieuw te worden aangevraagd.

Het eindcijfer van de stage wordt vastgesteld door het gemiddelde te nemen van het cijfer van de door de opleider en examinator beoordeelde praktijkles en de cijfers van de vier andere beoordeelde praktijklessen. Het eindcijfer dient voldoende te zijn (minimaal 6,0) en wordt rekenkundig afgerond op 1 decimaal.

Opdracht 1: Kwaliteit

Competentie

Je bent in staat om te onderzoeken hoe de organisatie denkt over de kwaliteit van de geboden lesactiviteiten.

Opdracht

Bezoek jouw zwembad en maak een verslag waarin de volgende vragen worden beantwoord.

- a. Geef de naam en plaats van jouw zwembad en geef aan hoe alle lesactiviteiten zijn georganiseerd.
- b. Interview de manager of een leidinggevende die gaat over de lesactiviteiten en probeer te achterhalen hoe:
 - hij denkt over de verwachtingen van bezoekers ten aanzien van de kwaliteit van de lesactiviteiten.
 - hij daar in de praktijk rekening mee houdt.

Maak van te voren een vragenlijst maar durf ook tijdens het interview vragen te stellen naar aanleiding van antwoorden die hij geeft, die je niet van te voren hebt bedacht.

Enkele voorbeeldvragen die je kunt gebruiken:

- Aan welke kwaliteitseisen moet de lesactiviteit in ieder geval voldoen?
- Denkt u dat bezoekers dat voldoende vinden?
- Wat doet u extra waar de bezoekers niet direct om vragen?
- Hoe peilt u de verwachtingen van bezoekers?

Spits de vragen toe op drie verschillende activiteiten die in het zwembad plaatsvinden.

Maak een verslag van het interview en vermeld daarin de vragen die je hebt gesteld.

- c. Verzamel het informatiemateriaal dat door het zwembad aan de bezoekers ter beschikking wordt gesteld (folders, website, e.d.) en geef antwoord op de volgende vragen:
 - Speelt het materiaal in op de verwachtingen van de bezoekers ten aanzien van de lesactiviteiten? Geef aan waarom.
 - Komen de uitspraken die de leidinggevende doet in het interview over de kwaliteit van de lesactiviteiten overeen met de informatie die de bezoekers krijgen? Geef aan waarom.
- d. Als jij een bezoeker zou zijn van de verschillende lesactiviteiten, vind je dan dat je voldoende geïnformeerd wordt ten aanzien van jouw verwachtingen en vragen die je hebt over die activiteiten? Geef aan waarom.

Beoordeling opdracht 1:

De beoordeling moet resulteren in een cijfer. In de onderstaande tabel zijn alle onderdelen van de opdracht opgenomen. Geef voor elke vraag een aantal punten. Het maximale aantal punten per onderdeel staat tussen haakjes vermeld achter het onderdeel.

Tel aan het eind het aantal punten op. Er kunnen maximaal 100 punten worden gehaald. Voor het eindcijfer deelt u het aantal punten door 10.

	onderdeel	score
a	<ul style="list-style-type: none"> • naam zwembad (1) • schema (4) 	
b	<ul style="list-style-type: none"> • verslag (45) 	
c	<ul style="list-style-type: none"> • infomateriaal en beoordeling of het aan de verwachtingen van bezoekers voldoet (15) • check van de uitspraken van de leidinggevende (15) 	
d	<ul style="list-style-type: none"> • waarom is de informatie voldoende / onvoldoende (20) 	
	totaal aantal punten	
	eindcijfer opdracht 1	

Opdracht 2 : Ontwikkeling van deelnemers en jezelf en de evaluatie hiervan

Competentie

Je bent in staat om de leeftijdskenmerken aan te geven van de deelnemers aan een zwemactiviteit. Ook kun je de verschillen benoemen tussen de verschillende leeftijdsklassen. Daarnaast ben je je bewust van je eigen leiderschapkenmerken en jouw rol binnen de groep.

Opdracht

Deze competentie wordt getoetst aan de hand van een tentamen c.q. een specifieke opdracht waarbij de parate kennis wordt getoetst uit de hoofdstukken 3 t/m 5 van de module “Aspecten van het (bege)leiding geven” uit het cursusboek.

Het tentamen c.q. de opdracht moet door de opleider worden aangevraagd bij:
czo.tentamens@gmail.com.

Beoordeling opdracht 2:

Het tentamen wordt beoordeeld aan de hand van het antwoordformulier dat tegelijk met het tentamen aan de opleider wordt gestuurd.

Opdracht 3: Observatie van het leerproces

Competentie

Je bent in staat om na observatie van een zwemles je bevindingen van deze les te evalueren en aan te geven wat jij anders zou doen en ook waarom.

Opdracht

Observeer 2 willekeurige zwemlessen en vul de oriëntatiestageverslagen in aan de hand van wat je hebt gezien.

- Gebruik voor deze opdrachten het verslagformulier voor de oriëntatiestages dat je kunt vinden op de website (<http://zwemmen.sport4all.nl/czo/htm/download.htm>).
- Gebruik voor elke les één (1) formulier
- Alleen volledig ingevulde formulieren worden ter beoordeling meegenomen

Beoordeling opdracht 3

De beoordeling moet resulteren in een cijfer. In de onderstaande tabel zijn alle onderdelen van de opdracht opgenomen. Geef voor elke vraag een aantal punten. Het maximale aantal punten per onderdeel staat tussen haakjes vermeld achter het onderdeel.

Tel aan het eind het aantal punten op. Er kunnen maximaal 100 punten worden gehaald. Voor het eindcijfer deelt u het aantal punten door 10.

	onderdeel	score
•	Les 1 lesspecifieke zaken (10)	
•	hoe zou jij het anders doen (20)	
•	wat is jouw indruk van de les (20)	
•	Les 2 lesspecifieke zaken (10)	
•	hoe zou je het anders doen (20)	
•	wat is jouw indruk van de les (20)	
	totaal aantal punten	
	eindcijfer opdracht 3	

Opdracht 4: Biomechanica in het water

Competentie

Je kunt de kenmerken van zowel een voorwerp als van het menselijk lichaam aangeven en weet te benoemen welke invloeden het water hierop heeft.

Opdracht

Deze competentie wordt getoetst aan de hand van een tentamen c.q. een specifieke opdracht waarbij de parate kennis wordt getoetst uit de module "Algemene principes" uit het cursusboek.

Het tentamen c.q. de opdracht moet door de opleider worden aangevraagd bij:
czo.tentamens@gmail.com.

Beoordeling opdracht 4:

Het tentamen wordt beoordeeld aan de hand van het antwoordformulier dat tegelijk met het tentamen aan de opleider wordt gestuurd

Opdracht 5: Rol van de lesgever**Competentie**

Je bent in staat, om na observatie van een zwemles, je bevindingen weer te geven over het verloop van de les.

Opdracht

Observeer 2 willekeurige lessen voor het A-diploma en geef antwoord op de volgende vragen:

- Beschrijf de inhoud en de organisatie van de les.
- Geef je mening over de verhouding tussen de hoeveelheid “beweegminuten” en “niet beweegminuten” in relatie tot de inhoud van de les.
- Geef je mening over de verhouding tussen individuele benadering en klassikale benadering.
- Geef je mening over het geven van complimentjes van de lesgever.
- Geef je mening over het geven van correcties van de lesgever.

Beoordeling opdracht 5:

De beoordeling moet resulteren in een cijfer. In de onderstaande tabel zijn alle onderdelen van de opdracht opgenomen. Geef voor elke vraag een aantal punten. Het maximale aantal punten per onderdeel staat tussen haakjes vermeld achter het onderdeel.

Tel aan het eind het aantal punten op. Er kunnen maximaal 100 punten worden gehaald. Voor het eindcijfer deelt u het aantal punten door 10.

	Onderdeel	score
•	Les 1 beschrijf de inhoud en de organisatie (10)	
•	mening over de mate van bewegen(10)	
•	mening over individueel/klassikaal (10)	
•	mening complimenten(10)	
•	mening correcties (10)	
•	Les 2 beschrijf de inhoud en organisatie (10)	
•	mening over de mate van bewegen (10)	
•	mening over individueel/klassikaal (10)	
•	mening complimenten (10)	
•	mening correcties (10)	
	totaal aantal punten	
	eindcijfer opdracht 5	

Opdracht 6: Organisatie, veiligheid en begeleiding binnen het zwembad

Competentie

Je kent het belang en de geschiedenis van het zwemmen. Je bent bekend met de begrippen die worden gebruikt bij het geven van zwemlessen en hoe deze kunnen worden toegepast. Je kent het belang van een lesplanning en weet een lesinhoud te beoordelen aan de hand van de gestelde doelen. Je kunt de gevaren en bijbehorende veiligheidsmaatregelen in en rondom het water benoemen.

Opdracht

Deze competentie wordt getoetst aan de hand van een tentamen c.q. een specifieke opdracht waarbij de parate kennis wordt getoetst uit de hoofdstukken 2 t/m 4 uit de module "Introductie in het zwemonderwijs" alsmede uit hoofdstuk 1, 2 en 6 van de module "Aspecten van het leiding geven" uit het cursusboek.

Het tentamen c.q. de opdracht moet door de opleider worden aangevraagd bij:
czo.tentamens@gmail.com.

Beoordeling opdracht 6:

Het tentamen wordt beoordeeld aan de hand van het antwoordformulier dat tegelijk met het tentamen aan de opleider wordt gestuurd.

Opdracht 7: Trainingsleer

Competentie

Je bent in staat om de verschillen aan te geven tussen een trainingsles en een zwemles voor het ABC-diploma.

Opdracht

Bezoek een training van een willekeurige wedstrijd ploeg. Maak van dit bezoek een verslag. In het verslag moeten de volgende punten aan de orde komen:

- de conditie van de zwemmers.
- de motivatie van de zwemmers.
- verloop van de training.
- intensiteit van de opdrachten.
- verschil trainingsles en zwemles.

Beoordeling opdracht 7:

De beoordeling moet resulteren in een cijfer. In de onderstaande tabel zijn alle onderdelen van de opdracht opgenomen. Geef voor elke vraag een aantal punten. Het maximale aantal punten per onderdeel staat tussen haakjes vermeld achter het onderdeel.

Tel aan het eind het aantal punten op. Er kunnen maximaal 100 punten worden gehaald. Voor het eindcijfer deelt u het aantal punten door 10.

	onderdeel	score
•	de conditie van de zwemmers (20)	
•	de motivatie van de zwemmers(20)	
•	verloop van de training (20)	
•	intensiteit van de opdrachten (20)	
•	verschil trainingsles en zwemles (20)	
	totaal aantal punten	
	eindcijfer opdracht 7	

Opdracht 8: Watervaardigheden en spel- en speelse vormen**Competentie**

Je bent als lesgever in staat om meer variatie in je les te brengen door het gebruik van spel- en speelse vormen. Tevens ben je bekend met alle onderdelen uit het voortraject van het Zwem-ABC en kunt deze ook inhoudelijk benoemen.

Opdracht

Deze competentie wordt getoetst aan de hand van een tentamen c.q. een specifieke opdracht waarbij de parate kennis wordt getoetst uit de module watervaardigheden en spel- en speelse vormen.

Het tentamen c.q. de opdracht moet door de opleider worden aangevraagd bij:
czo.tentamens@gmail.com.

Beoordeling opdracht 8:

Het tentamen wordt beoordeeld aan de hand van het antwoordformulier dat tegelijk met het tentamen aan de opleider wordt gestuurd.

Opdracht 9: Zwemslagen**Competentie**

Je kent de technieken van alle zwemslagen van het Zwem-ABC en bent ook in staat om deze te vertalen naar de leerlingen c.q. de zwemlessen. Daarnaast kun je analyseren wat er fout gaat bij een zwemslag en hoe je dit bij de zwemmer(s) kunt verbeteren.

Opdracht

Deze competentie wordt getoetst aan de hand van een tentamen c.q. een specifieke opdracht waarbij de parate kennis wordt getoetst uit de module Zwemslagen uit het cursusboek.

Het tentamen c.q. de opdracht moet door de opleider worden aangevraagd bij:
czo.tentamens@gmail.com.

Beoordeling opdracht 9:

Het tentamen wordt beoordeeld aan de hand van het antwoordformulier dat tegelijk met het tentamen aan de opleider wordt gestuurd.

Opdracht 10: Werving en promotie

Competentie

Je bent in staat om een inventarisatie te maken van de wensen binnen jouw vereniging of zwembad en kan hier op een passende manier op in spelen.

Opdracht

Inventariseer voor jouw vereniging of zwembad waar de behoefte ligt voor een activiteit die nu nog niet wordt aangeboden aan de hand van onderstaande punten:

1. Ontwikkel een vragenlijst die je aan de ouders kunt voorleggen en waarin zeker de volgende vragen voorkomen:
 - Heeft U belangstelling, of weet U iemand die belangstelling heeft voor....
 - Op welk tijdstip zou het U het gemakkelijkst uitkomen?
 - Wat is het maximumbedrag dat U wilt betalen per les?
 - Bedenk nog zeker zeven (7) andere vragen.
2. Inventariseer deze vragen en maak op papier een voorstel aan het bestuur c.q. zwembad aan de hand van de uitkomsten.
3. Bedenk een reclamecampagne en ontwikkel een eenvoudige brochure waarin het zwembad of je vereniging aankondigt om de onder 1 gekozen activiteit te starten

Beoordeling opdracht 10:

De beoordeling moet resulteren in een cijfer. In de onderstaande tabel zijn alle onderdelen van de opdracht opgenomen. Geef voor elke vraag een aantal punten. Het maximale aantal punten per onderdeel staat tussen haakjes vermeld achter het onderdeel.

Tel aan het eind het aantal punten op. Er kunnen maximaal 100 punten worden gehaald. Voor het eindcijfer deelt u het aantal punten door 10.

	onderdeel	score
1	vragenlijst aan de ouders (15)	
2	voorstel voor activiteit (40)	
3	voorstel reclamecampagne en brochure (45)	
	totaal aantal punten	
	eindcijfer opdracht 10	

Opdracht 11: Voorbereiden

Competentie

Je bent in staat om een les voor te bereiden en een lessenreeks te maken.

Opdracht

Bereid 10 lessen voor van minimaal 30 minuten op het lesvoorbereidingsformulier.

De 10 lessen bestaan uit:

- Een lessenreeks van 5 opeenvolgende lessen uit het voortraject van het Zwem-ABC.
 - Een lessenreeks van 5 opeenvolgende lessen uit het hoofdtraject van het Zwem-ABC.
-
- Gebruik voor deze opdrachten het lesvoorbereidingsformulier dat je kunt vinden op de website (<http://zwemmen.sport4all.nl/czo/htm/download.htm>).
 - Gebruik voor elke les één (1) formulier.
 - Alleen volledig ingevulde formulieren worden ter beoordeling meegenomen.

Beoordeling opdracht 11:

De beoordeling moet resulteren in een cijfer. In de onderstaande tabel zijn alle onderdelen van de opdracht opgenomen. Geef voor elke vraag een aantal punten. Het maximale aantal punten per onderdeel staat tussen haakjes vermeld achter het onderdeel.

Tel aan het eind het aantal punten op. Er kunnen maximaal 100 punten worden gehaald. Voor het eindcijfer deelt u het aantal punten door 10.

	onderdeel	score
•	beginsituatie (20)	
•	leergang (30)	
•	organisatie en gebruik materialen (10)	
•	didactische aanwijzingen/opmerkingen (20)	
•	opbouw lessenreeks (20)	
	totaal aantal punten	
	eindcijfer opdracht 11	

Ten behoeve van de uitvoering van de verplichte stagelessen kun je de uitgewerkte lesvoorbereidingsformulieren gebruiken.

Opdracht 12: Plannen

Competentie

Je bent in staat om zelfstandig je les te plannen.

Opdracht

Bereid zelfstandig 5 praktijklessen van minimaal 30 minuten voor, waarbij moet worden voldaan aan de criteria welke zijn genoemd op het lesvoorbereidingsformulier.

Voor de lessen kies je 5 opdrachten uit de opdrachten welke te vinden zijn op:
<http://zwemmen.sport4all.nl/czo/htm/download.htm>.

Gebruik voor deze lessen het bij opdracht 11 genoemde lesvoorbereidingsformulier.

Beoordeling opdracht 12:

De beoordeling moet resulteren in een cijfer. In de onderstaande tabel zijn alle onderdelen van de opdracht opgenomen. Geef voor elke vraag een aantal punten. Het maximale aantal punten per onderdeel staat tussen haakjes vermeld achter het onderdeel.

Tel aan het eind het aantal punten op. Er kunnen maximaal 100 punten worden gehaald. Voor het eindcijfer deelt u het aantal punten door 10.

	onderdeel	score
•	beginsituatie (20)	
•	leergang (30)	
•	organisatie en gebruik materialen (10)	
•	didactische aanwijzingen/opmerkingen (20)	
•	opbouw les (20)	
	totaal aantal punten	
	eindcijfer opdracht 12	

Ten behoeve van de uitvoering van de verplichte stagelessen, waarbij één van deze lessen door je opleider samen met een examinerator moet worden beoordeeld, kun je de uitgewerkte lesvoorbereidingsformulieren gebruiken.

Opdracht 13: Afstemmen

Competentie

Je bent in staat om werkzaamheden af te stemmen op de wensen c.q. behoeften van de organisatie tijdens een activiteit.

Opdracht

Bekijk kritisch het afzwemmen bij je eigen vereniging/zwembad en evalueer deze activiteit.

1. Je vraagt een bestaand draaiboek op bij een vereniging c.q. zwembad.
2. Met dit draaiboek bezoek je het afzwemmen.
3. Na het afzwemmen maak je een schriftelijke evaluatie waarin je:
 - benoemt wat de taken zijn voor: medewerkers, vrijwilligers (ouders) en stagiaires en de daarbij behorende verantwoordelijkheden. In de evaluatie geef je enerzijds aan of deze taken worden uitgevoerd en wat daarin eventueel nog verbeterd kan worden.
 - de communicatie met alle betrokkenen: kinderen, ouders, medewerkers, NPZ|NRZ etc. vermeldt en evalueert.
 - aangeeft of de aanvraag naar het NPZ|NRZ tijdig is gedaan, de rapporteur aanwezig was en goed is ontvangen en of er ook juist is gecommuniceerd.
 - evalueert of er voldoende kaderleden waren, de organisatie juist was en of het niveau van de kinderen voldoende was.

Beoordeling opdracht 13:

De beoordeling van het verslag moet resulteren in een cijfer.

Opdracht 14: Kwaliteitszorg

Competentie

Je bent in staat de kwaliteit van het zwemmen te beoordelen en je kunt adviezen geven om de kwaliteit te verbeteren.

Opdracht

Maak een verslag over de kwaliteit van een zwemonderdeel binnen jouw vereniging of van de particuliere lessen in het zwembad. Kijk hoe de kwaliteit is, wat deze moet zijn en wat acceptabel is. Geef, indien nodig, advies om de kwaliteit te verbeteren.

Beoordeling opdracht 14:

De beoordeling van het verslag moet resulteren in een cijfer.

Protocol resultaten opleiding Lesgever Zwem-ABC.

Naam cursist:

Vereniging:

Het gemiddelde cijfer van de competentieopdrachten moet voldoende zijn (minimaal een 6.0) en wordt rekenkundig afgerond op 1 decimaal, waarbij geldt dat er maximaal één vier of twee vijven mogen worden behaald:

Datum	NR.	Competentieopdrachten	Resultaat
	1	Kwaliteit	
	2	Ontwikkeling van deelnemers en jezelf en de evaluatie hiervan	
	3	Observatie van het leerproces	
	4	Biomechanica in het water	
	5	Rol van de lesgever	
	6	Organisatie, veiligheid en begeleiding binnen het zwembad	
	7	Trainingsleer	
	8	Watervaardigheden en spel- en speelse vormen	
	9	Zwemslagen	
	10	Werving en promotie	
	11	Vorbereiden	
	12	Plannen	
	13	Afstemmen	
	14	Kwaliteitszorg	
Totaal			
Eindcijfer			

Opleider:

Handtekening: