

Didactiek

is de kunst van het
onderwijzen...

AI B en GB en I B en GB:

- Hebben ervaring in “het lesgeven” aan validen en/of wet wheelers
- Moeten hun ervaring doorgeven aan kandidaat Begeleiders DmH
- In eigen WWOC

PPT voorstelling:

- Is bedoeld als een leidraad voor de Wet Wheels-Instructeurs en de Assistent-Instructeurs (Gespecialiseerd) Begeleider
- Is bedoeld om te gebruiken in uw eigen WWOCentrum
- Is bedoeld om de kandidaten begeleiders 2* en 3* duikers een didactische opleiding te geven.

3

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Kandidaat Begeleiders DmH:

- komen vaak "onwetend" in de WWOC aan
- vaak 1*, 2* of 3* duikers
- meestal geen didactische opleiding gehad
- hebben nooit lesgegeven in eigen club
- nooit les gegeven aan duikers met een handicap of kandidaat-duikers met een handicap
- kennen niets van heel het specifieke aan duiken met wet wheelers
- zijn niet gewoon van "man – to - man" te trainen (1 op 1)
- zijn niet gewoon van naar praktische oplossingen te zoeken
- kennen de evaluatie m.b.v. de controlepunten niet

4

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Kandidaat Gespecialiseerd Begeleider DmH:

- zijn al Begeleider
- hebben daarom nog niet veel ervaring
- hebben vaak nog niet zelfstandig les gegeven
- hebben geen didactiek gevolgd
- zijn niet gewoon van kandidaat B te begeleiden in hun trainingen met WW-ers
- zijn lichtjes vertrouwd met de controlepunten en de evaluatie met niveaubepaling

5

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

kandidaat-duikers met een handicap:

- kennen niks van duiken
- hebben geen idee wat zij kunnen of kennen of moeten kunnen of kennen
- grote instapdrempel omwille van het onbekende of omwille van de handicap
- zijn niet gewoon persoonlijke training te krijgen
- zijn niet gewoon om te gaan met kandidaat B of kandidaat GB.
- zitten vaak nog in de verwerkingsfase van hun handicap
- durven slecht vragen te stellen
- weten vaak niet dat wij vrijwilligers zijn.

6

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Reeds gevormde duikers met een handicap:

- hebben vaak al een toegekend niveau
- willen trainen voor een hoger niveau
- hebben problemen met hun slechtere lichamelijke conditie indien ze een niet-stabiele handicap hebben.
- worden soms opgehouden door gebrek aan B of GB
- moeten gestimuleerd worden om zo onafhankelijk mogelijk te worden op duikgebied
- moeten ingezet worden voor de opleiding van kandidaat B en GB
- moeten gestimuleerd worden om de theoretische kennis te vergaren

7

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Taak van de WWI:

- Organisatie en coördinatie van opleidingen van zowel kandidaat B als van kandidaat DmH in een WWOC
- Opleiding en evaluatie van B en GB
- Praktische, theoretische en didactische steun aan B en GB
- Evaluatie van bepaalde controlepunten in delegatie
- Didactische, theoretische en praktische ondersteuning bij de opleiding van duikers met een handicap
- Finale evaluatie (incl. de specifieke controlepunten met een stijging) en niveaubepaling.
- Organisatie van duikactiviteiten voor grotere groepen Wet Wheelers, Begeleiders en mededuikers.

8

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Cursus Didactiek in eigen WWOOC

Wie niet weet hoe hij moet lesgeven, zal zelden goed kunnen lesgeven ...

9

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

“Didactiek” met 3 pijlers:

1. Didactiek
2. Psychologie
3. Evaluatietechnieken

10

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Deel 1: Didactiek

Diegenen met een basisopleiding didactiek zal al vlug behoorlijk lesgeven...

11

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Basisopleiding Didactiek

Hoofdvraag =

Hoe kan ik aan een kandidaat het best en op de meest efficiënte en de aangenaamste én veiligste manier lesgeven?

12

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Basisideeën:

- Opleiding moet gebeuren op geringe diepte om dan de moeilijkheidsgraad op te drijven
- Duiken mag nooit gevaarlijker voorgesteld worden dan het is (geen schrik inboezemen)
- De wetenschap waar zich problemen kunnen voordoen is een middel om zich te wapenen tegen gevaren of moeilijkheden
- Theorie en uitleg beperken tot een minimum en veel aandacht aan praktijk.

13

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Het leerproces:

- *De oriënteringsfase:*
→ uitleg aan de kandidaat over de weg die moet afgelegd worden om het doel te bereiken
- *De toepassingsfase:*
→ men laat de kandidaat een uitvoering realiseren die overeenkomt met het doel
→ goede controle en evaluatie is nodig voor correcte uitvoering
- *De automatisering:*
→ de kandidaat voert uit zonder veel na te denken

14

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

DE ZWEMBADLES:

- Uitvoerige uitleg van de uit te voeren oefeningen (eventueel controlepunten)
- Juiste begrippen gebruiken
- Juist taalgebruik (uniform taalgebruik)

15

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Aanleren vaardigheden:

- Grondige briefing (auditieve prikkel)
- Perfecte demonstratie door lesgever (visuele prikkel)
- Doel oefening uitleggen
- Uitvoering van de oefening door kandidaat

16

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Deeloefeningen!

- Lange of ingewikkelde oefeningen worden opgesplitst in “deeloefeningen”
- Oefening uit elkaar halen
- Aanleren “tussenoefening”
- Eenvoudig → moeilijk
- Veel aandacht besteden aan het opsporen van het individuele niveau van de kandidaat

17

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Voorbeelden:

- Zwemafstand geleidelijk opvoeren
- “Drijven” eerst met bril en vlotter
- Masker ledigen (eerst half gevuld, eerst 1x ledigen, daarna frequentie opdrijven)
- Kleinere afstand in apnea onder water zwemmen

18

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

“Spel” als didactisch hulpmiddel:

- Concentratie op spel i.p.v. op lichaamsbeweging
- Geen competitie!

19

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Voorbeelden:

- Loodgewichten verplaatsen
- Muntstukken werpen
- Gezelschapsspel onder water
- Puzzelen onder water
- Onderwaterhockey
- Hoepels, bogen,...
- Puzzels uit PVC-buizen

20

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

1^{ste} zwembadlessen = succesverhaal?!

- Blijk geven van verregaande hulpvaardigheid
- Voorzichtig zijn met kritiek in deze fase van opleiding
- Nooit bulderen of uitschelden
- Nooit zeggen dat oefening slecht was (ook al is dit zo)
- Tips geven ter verbetering
- Bij kritiek: eerst positief dan negatief
- Steeds drukken op uitademen en op de gevaren van longoverdruk!
- In beginfase geen apnea-oefeningen (adem inhouden!)
- Lesgever draagt zelf volledige uitrusting (oefeningen en bewegingen voordoen)
- Verhouding lesgever – kandidaat = 1 op 1

21

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Voorwaarden voor efficiënt resultaat:

- Plaats van de briefing
- Plaats van de demo
- Plaats van het laten inoefenen
- Zorg voor rustige omgeving
- Bij demo: uiterst traag en overdreven handelingen
- Zorg voor veiligheid
- Voldoende lang oefening laten oefenen
- Herhalingen en continuïteit zijn uiterst belangrijk
- Van eenvoudig → moeilijk
- Niemand voert oefeningen uit onder water als jijzelf op kant staat
- Masker laten ophouden tijdens heel de les (ook aan oppervlakte) of in de nek
- Gebruik uitrusting cfr met openwaterduik
- Voldoende rust en recuperatie tussen 2 oefeningen

22

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Opsporen van het niveau van de beginner:

1. Directe informatie:

- duikbrevet
- logboek
- ervaring
- handicap
- beperkingen
- medische goedkeuring
- algemene psychologische gemoedstoestand (kalm, nerveus,..)

23

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

2. Indirecte informatie:

- toestand van zijn uitrusting
- geleend / gehuurd materiaal? (kandidaat meer vertrouwd met eigen of gekend materiaal)
- observeer tekenen van stress
- let op overdreven afhankelijkheid (van duikbuddy)
- let op overdreven voorbereidingen. (Kan wijzen op onzekerheid)

24

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

3. Uittesten **watervastheid** van de kandidaat (vlot zwemmen? Hoe gaat hij te water? Op welke manier zwemt hij een bepaalde afstand?...)
4. Langzaam **nieuwe tussenoefeningen** inlassen
5. Observatie van de **beweeglijkheid** (krampachtig? Correcte bewegingen? Goede zwemstijl? Vertrouwd in het water? Goede zwemmer? ...)

Aanleren van nieuwe zwembadoefeningen:

2 soorten zwembadlessen:

- nieuwe duiktechniek aanleren d.m.v. nieuwe oefeningen (briefing / demo / inoefenen / debriefen + verbeteren van fouten)
- Opdrijven van fysieke conditie door een verantwoord trainingsschema of handhaven van huidige fysieke conditie door het onderhouden van trainingstechnieken.

Evaluatie d.m.v. controlepunten:

- Elk controlepunt is beschreven in handboek
- Voor iedereen dezelfde controlepunten
- Manier van hulp bepaalt het niveau van de DmH
- Mogen niet verzwaard worden door lesgever
- Niet vooraf beschreven eisen mogen niet toegevoegd worden aan de neergeschreven tekst
- De opgelegde controlepunten mogen niet aangepast worden naar inhoud
- er werd bij de opstelling rekening gehouden met de meeste handicaps en wat voor de ene kandidaat simpel lijkt, is voor de andere een onoverkomelijke hindernis.
- via tussenoefeningen komen tot het resultaat

27

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Evaluatie d.m.v. controlepunten:

- Duidelijke briefing van het af te leggen controlepunt
- De eisen moeten voor iedereen duidelijk zijn
- Komt de kandidaat tekort aan de vooropgestelde eisen, dan kunnen zij op hulp rekenen bij het uitvoeren van de controlepunten
- Deze hulp moet dan ook als dusdanig erkend worden
- Deze hulp vormt een doorslaggevende factor in de evaluatie van de kandidaat
- De kandidaat kan meermaals oefenen vooraleer dit controlepunt dient afgetekend te worden op zijn kaart

28

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

DE OPENWATER DUIKEN

- Aangeraden dat de “vertrouwde” Begeleider aanwezig is in de ploeg
- Vertrouwensrelatie tussen lesgever en kandidaat is zeer sterk aanwezig tijdens eerste duiken.
- Fysiek contact geeft gevoel van veiligheid en vertrouwen (minimum handcontact)
- Eerste openwaterduiken ver weg van alle andere duikactiviteiten vergroot de aandacht voor de kandidaat
- Duikleider heeft permanent visueel contact met DmH én andere begeleider

29

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Taken 2^{de} begeleider:

- Controle klaargemaakte fles
 - Hij (of persoonlijke assistent) brengt materiaal naar de waterkant
 - Controle materiaal 1^{ste} begeleider
 - Als laatste in het water
 - Staat tijdens de duik 1^{ste} begeleider bij en zorgt voor de veiligheid van heel de ploeg
 - Helpt na duik met uitdoen materiaal en legt alles op boot of oever
- (klaarmaken en ontkoppelen fles doet DmH zelf indien hij dit zelf kan!)

30

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Taken 1^{ste} begeleider:

- Helpt eventueel met klaarmaken DmH
- Doet buddy-check 2^{de} begeleider en DmH
- Geeft briefing (diepte, tijd, eventueel speciale aandachtspunten, te volgen parcours,...)
- Overloopt de duiktekens
- Legt de veiligheidsprincipes uit
- Is als 1^{ste} in het water
- Is tijdens duik verantwoordelijk voor DmH en rekt voor steun op de 2^{de} begeleider
- Zorgt na de duik voor de veiligheid van de DmH terwijl de 2^{de} begeleider zijn materiaal uitdoet
- Helpt de DmH aan boord
- Helpt eventueel met uitkleden
- Geeft debriefing

31

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Communicatie

- Tussen begeleiders onderling (boven en onder water)
- Tussen begeleiders en DmH (boven en onder water)
- Praat nooit over het hoofd van de DmH heen!
- Maak goede afspraken en bespreek gemaakte tekens op voorhand
- Vooraleer te helpen ... altijd vragen
- Bespreek de techniek om in en uit het water te gaan samen met DmH.

32

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Begeleiding van een doopduik

- Geef goede briefing
- Grondige controle materiaal!
- Houd manometer “zelf” in het oog
- Niet té diep, niet té ver
- Benadruk het “klaren” van de oren
- Geef vertrouwen.
- Zorg voor niet te veel omstaanders
- Duik op een goed gekende duikplaats

33

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Debriefing:

- Duiktijd
- Duikdiepte
- Eventuele opmerkingen
- Eventuele bezienswaardigheden
- Eventueel aanpassingen in de toekomst
- Eventueel opmerkingen over de af te leggen controlepunten

34

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Veiligheid:

- Moet gegarandeerd zijn
- Duiken binnen veiligheidscurve min 5 minuten extra marge op DC
- DmH moet zich veilig voelen met een hoge graad van vertrouwen
- Eventuele extra dieptebeperking (Geneeskundige Commissie) respecteren.
- Voorzichtig met verplaatsingen in rolstoel!

35

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Evaluatie controlepunten openwater:

- Afleggen controlepunten openwater.
- Eerst op voorhand aanleren in het zwembad
- Uitvoering in openwater met zo volledig mogelijke uitrusting (correcte evaluatie)
- Ook hier is hulp bij de uitvoering in openwater toegestaan.
- Hulp moet erkend worden (belangrijk bij toekenning juiste niveau)

36

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Deel 2: Psychologie

Het observeren van gedragingen van anderen is een bijna logische handeling...

Bijna intuïtief voelen wij aan hoe iemand zich zou gedragen in bepaalde omstandigheden...

37

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Aan de hand van introspectie (=je observeert jezelf in bepaalde situaties) en retrospectie (=je eigen herinnering) zal de lesgever opgedane ervaringen tijdens het duiken aan zijn kandidaten overdragen

38

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

De zintuigen:

Opnemen van gewaarwordingen gebeurt via de zintuigen

→ auditief geheugen (onthouden na horen)

→ visueel geheugen (onthouden na zien)

Dus:

Bij het lesgeven moeten beeld en spraak samengaan!

39

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Associatie:

beeld gaat regelmatig samen met een bepaald geluid

→ piepen van remmen ~ beeld van auto

→ rinkelen bel ~ voedsel aan hond (Pavlov-reflex)

= associatie

Dus:

1. bij het lesgeven moeten zoveel mogelijk zintuigen gekoppeld worden aan de te leren stof!

2. inbouwen van regelmatige herhalingen!

40

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Psychologische achtergronden:

- **Temperament** leren kennen van de kandidaat (vechters en lijdens, actieven en passieven, optimisten en pessimisten,...)
- **Karakter en attitudes** kunnen door lesgevers beïnvloed of aangeleerd worden (doorzettingsvermogen, verantwoordelijkheidsgevoel,...)
- Lesgevers moeten hun kandidaten kunnen **motiveren** zodat zij vorderingen maken en geïnteresseerd blijven.
- Lesgevers moeten **verschillende reacties** kunnen begrijpen van kandidaten (agressief, te kort gedaan, opmerkingen niet terecht vinden, willen stoppen met duiken,...)

41

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

- Kunnen inspelen op **faalangst** (angst voor evaluatie) door:
 - overzichtelijkheid van het probleem
 - feedback over de resultaten
 - warme menselijke sfeer
- proberen de **belangstelling** op te wekken
- **observatie** tijdens trainingen en op andere plaatsen
- nagaan of de **doelstellingen** bereikt zijn
- **Foutenanalyse** doen
- Trachten fouten te verbeteren

42

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Foutenanalyse:

Oorzaken opsporen:

Bij de lesgever:

- Foutieve demo
- Slechte uitleg
- Onvoldoende motivatie
- Geen aanpassing aan niveau van de kandidaat

Bij de duiker:

- Fysieke onbekwaamheid
- Onvoldoende aandacht
- Onvoldoende inzet

Oorzaken verbeteren:

Bij de lesgever:

- Goede demo
- Beter uitleggen
- Opnieuw motiveren
- Moeilijkheidsgraad verminderen

Bij de duiker:

- Gemakkelijkere oefeningen
- Meer aandacht eisen
- Meer inzet eisen

43

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Stresssituatie die af en toe voorkomt kan een pedagogische waarde hebben:

- lichaam komt in alarm
- men is klaar voor de strijd
- nadenken wordt tijdelijk beïnvloed

44

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Herkennen stress:

- **Lichamelijk vlak:** Verhoogde hartslag, verhoogde bloeddruk, veel zweten, droge mond, veel urineren, ...
- **Mentaal vlak:** Concentratiestoornissen, besluiteloosheid, niet meer logisch denken, verwarring, uitstellen, ...
- **Gedragmatig vlak:** Nagelbijten, snel praten, met vingers tokkelen, op en neer stappen, roken, beven,...

45

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Typische stresssymptomen bij duikers:

Boven water:

- Organiseren
- Treuzelen
- Vergeten
- "anders" doen
- Galgenhumor
- Geïrriteerdheid
- Overmoed,
- ...

Onder water:

- Contact houden (visueel, fysiek)
- (hevig) watertrappelen
- ...

46

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Factoren die het duikonderricht kunnen beïnvloeden:

- Water is voor beginners een abnormaal milieu
- De temperatuur kan een rol spelen
- Het “onbekende”
- Het inzien van het nut van het onderwerp
- “zelfvertrouwen”
- “respect, vertrouwen en autoriteit”

47

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Water = gevaar = angst

Doel lesgever:

- Kandidaat vertrouwd maken met water
 - Kandidaat doen inzien dat hij kan bewegen in water
 - Kandidaat laten inzien dat hij kan onderblijven zonder ademen
- = **watervastheid bijbrengen!**

48

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Temperatuur

- Water → koude omgeving en lesgeven wordt moeilijk
- Temperatuur in theorielokaal → slaperigheid

49

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

“het onbekende”

- eerste zwembadtrainingen en doopduiken zorgen voor inwendige spanningen (stress)
- Retrospectie van de lesgever maakt van hem een perfecte lesgever!

50

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

“Het inzien van het nut onderwerp”

Het verband uitleggen tussen duikfysica en de praktische toepassingen zal de aandacht verhogen

51

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

“Zelfvertrouwen”

= Verworven door efficiënte training

Opgelet met overschatting van zichzelf of de lesgever!

↔ vertrouwensverlies

52

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

“respect, vertrouwen en autoriteit”

Lesgever heeft voorbeeldfunctie zowel in als uit het water!

- Gedrag buiten water kan aanleiding geven tot wantrouwen
- Vertrouwen groeit door training
- Autoriteit is gesteund op menselijk vertrouwen en respect en niet gekenmerkt met dictatoriale trekjes

53

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Deel 3 : evaluatietechnieken

het is de taak van lesgevers en instructeurs om zinvol te evalueren ...

Door te evalueren gaat men na of de doelstelling bereikt is ...

54

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

De begeleidende evaluatie:

- Doel: leerlingen te helpen met zaken die ze nog niet goed beheersen.
- Begeleidend karakter
- Individueel gericht
- Hiaten vaststellen d.m.v. observatie (zwembadles) of stellen van vragen (theorie)
- Evalueren moet continu gebeuren
- regelmatige evaluatie zorgt voor een betere begeleiding en de les wordt steeds beter

55

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

De beoordelende evaluatie:

- Doel: directe evaluatie uit examens en of controlepunten
- Een oordeel of beslissing wordt dadelijk genomen
- Een lesgever moet beseffen dat deze evaluatie concrete gevolgen heeft en hij zal verantwoording moeten kunnen afleggen
- gegronde criteria moeten aan zijn beslissing vooraf gaan.

56

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Wanneer en wat evalueren?

Voor de opleiding:

- Vaststellen van beginniveau van kandidaat
- Vaststellen van verwachtingen kandidaat

Tijdens de opleiding:

- Vaststellen van leerresultaten
- Nagaan of de aanpak van opleiding voldoet

Na afloop van de opleiding:

- Vaststellen of kandidaat leerresultaat bereikt heeft
- Nagaan of aan de verwachtingen van kandidaat zijn voldaan

57

Com DmH Instructiedag
27.03.2010

Voorbeelden van gemaakte fouten bij de lesgever:

- Lesgever stelt niet-realistische doelstellingen op
- Hij houdt onvoldoende rekening met capaciteit van kandidaat
- Oefeningen zijn verkeerd gekozen
- Oefeningen zijn slecht geordend
- Hij kiest de verkeerde hulpmiddelen en/of wendt ze verkeerd aan
- Hij beoordeelt kandidaat foutief of onnauwkeurig

58

Com DmH Instructiedag
27.03.2010