



# Een leerlijn

ifv

optimalisatie van het zwemonderricht

11 februari 2011

# Meerjarenplan

1. watergewenning thuis
2. elementaire watergewenning
3. gevorderde watergewenning
4. 1<sup>ste</sup> zwembrevet
5. kennismaken basisvaardigheden
6. gestructureerd leren zwemmen

# Vijf basisvaardigheden of fundamentals

- **Evenwicht**
- **Stroomlijnen**
- **Stuwen**
  - met de benen
  - met de armen
- **Ademhaling**
- **Rotaties**

# Toepassing



# Geselecteerde leermethoden

1. Cognitief inzichtelijk leren en onderwijzen
2. Zelfstandig leren en leerlinggestuurd onderwijzen
3. Samenwerkend en Sociaal leren
4. Procesgericht leren

# 1. Cognitief inzichtelijk leren en onderwijzen

## Verantwoording

- Het hoofd hoort bij de benen
- Werken met een verstandig publiek
- Werkt efficiënt

# 1. Cognitief inzichtelijk leren en onderwijzen

- **Vanuit** de basisvaardigheden het zwemmen leren begrijpen
- **Via** het kunnen toepassen bij zichzelf (zwemtechnische optimalisatie)
- **Tot** het inzichtelijk verbeteren van anderen

## 2. Zelfstandig leren en leerlinggestuurd onderwijs

### Verantwoording

- Individuele sporten

## 2. Zelfstandig leren en leerlinggestuurd onderwijs

- **Vanuit** het zelfstandig verbeteren van de fysieke conditie via opgegeven schema's
- **Via** het zwemtechnisch vervolmaken in groep
- **Tot** het gedifferentieerd zelfstandig werken in groep

# 3. Samenwerkend en Sociaal leren

## Verantwoording

- Sociale vaardigheden ontwikkelen
- Diverse rollen, leren aanvaarden van beslissingen

# 3. Samenwerkend en Sociaal leren

- **Vanuit** het gebruik van een zwemtechnische normkaart bij een medestudent
- **Via** het zwemtechnisch evalueren in groep
- **Tot** projectmatig werk

# 4. Procesgericht leren

## Verantwoording

- Investigate to accumulate (koppeling met cognitief leren)

## 4. Procesgericht leren

- **Vanuit** het kunnen opmaken van een normkaart evolutie bij zichzelf
- **Via** het optimaliseren van de eigen zwemtechnische vervolmaking mbv opgedragen oefenstof
- **Tot** het toepassen van een leerproces in een opgegeven situatie

# Evaluaties

**Normkaarten**

**Opmaak van een driefasige paper**

**Demo's op droge**

**Boetseren**

**Verhaallijn vertellen**

**Schriftelijke groepstest**

**Huiswerk**



# Veel succes

