

Diploma-eisen PEUTERSURVIVAL

Veilig bewegen rondom en in water kan voor heel jonge kinderen bij ENVOZ starten met het diploma Peutersurvival (1, 2 en 3). Deze leerlijn is bedoeld om de overlevingskans van het jonge kind te vergroten als het per ongeluk in het water valt. Met als uiteindelijk doel dat het kind zich weet te redden door onder water rustig te blijven en naar boven te komen, door kalm op de rug te draaien en te drijven zodat er om hulp geroepen kan worden en door zich te oriënteren en naar de kant te bewegen.



Bijzonderheden

- De vaardigheden voor dit diploma worden aangeleerd met waar nodig de hulp van de eigen begeleider (bijvoorbeeld papa of mama) in diep water.
- De vaardigheden worden uitgevoerd met over de zwemkleding eenvoudige seisoens-kleding, zie uitvoeringseisen per niveau.
- Bij Peutersurvivaldiploma's worden drijfmiddelen alleen gebruikt als symbool voor voorwerpen die je bij een val in het water kunt gebruiken om jezelf te redden.
- De beoordelingscommissie bestaat uit de lesgevende zwemonderwijzer(s).

Uitvoeringseisen Peutersurvival 1

Gekleed in zwemkleding, T-shirt korte mouw en korte broek (zomerkleding)

1. Zonder hulp vanaf de kant in het water springen of vallen, omdraaien en de kant weer vastpakken en zelfstandig uit het water klimmen. Dit moet gebeuren in diep water.
2. Het kind gaat onder water met de adem ingehouden, waarna het zichzelf naar boven trappelt. Daarna liggen op de rug (mag met hulp), waarbij de eigen begeleider het kind 5 tot 10 tellen kan loslaten. Laat het kind dan ontspannen op de rug drijven (als een zeester of met de handen boven het hoofd) met een rustige ademhaling. Zo kan het kind bijvoorbeeld iets roepen, zoals 'help mama/papa'.
3. Zonder hulp zwemt het kind een afstand van tenminste 5 meter op de rug met alleen de benen.
4. Zonder hulp zwemt het kind een afstand van tenminste 5 meter op de buik met armen en benen (ademhaling niet nodig).
5. Het kind moet op tenminste 0,75 meter diepte een voorwerp aanraken met de ogen open. Hij/zij moet daarbij de adem uitblazen om diepte te kunnen maken.
6. Het kind verplaatst zich door het water met het hoofd boven water, terwijl het een drijvend voorwerp vasthoudt (bijvoorbeeld een zwemnoodle, zwemplankje, zwemdumbbell, bal, enz.).

Doel voor het kind

Je leert wat watergevoel is, hoe je kunt drijven en je door het water kunt bewegen om jezelf later te leren redden



Uitvoeringseisen Peutersurvival 2

Gekleed in zwemkleding, T-shirt lange mouw, lange broek, sokken, schoenen (lente/herfst)

1. Zonder hulp gaat het kind vanaf de kant te water met (loop)fietsje/skippybal/step. Het kind laat deze los, gaat zich oriënteren en dan op de rug drijven, waarbij het om hulp kan roepen.
2. Zonder hulp zwemt het kind een afstand van tenminste 6 meter op de rug met alleen de benen.
3. Zonder hulp zwemt het kind een afstand van tenminste 6 meter op de buik met armen en benen, waarbij het kind enkele keren boven komt om adem te halen.
4. Het kind moet op tenminste 1 meter diepte een voorwerp aanraken, waarbij hij/zij geheel onderwater gaat met de ogen open. Hij/zij moet daarbij de adem uitblazen om diepte te kunnen maken.
5. Het kind houdt het hoofd boven water (rechtstandig in het water), terwijl het een drijvend voorwerp vasthoudt (bijvoorbeeld een zwemnoodle, zwemplankje, zwemdumbbell, bal, enz.).
6. Het kind kan zich zo oriënteren en zoekt de dichtstbijzijnde kant. Hij/zij laat het voorwerp los, verplaatst zich naar de kant (mag op buik of rug) en klimt zelfstandig uit het water.

Doel voor het kind

Je leert wat je moet doen als je per ongeluk met bijvoorbeeld je fiets in het water rijdt of via de kant in het water beland. Je kunt jezelf dan redden.



Uitvoeringseisen Peutersurvival 3

Gekleed in zwemkleding, trui lange mouw, lange broek, sokken, schoenen (winterkleding)

1. Zonder hulp gaat het kind te water gaan vanuit een (kantelende) boot of sup. Het kind moet zich eerst verticaal oriënteren en op zijn/haar eigen manier naar de dichtstbijzijnde kant bewegen.
2. Zonder hulp zwemt het kind een afstand van tenminste 8 meter op de rug met alleen de benen.
3. Zonder hulp zwemt het kind een afstand van tenminste 8 meter op de buik met armen en benen, waarbij het kind tussendoor op de rug draait om uit te rusten en adem te halen.
4. Het kind moet onderwater op tenminste 1 meter diepte iets kunnen pakken of aanraken. Hij/zij houdt daarbij de ogen open en blaast de adem uit om diepte te kunnen maken.
5. Horizontaal onder water verplaatsen onder een donkere oppervlakte: Het kind houdt zich vast aan een groot drijvend voorwerp (bijvoorbeeld een mat, boot, sup, enz.). Hij/zij zwem hier onderdoor en houdt zich opnieuw vast om op zoek te gaan naar de dichtstbijzijnde kant. Het kind zwemt naar de kant op zijn/haar eigen manier.
6. Het kind kan zich een tijdje rechtstandig boven water houden en zich oriënteren, waarna het zich beweegt op zijn/haar eigen manier naar de dichtstbijzijnde kant.

Doel voor het kind

Je leert wat je moet doen als je per ongeluk met bijvoorbeeld je fiets in het water rijdt of via de kant in het water belandt. Je kunt jezelf dan redden.

