

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 de 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 Snorkeldiploma

Met de leerlijn Snorkeldiploma (niveau 1, 2 en 3) maken zwemmers kennis met de basisprincipes van het snorkelen en leren ze op de juiste manier omgaan met de basisuitrusting en het toepassen van de juiste snorkel-technieken. Geschikt voor zwemmers die zich verder willen ontwikkelen op onderwateroriëntatie.



Bijzonderheden

- Waterdiepte minimaal 2 meter.

Uitvoeringseisen SNORKELDIPLOMA 1

Met zwemvliezen

1. De zwemvliezen op een veilige manier op de kant aantrekken en minimaal 5 meter achterwaarts lopen. Zittend te water gaan en aansluitend 25 meter crawlbeenslag op de rug en 25 meter crawlbeenslag op de linker- of rechterzij met een arm gestrekt naar voren en de andere arm langs het lichaam.
2. Met een kopsprong te water gaan en minimaal 10 meter onder water zwemmen.

Vaardigheden met snorkeluitrusting

3. Trek de snorkeluitrusting aan op de kant.
4. Met schredesprong te water gaan, gevolgd door 50 meter snorkelen. In iedere baan een hoekduik maken en volgens de juiste procedure weer boven komen (vertikaal met het gezicht naar het wateroppervlak gericht), blaas de snorkel leeg en snorkel verder zonder het hoofd uit het water te halen.

Behendigheid met snorkeluitrusting

5. Te water gaan met bril en snorkel op en zwemvliezen in de hand. Trek de zwemvliezen in het water aan. Snorkel aansluitend 100 meter met een correcte beenslag. Duik in iedere baan met een hoekduik een voorwerp op, laat deze zien en snorkel verder.
6. Gooi de basisuitrusting in het water, doe in het water alles binnen 1 minuut aan en ga weer op de kant zitten.

Communicatie

7. Toon de tekens:
OK
Omhoog
Omlaag

(zie verder volgende pagina)



Uitvoeringseisen SNORKELDIPLOMA 2

Met zwemvliezen

1. Te water gaan met een schredesprong en aansluitend 25 borstcrawl zwemmen.
2. Met een kopsprong te water gaan en 15 meter onder water zwemmen.
3. Start in het water en zwem 25 meter met alleen de snorkel in.

Vaardigheden met snorkeluitrusting

4. Te water gaan met bril op. Onder water de bril half vol water laten lopen en onder water weer leegblazen.
5. Starten vanuit het water en 25 meter snorkelen met de dolfijnbeenslag.
6. Starten van uit het water met 25 meter snorkelen. Al zwemmend de snorkel uit de mond halen, over de rug van de ene in de andere hand brengen en vervolgens de snorkel weer in de mond doen en leegblazen. Doe dit 2 keer.
7. Met een schredesprong te water gaan en 50 meter snorkelen. Maak een hoekduik en zwem onder water door 2 hoepels, welke minimaal 4 meter uit elkaar staan. Kom volgens de juiste procedure weer naar boven (vertikaal met het gezicht naar het wateroppervlak gericht), blaas de snorkel leeg en snorkel verder zonder het hoofd uit het water te halen.

Behendigheid met snorkeluitrusting

8. Start in het water. Snorkel 100 meter waarbij 4 voorwerpen van de bodem worden gehaald en al snorkelend in het snorkelnetje worden gedaan.
9. Ga 25 meter snorkelen met gebruik van 1 zwemvlies en houd het andere zwemvlies gestrekt voor.

Communicatie

10. Toon de tekens:
Niet OK, ik twijfel (dichtbij)
Niet OK, paniek en hulp nodig (veraf aan de wateroppervlakte)
Langzamer
Sneller



(zie verder volgende pagina)

Uitvoeringseisen SNORKELDIPLOMA 3

Met zwemvliezen

1. Starten in het water en 50 meter borstcrawl zwemmen.
2. Met een kopsprong te water gaan en 20 meter onder water zwemmen.

Vaardigheid met snorkeluitrusting

3. Te water gaan met zwemvliezen aan en bril met snorkel in de hand. Onder water gaan, bril op zetten en leegblazen, boven komen en laten zien dat de bril leeg is.
4. Start in het water. Snorkel 50 meter met een buddy, waarbij er regelmatig contact is tussen de buddy's en elke baan minimaal 1 keer contact is door middel van een snorkelteken.
5. Starten in het water met een buddy en 25 meter Buddy Breathing toepassen. Geef de snorkel minimaal 4x door.
6. Te water gaan en 50 meter snorkelen. In de eerste baan op een mat klimmen en met een rol achterover weer te water ingaan. In de tweede baan een koprol voorover maken.
7. Over een afstand van 25 meter een buddy in de zeemansgreep vervoeren, aansluitend de buddy 30 seconden met het gelaat boven water houden.

Behendigheid met snorkeluitrusting

8. Te water gaan met zwemvliezen en snorkeluitrusting in de hand, aansluitend de uitrusting aan doen en 75 meter snorkelen. In de tweede baan met een hoekduik een voorwerp van de bodem pakken en deze, zonder boven water te komen, 6 meter verder op een afgesproken plaats weer neerleggen.
9. Starten in het water en 50 meter snorkelen. Ondertussen in minimaal 2 hoekduiken 4 pvc-buisjes (voorzien van bochtjes) naar boven halen en al snorkelend in elkaar zetten.

Communicatie

10. Toon de tekens:
Ik begrijp je niet
Ik ben duizelig
Kijk naar mij (ik doe het voor)
Stoppen of kappen
Niet doen



