



# MIJN ZWEMVOORTGANG IN ÉÉN OVERZICHT

Volg de voortgang van ieder kind



VOLG DE VOORTGANG



MOTIVEER



VIER ELKE STAP

# Voortgangkaart voor jonge zwemmers

Volg elke stap in het water



Naam kind

\_\_\_\_\_



Startdatum

\_\_\_\_\_



Instructeur

\_\_\_\_\_



Huidig niveau

\_\_\_\_\_



Mijn doel



\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Dit gaat al goed



\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Volgende stap



\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Elke stap vooruit telt!

# Wennen aan water en ademhaling



Naam kind

Datum

| Vaardigheid                                                                                             | Nog oefenen           | In ontwikkeling       | Beheerst              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
|  In het water gaan     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
|  Water op het gezicht | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
|  Bellen blazen       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
|  Gezicht onder water | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
|  Rustig uitademen    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Opmerkingen

---

---

---

---

# Drijven, evenwicht en voortbewegen



Naam kind \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_

| Vaardigheid                                                                                                  | Nog oefenen           | In ontwikkeling       | Beheerst              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
|  Buikdrijven met hulp        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
|  Rugdrijven met hulp         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
|  Evenwicht bewaren         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
|  Afzetten en glijden       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
|  Voortbewegen met de benen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Observatie en datum

---

---

---

---

---



# Techniek en volgende doelen



Stap voor stap groeien in het water



Naam kind

Datum

Huidig niveau



**Wat gaat goed?**

---

---

---

---



**Volgende stap**

---

---

---

---



**Datum van evaluatie**

---

---

# Registratie van behaalde stappen



Naam kind

Periode

| Vaardigheid                                                                         | Datum | Wat lukte? | Volgende stap |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------|---------------|
|    |       |            |               |
|  |       |            |               |
|  |       |            |               |
|  |       |            |               |
|  |       |            |               |
|  |       |            |               |

*Noteer kleine stappen en vier de vooruitgang.*