

PRO4SPORT

 **ExpeditieRED**

**instructeur 2**

*Workshop*  
**Een veilige omgeving**





Een fysiek veilige omgeving

## Een fysiek veilige omgeving

### Traditionele aandachtsvelden:

- Zwemveiligheid en verdrinkingsgevaar
- Hygiëne
- Ongevallen preventie
- Ongevallen afhandeling
- Afspraken over 'orde en discipline & verkeersregels in het water'

Zie ook de opdrachten in Flowspark

## Zwemveiligheid en verdrinkingsgevaar

- Op tijd komen en melden op een vaste plek
- WC moet gevraagd worden en zicht op kind houden
- Regelmatig koppen tellen
- Afspraken over duiken en springen en in- en uit- het water plekken
- Opvang kinderen na de les
- Voorkom dwalen, ook als ouders er niet zijn
  
- Afspraken maken over toezicht
- Van popduiken tot eerste hulp aan drenkelingen

## Hygiëne

- Zwem kleding: bv geen bikini
- Slippers
- Douchen
- Droge kleding en handdoeken
- Koorts en hoesten: ziek = thuisblijven
- Pleisters: alles wat loszit weg.
- Uitwendige infecties
  
- Afspraken over plassen
- Eten niet toegestaan in de zwemzaal
- Weet waar de EHBO doos staat

## Ongevallen preventie

- ❑ **Weten van medische bijzonderheden van een kind uit jouw groep**
- ❑ Kramp, verslikking, onderkoeling: treed direct op als er iets aan de hand is
- ❑ Afspraken over duiken in (on)diep water
- ❑ Afspraken over springen, rennen, met materiaal spelen
- ❑ Afspraken over te water gaan en uit water klimmen (bv. Bij ruimte gebrek)
- ❑ Elkaar passeren en baan houden
- ❑ Omgaan met de 'ik beslis zelf wel wat ik doe' types
  
- ❑ Weten wie medische beperkingen heeft (epilepsie, suikerziekte)
- ❑ Ouders uitleggen wat de spelregels zijn
- ❑ Afspraken om elkaar te helpen als instructeur

## Ongevallen afhandeling

- Controle over de groep/het bad houden
- Omstanders weg sturen
- Taken verdelen
- EHBO verlening
- Reddingsactie
- Verhuurder inschakelen
- 112 inschakelen

Alle punten zijn geregeld in het ongevallen en calamiteiten protocol dat elk zwembad heeft.

## Hoe creëer je een veilige omgeving?

- ❑ Plezier, groepsgeest, erkenning, waardering
- ❑ Omgaan met succes en teleurstellingen
- ❑ Maak duidelijke regels:
  - Groep altijd onder supervisie in de zwemzaal
  - Tel regelmatig het aantal kinderen
  - Afbakenen van de ruimte
  - Sieraden uit, kauwgom weggooien
  - Afspraken in de banen
- ❑ Organiseer wat niet vanzelf loopt
  - Ga als laatste weg
  - Houdt overzicht en treedt onmiddellijk op als de situatie dat vraagt
  - Neem jouw verantwoordelijkheid, ook als het een keer niet is geregeld



Een sociaal veilige omgeving

## KNZB hanteert 4 principes

1. Kind centraal  
aandacht voor verschillen tussen kinderen, groeien in het zwemmen, eigen weg vinden
2. Plezier voorop  
Uitdaging, leuk en samen doen, gevoel dat je vooruitgaat
3. Bewuste en bekwame begeleiding  
Zie hierna
4. Een (sociaal) veilige basis  
Zorg voor kinderen, positief zijn, geen ongewenst gedrag

## Kind centraal en zwemplezier voorop

- ❑ Elk kind verdient aandacht
- ❑ Motiveren, positief coachen en enthousiasme uitstralen en **ontwikkeling** van het kind
- ❑ Draag bij aan **zorgeloos** zwemplezier van de kinderen
- ❑ Doorzettingsvermogen en zelfvertrouwen kan jij als instructeur bevorderen
- ❑ Succes beleving

## Bewuste begeleiding



- ❑ Zorgzaam en begrip voor kinderen en wat hen bezig houdt
- ❑ Positieve en pedagogisch passende begeleiding
- ❑ Het diploma is niet heilig, plezier in de weg ernaar toe wel
- ❑ De wensen en behoeften van kinderen, die leren zwemmen
- ❑ Communicatie en interactie zijn gebaseerd op wederzijds begrip en respect

## De bekwame instructeur

Vier belangrijke inzichten voor instructeurs:

1. Structuren: wat je doet en wil, moet helder zijn voor de kinderen. Belangrijk zijn:
  - Afspraken maken
  - Afspraken nakomen
  - Aanspreken als iemand het niet doet
2. Stimuleren en alles wat je kan doen voor plezier en leren
3. Individueel aandacht geven
4. Regie overdragen: laat het kind zelf doen wat het zelf kan doen

## Een instructeur is in alles een rolmodel

- ❑ Geef het goede voorbeeld:
  - Sluit aan bij kinderen en hun gedrag en taalbegrip
  - Heb geduld
  - Respecteer kind en ouders
- ❑ Kinderen en ouders aanspreken op ongewenst gedrag
- ❑ Optreden tegen ongewenst gedrag naar andere kinderen
- ❑ Voorkomen van en optreden tegen pesten
- ❑ Voorkomen van en optreden tegen discriminatie

## KNZB Toolkits

- ❑ Toolkit versterk de jeugdsport

[Toolkit Zorgeloos zwemplezier - 2024 \(np-knzb-corporate-production.s3-eu-west-1.amazonaws.com\)](https://np-knzb-corporate-production.s3-eu-west-1.amazonaws.com/)

- ❑ Jeugdsportvisie: <https://www.knzb.nl/kennisartikelen/jeugdsportvisie>

- ❑ Zorgeloos zwemplezier

[https://np-knzb-corporate-production.s3-eu-west-1.amazonaws.com/Verenigingsupport/Toolkits/Toolkit-Zorgeloos-zwemplezier-2024.pdf?mc\\_cid=c51e1871d4&mc\\_eid=0c2fe3186b](https://np-knzb-corporate-production.s3-eu-west-1.amazonaws.com/Verenigingsupport/Toolkits/Toolkit-Zorgeloos-zwemplezier-2024.pdf?mc_cid=c51e1871d4&mc_eid=0c2fe3186b)

- ❑ Aandacht voor groei

[Aandacht voor groei Jeugdsport.pdf \(np-knzb-corporate-production.s3-eu-west-1.amazonaws.com\)](https://np-knzb-corporate-production.s3-eu-west-1.amazonaws.com/Aandacht_voor_groei_Jeugdsport.pdf)

- ❑ Jouw club in beweging

[KNZB | Clubbijeenkomst en jeugdpeiling](#)

## Hoe ontstaat er een veilige sportcultuur?





Ongewenst gedrag

Opdracht: Orde houden en de regels naleven

Wat vind jij dat je geregeld moet hebben?

## Orde houden en de regels naleven

1. Maak afspraken over wat mag en niet mag of kan.
2. Maak zo min mogelijk regels
3. Zorg voor routine
4. Creëer een goede sfeer
5. Ken de namen van kinderen en noem namen als het gedrag niet bevalt
6. Kijk kinderen aan, terwijl je een stilte laat vallen
7. Wees concreet en gebruik duidelijke taal
8. Wees consequent en eerlijk: kijk ook naar wat eraan vooraf ging
9. Toon overwicht: blijf rustig en redelijk
10. Vertel waarom je zijn gedrag storend vindt.
11. Stel een 'afkoel' bankje in
12. Maak duidelijk dat de groep eronder lijdt, bv een spel niet doen.

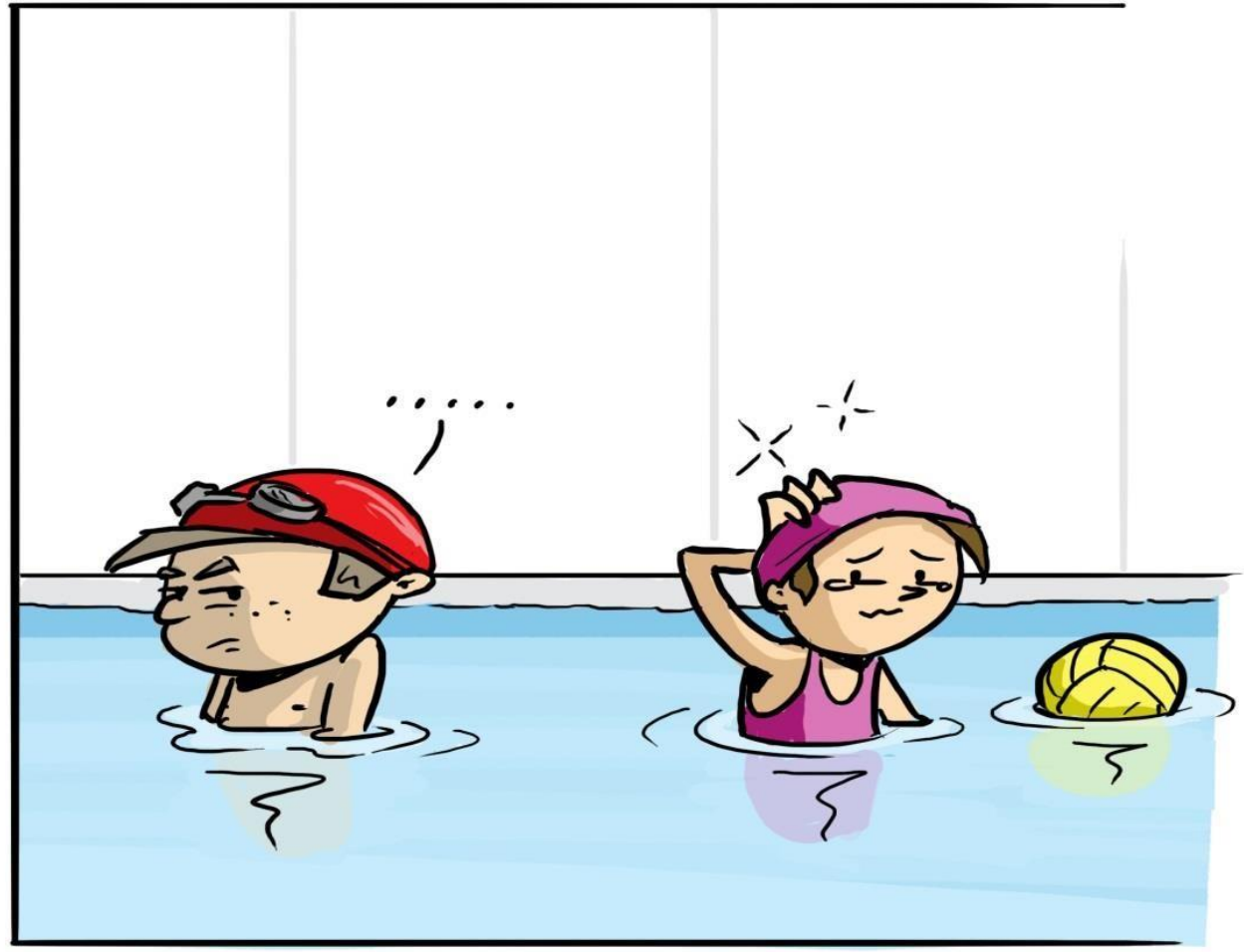




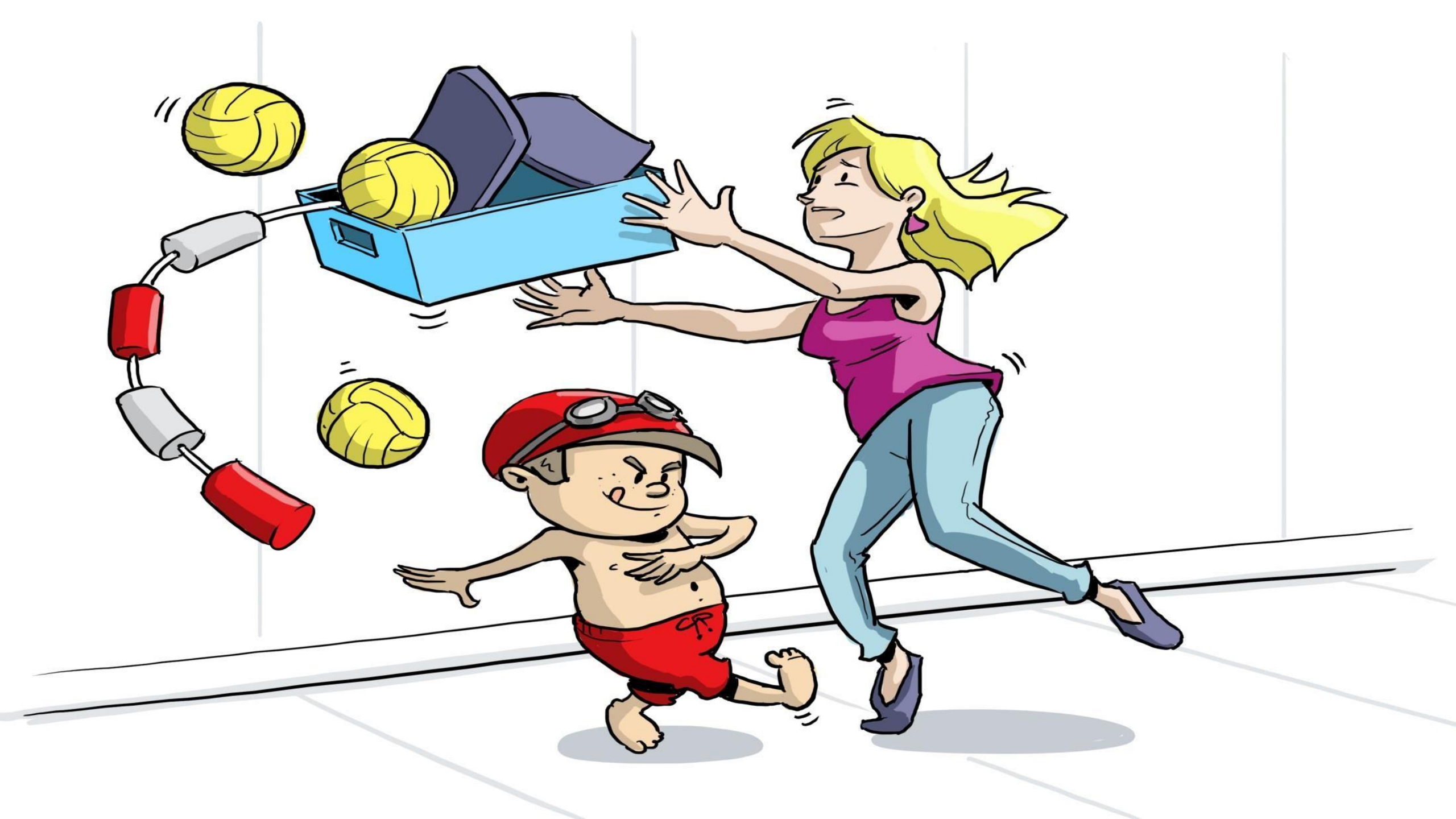
BINKY  
WAS HERE

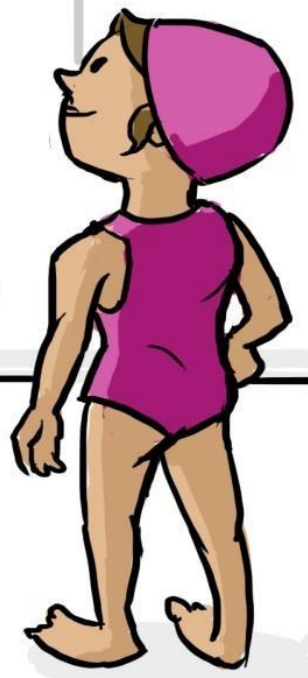


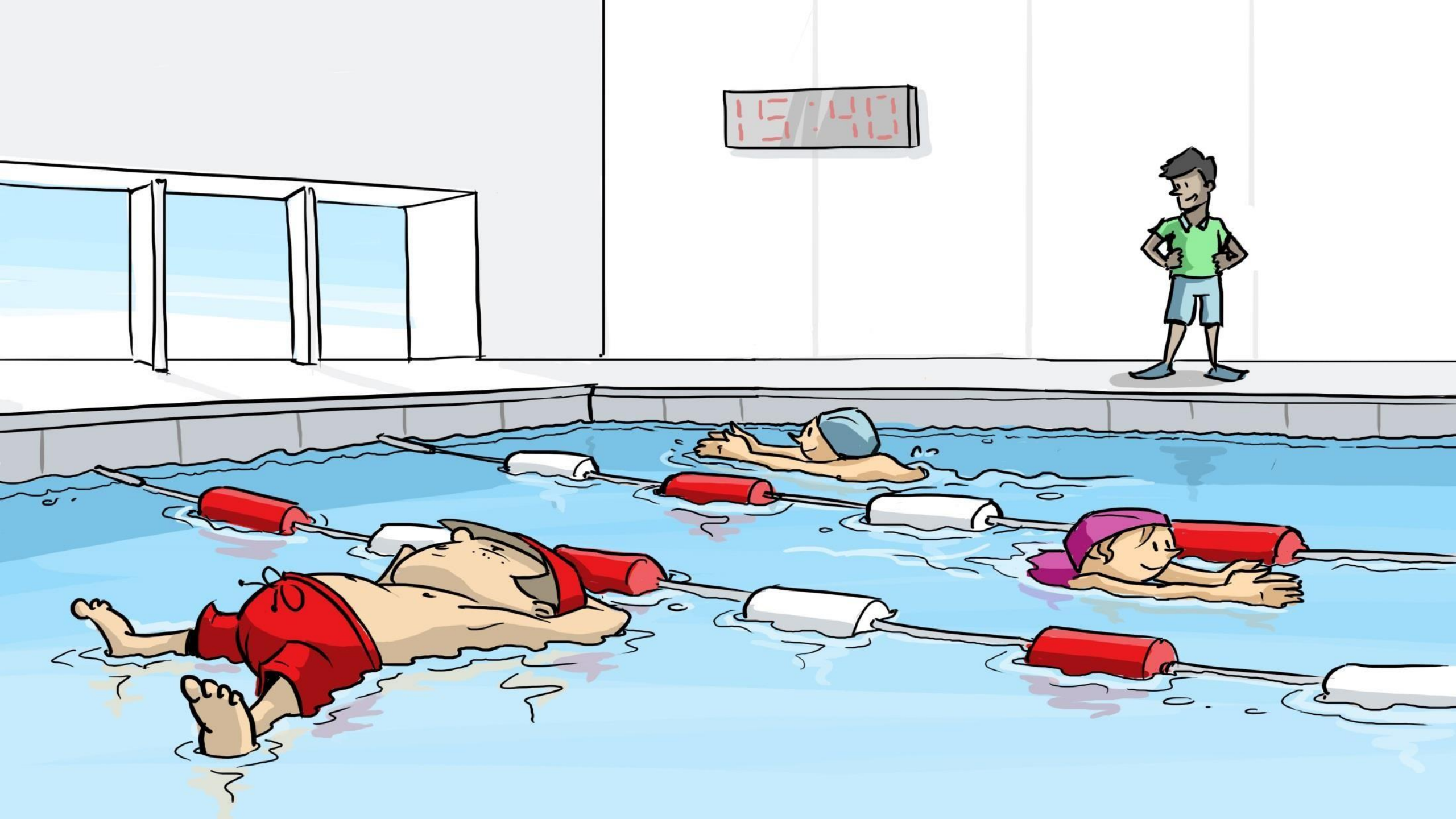


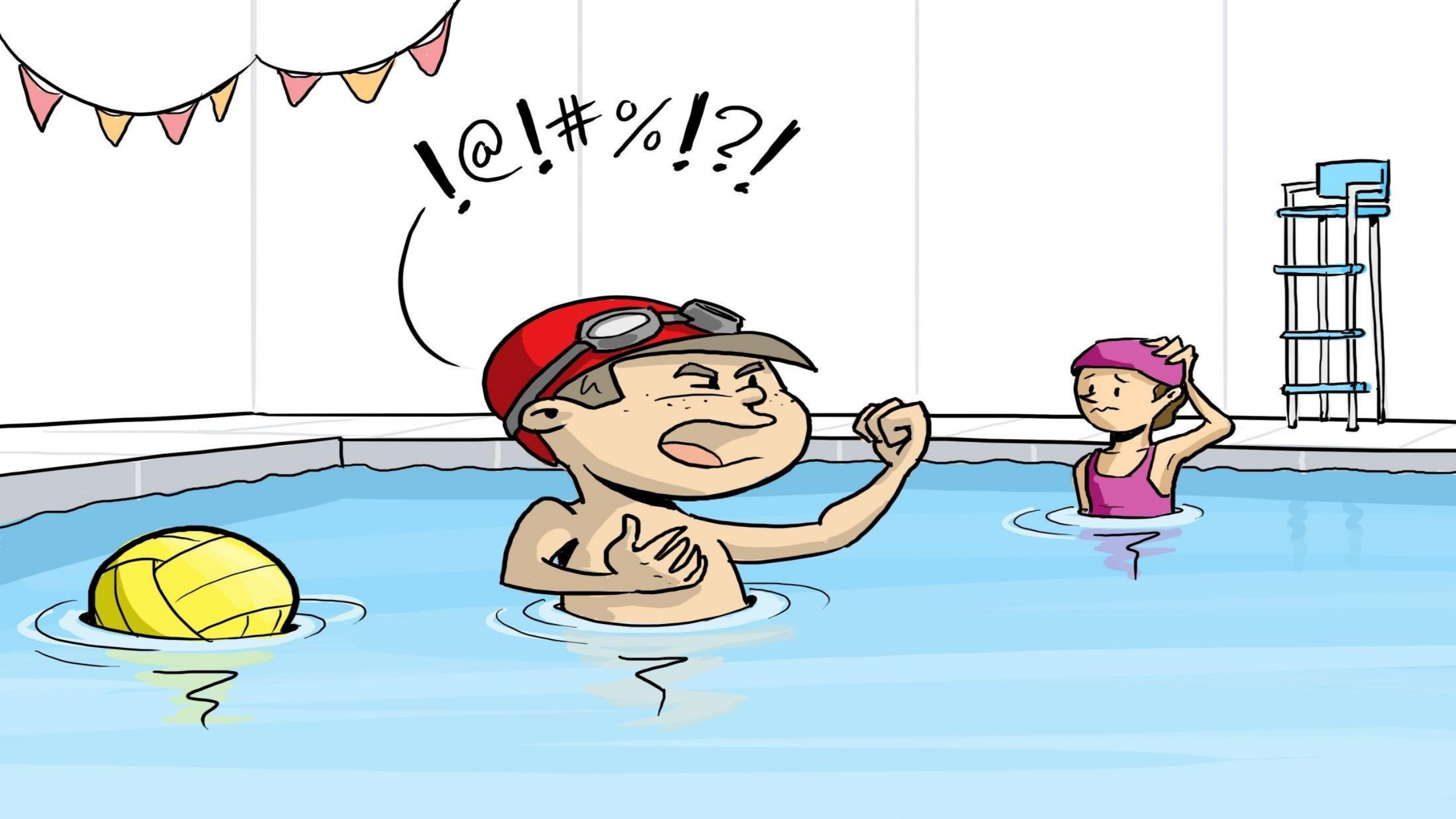












!@!#%!?!

## Vormen van ongewenst gedrag

Ongewenst gedrag komt voor bij kinderen, ouders, toeschouwers, instructeurs of kaderleden:

- Pesten
- Negeren
- Discriminatie
- Verbaal geweld
- Fysiek geweld
- Mentaal geweld
- Seksuele intimidatie
- Foto's en video's
  
- Elke bond kent een gedragscode (KNZB: <https://www.knzb.nl/kennisartikelen/gedragscodes-sport> )

## Pesten

- ❑ Pesten kan al beginnen op de leeftijd van 5-7 jaar
- ❑ Er zijn 4 afspraken die je moet maken met kinderen:
  - Ik vind **pesten** niet oké en zal er nooit aan meedoen!
  - Ik praat erover als **pesten** mij bang of verdrietig maakt.
  - Ik sluit niemand uit, voor mij hoort iedereen erbij!
  - Ik zal altijd proberen op te komen voor iemand die gepest wordt.
- ❑ Pesten komt overal voor: in de rij voor het blok, douches, kleedkamer
- ❑ Praat er over voordat het gebeurt met ouders en kinderen
- ❑ Er is een pestprotocol:

<https://np-knzb-corporate-production.s3-eu-west-1.amazonaws.com/Verenigingsupport/model-pestprotocol.pdf>

## Discriminatie (zie Flowsparks achtergrond info)

- ❑ Op grond van: geslacht, kleur, geloof, herkomst, afkomst, kleding ontoelaatbaar
- ❑ Realiseer je dat iemand totaal andere normen en waarden kan hebben en respecteer dat
- ❑ In zwembad is met name lichaam bedekkende kleding een issue
- ❑ Iedereen moet zich welkom voelen die zich aan afspraken en regels houdt
- ❑ Behandel iedereen gelijk, rechtvaardig en met respect.
- ❑ Uitsluiting of negeren van wie dan ook, kan niet

## (Seksueel) ongewenst gedrag

- ❑ Zorg dat je zelf altijd voldoende en gepast bent gekleed
- ❑ Vraag altijd of je een kind mag aanraken en zeg wanneer je dat doet
- ❑ Wat de een normaal vindt, is bij de ander onmogelijk
- ❑ Bepaalde handelingen, gebaren of gedrag kunnen als aanstootgevend of niet gepast worden ervaren
- ❑ Ouder-kind in kledkamers: zorg voor de handhaving van spelregels



## Vertrouwenscontactpersoon bij de vereniging of bij de club

- ❑ Elke vereniging moet een of meerdere vertrouwenscontactpersonen (VCP) hebben
- ❑ De vertrouwenscontactpersoon (VCP) is binnen de sportvereniging of sportbond het eerste aanspreekpunt voor iedereen die een vraag heeft over of te maken heeft met grensoverschrijdend gedrag.
- ❑ Ze bieden een luisterend oor, geven raad en verwijzen door voor geschikte hulp.
- ❑ De vertrouwenscontactpersonen behandelen klachten niet zelf inhoudelijk, maar je de weg naar een goede oplossing proberen aan te geven.
- ❑ Iemand kan ook terecht bij een gespecialiseerde vertrouwenspersoon van het [Centrum Veilige Sport](#) van NOC\*NSF, welke getraind zijn om de inhoudelijke begeleiding te geven.

## Code blauw

- ❑ Samenwerking tussen alles wat zwemt
- ❑ Code Blauw is opgezet om gewenst gedrag te stimuleren en ongewenst gedrag in en rondom de zwemsport aan te pakken.
- ❑ <https://www.knzb.nl/kennisartikelen/code-blauw-workshops-tools>
- ❑ Voorkomen grensoverschrijdend gedrag
  - ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=UYtJYhdMGLA&feature=youtu.be>

## Flowsparks

- ❑ Bij opdracht 2.1.1 en opdracht 2.1.2 heb je feedback van praktijkbegeleider nodig
- ❑ Dat is lastig in Flowsparks omdat de praktijkbegeleider geen toegang heeft
- ❑ Gesprek met de praktijkbegeleider:
  - Eerst vul je alle vragen bij de enquête in
  - Stel aan jouw praktijkbegeleider vragen over de antwoorden die je niet weet of waarvan je vindt dat dat wel of niet moet zijn geregeld. Dat doen we volgende week dinsdag
  - Je zegt zelf wat je wel en niet goed vindt of anders/beter wil op het eind onder reflectie
  - Daar spreek je met je praktijk begeleider over en dat zet je in een Word document
  - WE organiseren dat gezamenlijk en anders moet je er zelf achteraan (dinsdag 9 juli)
  - Dat Word-document moet je uploaden en dan opdracht inleveren.

## Flowsparks 2.1.1 veiligheid in en om het zwembad

### Reflectie

Naast het doorlopen van de checklist toezicht kan je jezelf de volgende vragen stellen. Dit is vooral van belang als je werkt met jonge kinderen!

- Wat vind je goed geregeld ten aanzien van de veiligheid en toezicht bij jouw vereniging/in jouw zwembad?
- Wat kan er beter geregeld worden ten aanzien van veiligheid en toezicht bij jouw vereniging/in jouw zwembad?



**Toevoegen**

## Flowsparks 2.1.1 veiligheid in en om het zwembad

### Feedback praktijkbegeleider

Neem in het onderstaande opmerkingenveld, als bijlage, de feedback van je praktijkbegeleider op. Hoe heeft de cursist de opdracht uitgevoerd? Welke tips geef je mee?



**Toevoegen**

## Flowsparks 2.1.2 sportiviteit en respect

- ❑ Verzamel je vragen en stuur die naar ons
- ❑ WE geven er volgende week feedback op vanuit de praktijkbegeleiding