

Lesplan Zwemmend Redden: junior redder, zwemmend redder, lifesaver

Commissie: AB
Kenmerk: Lesplan zwemmend redder
Datum: 2018-07-11

ReddingsBrigade Boxtel is een vrijwilligers organisatie. Naast het opleiden voor zwemmend redder geeft de vereniging kleinschalig elementaire lessen.

1x per week zwemles

De lessen worden gegeven op zaterdagmiddag tussen 14.15 uur en 18.15 uur of op woensdagavond tussen 19.30 uur en 21.30 uur. Een lestijd is niet te kiezen. Doorgaans worden alleen de lifesaver diploma's op de woensdagavond ingedeeld. Het zwemseizoen loopt van september t/m mei en op de eerste zaterdag en woensdag van de schoolvakantie wordt er niet gezwommen.

1x per week krijgt u of uw kind les. De les van zwemmend redder diploma's (junior redder, zwemmend redder en lifesaver) duren één uur.

Onze vriendelijke deskundige instructeurs hebben veel ervaring

Al onze instructeurs zijn gediplomeerd, zijn vrijwilligers en in het bezit van een VOG en hebben de gedragscode van de RBB getekend. Om de kennis van onze instructeur op peil te houden, worden er workshops/scholing bijgewoond. Voor de les of aan het einde van de les hebben onze instructeurs tijd om uw vragen of de vragen van uw kind te beantwoorden.

Aanwezigheid lessen / (proef-)examen

Er wordt verwacht dat u of uw kind altijd aanwezig is. Als dit niet kan dan graag op tijd aan de instructeur door geven. Wij hanteren een 80% aanwezigheidseis, omdat het altijd kan zijn dat u of uw kind onverhoopt niet aanwezig kan zijn. Wij verwachten dat u of uw kind bij het (proef-)examen aanwezig is.

Instream eis

Na het behalen van Zwem ABC kan direct gestart worden met de diploma's van de junior redder en zo verder naar zwemmend redder en lifesaver. Deze diploma's volgen elkaar in logische stappen op en worden dus ook opeenvolgend aangeboden. Hierin is leeftijd mede bepalend, met name als er later wordt ingestroomd/gestart met het zwemmend redder. De leeftijdscategorieën die worden aangegeven bij de diploma's, dienen gelezen te worden als een richtlijn. Men kan ook op latere leeftijd instromen bij bijvoorbeeld een lifesaver diploma.

Kleine groepen

Een groep bestaat uit maximaal 10 kandidaten met hetzelfde niveau. Bij 10 kandidaten in een groep is er één instructeur eventueel met één instructeur in opleiding die de lessen verzorgen. Ook is het mogelijk dat er een stagiaire naast een gediplomeerde instructeur mee les geeft.

Proefexamens

Medio januari van elk seizoen vinden proefexamens plaats. Hierbij wordt de groep getoetst op de voortgang en wordt gekeken naar wat al goed gaat en wat nog aandacht vraagt richting het examen in mei. De proefexamens worden afgenomen door een andere instructeur dan die van de eigen groep.

Tussen de lessen door zal de instructeur u en/of uw kind op de hoogte houden van zijn/haar vorderingen. Afhankelijk van de leeftijd en behoefte van de kandidaat zal de instructeur de communicatie via ouders of via het kind zelf laten verlopen.

Examen

Eind mei vinden de examens plaats voor alle zwemmend redder diploma's. Deze examens worden afgenomen door gediplomeerde examinatoren van Reddingsbrigade Nederland.

De examens van de junior redder diploma's worden door de eigen instructeur afgenomen en beoordeeld, waarbij een gediplomeerd examiner op de achtergrond meekijkt. Deze examiner heeft het eindoordeel over het afgenomen examen.

De examens van de zwemmend redder en lifesaver diploma's zal afgenomen worden door een gediplomeerde examiner en zal de instructeur aanwezig zijn in een ondersteunende rol voor zowel de kandidaten als de examinatoren.

Alle diploma's worden officieel uitgegeven door Reddingsbrigade Nederland

Extra eisen voor lifesaver 1, 2 en 3

EHBO (lifesaver 2 en 3)

Voor de diploma's lifesaver 2 en 3 wordt verwacht dat de kandidaat een erkend EHBO diploma in zijn bezit heeft. Door Reddingsbrigade Boxtel worden erkende EHBO lessen georganiseerd vanuit het Rode Kruis, door gediplomeerde EHBO-instructeurs.

Is de kandidaat al in het bezit van een geldig EHBO diploma, dan wordt gevraagd hiervan een kopie aan te leveren bij het secretariaat vooraf aan het examen.

De lessen worden verzorgd buiten de reguliere zwemlessen om. Aan deze lessen zitten ook extra kosten verbonden. Over kosten en tijdinvestering wordt u tijdig geïnformeerd.

Bij meeste zorgverzekeraars in Nederland is het mogelijk deze kosten te declareren, omdat het bezit van een geldig EHBO diploma wordt gestimuleerd.

Theorie (lifesaver 1, 2 en 3)

Vanaf de lifesaver diploma's wordt ook de theoretische kennis getoetst. Voor de lifesaver 1 kandidaten is dit een schriftelijk examen en lifesaver 2 en 3 een mondeling examen. Deze theorie-examens vinden op dezelfde dag plaats als de examens van het zwemmend redden.

Het behalen van het theorie-examen is een voorwaarde voor het mogen doen van het praktijkexamen.

Er wordt van de kandidaten verwacht dat zij zelfstudie doen thuis om zich de theorie eigen te maken. Tevens zal de instructeur de theorie tijdens de zwemlessen aan bod laten komen.

Voor zelfstudie is een 'handleiding Lifesaver' opgesteld door Reddingsbrigade Nederland. Deze handleiding is tegen een vergoeding via onze brigade te bestellen.

Een aantal weken voor het examen in mei wordt de theoretische kennis getoetst volgens de geldende exameneisen. Met dit proefexamen krijgen de kandidaten een beeld van hoe ze ervoor staan op dat moment en wat er nog aan zelfstudie nodig is om het echte examen te kunnen halen. Het proefexamen wordt afgenomen door een instructeur van de Reddingsbrigade Boxtel.

Voor vragen over de theorie kunnen kandidaten terecht bij hun eigen instructeur.

Algemene informatie zwemmend redden diploma's

De Lifesaving-opleidingen zijn de recreatieve opleidingen van Reddingsbrigade Nederland waarbij kinderen op een sportieve manier hun zelfredzaamheid in het water vergroten. Daarnaast leren zij de basisvaardigheden van het zwemmend redden aan. Lifesavers kunnen zichzelf en anderen uit het water redden wanneer dit nodig is.

Met plezier van het water genieten; dat staat voorop. Leuke en uitdagende zwemlessen en trainingen binden kinderen nog meer aan de reddingsbrigade, wat de kans op doorstroming naar de lifesavingsport vergroot. Uiteindelijk moeten deze activiteiten de opstap vormen naar de vrijwilligersactiviteiten binnen een reddingsbrigade; lifeguard op het strand, instructeur in het zwembad of een andere verenigingsfunctie.

Junior Redder (1 t/m 4) ca. 6 – 9 jaar

Een Junior Redder kan zichzelf redden, is vrij in het water en kan verschillende hulp- en reddingsmiddelen gebruiken om een ander vanaf de waterkant te redden.

Kinderen kunnen na het ZwemABC meteen doorstromen naar Junior Redder 1. Sport en plezier staan bij de Junior Redder diploma's voorop. Het voornaamste doel is om spelenderwijs de zelfredzaamheid van kinderen te vergroten. Eerst door het verder watervreesvrij maken, het verbeteren van de zwemtechniek en het omgaan met bijzondere situaties in het water. Daarna maken kinderen kennis met verschillende hulp- en reddingsmiddelen en wordt een begin gemaakt met het aanleren van de vaardigheden om een droge redding (een redding vanaf de kant) uit te voeren. Wanneer een kind alle diploma's heeft behaald, is hij Junior Redder.

Zwemmend Redder (1 t/m 4) ca. 9 – 12 jaar

Een Zwemmend Redder kan een drenkeling redden door hem te zoeken, te benaderen en te vervoeren, eventueel met hulp- en reddingsmiddelen.

De Zwemmend Redder gaat een stapje verder dan de Junior Redder. Bij deze opleidingen leer je hoe iemand zwemmend gered kan worden (een natte redding). Bij deze natte redding

wordt de nadruk gelegd op het benaderen en het vervoeren van een drenkeling. Samenwerken staat in deze opleidingen centraal. Er wordt meer ingegaan op het handelen tijdens een ongeval, het zoeken van drenkelingen in onbekend water en zorgen voor veiligheid tijdens een redding voor redder en drenkeling. Wanneer een kind alle diploma's heeft behaald, is hij Zwemmend Redder.

Lifesaver (1 t/m 3) ca. 12 – 16 jaar

Een Lifesaver is (nog) geen professional, maar bezit wel de vaardigheden om drenkelingen te redden en hulp te verlenen.

De Lifesaver diploma's zijn de laatste diploma's in de Lifesaving lijn. Een Lifesaver bekwaamt zich in het redden van drenkelingen en het vergroten van zijn zelfredzaamheid en leert daarmee (zelfstandig) adequaat hulp te verlenen, mocht hij ergens een drenkeling aantreffen. Daarnaast maakt het verlenen van eerste hulp ook onderdeel uit van de opleidingen. Wanneer alle diploma's zijn behaald, is iemand een Lifesaver.



