

INGEDIEND DOOR
LukiLeu

ON
10-02-2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Een wateractiviteit plannen



In dit artikel worden verschillende wateractiviteiten beschreven en wordt uitgelegd hoe je ze op de juiste manier kunt plannen. Er wordt rekening gehouden met de veiligheidsinstructies van de SLRG en Jugend und Sport.

Belangrijke opmerking

Wateractiviteiten zijn erg populair, vooral in kampen. Maar zelfs eenvoudige activiteiten kunnen snel gevaarlijk worden als ze niet goed zijn voorbereid. Daarom zijn een goede voorbereiding en een doordacht veiligheidsconcept essentieel. Zulke wateractiviteiten mogen ook alleen worden uitgevoerd door ervaren, getrainde leiders (vooral open water activiteiten).

De zwemvaardigheid van deelnemers controleren

Voor een wateractiviteit is het belangrijk om de zwemvaardigheid van de deelnemers te controleren. Dit kan worden gedaan door het aan de ouders te vragen of, nog beter, door een voorzwemtest. Eén kind per keer moet een afstand van ongeveer 25 meter zwemmen. Zo krijg je het beste overzicht van de zwemvaardigheid van de kinderen.

Kinderen die niet goed of helemaal niet kunnen zwemmen, moeten altijd onder toezicht staan!

Regels

Voor elke activiteit in het water moeten regels worden opgesteld. Als een deelnemer zich niet aan een regel houdt, moet hij/zij het water onmiddellijk verlaten.

In principe gelden in ieder geval de zwemregels. Deze zijn hier te vinden.

Regels voor meren en rivieren

Voor activiteiten op zee en rivieren gelden nog enkele regels. De volgende regels moeten ook worden doorgegeven:

- Het zwemvest mag niet worden uitgedaan.
- De instructies van de leider moeten altijd worden opgevolgd.
- De fluitjes op het reddingsvest worden alleen in noodgevallen gebruikt.

De SLRG-rivierenregels zijn ook hier te vinden.

Als een deelnemer zich herhaaldelijk niet aan de regels houdt, moet hij/zij het water verlaten.

Bezoek aan een overdekt/buitenzwembad onder toezicht

Een bezoek aan een binnenzwembad vereist de minste voorbereiding. Toch is het aan te raden om de zwemvaardigheden te controleren om te weten te komen welke kinderen voortdurend toezicht nodig hebben.

Voordat je een overdekt zwembad bezoekt, is het raadzaam om het volgende te doen:

- Informeer het overdekte zwembad over het bezoek van de groep (indien mogelijk, geef het aantal kinderen en leiders door)
- Bezoek indien mogelijk het overdekte zwembad van tevoren

Het is over het algemeen aan te raden om het overdekte zwembad één keer te bezoeken voor het bezoek van de groep om een overzicht te krijgen van de situatie daar. De volgende zaken moeten in overweging worden genomen:

- Waar zijn de gevaarlijke plekken?
- Waar is een (nood)telefoon?
- Waar is een defibrillator (meestal bij de badmeester)?
- Waar is de toegangsweg voor de ambulance?
- Waar is de apotheek in het overdekte zwembad (meestal bij de badmeester)?
- Waar zijn de SOS-knoppen?
- Waar is de reddingsuitrusting?

De badmeester beantwoordt graag al je vragen! Het onderstaande document kan je helpen om bovenstaande informatie te noteren.

Bij een bezoek aan het overdekte zwembad is het raadzaam om minimaal één leidster per 12 kinderen te hebben met de SLRG Brevet Basis Pooltraining.

Hulpmiddelen om een bezoek aan een overdekt zwembad voor te bereiden

Werkblad_Plus_Pool_e[1]

Een zwembad zonder toezicht bezoeken

Als je een zwembad zonder toezicht bezoekt, moet je je ervan bewust zijn dat er geen badmeester is om te helpen in geval van nood.

Het is essentieel dat de groep het zwembad minstens één keer heeft bezocht voordat ze erheen gaan. Ook hier moet de nadruk liggen op de volgende zaken:

- Waar zijn er gevaarlijke plekken?
- Waar is een (nood)telefoon?
- Waar is een defibrillator (indien beschikbaar)?
- Waar is de toegangsweg voor de ambulance?
- Waar is de apotheek (indien beschikbaar)?
- Waar zijn de SOS-knoppen?
- Waar is de reddingsuitrusting?

Het onderstaande document kan je helpen om deze dingen te noteren.

Als je een zwembad zonder toezicht bezoekt, is het noodzakelijk dat er minstens één leidster per 12 kinderen is met de SLRG Brevet Plus Zwembadtraining met de toevoeging BLS/AED (reanimatie).

Werkblad ter voorbereiding

Activiteiten in het meer

Weersomstandigheden

Om veiligheidsredenen worden alle activiteiten in een meer alleen uitgevoerd bij goed weer. Voor het begin van de activiteit moet de groepsleider controleren hoe het weer de komende uren zal zijn. Als er een slecht weerfront wordt verwacht, moet zwemmen in het meer worden vermeden.

Als de groep al in het water is en een slecht weerfront nadert, moeten ze ook zo snel mogelijk het water verlaten en beschutting zoeken.

Het weer heeft een grote invloed op het meer. Sterke wind leidt tot golven, stromingen en een snelle daling van de watertemperatuur. Een blikseminslag is ook een dodelijk gevaar op het land en in het water. In de zomer spelen de zon en de hitte ook een rol (oververhitting kan ook in het water voorkomen!). Bij zonnig weer is het daarom aan te raden dat kinderen een hoed dragen om ze tegen de zonnestralen te beschermen.

Op de meeste grotere meren waarschuwt de stormwaarschuwingsdienst ook voor naderend onweer. De waarschuwing wordt aangegeven met een oranje zwaailicht.

- De waarschuwingsboodschap is een vroege indicatie van het waarschijnlijke ontstaan van gevaar en wordt weergegeven door 40 keer per minuut te knipperen. Keer onmiddellijk met de groep terug naar de kust.
- De stormwaarschuwing kondigt een dreigend gevaar aan en wordt weergegeven door 90 keer per minuut te knipperen. Verlaat het meer onmiddellijk met de groep en zoek beschutting.

zwemmen in zee onder toezicht

Het is noodzakelijk om het volgende te doen voordat je een badplaats bezoekt:

- De badplaats op de hoogte brengen van het bezoek van de groep (indien mogelijk het aantal kinderen en leiders doorgeven)
- Voorafgaand bezoek aan de badplaats

Het is essentieel om voor het bezoek met de groep minstens één keer het zwembad te hebben bezocht. Ook hier moet de nadruk liggen op de volgende zaken:

- Waar zijn de gevaarlijke plekken?
- Waar is een (nood)telefoon?
- Waar is een defibrillator (meestal bij de badmeester)?
- Waar is de toegangsweg voor de ambulance?
- Waar is de apotheek in het lido (meestal bij de badmeester)?
- Waar zijn de SOS-knoppen?
- Waar is de reddingsuitrusting?
- Waar is de badzone (gemarkeerd met gele boeien)?

De badmeester beantwoordt graag al je vragen! Het onderstaande document kan je helpen om bovenstaande informatie op te schrijven.

De basisregel is: niemand komt buiten de badzone (aangegeven met gele boeien)!

Verschillende dingen kunnen als gevaarlijke plek worden beschouwd. De volgende lijst moet je een idee geven van alle mogelijke gevaren:

- Is er een toevoer/afvoer naar het meer in de badzone?
- Zijn er ondieptes?
- Liggen er boten in de badzone?
- Staat er een sterke stroming in het meer?
- Zijn er andere gevaren (bijv. duikplatform)?

Ook hier geeft een badmeester graag informatie!

Voor een bezoek aan het meerbad is het aan te raden om per 12 kinderen minstens één leider te hebben met een SLRG Brevet Plus zwembadtraining en BLS/AED (reanimatie).

Werkblad_Plus_Pool_e_02

Het meer oversteken / buiten een badzone zwemmen

Je moet je ervan bewust zijn dat als je het meer oversteekt of buiten de zwemzone zwemt, er geen badmeester is om je in noodgevallen te helpen. Daarom moet je deze activiteit alleen ondernemen met goede zwemmers.

Voor dit soort activiteiten is meer voorbereiding nodig. De volgende dingen moeten worden overwogen:

- Zijn er gevaarlijke stromingen in het meer?
- Is er bootverkeer in het meer?
- Zijn er andere gevaren (draaikolken, giftige gassen, ...)?
- Waar zijn grote ondiepten?
- Waar zijn mogelijke uitgangen?
- ...

Vooral bij scheepvaartverkeer moet worden nagegaan of het meer überhaupt mag worden overgestoken. De meerpolitie kan informatie geven. Voor alle andere gevaren kunnen redders van bestaande badplaatsen of plaatselijke zwemclubs worden geraadpleegd.

Als algemene regel geldt dat de meerseinen in acht moeten worden genomen, omdat ze vaak waarschuwen voor gevaren!

Elke meeroversteek moet vergezeld worden door minstens één ondersteuningsboot om zwakke of gewonde zwemmers op te pikken.

De basisregel is: geen meeroversteek zonder begeleidingsboot!

Een meeroversteek kan alleen zwemmend of met behulp van vinnen/kano's/etc. worden uitgevoerd. In alle gevallen moeten deelnemers en leiders een zwemvest dragen. Verder zijn er een apotheek en minstens één werptas aanwezig op de begeleidingsboot. Als de overtocht alleen zwemmend wordt uitgevoerd, is het aan te raden dat de deelnemers een lichtgevende badmuts (bijv. geel) dragen om hun zichtbaarheid in het water te vergroten.

Voor vlotten met een zijlengte van meer dan 2,5 m moet een vergunning worden aangevraagd bij de scheepvaartautoriteit voor de vaart op openbare wateren als de oeverzone (150 m) wordt verlaten.

Onderstaand document is bedoeld om je te helpen bij het plannen van een dergelijke activiteit. Het document wordt meer in detail uitgelegd in het hoofdstuk "3x3 planningsschema".

Voor een meeroversteek is per 10 kinderen minstens één leider met een SLRG Brevet Plus zwembadtraining met de toevoeging BLS/AED (reanimatie) vereist. Daarnaast moet ten minste één leider het supplement voor het meer hebben.

Activiteiten op de rivier

Activiteiten in de rivier zijn verreweg het gevaarlijkst en vereisen daarom een zeer goede voorbereiding. Een dergelijke activiteit mag ook alleen worden gepland en uitgevoerd door ervaren en getrainde gidsen.

Moeilijkheidsniveaus van wildwater

Rivieren zijn onderverdeeld in zes verschillende moeilijkheidsgraden. De kenmerken van deze niveaus staan hieronder:

Niveau I (niet moeilijk):

- regelmatige stroming
- regelmatige golven
- geen golfslag
- eenvoudige obstakels

Voorbeeld: Reuss (Melingen-Windisch), Thur (Frauenfeld-Andelfingen), Ticino (Biasca-Bellinzona)

Niveau II (matig moeilijk):

- vrije passages
- onregelmatige stroming
- onregelmatige golven
- gemiddelde golfslag

- zwakke rollers, wervelingen en perswater
- eenvoudige obstakels in de stroming
- kleinere etappes

Voorbeeld: Engelbergeraa (Grafenort-Stans), Hinterrhein (Thusis-Reichenau), Simme (Garstatt-Heidenweidli)

Niveau III (moeilijk):

- Duidelijke passages
- onregelmatige golven
- grote golven, rollen, wervelingen en drukkend water
- individuele blokken
- Stappen
- meerdere obstakels in de stroming

Voorbeeld: Moessa (Cama-Roveredo), Muota (Muotathal reservoir), Simme (Heidenweidli-Weissenburg)

Niveau IV (zeer moeilijk):

- Doorgangen niet gemakkelijk herkenbaar
- Exploratie meestal noodzakelijk
- hoge en aanhoudende golfslag
- krachtige rollen, wervelingen en perswater
- Blokken verschoven in de stroomtrein
- hogere etappes met terugstroming

Voorbeeld: Engstligen (Achseten-Frutigen), Inn (Giarsun-Ardez), Landquart (Küblis-Fideris)

Niveau V (extreem moeilijk):

- Verkenning essentieel
- extreme golfslag, rollen en perswater
- smalle blokkades
- hogere hellingen met moeilijke in- en uitgangen

Voorbeeld: Inn (Brailschlucht), Lonza (Riederschellen), Lütschine (Bicok boven Wilderswil)

Niveau VI (grens van bevaarbaarheid):

- over het algemeen onmogelijk
- mogelijk bevaarbaar bij bepaalde waterstanden
- hoog risico

Activiteiten op rivieren tot en met wildwaterniveau II zijn toegestaan onder Jeugd en Sport.

Gevaren in de rivier

De volgende gevaren kunnen zich voordoen in een rivier:

- Bochten in de rivier (baffle helling, eddy, ...)
- Eddies
- Paddenstoelen en kruisingen
- Rollers
- Natuurlijke obstakels

- Kunstmatige hindernissen
- Achterwateren
- Onderwaters
- Hoog water
- Koud water (onderkoeling, shock)

In het algemeen moeten riviersignalen in acht worden genomen omdat ze vaak waarschuwen voor gevaar!

Weersomstandigheden

Om veiligheidsredenen worden alle rivieractiviteiten alleen uitgevoerd bij mooi weer en een normaal waterpeil. Voor het begin van de activiteit moet de groepsleider controleren hoe het weer de komende uren zal zijn. Als er een slecht weerfront wordt verwacht, moet de wateractiviteit worden afgebroken.

Als de groep al in het water is en een slecht weerfront nadert, moeten ze ook zo snel mogelijk het water verlaten en een schuilplaats zoeken.

Het weer heeft een grote invloed op de rivier. Plotselinge hevige regenval kan leiden tot een snelle stijging van het waterpeil. er moet rekening worden gehouden met het stroomgebied van de rivier. Een teken van hevige regen stroomopwaarts kan zijn wanneer het water een aardebruine kleur krijgt. Een blikseminslag is ook een dodelijk gevaar op het land en in het water. In de zomer spelen de zon en de hitte ook een rol (oververhitting kan ook in het water voorkomen!). Bij zonnig weer is het daarom aan te raden dat kinderen een hoed dragen om ze tegen de zonnestralen te beschermen.

Bewegen in de rivier

De volgende soorten beweging zijn toegestaan onder Jeugd en Sport:

- Zwemmen
- Vlot
- Opblaasbare rubberboot
- Rubber kano
- Open kano
- Tubing (vrachtwagen tubes)

Rivierraften en hydrospeed zijn niet toegestaan!

Voor vlotten met een zijlengte van meer dan 2,5 m moet een vergunning worden aangevraagd bij het Navigatiebureau voor het varen op openbare wateren

Uitrusting

Tijdens een rivieractiviteit is het belangrijk om de juiste uitrusting te hebben en te gebruiken.

Persoonlijke uitrusting:

- Reddingsvest met kraag (bescherming bij bewusteloosheid) of rib- of plaatvest (geen bescherming bij bewusteloosheid)
- Zwembroek/jurk
- Regenjack (windbescherming tegen afkoeling)

- Reserve waterdicht ondergoed (indien vervoerd op de boot)
- Oude gymschoenen (beschermt tegen verwondingen aan de voeten)
- Bescherming tegen de zon
- eventueel een wetsuit
- eventueel een helm (afhankelijk van de route)
- Noodlaken
- Eten en drinken

De reservekleren kunnen ook aan land in een auto worden vervoerd om te voorkomen dat ze nat worden.

Als algemene regel geldt dat de persoonlijke uitrusting voor elke wateractiviteit moet worden gecontroleerd!

Groepsmateriaal:

- Kaart, riviergids, kompas
- EHBO-doos, reddingsdeken
- Signaalfluit
- Werpzak
- Dolk, vouwmes (voor het geval een touw doorgesneden moet worden!)
- Mobiele telefoon (waterdicht verpakt)
- Informatieblad over wateractiviteiten (zie hieronder)

Folder_Wateractiviteiten

Planning

De volgende punten zijn bedoeld om een kort overzicht te geven van waar rekening mee moet worden gehouden bij het plannen van een dergelijke wateractiviteit in de rivier.

Vereisten:

- Welk type boot/vaartuig wordt gebruikt voor de wateractiviteit?
- Wie en hoeveel deelnemers gaan mee?
- Welke route/rivier wordt gekozen?
- Welke vaardigheden moeten de deelnemers hebben?
- Zijn er kantonnale voorschriften?
- Welke uitrusting is beschikbaar?
- Hoe ziet de persoonlijke uitrusting eruit?
- Hoe lang duurt de activiteit?
- Welke voorkennis hebben de deelnemers?
- Welke specialistische kennis hebben de leiders?
- Is er een extra specialist nodig?

Voorbereiding:

- Datum/excursiedatum vaststellen
- Rivierroute kiezen (verduidelijking met waterkaarten, riviergids, ...)
- Verkennen 1:1 (met de boot de rivier afvaren, gevaarlijke plekken inschatten, mogelijke plaatsen bepalen om het water in en uit te gaan, optimale waterstand inschatten)
- Kies een interessante route/stops
- Indien nodig: Aanmelden bij de kantonnale scheepvaartautoriteit

- Bespreek het veiligheidsconcept met het leidersteam
- Alternatief programma uitwerken
- Waterstand/weerbericht verkrijgen
- Beslissing nemen om het evenement uit te voeren/te annuleren

Instructies van Jeugd en Sport:

Voor elke 12 kinderen (Y+S) / 8 kinderen (SLRG), is ten minste één leider met de SLRG Brevet Plus Pool kwalificatie met de BLS/AED (CPR) aanvulling vereist voor een wateractiviteit in de rivier. Bovendien moet minstens één leider de aanvulling Rivier hebben. Voor jeugd en sport is ook een leider met J+S 1 training met de aanvullende veiligheidsmodule voor wateractiviteiten vereist.

Alle gebruikte boten/vaartuigen moeten onzinkbaar zijn! Verder is het dragen van zwemvesten verplicht.

Veiligheidsconcept:

- Bepaal uitstapplaatsen (markeer op de kaart en spreek een verzamelpunt af)
- Kort voor de start informatie inwinnen (gevaren, waterstanden, ...)
- Alternatieven (als de huidige situatie ongunstig is, de activiteit annuleren)
- Gedragsregels vastleggen (bespreken voor vertrek)
- Verbindingen (visuele verbindingen met de boten, contactpunt voor onzekerheden, waar is de expert, waar is een noodtelefoon)
- Uitrusting (controleer alle deelnemers, neem reserve uitrusting mee, pak alle uitrusting waterdicht in)
- Calamiteitenformulier (invullen, bij de hand hebben, uitleg over de afhandeling)
- Noodmateriaal (neem een apotheek mee, houd een afvalzak bij de hand)

Onderstaand document is bedoeld om je te helpen bij het plannen van een dergelijke activiteit. Het document wordt meer in detail uitgelegd in het hoofdstuk "3x3 planningsschema".

Planning_een_vrije_water_activiteit_01

3x3 planningsschema

Deze lijst is bedoeld om je te helpen bij het invullen van het 3x3 planningsschema voor het plannen van een open water activiteit.

thuis

Omstandigheden:

- Huidige weersvoorspelling
- Tijd van het jaar
- Vertrouwenspersoon ter plaatse
- Temperatuur (water/lucht)
- Verordeningen, wetten (vergunningen)

Terrein:

- Meer/rivierkaart, terreinkaart, luchtfoto's

- Eigen kennis (verkenning/foto's)

Groep:

- Hoeveel deelnemers komen er?
- Uitrusting, ervaring, bekwaamheid, enz.
- Hoeveel ervaring heb ik als leider?

In de regio

Omstandigheden:

- Weer (neerslag, temperatuur, wind)
- Weersvoorspellingen

Terrein:

- Klopt mijn idee (instap-/uitstappunten, ondersnijdingen, enz.)?
- Zijn de bestaande stromingen acceptabel?
- Waterstand (open stuwen)

Groep:

- Wie is er echt (uitrusting, conditie)?
- Motivatie, groepsdynamiek
- Persoonlijke fitheid als leider (mogelijke ziekte)
- Persoonlijke verantwoordelijkheid

tijdens de activiteit

Omstandigheden:

- Watertemperaturen
- Kleur van het water
- Gedrag bij weer en wind
- Criteria voor afbreken

Terrein:

- Wat ligt er voor ons?
- Communiceer en beveilig uitgangen

Groep:

- Controleer voortdurend de conditie van de deelnemers (onderkoeling, malaise, vermoeidheid, enz.)
- Motivatie, conditie, discipline, groepsdynamiek

Opmerking

Dit artikel is geen vervanging voor een getrainde leider en mag in geen geval als volledig worden beschouwd. Als je niet zeker bent, raadpleeg dan een competente leider of voer de activiteit niet uit.

Bestandsreferentie

- Alle werkbladen zijn van de SLRG. Met vriendelijke toestemming van de SLRG (Zwitserse Reddingsvereniging)
- De nieuwste versie van deze werkbladen kun je hier downloaden.
- De folder over wateractiviteiten is afkomstig van Jugend und Sport.

Afbeeldingen

- Foto omslag: © Kasperline / pixelio.de

Weitere Informationen

Categorieën
Spelletjes en activiteiten

Tags
Вода
Planning
Сигурност
Инструкции
Artikel

Leeftijd
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Aantal deelnemers
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Bijbel
Deze informatie ontbreekt.

Duur
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Materiaal
Bijna moeiteloos

Bestanden downloaden
Bestand downloaden

KI Generierter Inhalt
Inhoud
Categorieën
Tags
Leeftijd
Aantal deelnemers
Bijbel
Duur
Materiaal

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/nl/wiki/art/een-wateractiviteit-plannen