

Duiken = kinderspel?

Daar stond ik dan. Als instructeur voor de eerste keer aan de zwembadrand tijdens een training ... van mijn dochter. Het moest er eens van komen als mijn kinderen me zien vertrekken met een volgeladen auto en bij mijn thuiskomst enthousiast mijn verhalen met recentste duikbelevissen aanhoren. Eens moest het duikvirus toeslaan.

Het eisen van een zwembrevet van 100 m (waarom zei ik niet 1000 m?) was slechts een uitstel. Zo komt het dat ik iedere week mijn dochter en de buurjongen naar de training voer. En als ik ze dan toch iedere week moet afzetten, waarom dan niet meetrainen? En voor je het weet, offer je een weekend op om op de schoolbanken te zitten en te luisteren naar nieuwe facetten van het (jeugd)duiken.

Eerlijkheidshalve moet ik bekennen dat ik in het begin helemaal geen voorstander van het jeugdduiken was. Hoewel het begeleiden van een beginnende duiker in zijn ontdekkings-tocht van de onderwaterwereld een zeer bevredigende activiteit is, mogen we de soms moeilijke situaties die hieruit voortspruiten niet vergeten. Als het met volwassen beginners al moeilijk verloopt, wat moet het dan met kinderen wel zijn? Mijn houding was van: als anderen dat willen doen, laat ze het dan doen. Tot de dag dat mijn dochter vroeg wat ze moest kunnen om te leren duiken.

nieuwe inzichten

Al vanaf haar proefflessen stond ik mee in het water. Ik heb namelijk de grootste moeite om aan de waterkant te blijven staan. Waar water is, moet ik ook zijn! En als ik daar dan toch stond te helpen, waarom dan er niet meer over te weten komen. Het opleidingsweekend 'Jeugdduiken' kon me daarbij helpen. En zo stapte ik begin november met volle moed het BLOSO-sporthotel binnen voor twee dagen theorie en een beetje praktijk.

De aanvang was al direct van zeer hoge kwaliteit. De andere lessen konden moeilijk beter, maar toch bleef het hoge niveau gehandhaafd. Tijdens de eerste uren was de centrale vraag: "waarom is vanuit een medisch standpunt jeugdduiken anders dan duiken met volwassenen". Een les die iedere ouder zou moeten krijgen bij de geboorte van een kind. Als vader van vier kinderen vond ik dit immers zeer interessant en niet alleen



Zowel het jeugdduikertje als de deelnemers aan het vormingsweekend, luisterden aandachtig naar de lesgever.

voor het duiken. Ik heb veel nieuwe inzichten verworven die ik zeker gebruiken zal: de ontwikkeling van de longen en de leeftijds-grens voor duiken, de anatomie van het kind dat aangepaste uitrusting vereist, de psychologische ontwikkeling die ervoor zorgt dat een kind bepaalde motoriek 'vergeet', ... Alleen jammer dat er geen cursusboek van bestaat, want ik ben bang dat ik een heleboel informatie zal vergeten.

De eerste uren waren de basis voor de rest, zoals het medisch onderzoek en de specifieke EHBO. Als je weet hoe een kind evolueert dan begrijp je ook beter waarom er tijdens het jaarlijks medisch onderzoek bepaalde dingen opgevolgd worden. Waarom bijvoorbeeld het gewicht en de lengte zo belangrijk is? Hun verhouding bepaalt de afkoeling en een te snelle afkoeling kan leiden tot vroegtijdige hypothermie. Beter een jaartje wachten met duiken dan problemen opzoeken. Ook de EHBO moet aangepast zijn. Niet alleen de techniek (bvb. CPR), de kennis (al van een 'groenhoutrfractuur' gehoord?) en het materieel moet op de maat van de kinderen zijn, maar ook de benadering van het kind als slachtoffer (een kind kan gerust een zwembadtraining afwerken met een gebroken been).

pedagogisch spelelement

Een andere psychologie vraagt om een andere pedagogische benadering, dus deze les kon niet ontbreken in het pakket. Instructie is niet meer wat het was. Bij kinderen ben je

eerder een spelbegeleider. Als je je les niet als spel verpakt dan kan je hun aandacht niet lang vasthouden. Via spelelementen moet je hen het duiken laten ontdekken en bepaalde vaardigheden aanleren. In tegenstelling tot volwassenen zijn kinderen alleen gemotiveerd als er iets nieuws, iets avontuurlijks in zit. Je zult ze niet kunnen overhalen een derde keer een apneaatje te doen, tenzij je ze laat geloven dat er aan de andere kant van de tunnel een mooie prinses (of prins voor de meisjes) op hen wacht. Het gevaar bestaat echter dat je alleen nog maar het spel voor ogen hebt en vergeet dat je er bent om hen te leren duiken. Je moet dus heel goed weten wat je uiteindelijk bereiken wil. Ieder aspect van het duiken moet je in oneindig kleine stapjes ontleden en op een kindvriendelijke manier aan een zeer kritisch publiek kunnen verkopen. Een degelijke les vergt dus enige voorbereiding.

En lessen vragen didactisch materieel. Je kunt dit natuurlijk gaan kopen, maar als je echt de fantasie van kinderen prikkelen wil, dan maak je het best zelf. Bedenk maar eens een aantal voorwerpen waarmee je de 'Wet van Archimedes' kunt uitleggen zonder gebruik te maken van wetenschappelijke, duur klinkende termen, waarvan kinderen niets snappen. Hoe laat je ze een opwaartse kracht ontdekken? Deze les zat vol met op kindermaat gesneden materieel. Hierna bezie je je PMD-vuilniszak met andere ogen!

Ook het duikmaterieel voor kinderen is anders. Je oude jacket, zwemvliezen en duik-

bril uit de kast halen en ze aan je beginnende jeugdduiker geven, is geen goede oplossing. Hun lichaamsbouw vereist aangepast materieel en gelukkig beginnen de fabrikanten dit in te zien. Ze produceren geen verkleinde kopieën van ons materieel meer, maar speciaal aangepaste uitrusting. Vergeet ook niet dat kinderen in volle groei zijn. Dus wat deze maand goed zit, zal over een paar maanden niet meer passen. Ook als instructeur moet je je materieel aanpassen. Bijvoorbeeld: je octopus moet een ander mondstuk krijgen, want dat ding is veel te groot; je dieptemeter moet zo opgehangen zijn dat hij verborgen blijft voor je buddy om zijn drang naar diepte te beperken, ...

Kindvriendelijke praktijkles

Dat was het voor de eerste dag, wat de lessen betrof. 's Avonds werden we in twee groepen verdeeld en moesten we een didactische zwembadles voorbereiden. De bedoeling was 's anderdaags aan een groepje kinderen les te geven om nadien uit de gemaakte fouten te leren. Een ideale gelegenheid om deelnemers zonder ervaring te laten proeven van het 'echte' ding. Maar eerst de les goed voorbereiden. Een taak die gemakkelijker alleen dan in groep verloopt, maar na veel discussies konden we uiteindelijk ons lesplan neerschrijven. Nadien nog een beetje mijmeren over de vele, zelf belangrijk geachte vereisten van een goede duikplaats (amaai, waar moeten we die vinden?) en napraten over de eerste dag. Na een lekkere cake en wat wijn vertrokken er een aantal naar huis, terwijl anderen hun kamer opzochten voor een welverdiende rust.

Zondagmorgen op een onmenselijk uur opstaan (en mijn dochter maar lachen) om in Mechelen te ontbijten. De slachtoffer-lesgevers vertoonden de eerste tekenen van zenuwachtigheid (de kinderen waren ijsig kalm). Toch moesten we nog een uurtje les volgen alvorens we voor de leeuwen geworpen werden.

Een groepsfoto.



De jeugdduikertjes waar les aan gegeven werd.

Aangezien kinderen zich anders gedragen dan volwassenen, mag het je niet verwonderen dat een jeugdinstructeur aan een ander profiel moet beantwoorden. Je moet niet alleen kunnen werken met de kinderen, je kunnen inleven in hun wereldje, overlopen van fantasie, maar je moet ook kunnen omgaan met al dan niet bezorgde ouders. Je moet kunnen openstaan voor hun behoefte aan informatie, maar soms moet je kunnen zeggen dat je geen babysit bent. Kortom, je bent een cocktail van allerhande kindvriendelijke eigenschappen.

zwembadles

En dan de zwembadles. Vanaf het begin was dit een goede demonstratie van het verschil tussen theorie en praktijk. De ongelukkige

indeling van de kleedhokjes toonde aan dat zelfs hierover dient nagedacht te worden. Ons verhaaltje van de redding van een gevangen prinses bleek een goede benadering om de kinderen het jacket te laten ontdekken. Dankzij een beetje fantasie bekwamen we de volle medewerking, maar één momentje rust betekende al onmiddellijk een hele inspanning om de koene ridders rond de tafel te krijgen. Tijdens de debriefing werd duidelijk dat een goede les- en materieelvoorbereiding zeer belangrijk is. We hadden het niet zo slecht gedaan en wat belangrijker was, we hebben er veel uit geleerd.

Na een late lunch werden we ingelicht over de reglementen van het jeugdduiken en de manier waarop we in de toekomst geëvalueerd zullen worden. Na de vuurproef in het zwembad waren we allemaal overtuigd dat we nog een heleboel lessen moesten geven voordat we er klaar voor waren, maar iedereen had er goede moed in. Het weekend was geslaagd en onze hoofden waren alweer voller met nuttige kennis.

Als je instructeur je probeert wijs te maken dat de hoepels die hij zojuist in het water geworpen heeft, in feite de ingang van een tunnel is om in het kasteel met de draak te komen, besef dan dat hij juist een opleiding jeugdduiken gevolgd heeft en speel mee. Ik heb het gedaan (nee, niet dat kasteel, wel de hoepels) en mijn clubleden waren verbaasd enthousiast. Misschien jeugdduiken voor volwassenen? ■

TEKST: PATRICK VAN HOESERLANDE
FOTO'S: CLAUDIA GRAVENSTEIN