

INHOUD

Voorwoord	7
<i>Inleiding</i>	9
<i>Kinderen leren zwemmen: de huidige situatie</i>	13
Iedereen zwemt	15
Té snel, té specifiek	15
Zwembrevetten	16
Wie geeft zwemondericht ?	18
Nieuwe initiatieven verschijnen aan de oppervlakte	19
De natte gymles	19
Multimove	20
Bewegingsschool	20
Een motiverende leeromgeving	21
Zelfdeterminatietheorie	21
Een motiverende leeromgeving creëren	22
<i>Revolutie in de zwemles</i>	25
De huidige situatie, verschillende stappen	
Stap 1: Kinderen wennen aan het water	27
<i>Baby's</i>	27
<i>Peuters en kleuters</i>	28
Stap 2: Kinderen leren zwemmen	28
Stap 3: Kinderen vervolmaken hun zwemmen	30
Basisvaardigheden	30
Bedenkingen bij de huidige leerlijn	31
1: Waterangsten	31
2: Zwemmen als een niet natuurlijke beweging	34
Inleiding	34
De evolutie van de mens	35
Reflexen	35
Zwemmen is anders dan stappen	37

3: Uniforme doelstellingen van het zwemonderricht	40
Eerste doel: Zwemveiligheid	41
Tweede doel: Bewegen als voorbereiding op sportbeoefening	44
Een nieuwe leerlijn zwemmen	47
Opzet van een nieuwe leerlijn zwemmen	49
Uniformiseren bij de diverse stakeholders	49
Grotere diversiteit inzake zwemslagen	50
Doelmatig voortbewegen in het water	52
Brede motorische ontwikkeling	52
Supermanslag	54
Het macrokader van de leerlijn zwemmen	54
De bouwstenen van het leerproces	55
Bouwstenen combineren	58
Verbreden en verdiepen	61
Het leerproces	63
Cluster 1: Bewegen in het water	65
Niveau 0: Baby- en peuterwennen	66
Niveau 1: Leren wennen aan het water	69
Niveau 2: Leren overleven	71
Cluster 2: Leren doelmatig bewegen	75
Niveau 3: Veilig?	77
Cluster 3: Zwemmend leren – verbreden en verdiepen	80
Niveau 4: Anders leren zwemmen: verbreden	80
Niveau 5: Beter leren zwemmen: verdiepen	81
Voorbeelden	81
Strategische werkplan	83
Besluit	85
Referentielijst	87
Over de auteurs	89