

WATERVEILIG!

ZWEM VEILIG EN VOORKOM ONGELUKKEN
IN EN OM HET WATER

DOCENTENHANDLEIDING

Maak een eenvoudige les per thema
met tips en voorbeelden uit deze handleiding



KNRM
REDDERS OP ZEE



WAT KUN JIJ?

Welk zwemdiploma heb jij,
en hoe vaak zwem je?



WAT WEET JIJ?

Waar zwem jij, en is het
daar leuk en veilig?



WAT DOE JIJ?

Wat zou jij doen als iemand
bijna verdrinkt?

WELKOM BIJ WATERVEILIG

Met Waterveilig laat je leerlingen kennismaken met veiligheid in en om het water.

Hun eigen kennis, houding en gedrag spelen een doorslaggevende rol bij het voorkómen van ongevallen. Ongevallen die vaak ernstige gevolgen kunnen hebben.

Gebruik Waterveilig in een project over zwemmen, watersport, veiligheid of zelfs ethiek. Als losse lessen, of als project vóór de zomervakantie. Bepaal zelf welk thema uit Waterveilig je in de les gebruikt en hoeveel tijd je eraan besteedt.

LESDOEL

Waterveilig is gemaakt voor leerlingen van groep 7 en 8. Het maakt ze bewust van de manier waarop zij de veiligheid van henzelf en anderen op en om het water kunnen vergroten.

Het gaat vooral om drie zaken:

1. **WAT WEET JIJ?** Hier toetsen en vergroten we de van kennis van leerlingen.
2. **WAT KUN JIJ?** Hier helpen we kinderen inschatten en ontdekken wat zij wél en niet kunnen, en wat de invloed van externe factoren is op hun vaardigheden.
3. **WAT DOE JIJ?** Hier helpen we kinderen nadenken en inzien wat de invloed van omgevingsfactoren en hun gedrag is voor de veiligheid op en om het water.

AANSLUITING OP DE KERNDOELEN

Waterveilig sluit aan op de volgende kerndoelen voor het basisonderwijs:

Kerdoel 34: De leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.

Kerdoel 35: De leerlingen leren zich redzaam te gedragen in sociaal opzicht, als verkeersdeelnemer en als consument.

Kerdoel 58: De leerlingen leren samen met anderen op een respectvolle manier aan bewegingsactiviteiten deelnemen, afspraken maken

over het reguleren daarvan, de eigen bewegingsmogelijkheden inschatten en daarmee bij activiteiten rekening houden.

HOE GEBRUIK JE HET LESPAKKET?

De basis van het lespakket is het **werkboekje**.

Met dit boekje kunnen de kinderen zelfstandig aan de slag met verschillende opdrachten.

Wil je er een les mee vullen? Kies dan één of meer thema's uit het boekje. *Het volledige boekje is teveel voor één les.*

GEBRUIK DE WOONOMGEVING ERBIJ

Voor iedereen is 'Leren zwemmen en blijven zwemmen' belangrijk, ongeacht waar je woont.

Voor scholen aan zee zijn de onderwerpen over 'Zwemmen in zee' heel logisch.

Voor scholen langs de grote rivieren is het onderwerp 'Stromend water' toepasselijker.

MAAK ER EEN PROJECT VAN

Gebruik Waterveilig als onderdeel van een project over water, zwemmen, watersport of veiligheid. Maak er een creatieve les van door leerlingen een filmpje of werkstuk te laten maken over veiligheid op en om het water.

BETREK OUDERS BIJ HET ONDERWERP

Geef leerlingen bijvoorbeeld een thuiswerk-opdracht door ouders te interviewen over een thema-opdracht.

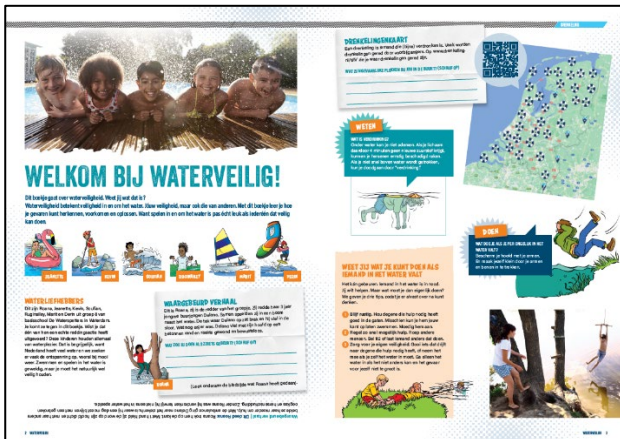
Zie hiervoor de bijlage 'thuiswerk opdrachten'.

GEBRUIK AANVULLEND (DIGITAAL) LESMATERIAAL!

In deze handleiding geven we tips bij de verschillende thema's.

Je vindt ondersteunend materiaal op de website www.waterveilig.nl

TIPS VOOR LESSEN MET HET WERKBOEKJE



PAGINA 2 EN 3 - INLEIDING

Vraag eens aan de kinderen:

- Wie speelt er wel eens in, op of om het water?
- Alleen in de vakantie?
- Wie zijn watersporters? Surfen, zeilen, kano?
- Denken ze wel eens na over gevaarlijke situaties?

Gebruik filmpjes

Introduceer de les met een film over veiligheid op en om het water.

➤ ZIE HET DIGITAAL LESMATERIAAL

Kind bijna verdrinken op vakantiepark

Een kind is dinsdagavond bij een vakantiepark verdrinken, nadat het kind in het zwembad dreigde te verdinken. Een traumahelikopter heeft het kind in 'ernstige toestand' overgebracht naar het ziekenhuis.

Een voor vijf uur werden de hulpdiensten gealarmeerd, nadat het kind in het zwembad dreigde te verdinken. Hoe dat precies kon gebeuren is nog onduidelijk, maar volgens de politie gaat het om een ongeval.

Naast de toegesnelde brandweer en ambulance kwam ook de politie naar het vakantiepark. Daar hebben zij

Bespreek het nieuws.

Gebruik een bericht uit het nieuws over verdrinkingen om te vragen of iedereen weet wat verdrinking is.

➤ ZIE HET DIGITAAL LESMATERIAAL

Bespreek waterlocaties in de buurt

Vraag kinderen of er plaatsen zijn rond de school waar je per ongeluk te water kunt vallen. Hebben ze wel eens nagedacht wat ze moeten doen als ze per ongeluk in het water vallen? Kun je er dan zelf uit komen? Of zou je hulp nodig hebben?

➤ GEEF EEN THUISWERK OPDRACHT (ZIE WEBSITE)

➤ OP DE WEBSITE WWW.DRENKELING.NL STAAT EEN KAART MET LOCATIES WAAR DRENKELINGEN ZIJN GERED.



PAGINA 4 EN 5 - WATER RONDOM HET HUIS

De oplossing van 'Kraak de code' is HELDENDAAD.

Vraag eens aan de kinderen:

- Wie hebben een zwembad?
- Durft een kind eerlijk te zeggen dat het niet kan zwemmen?

Bekijk het filmpje hoe snel iets fout kan gaan.

Bespreek een nieuwsbericht.

Er zijn veel voorbeelden van waterongevallen.

➤ ZIE HET DIGITAAL LESMATERIAAL OP DE WEBSITE.

Kind stapt zó het zwembad in:

<https://www.instagram.com/p/BWg9dcjhBUI/>

➤ GEEF EEN THUISWERK OPDRACHT (ZIE WEBSITE)

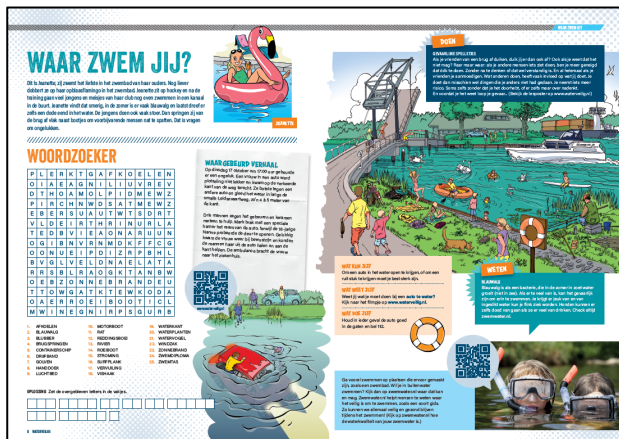
Het is niet erg als je niet kunt zwemmen, maar speel dan niet vlakbij of in het water. Laat kinderen elkaar in de gaten houden, ook al is het water heel ondiep.

(Zijn er kinderen in groep 7 en 8 die nog niet kunnen zwemmen? Ga dan in gesprek met ouders over zwemles en eventuele financiële ondersteuning die daarbij mogelijk is. Heeft jouw gemeente of een vereniging hier een project voor?)

3-jarige verdrinkt bijna in klein laagje water

Het laagje water in het zwembad was hooguit 5 tot 10 centimeter, toch kostte het water de 3-jarige bijna zijn leven. Het jochie was samen met zijn oudere zusje aan het spelen in een opblaas zwembad, toen het mis ging. Bijna was hij verdrinken.

Binnen een minuut lag hij met zijn gezicht in het water. Zijn zusje had niks door, die dacht dat hij aan het spelen was. Het jochie werd gevonden door zijn opa's, die direct begon met reanimeren. Ondertussen werden de hulpdiensten gealarmeerd. Politieagenten die als eerste ter plaatse waren, namen de



PAGINA 6 EN 7 - WAAR ZWEM JIJ?

Deze pagina's gaan over zwemmen in buitenwater. En het gaat over gevaarlijk gedrag.

Stel vragen aan de klas:

Doen kinderen dat na, of durven ze NEE te zeggen?
Doen kinderen elkaar na bij gevaarlijke spelletjes?
Durven ze nee te zeggen tegen gevaarlijk gedrag?
Zouden ze in het water springen als ze niet kunnen zwemmen?
Wat zouden kinderen doen als ze iemand in het water zien liggen?

Bespreek de omgeving

Is er goed zwemwater bij jou in de buurt?
Op www.zwemwater.nl vind je zwemlocaties en de testresultaten of het water schoon is.

Bekijk het filmpje auto te water op www.waterveilig.nl

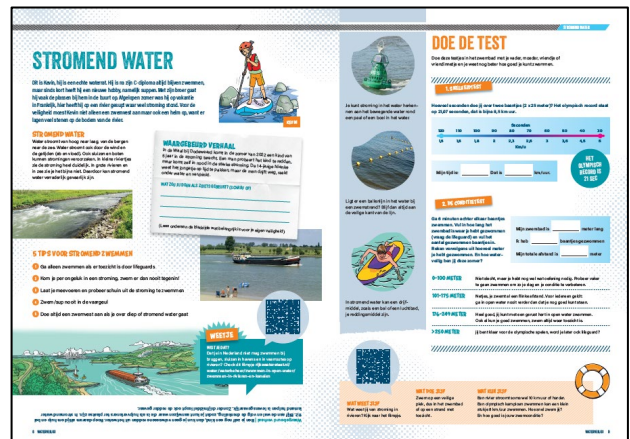
Speel na hoe je moet alarmeren via 112

Wat moet je doorgeven bij alarmeren.
Zie ook het stripverhaal op de achterpagina (16).

➤ **ZIE HET DIGITAAL LESMATERIAAL OP DE WEBSITE.**

➤ **GEEF EEN THUISWERK OPDRACHT (ZIE WEBSITE)**

Laat kinderen zelf een **verslag** maken van een bezoek aan zwemwater in de buurt (met hun ouders bijvoorbeeld). Wat valt ze op?



PAGINA 8 EN 9 - STROMEND WATER

Ligt je school dichtbij grote rivieren? Gebruik dan vooral deze les.

Stromend water is gevaarlijk om in te zwemmen.

Op veel plaatsen in Nederland is het verboden te zwemmen in stromend water.

Bespreek het nieuws.

Gebruik een bericht uit het nieuws over verdrinkingen in rivieren. Het zijn vaak kinderen die verdrinken.

Hoe goed kunnen kinderen zwemmen?

Hoeveel baantjes kunnen ze achter elkaar door zwemmen? Kun je dat testen?

Maak een rekensommetje

Bijvoorbeeld: de rivier de Waal kan 1 meter per seconde stromen. Hoeveel km/uur is dat?
Hoeveel baantjes zwemmen in een 25 meter zwembad is dat in een half uur?

Bekijk een filmpje van een interview met een redder van een drenkeling.

Stel vragen hierover:

- Wat zou jij doen?
- Kun je dat wel? Kun jij goed zwemmen?
- Wat kun je wél doen als je niet te water kan?

➤ **ZIE HET DIGITAAL LESMATERIAAL OP DE WEBSITE.**

Leer kinderen goed alarmeren. (zie stripverhaal)

Betrek ouders bij het onderwerp.

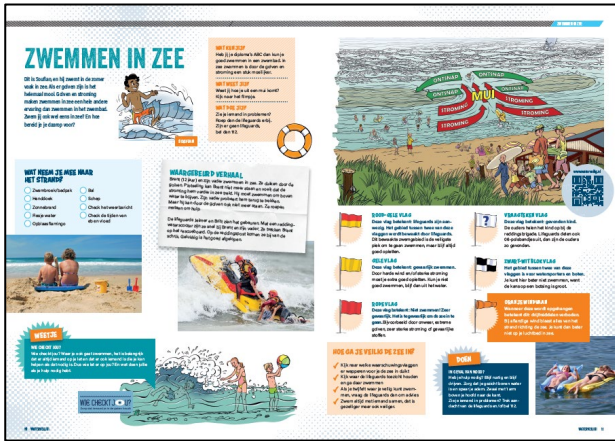
➤ **GEEF EEN THUISWERK OPDRACHT (ZIE WEBSITE)**

Derde dode in de Waal in vijf dagen: jongen (13) verdrinken tijdens zwemmen

Het lichaam van de 13-jarige jongen, die vrijdagochtend verdronk in de Waal, is gevonden. De jongen ging vrijdagochtend kopje-onder tijdens het zwemmen en kwam daarna niet meer boven water. Zijn vrienden sloegen groot alarm. Eerder deze week zijn al twee doden uit de rivier gehaald, onder wie een man, die dinsdag tijdens het zwemmen voor de ogen van zijn familie door het stromende water werd meegenomen. Zondag verbleven een zwemmer, wiens lichaam waarschijnlijk is teruggevonden in de Waal bij Rossum.

Draaikolken

Langs de rivieren zijn door de lage waterstand brede stranden ontstaan tussen de kribben. Door het zonnetje weer komen er dagelijks duizenden mensen naar toe. Rijkswaterstaat en



PAGINA 10 EN 11 - WERKBOEKJE ZWEMMEN IN ZEE

Ligt je school dichtbij zee? Of gaan kinderen vaak naar het strand? Gebruik dan vooral deze les. Deze pagina's zijn belangrijk. Ook als je misschien maar één keer per jaar naar het strand gaat.

Stel vragen:

- Wie gaat er wel eens naar het strand?
- Durf je te zwemmen in zee?
- Wanneer wel? Wanneer niet?
- Hoe weet je of zwemmen veilig is of niet?
- Wie weet wat de waarschuwingsvlaggen betekenen?
- Weet je wat een mui is?

Jongetje van 8 vermist in zee

Op de Maasvlakte is gisteravond enkele uren een grote zoekactie geweest naar een jongetje van 8 jaar. Volgens een woordvoerder van de politie is de kans heel klein dat hij nog levend uit het water wordt gehaald.

De zoekactie is rond 21.00 uur gestaakt omdat het door de stroming en het getij niet meer aannemelijk was dat de jongen gevonden werd op de plaats waar hij te water is geraakt.

Aan het begin van de avond is met man en macht gezocht, onder meer met een helikopter, een duikteam en een drone team met een warmtecamera. Zondag gaat het zoeken weer verder.

Lees het nieuws:

Gebruik een nieuwsbericht over een redding of een verdrinking in zee.

➤ **ZIE HET DIGITAAL LESMATERIAAL OP DE WEBSITE.**

Informeer bij een reddingsbrigade bij jou in de buurt of iemand bereid is schoolklassen of groepen kinderen meer te vertellen over zwemmen in zee. Kijk op www.reddingsbrigade.nl voor locaties.

Betrek ouders bij het onderwerp.

➤ **GEEF EEN THUISWERK OPDRACHT (ZIE WEBSITE)**



PAGINA 12 EN 13 - WERKBOEKJE WATERSPORT

Stel vragen:

- Weten kinderen wat watersport is?
- Kunnen ze voorbeelden noemen?
- Watersport is ook gewoon voor je plezier zeilen of motorbootvaren.
- Welke kinderen doen aan watersport?
- Waarom is een reddingsvest belangrijk?

Bespreek het weerbericht:

- Wie leest er wel eens een weerbericht?
- Wat zegt het weerbericht over vandaag en morgen?
- Houd jij rekening met het weerbericht als je naar buiten gaat?
- Bij welk weer zou je thuis blijven?
- Wat betekent code geel?

Lees een reddingsverslag over slecht weer.

Veel watersporters letten niet goed op de weerberichten. Dat loopt soms verkeerd af.

Opdracht:

Stel een geschiedenisvraag aan je ouders of opa en oma: welke storm kunnen ze zich nog herinneren? Waarom kennen ze die storm nog?

➤ **ZIE HET DIGITAAL LESMATERIAAL OP DE WEBSITE.**

➤ **GEEF EEN THUISWERK OPDRACHT (ZIE WEBSITE)**

Laat de kinderen hun eigen weerbericht maken.

Door windvlaag verrast

Het had een leuk zeiltochtje op het moeten worden voor vier jonge zeilers. Maar door een stevige windvlaag eindigde hun zeilboot op zijn kant in het koude water. Dat is schrikken! Hun begeleiders alarmeerden gelukkig snel de Kustwacht!

Mark, schipper van de reddingboot van Huizen vertelt: 'Toen we aankwamen zaten de jongens kletsnat en klappertandend in de boot van hun begeleiders. Aan boord van onze reddingboot kregen de jongens een speciale isolatie deken om zich heen. Op volle kracht zijn we naar het reddingstation gevaren. Daar hadden ze de verwarming al lekker hoog gedraaid en stond de thee klaar. Maar om te laten ho-



PAGINA 14-15 - WERKBOEKJE SAMENVATTING

Bespreek de samenvatting:

Hier staan de belangrijkste weetjes om te onthouden. Waarom is het belangrijk dat ze deze onthouden?

Stel vragen:

Welke redding organisaties kennen de kinderen?
Welk kind wil er een spreekbeurt over houden?
Zijn er kinderen lid van een reddingsbrigade of van de KNRM?

Wie zijn de redders op en om het water?

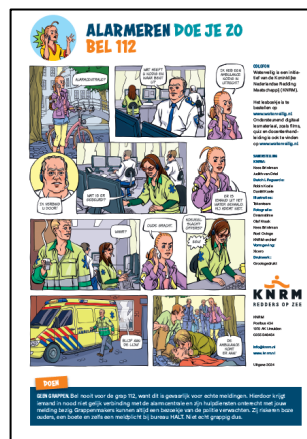
Dat zijn mensen die durven helpen.
Waarom noemen we ze "HELDEN"?

Creatief bezig zijn?

Maak een tekening van een redding.
Ontwerp een reddingsmiddel.
Schrijf een spannend reddingverhaal.

➤ GEEF EEN THUISWERK OPDRACHT (ZIE WEBSITE)

Laat kinderen hun eigen reddingsteam samenstellen en uitzoeken wat daarvoor nodig is. Maak er eventueel een groepsopdracht van, zodat ze als team iets moeten uitzoeken, maken en presenteren.



PAGINA 16 - WERKBOEKJE HOE ALARMEER JE?

Stel vragen:

Wie kun je bellen via 112?
(politie, ambulance, brandweer) als je zelf of iemand ander met spoed hulp nodig heeft.

Heb je wel eens meegemaakt dat je 112 moest bellen? Waarvoor was dat?

Waarom mag je 112 nooit voor de grap bellen?
(omdat je dan een telefonist aan de praat houdt, terwijl een andere beller - die echt hulp nodig heeft - dan moet wachten op jou).

Hoe kun je bij het alarmeren vertellen waar je precies bent?

Waarom moet je bij alarmeren vertellen wat er is gebeurd?
(dan weet de alarmcentrale welke hulpdienst gealarmeerd moet worden).

HEB JE TIPS VOOR ONS?

Het lespakket WATERVEILIG hebben we zodanig opgesteld dat we gemakkelijk jouw feedback kunnen verwerken. Een bijgewerkte versie van het digitaal lesmateriaal is dan snel online beschikbaar.

Help ons het pakket te verbeteren door jouw antwoorden op onderstaande vragen aan ons te mailen:

Wat is je algemene indruk van het totale lespakket Waterveilig (kruis aan wat van toepassing is):

- ☐ Omvangrijk, maar modulair goed te gebruiken
- ☐ Goed te gebruiken dankzij alle aanvullende middelen op de website
- ☐ Te ingewikkeld om een les van te maken
- ☐ Leerzaam
- ☐ Anders:

.....

.....

.....

Hoe heb je het pakket gebruikt?

- ☐ Eén of meer onderdelen in een les behandeld, samen met het lesboekje.
- ☐ Het lesboekje uitgedeeld met een opdracht
- ☐ Een project gemaakt van één of meer onderdelen.
- ☐ Het lesboekje alleen aan de kinderen meegegeven naar huis.

Welke onderdelen heb je gebruikt?

- ☐ Lerarenhandleiding
- ☐ Lesboekje voor leerlingen
- ☐ Thuiswerk opdrachten
- ☐ Filmpjes
- ☐ Powerpointpresentatie

Welke periode van het jaar vind je het meest geschikt voor dit lespakket?

- ☐ Najaar (september t/m november)
- ☐ Winter (december t/m februari)
- ☐ Voorjaar (maart t/m mei)
- ☐ Zomer (juni t/m augustus)

Zou je het pakket nog een keer willen bestellen en gebruiken?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Zou je bereid zijn een bijdrage van € 10,- te betalen voor het toesturen van 30 leerlingenboekjes?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Welke verbeteringen of veranderingen vind je nodig om door te voeren?

.....

.....

.....

Overige tips

Heb je meer tips voor ons naar aanleiding van het lespakket, de opdrachten of creatieve resultaten? Laat het ons dan weten.

Stuur de enquête en je tips via de mail naar:

info@knrm.nl

Onder vermelding van 'Waterveilig lespakket'.

Heb je werkboekjes Waterveilig via de website besteld? Dan sturen we na verloop van tijd ook een digitale enquête naar het e-mailadres dat je hebt gebruikt. Met de feedback kunnen we het pakket verbeteren of aanvullen.

ACTUELE INFORMATIE

Waterveilig is een initiatief van de Koninklijke Nederlandse Redding Maatschappij (KNRM), in samenwerking met Stichting Dutch Lifeguards, Reddingsbrigade Nederland en de Nationale Raad Zwemveiligheid (NRZ).

Wil je meer weten over deze organisaties, kijk dan voor actuele informatie op de diverse websites of neem contact op met een woordvoerder.



Koninklijke Nederlandse Redding Maatschappij

Haringkade 2
1976 CP IJmuiden
0255 548454
info@knrm.nl
www.knrm.nl



Dutch Lifeguards

info@dutchlifeguards.com
www.dutchlifeguards.com



Reddingsbrigade Nederland

Dokweg 149
1976 CA IJmuiden
0255 545858
www.reddingsbrigade.nl



Nationale Raad
Zwemveiligheid

Nationale Raad Zwemveiligheid

Landjuweel 62
3905 PH Veenendaal
0318 83 02 50
info@nrz-nl.nl
www.nrz-nl.nl

