

DE IJZEREN MAN

zwembad | waterskibaan | beachclub

Het zwemlesavontuur met Bliss de Walvis



Voorwoord

Welkom bij Zwembad | Waterskibaan | Beachclub de IJzeren Man. In ons zwembad staat plezier en veilig leren zwemmen voorop en word je kind opgeleid volgens het zwem ABC van de Nationale Raad Zwemveiligheid (NRZ). Meer informatie: www.nrz-nl.nl en www.allesoverzwemles.nl.

Om ervoor te zorgen dat de kinderen zwemmen als een leuke activiteit gaan zien hebben we het zwemlestraject verpakt in een leuk avontuur met Bliss de Walvis. Zodat kinderen bij zwembad de IJzeren Man veilig leren zwemmen, dit met veel plezier beleven en naderhand terug kunnen kijken op een leuke periode die ze voor de rest van hun leven veel waterplezier zal geven.

Hopelijk tot snel bij Zwembad | Waterskibaan | Beachclub de IJzeren Man!

Inhoudsopgave

Zwemles

Bliss de walvis	blz 4
Aanmelden	blz 5
Eerste zwemles	blz 6
Tijdens de zwemles	blz 7
Routing kinderen/ouders zwemzaal	blz 8
Beloningssysteem	blz 9

Overzicht zwemlessen

Regulier	blz 10
Bijspijkerles	blz 10
Privés	blz 10

Leerlingvolgsysteem

Gekleed zwemmen	blz 12
-----------------	--------

Licentie Nationale Raad Zwemveiligheid (NRZ)	blz 13
--	--------

Kijken bij zwemlessen, diplomazwemmen en testen	blz 14
---	--------

Waarom A, B en C diploma behalen?	blz 15
-----------------------------------	--------

Gedragscode Zwembranche en Centrum Veilige Sport	blz 16
--	--------

Zwemles

Mogelijk start je kind binnenkort met zwemles bij Zwembad en Waterskibaan de IJzeren Man. Binnen ons systeem staat zwemplezier voorop. De zwemlessen zijn daarom opgebouwd uit 12 stappen die elk kind gaat doorlopen.

Het 12 stappenplan:

Zwemdiploma A: 8 stappen

Zwemdiploma B: 2 stappen

Zwemdiploma C: 2 stappen

Deze stappen worden niet zo maar gemaakt, je gaat de wondere waterwereld van Bliss de Walvis ontdekken.

Bliss de Walvis

Bliss de Walvis vertrekt vanaf zijn onderwater huis op een avontuurlijke zwemreis. Tijdens zijn natte wereldreis ontdekt hij nieuwe dieren. Ieder dier beheerst zijn eigen zwemkunstje. Iedere ervaring stopt hij in zijn rugzakje en neemt hij mee over de grote zee. Hij ontmoet de krab en het zeepaard die oefenen in het warme water, onder en boven water zo vrij als een vis. Dan zwemt hij over naar het koudere water waar hij de pinguïn ontmoet die hem laat kennis maken met het diepe water. In het diepe water ontmoet hij ook de zeehond die al heel veel kunstjes laat zien. (A-diploma)

De dolfijn duikt en spartelt door het water, wat een spetteraar is dat. (B-diploma)

Uit eindelijk komt hij bij de octopus die alle zwemkunsten onder en boven water beheerst. (C-diploma)

Bliss de Walvis helpt iedereen om met veel plezier aan de zwemlessen deel te nemen en zorgt ervoor dat jij het optimale uit jezelf haalt om je zwemdiploma te halen. Elke stap van het zwemavontuur heeft zijn eigen einddoelen waar jij naartoe moet werken en als je hieraan voldoet ga je naar de volgende stap. Op de volgende pagina staan de verschillende stappen beschreven van het zwemavontuur.



De indeling van de groepen van het zwemavontuur zijn als volgt:

Stap	Bad (diploma)	Dieren
1	Ondiep instructiebad	krab Juultje
2	Ondiep instructiebad	krab Rafke
3	Diepere instructie bad	zeepaard Bente
4	Diepere instructiebad	zeepaard Balein
5	Ondiep 25m bad	pinguïn Puck
6	Ondiep 25m bad	pinguïn Dagmar
7	Diep 25m bad (A)	zeehond Bobbie
8	Diep 25m bad (A)	zeehond Robin
9	Diep 25m bad (B)	dolfijn Bo
10	Diep 25m bad (B)	dolfijn Berrie
11	Diep 25m bad (C)	octopus Sem
12	Diep 25m bad (C)	octopus Max

Met het Zwemdiploma C op zak beheers je voldoende vaardigheden om in een zwembad met attracties en in open water plezier te hebben en jezelf te kunnen redden in onverwachte situaties. Hiermee leg je de basis voor een leven lang zwemplezier en zwemveiligheid!

Aanmelden

Het aanmelden gaat online via onze website www.zwembadweert.nl. Als je bent aangemeld dan kan je direct geplaatst worden in een groep als er plek is op de gekozen dag en tijdstip. Als de groep vol is dan kom je op de wachtlijst terecht. Zo gauw er plek is word je hiervan op de hoogte gebracht en kan je kind starten met de zwemlessen.

Bij het aanmelden betaal je inschrijfgeld en daarvoor krijgt het kind bij de eerste zwemles een zwemlespakket van Bliss de Walvis:

1. Rugzak met erop de Bliss de Walvis
2. Badlaken met erop Bliss de Walvis
3. Avonturen boekje
4. Stickers en polsbandje die je kind tijdens het avontuur, bij elke stap, als beloning krijgt.

Rugzak



Badlaken



Avonturenboekje



Eerste zwemles

Als er plek is om te beginnen met zwemmen meld je je bij de eerste zwemles aan de receptie. Bij de receptie krijg je dan een mooi welkomstpakket met daarin de rugzak, handdoek en avonturenboek. Als laatste krijg je een rood polsbandje mee die je elke zwemles om moet doen tot je naar de volgende stap van de zwemlessen gaat. Bij elke stap die je zet krijg je een andere kleur polsbandje, die je elke zwemles om doet. Zodat instructeurs aan de hand van het polsbandje kunnen zien in welke groep jij zwemt.

Verder heb je een leskaart nodig, deze koop je bij de receptie om met de lessen te kunnen starten.

Hierbij heb je de keuze uit een tegoed voor 5 of voor 10 lessen. Het tegoed van de 5 lessenkaart dient binnen 6 lesweken verbruikt te zijn. Die van de 10 lessenkaart dient binnen 13 lesweken verbruikt te zijn: je hebt een marge van 3 lessen voor als je kind door omstandigheden niet aanwezig kan zijn. De lessen die niet zijn gebruikt na deze 13 weken komen te vervallen. In bepaalde gevallen kunnen er uitzonderingen gemaakt worden op deze regel (bijvoorbeeld langdurig ziek of blessure).

De les tegoeden worden op een persoonlijke kaart gezet; deze kaart moet je elke keer meenemen als je met je kind naar de zwemles komt. De tarieven van de zwemlessen staan op www.zwembadweert.nl.

Als alle administratie is afgehandeld krijgt het kind een geplastificeerde kaart mee zodat de instructeur in de kleedkamer kan zien dat jij voor de eerste keer komt zwemmen. Deze mag je meenemen naar het zwembad en daar inleveren bij jouw instructeur. Ook mogen ouders de eerste 10 minuten van de les meekijken zodat ze kunnen zien hoe goed jij het doet tijdens de eerste zwemles.

Tijdens de zwemles:

Tijdens de zwemlessen kunnen de ouders/begeleiders zich richting horeca/entreehal/buiten begeven en de laatste 10min van elke zwemles is er de mogelijkheid om met eigen ogen te kijken hoe de kinderen zwemmen.

Om dit allemaal in goede banen te laten lopen hangen er in onze accommodatie op verschillende plekken licht strips. Deze licht strips zijn geplaatst op de volgende punten:

- In de welkomsthal achter de receptie bij de ingang van de omkleedruimtes.
- In de gang richting de douches.
- In het instructiebad bij de ingang van de douches.
- In het 25m bad op de kopse kant aan de zijde van de beweegbare bodem (groep 3 Pinguïn).

Elke kleur van de licht strip heeft een betekenis om ervoor te zorgen dat alles gestroomlijnd loopt tijdens de zwemlessen:

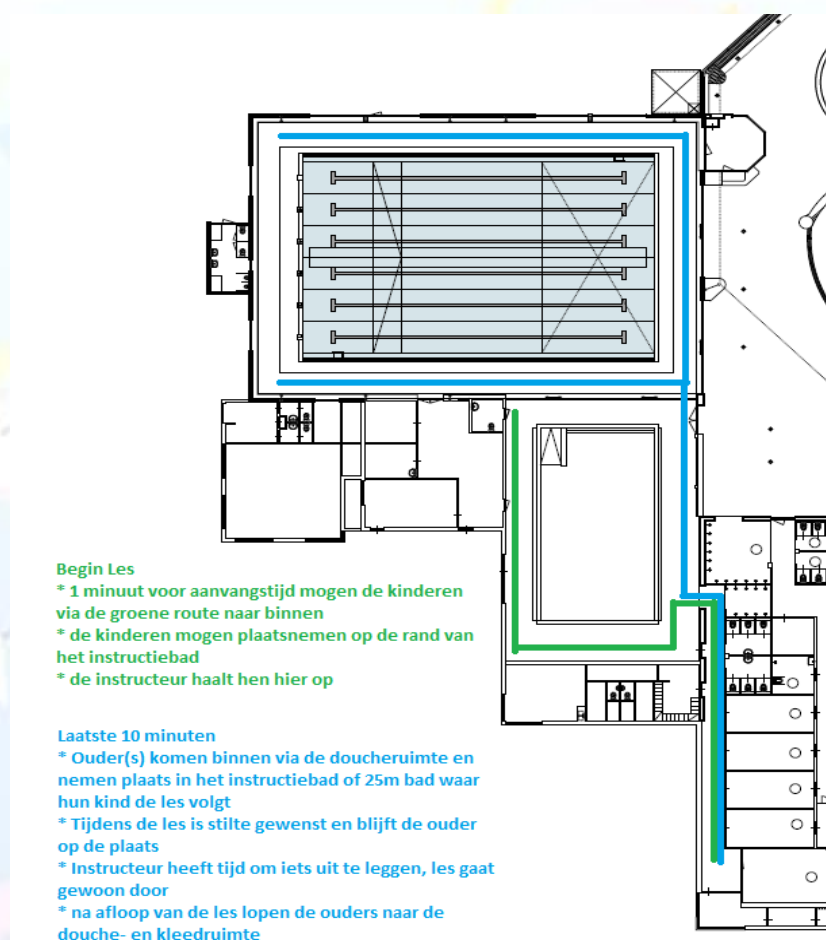
Kleur	Actie	Tijd
Groen	Kinderen mogen richting zwembad lopen en verzamelen op de opstaande rand bij instructiebad. (zie routing zwemlessen)	43-44
Wit	Zwemles is afgelopen en kinderen en ouders verlaten de zwemzaal.	44-45
Rood	Nieuwe zwemles is begonnen zonder dat er ouders aan de zwemzaal aanwezig zijn.	0-35
Blauw	Ouders mogen de zwemzaal betreden om te komen kijken.	35-43
Groen	Kinderen volgende zwemles mogen richting zwembad lopen en verzamelen op de opstaande rand bij instructiebad.	43-44
Wit	Zwemles is afgelopen en kinderen en ouders verlaten de zwemzaal.	44-45
Rood	Nieuwe zwemles is begonnen zonder dat er ouders aan de zwemzaal aanwezig zijn.	0-35
Blauw	Ouders mogen de zwemzaal betreden om te komen kijken.	35-43
Groen	Kinderen volgende zwemles mogen richting zwembad lopen en verzamelen op de opstaande rand bij instructiebad.	43-44
Wit	Vorige zwemles is afgelopen en kinderen en ouders verlaten de zwemzaal.	44-45

- Voor elke lesgroep hangt er een foto van de groepsnaam (Krab, zeepaard, pinguïn, zeehond, dolfijn en octopus) waar ze plaats mogen nemen op de opstaande rand.
- Het aanwezig zijn bij de zwemlessen is niet verplicht.
- Zwemzaal **niet** betreden met buitenschoenen. Blauwe hoesjes voor over de schoenen zijn tegen betaling verkrijgbaar bij de receptie.

- Tijdens het bezoek aan de zwemzaal is het wenselijk dat ouder(s)/verzorger(s) rustig plaatsnemen op de daarvoor bestemde zitplaatsen.
- Bij voorkeur zijn er geen broertje(s)/zusje(s) en andere familieleden of vrienden aanwezig op de zwemzaal (dit i.v.m. drukte op de zwemzaal, in de gangen en in de kleedruimten voor, tijdens en na afloop van de les.). Als er wel broertje(s)/zusje(s) meekomen, dan blijven zij de gehele 10 minuten bij de ouder(s)/verzorger(s) zitten (i.v.m. veiligheid).

Routing kinderen/ouders op zwemzaal

Om de zwemles goed te laten verlopen is het van belang om een goede routing van en naar het zwembad te creëren. Op de plattegrond hieronder staat aangegeven hoe iedereen vanuit de omkleedruimtes richting het zwembad loopt.



Beloningssysteem Bliss de Walvis

Om ervoor te zorgen dat het avontuur van de zwemlesser met Bliss de Walvis bij zwembad De IJzeren Man een leerzame, plezierige en motiverende ervaring wordt is er een beloningssysteem voor de kinderen in het avontuur verwerkt.

Bad	Groepsnaam	Tussen beloning	Eindbeloning groep
1	Krabje Juultje	Sticker/polsbandje	
	Krab Rafke	Sticker/polsbandje	
2	Zeepaardje Bente	Sticker/polsbandje	
	Zeepaard Balein	Sticker/polsbandje	
3	Pinguïnetje Puck	Sticker/polsbandje	
	Pinguïn Dagmar	Sticker/polsbandje	
4	Zeehondje Bobbie en Robin	Sticker/polsbandje	Zwemdiploma A Medaille
5	Dolfijn Bo en Berrie	Sticker/polsbandje	Zwemdiploma B Medaille
6	Octopus Sem en Max	Sticker/polsbandje	Zwemdiploma C Medaille



Overzicht zwemlessen (regulier, bijspijkerles en privé les)

Binnen zwembad De IJzeren Man is er een horizontale planning van de zwemlessen. Dit betekent dat je kind bijna het hele traject op dezelfde dag en tijdstip kan blijven zwemmen. Alleen de diplomagroepen van A (zeehond), B (dolfijn) en C (octopus) opleidingen worden niet elk tijdstip aangeboden. Het voordeel van op dezelfde dag en tijdstip blijven zwemmen is dat instructeurs ook onderling informatie over zwemlessen kunnen doorgeven, zodat ieder kind met persoonlijke aandacht door de zwemlessen en het avontuur van Bliss loopt.

Ook zijn er nog andere zwemlessen die kinderen helpen om het zwemdiploma zo snel mogelijk te halen.

Bijspijker les

Voor kinderen die “vast” zitten in de reguliere lesgroep en een zetje in de rug nodig hebben, bestaat er de mogelijkheid om tijdelijk extra lessen te volgen. Tussentijds en na deze extra lessen wordt er geëvalueerd en bekeken of er meer of minder lessen nodig zijn. Deze bijspijker les duurt een half uur en de groepsgrootte is maximaal 3 kinderen.

Het reserveren van een bijspijker les kan alleen op advies van de zweminstructeur. De kosten van deze les zijn hetzelfde als van 1 “normale” zwemles. Deze bijspijker les is bedoeld als extra les: de reguliere les gaat gewoon door. Vraag bij de receptie wanneer deze bijspijkerlessen plaatsvinden.

Privé les

Het is een zwemles van 30 min waarbij 1 op 1 met een instructeur gewerkt wordt. De dagen en tijden worden in overleg afgesproken. Neem voor meer informatie contact op met het zwembad.

Schoolvakantie zwemlessen:

Let op: Tijdens de schoolvakanties van regio-zuid zijn er geen reguliere zwemlessen i.v.m. openstelling bad recreatief zwemmen. In deze schoolvakanties worden waar mogelijk wel zwemlessen aangeboden in de ochtend. Info hierover zal tijdig voor de vakantie via de mail gecommuniceerd worden.

Oefenen recreatief zwemmen:

Buiten de zwemlessen om is het natuurlijk altijd mogelijk om recreatief te komen zwemmen en daarmee op een leuke manier extra te oefenen. Kijk hiervoor op onze website op welke dagen/tijdstippen wij recreatief geopend zijn.

Voor een volledig overzicht van alle zwemlessen kijk op www.zwembadweert.nl

Online leerlingvolgsysteem

Als zwemlesaanbieder begrijpen we dat je niks wilt missen van de voortgang en het avontuur van je kind met Bliss de Walvis. Daarom maken we bij zwembad De IJzeren Man gebruik van een online leerlingvolgsysteem.

Hier kan je de voortgang van jouw kind(eren) die zwemles volgen bij zwembad de IJzeren Man, vanaf de 1e zwemles tot het behalen van het zwemdiploma inzien. Dit doe we aan de hand van leuke smileys om het kind extra te motiveren en een positieve en plezierige beleving te maken van de zwemles.

Tevens kunnen wij als zwembad ook direct communiceren met alle zwemlessers via het e-mailadres dat je opgeeft bij het aanmaken van een account binnen het leerlingvolgsysteem.

GEEF JE E-MAILADRES DOOR BIJ HET AANMELDEN VAN JE KIND!

Gekleed zwemmen

De kinderen die bij ons in de zwembad zitten leren ook met kleren aan zwemmen. De doelstelling van het zwemmen met kleren aan is het nabootsen van realistische situatie waarin een kind terecht kan komen. Daarmee voorkom je dat kinderen in paniek raken als deze situatie daadwerkelijk plaatsvindt, want kleding kan nogal plakken aan de huid. Binnen zwembad de IJzeren Man hebben we de volgende afspraken gemaakt m.b.t. zwemmen met kleren aan:

Krab Juultje en Rafke	Elke eerste les van de maand met t-shirt aan zwemmen.
Zeepaard Bente en Balein	Elke eerste les van de maand met t-shirt aan zwemmen.
Pinguïn Puck en Dagmar	Elke eerste les van de maand met t-shirt aan zwemmen.
Zeehond Bobbie	Niet met kleren aan zwemmen.
Zeehond Robin (A-opleiding)	Elke week met kleren aan zwemmen
Dolfijn (B-opleiding)	Elke week met kleren aan zwemmen.
Octopus (C-opleiding)	Elke week met kleren aan zwemmen.



De kleding-eisen voor het diplomazwemmen zijn als volgt.

Kleding-eisen diplomazwemmen Nationaal Zwemdiploma A + B

- Badkleding
- Shirt of blouse met lange mouwen
- Lange broek, jurk of rok tot de enkels
- Schoenen (plastic, leren en sportschoenen zijn toegestaan; schoenen zonder echte zool zijn niet toegestaan, bijvoorbeeld geen surfschoenen)



Kleding-eisen diplomazwemmen Nationaal Zwemdiploma C

- Badkleding
- Shirt of blouse met lange mouwen
- Lange broek, jurk of rok tot de enkels
- Jas met lange mouwen (extra vergeleken met zwemdiploma A en B)
- Schoenen (plastic, leren en sportschoenen zijn toegestaan; schoenen zonder echte zool zijn niet toegestaan, bijvoorbeeld geen surfschoenen).



Licentie NRZ

Zwembad De IJzeren Man is in het bezit van de licentie Nationale zwemdiploma's. De Licentie Nationale Zwemdiploma's is een instrument om de kwaliteit van het zwemonderwijs en het [diplomazwemmen](#) voor het Zwem-ABC op een zo hoog mogelijk niveau te krijgen en te houden.

De Nationale Raad Zwemveiligheid (NRZ) verleent zwemlesaanbieders de Licentie Nationale Zwemdiploma's wanneer aan alle kwaliteitscriteria is voldaan. Dan heeft de zwemlesaanbieder het recht om het Zwem-ABC uit te geven.

De zwemlesaanbieder die in het bezit is van de Licentie Nationale Zwemdiploma's laat ouders en kinderen zien kwaliteit heel belangrijk te vinden en wordt jaarlijks getoetst door de Nationale Raad Zwemveiligheid.

De Licentie Nationale Zwemdiploma's houdt in het kort in:

De Nationale Raad Zwemveiligheid verleent een zwemlesaanbieder een licentie om op te leiden voor het Zwem-ABC, wanneer deze voldoet aan de criteria in het Handboek Licentie Nationale Zwemdiploma's.

De Nationale Raad Zwemveiligheid toetst licentiehouders of de zwemlessen samen met het diplomazwemmen voldoen aan de kwaliteitsstandaard van de Licentie Nationale Zwemdiploma's en de Examenregeling Nationale Zwemdiploma's.

Bij alle diploma-toetsingsmomenten is een [Examinator Nationale Zwemdiploma's](#) aanwezig. Tijdens het diplomazwemmen is steekproefsgewijs een [gedelegeerde](#) namens de Nationale Raad Zwemveiligheid aanwezig.

Kijken bij de zwemlessen, testen en diplomazwemmen

Kijken bij de zwemles

De ontwikkeling van je kind kan je altijd en overal volgen via het leerlingvolgsysteem. Maar er gaat natuurlijk niks boven het zelf aanschouwen van de zwemkwaliteiten en het plezier in de les van je kind. Daarom is het mogelijk bij elke zwemles de laatste 10min naar binnen te lopen en met eigen ogen te zien hoe er gezwommen wordt.

Wanneer mag ik nu naar binnen lopen? In het zwembad hangen op verschillende plekken licht strips. De blauwe kleur is het teken om de zwemzaal te betreden voor ouders/verzorgers.

Let op: Vanwege de privacywet is het niet toegestaan andere kinderen dan je eigen kind te fotograferen of te filmen.

Diplomazwemmen en testen

Het diplomazwemmen is voor het kind een mijlpaal en daarom willen wij daar graag een leuk feestje van maken. Bij het diplomazwemmen is daarom ook iedereen uitgenodigd om te komen kijken, supporteren en het feestje voor ieder kind compleet te maken. Bij het diplomazwemmen wordt in de week vooraf getest. Dat houdt in dat de kinderen getest worden op alle vaardigheden die ze moeten kunnen voor het behalen van het diploma. Kinderen die voor alle testonderdelen een voldoende scoren mogen op zwemexamen. Deze kinderen krijgen een formulier van de instructeur mee dat z.s.m. (meteen na de zwemles) ingevuld en ingeleverd moet worden bij de receptie.

Het diplomazwemmen vindt plaats de week na het testen op zaterdagmiddag vanaf:

- 13.00u A-diploma de Zeehonden
- 14.00u B-diploma de Dolfijnen
- 15.00u C-diploma de Octopussen

Op het testformuliertje staat het exacte aanvangstijdstip van het diplomazwemmen. Een kwartier voor aanvang van het diplomazwemmen aanwezig zijn, is tijd genoeg.

Denk wel aan om de juiste kleding voor je kind om mee te nemen (zie hiervoor de kledingvoorschriften).

Zodat we er met z'n allen een knal feest van kunnen maken!!!



Waarom A,B en C diploma!!

Het Zwem-ABC bestaat uit drie diploma's. Wij adviseren om na het behalen van het A-diploma door te gaan met het B- en C-diploma. Met het C-diploma voldoe je aan de Nationale Norm Zwemveiligheid.

Wat kan het kind na het behalen van de diploma's:

Zwemdiploma A: je beheerst vaardigheden voor een zwembad zonder attracties.

Zwemdiploma B: je beheerst vaardigheden voor een zwembad met attracties, zoals een (wildwater)glijbaan, een golfslagbassin en een stroomversnelling>

Zwemdiploma C: je beheerst vaardigheden voor een zwembad met attracties en in open water zonder stroming of grote golfslag, zoals recreatieplassen en bredere sloten/vaarten (behalve de zee). Met dit diploma voldoe je aan de Nationale Norm Zwemveiligheid.

Voor meer informatie kijk je op www.nrz-nl.nl

Gedragscode Zwembranche en Centrum Veilige Sport

Samen met de [Nationale Raad Zwemveiligheid](#), verantwoordelijk voor kwaliteitsborging zwemonderwijs, streven wij naar een zwemklimaat waarin geen sprake is van ongewenst gedrag. Denk hierbij aan pesten, discriminatie of (seksuele) intimidatie. Een zwemles moet sociaal veilig zijn voor een kind. Grensoverschrijdend gedrag hoort daar niet thuis. Wij als Licentiehouder Nationale Zwemdiploma's zorgen ervoor dat er alles aan gedaan wordt om ongewenste zaken te voorkomen. Zo hebben al onze lesgevers een Verklaring Omtrent Gedrag en werken we volgens de [Gedragscode Zwembranche](#).

Ondanks deze maatregelen kan het gebeuren dat het fout gaat of dat u als ouder twijfels heeft maar niet goed weet wat u hier mee moet doen. Meldt dat dan bij ons via info@zwembadweert.nl.

Daarnaast vinden wij het belangrijk dat betrokkenen hierover zo nodig in vertrouwelijkheid kunnen spreken met een externe deskundige. (Ouders/verzorgers van) kinderen die zwemlessen bij ons volgen kunnen dan ook kosteloos een beroep doen op het Centrum Veilige Sport Nederland, onderdeel van het NOC*NSF (www.centrumveiligensport.nl). Een casemanager zal in eerste instantie als vraagbaak dienen. Indien wenselijk kan verdere ondersteuning worden geboden door een vertrouwenspersoon. Ook personen die op andere wijze betrokken zijn bij een dergelijke situatie, bijvoorbeeld iemand die ongewenst gedrag meent waar te nemen of een beschuldigde, kunnen een beroep op het meldpunt doen.