



Wegwijs in Díplomaland



Voorwoord

Het team van Duikerdel heet u van harte welkom in onze accommodatie. De komende tijd bent u onze gast, samen met uw kind(eren) die 'op zwemles' gaan. Graag willen wij u via deze brochure informeren over onze werkwijze.

Zwemdiploma A

De lessen voor Zwemdiploma A zijn verdeeld in niveaus.

Beginners starten in niveau 0: los drijven op buik en rug en een beenslag (zonder gebruik van drijfmiddelen);

Niveau 1: het aanleren van een goede technische beenslag op buik en rug, zowel de schoolbeenslag, enkelvoudige rugslag en borst- en rugcrawlbeenslag;

Niveau 2: het aanleren van een krachtige beenslag, los zwemmen op de rug en het aanleren van borst-/ en rugcrawl;

Niveau 3: het aanleren van de schoolslagcombinatie, los zwemmen op de rug, het verbeteren van de borst- en rugcrawl (moeilijke onderdelen, waardoor dit niveau meestal het langst duurt);

Niveau 4: definitief zwemmen in het diepe bad (springen, draaien, duiken en zwemmen over langere afstanden);

Niveau 5: de puntjes op de i, waarna uw kind (bijna) kan afzwemmen.

Na het doorlopen van elk niveau verdient uw kind een sticker die thuis op het certificaat kan worden geplakt.

Oefenen gekleed zwemmen

Het gekleed zwemmen wordt voor alle drie zwemdiploma's regelmatig geoefend. Bij zwemdiploma A zwemt uw kind iedere **eerste les van de maand** voor niveau 0 tot en met 3 met kleding. Bij niveau 4 en 5 zwemmen de kinderen **iedere les** met kleding.

Niveau 0 en 1: badkleding en t-shirt.

Niveau 2: badkleding, t-shirt en waterschoenen.

Niveau 3, 4 en 5: badkleding, t-shirt, korte broek (geen legging) en waterschoenen

Zwemdiploma B

De lessen voor Zwemdiploma B lijken op de oefeningen voor niveau 4/5 van Zwemdiploma A, met dit verschil dat de afstanden groter worden (voor de conditie) en de techniek van de zwemslagen nog verder wordt verbeterd.

Bij zwemdiploma B zwemt uw kind iedere les met kleding: shirt met lange mouwen, lange broek (geen legging) en waterschoenen.

Zwemdiploma C

Om het Zwem-ABC compleet te maken kan uw kind doorgaan voor Zwemdiploma C. Hierbij wordt de kinderen aangeleerd hoe ze moeten zwemmen met kleding, inclusief een regen- of windjack. We bevelen dit diploma aan, omdat deze extra vaardigheden de veiligheid van de kinderen nog verder bevordert.

Bij zwemdiploma C zwemt uw kind iedere les met kleding: shirt met lange mouwen, lange broek (geen legging), regen-/ of windjack en waterschoenen.

Ruimte om te spelen

De laatste vijf minuten van de les mogen de kinderen nog even ontspannen en voor zichzelf spelen. De laatste les van de maand gaan we gezellig met alle kinderen van de glijbaan.

Afzwemmen

Het diploma zwemmen vindt plaats op zondag (uitzonderingen zijn mogelijk). De kinderen die mogen afzwemmen krijgen van de instructeur een uitnodiging mee met daarop de datum en het tijdstip.

Plezier

Wij zijn van mening dat het leren zwemmen een uitdaging moet zijn voor uw kind(eren). Plezier in het zwemmen is een belangrijke voorwaarde om het 'snel' en goed te leren. Er wordt daarom veel tijd besteed aan het vertrouwd raken met water. Als uw kind zich prettig en veilig voelt, wordt een begin gemaakt met het aanleren van de zwemslagen.

Wij wensen u en uw kind(eren) een plezierige tijd toe in zwembad Duikerdel.



Aanmelden

Aanmelden voor de zwemlessen kan persoonlijk bij de receptie van het zwembad (Oostelijke Randweg 15, Noord-Scharwoude) of via het inschrijfformulier op de website www.duikerdel.nl.

Vorbereiding op de zwemles

Het is verstandig om voorafgaand aan de eerste zwemles regelmatig met uw kind te gaan 'vrij zwemmen'. Zo kan uw kind vertrouwd worden met het zwembad waar de lessen worden gegeven.

Het zwemlesseizoen

Het zwemlesseizoen loopt gelijk aan een schooljaar, begint direct na de grote vakantie en gaat door tot de volgende zomervakantie. Met uitzondering van de kerstvakantie en de erkende feestdagen gaan de zwemlessen tijdens de schoolvakanties door. De schoolvakanties in Duikerdel lopen gelijk aan de schoolvakanties van de basisscholen in de gemeente Langedijk.

De duur van de lessen

De meest gangbare manier om te leren zwemmen is eenmaal per week een uur zwemles. De lessen kunnen starten zodra de kinderen vijf jaar zijn. (Afhankelijk van het aantal beschikbare plaatsen kunnen soms kinderen van vierenhalf jaar beginnen). De lessen worden op diverse dagen en tijdstippen gegeven. Als er plaatsen vrijkomen voor nieuwe kinderen, worden de ouders telefonisch benaderd met een voorstel voor een lestijd. Er wordt zoveel mogelijk rekening gehouden met wensen en voorkeur.

Gemiddeld doen de kinderen er ongeveer anderhalf seizoen over. De veel gehoorde vraag 'Hoe lang duurt het voordat mijn kind kan afzwemmen?' is dan ook niet makkelijk te beantwoorden aangezien anderhalf seizoen een gemiddelde is.



De eerste keer naar zwemles

U meldt uw kind aan bij de receptie en koopt daar een leskaart. Daarna helpt u uw kind met omkleden en loopt mee naar de zwemzaal. Een van onze instructeurs zal u daar welkom heten en onze huisregels met u doornemen. Dit duurt ongeveer een kwartier. De instructeur die uw kind les geeft loopt met de kinderen een rondje door het gebouw om te laten zien waar de douches en de toiletten zijn en gaat vervolgens met ze het water in. Meegaan met uw kind is alleen bij de eerste zwemles toegestaan. De overige lessen kunt u volgen in ons Sportcafé. Uw kind krijgt een niveaucertificaat, waarop u in één oogopslag kunt zien met welke oefeningen uw kind bezig is.

Uw kind zal zoveel mogelijk bij dezelfde instructeur zwemmen. Bij ziekte of verlof wordt de les door een collega overgenomen. We streven ernaar om zo min mogelijk te wisselen van instructeur. Ook stellen we alles in het werk om uw kind zoveel mogelijk op dezelfde lestijd te laten zwemmen. Dit kan op uw of ons verzoek worden aangepast. Zo kan het voorkomen dat kinderen de lesstof snel door hebben en dat ze beter op hun plaats zijn in een andere groep. Als uw kind meer moeite heeft met het aanleren van bepaalde onderdelen, is het mogelijk dat hij of zij tijdelijk een niveau teruggaat. We proberen dan dezelfde lestijd te handhaven.

ABC

De medewerkers van Duikerdel leiden uw kind(eren) op voor het Zwem ABC. Sinds 1998 zijn dit de standaard zwemdiploma's die door de Nationaal Platform Zwembaden | NRZ worden uitgegeven. Met Zwemdiploma C is de basisopleiding voltooid en is uw kind officieel 'zwemveilig'. De nadruk bij het Zwem ABC ligt vooral op het overleven en kunnen recreëren bij, in, op en onder water. Zwembad Duikerdel biedt ook lessen voor hogere diploma's aan.

Zwemvaardigheidsdiploma's

Kinderen die het Zwem ABC hebben behaald kunnen verder gaan met de diploma's Zwemvaardigheid. Deze lessen duren ook één uur. Bij de lessen voor de diploma's Zwemvaardigheid wordt ook iedere les met kleding gezwommen. Voor de vaardigheden waaraan uw kind moet voldoen en de kledingseisen, verwijzen wij u naar onze website: www.duikerdel.nl.

Snorkelen

De snorkellessen duren een half uur. Om deel te kunnen nemen aan deze lessen, moet uw kind beschikken over een goede borstcrawl zoals die is vereist voor Zwemdiploma C. Zonder dit diploma is uw kind teveel tijd kwijt aan het aanleren van een goede techniek. Kinderen kunnen voor drie verschillende diploma's Snorkelduiken afzwemmen.

Leerlingvolgsysteem

Het leerlingvolgsysteem biedt ouders en kinderen de mogelijkheid om de zwemvorderingen via de website te volgen. Als u de naam van uw kind en een wachtwoord heeft ingevoerd, kunt u het niveau zien waarop hij of zij zich bevindt, de lestijd, de eisen van het niveau en de vorderingen van uw kind. De scores worden minimaal één keer per drie weken aangepast.

Contact met de instructeur

Het contact met de instructeur vindt plaats via het 'belbriefje'. Wilt u de vorderingen van uw kind persoonlijk bespreken met de instructeur dan kunt u zo'n briefje invullen en achterlaten bij de receptie. U wordt dan teruggebeld door de instructeur. Een korte mededeling kan via de receptioniste worden doorgegeven.

Foto- en videoles

Eens per kwartaal stellen wij u in de gelegenheid om de zwemprestaties van uw kind te komen vastleggen voor later. Een hele week laten wij de ouders het laatste kwartier van de zwemles toe in de zwemzaal om foto's of video-opnamen te maken. Deze foto- en videoles wordt aangekondigd bij de receptie en wordt vermeld op onze website.

Snelcursus

In vakanties bieden wij Snelcursus aan voor kinderen die in onze zwembaden lessen volgen. De kinderen moeten minimaal vijf jaar oud zijn en in het bezit van de eerste sticker op het certificaat. Er wordt dagelijks één uur gezwommen. De opzet van de snelcursus is om de kinderen binnen een kort tijdsbestek sneller te laten doorstromen.

Gebleken is dat de kinderen, ondanks de ogenschijnlijk hoge belasting, enthousiast zijn en in een week grote vorderingen kunnen maken. De inschrijving en zwemdata voor de snelcursussen worden aangekondigd bij de receptie en op onze website. Aanmelden kan alleen persoonlijk bij de receptie, waarbij de Snelcursus direct wordt afgerekend.



Het leskaartensysteem

De 10-leskaarten, voor één les per week van één uur of een half uur, zijn geldig voor tien lessen in een periode van tien weken.

De 5-leskaarten zijn geldig voor vijf lessen in een periode van vijf weken (deze kaart is alleen beschikbaar voor de lessen van één uur).

Kaarten worden op aansluitende datum verlengd. Met andere woorden: is een kaart verlopen, dan gaat een nieuwe kaart een week later automatisch in.

Bij de aankoop van een leskaart worden de lessen op een digitale leskaart gezet. Bij binnenkomst stopt u uw kaart in de paslezer, waarna uw kind door het draaihekje kan lopen. In het venster van de paslezer kunt u aflezen wat de einddatum van uw leskaart is. Om met uw kind mee naar de kleedkamer te gaan kunt u de leskaart nogmaals in de paslezer aanbieden zonder dat er nogmaals een les van de kaart wordt afgeschreven. Hetzelfde doet u na de les om te helpen bij het aankleden van uw kind. Tijdens de les kunt u een kop koffie drinken in ons Sportcafé.

Als uw kind mag afzwemmen, levert u de lespas in bij de receptie en wordt de waarde die u nog over heeft verrekend met de kosten van het afzwemmen en contant terug betaald of op uw rekening gestort. Voor het volgende diploma neemt u een nieuwe leskaart.



Zwemles gemíst

Een gemiste les kan niet op een ander tijdstip worden ingehaald en de waarde hiervan vervalt.

Wij bieden de kinderen die lessen volgen voor het A-diploma gratis vrijzwemmen aan.(lespas meenemen) Wij willen hiermee stimuleren dat kinderen buiten de lessen komen oefenen. De verplichte begeleider betaalt een vrijzwemkaartje.

Ziekte

Bij elke ziekmelding zijn, vanaf het moment van melding, de eerste twee gemiste lessen voor eigen rekening. Meldingen achteraf worden niet behandeld.

Bij langdurig ziekteverzuim dient u dit zo snel mogelijk te melden bij de receptie. Wanneer uw kind weer beter is wordt u verzocht om contact met ons op te nemen. Als u tijdelijk of geheel wilt stoppen met de zwemles, dan wordt een restant lessen niet vergoed.

Garantieplan Zwemdiploma A

Het garantieplan gaat in werking bij kinderen vanaf 5 jaar die twee jaar zwemles hebben gevolgd in ons zwembad en het A-diploma nog niet hebben behaald.

Daarbij mogen er geen onderbrekingen, langer dan 2 weken, zijn geweest.

De overige lessen tot het afzwemmen worden zonder verdere kosten aangeboden.

Komt uw kind hiervoor in aanmerking dan neemt de coördinator van de zwemlessen contact met u op om dit verder met u te bespreken.

*Als u nog vragen heeft dan kunt u altijd bij ons terecht
of kijk op onze website www.duikerdel.nl*

