

# Vlaamse Trainersschool

## Opleidingen

### Catalogus opleidingsstramien 2020

(Onder voorbehoud van wijzigingen tijdens het cursusjaar)

**VLAAMSE  
TRAINERSSCHOOL**  
SPORT VLAANDEREN - SPORTFEDERATIES  
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

# Sporttakgerichte opleidingen

Legende: Type = Evaluatietype, D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak;

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, E = Eindwerk, AV = Aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie,

PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen + Theoretisch examen;

## Initiator Zwemmen

Door de denkcel goedgekeurd op: 27-05-2019

**Info:** VTS-Secretariaat, Ina Staessen, tel. +32 2 209 47 22 , e-mail : ina.staessen@sport.vlaanderen

**Benaming diploma :** Initiator Zwemmen

### Doelstellingen :

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het initiëren van beginnende en/of recreatieve zwemmers (jongeren, adolescenten en volwassenen) op clubniveau, rekening houdend met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep en de ontwikkelingslijn van het zwemmen teneinde hen via aangepaste sporttechnische en -tactische trainingssessies leerdoelen te laten bereiken.

### Toelatingsvoorwaarde(n) :

- **Leeftijd (worden):**
  - o Minstens 16 jaar worden in de loop van het kalenderjaar waarin de cursus start.

### Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

o Module 1: Vrijstellingen voor het Algemeen Gedeelte kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - zie [www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel](http://www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel) > Nuttige info voor cursisten.

Opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.)

o Voor de praktijkgedeelten is zwem/sportkledij vereist.

### Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 70 uren (waarvan 6 uren stage) , 4 module(s), en 12 vakken

Module 1: Algemeen Gedeelte Initiator (15 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Didactiek	T	ND	7			7 u.
Veilig sporten preventief luik	T	D	4			4 u.
Veilig sporten curatief luik	T	D	4			4 u.
Module 2: Sporttechnische module Initiator Zwemmen (16 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Introductie tot de Initiatoropleiding	GE		1			1 u.
Opleidingsvisie VZF - initiatie zwemmen	T	D	3			3 u.
Introductie tot Multimove in het zwemmen	T	D	2	2		4 u.
Basistechnieken en foutenanalyse genormeerde zwemstijlen	T	ND	8			8 u.
Module 3: Didactisch- methodische module Initiator Zwemmen (30 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Didactiek en methodiek watergewenning	P	ND	5	3		8 u.
Didactiek en methodiek basisvaardigheden en waterveiligheid	T	ND	3	3		6 u.
Didactiek en methodiek genormeerde zwemstijlen	P	ND	8	8		16 u.
Module 4: Stagemodule Initiator Zwemmen (9 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Stage Initiator Zwemmen	PF	ND			6	6 u.
Feedback- en reflectie stage Initiator Zwemmen	GE			3		3 u.

Legende: Type = Evaluatietype, D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak;

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, E = Eindwerk, AV = Aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie,

PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen + Theoretisch examen;

## Initiator Zwemmen - Discipline Artistiek Zwemmen

Door de denkcel goedgekeurd op: 25-03-2020

**Info:** VTS-Secretariaat, Ina Staessen, tel. +32 2 209 47 22 , e-mail : ina.staessen@sport.vlaanderen

**Benaming diploma :** Initiator Artistiek Zwemmen

### Doelstellingen :

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het initiëren van beginnende en/of recreatieve artistiek zwemmers (jongeren, adolescenten en volwassenen) op clubniveau, rekening houdend met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep en de ontwikkelingslijn van het Artistiek Zwemmen teneinde hen via aangepaste sporttechnische en -tactische trainingssessies leerdoelen te laten bereiken.

### Toelatingsvoorwaarde(n) :

- **Leeftijd (worden):**
  - o Minstens 16 jaar worden in de loop van het kalenderjaar waarin de cursus start.

### Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

o Module 1: Vrijstellingen voor het Algemeen Gedeelte kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - zie [www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel](http://www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel) > Nuttige info voor cursisten.

o Module 2: Initiators Zwemmen worden vrijgesteld voor het vak: 'Theorie zwemstijlen (schoolslag/rugslag/crawl/vlinder), starten en keerpunten + basis foutenanalyse'.

o Module 3: Initiators Zwemmen worden vrijgesteld voor het vak: 'Methodiek zwemstijlen artistiek zwemmen (schoolslag, rugcrawl, borstcrawl, vlinderslag, starten en keren)'.

### Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 57 uren (waarvan 6 uren stage) , 4 module(s), en 14 vakken

Module 1: Algemeen Gedeelte Initiator (15 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Didactiek	T	ND	7			7 u.
Veilig sporten preventief luik	T	D	4			4 u.
Veilig sporten curatief luik	T	D	4			4 u.
Module 2: Sporttechnische module Initiator Artistiek Zwemmen (16 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Introductie tot de Initiatoropleiding	GE		1			1 u.
Theorie zwemstijlen (schoolslag/rugslag/crawl/vlinder), starten en keerpunten + basis foutenanalyse	T	D	3	2		5 u.
Specifieke basisvaardigheden, stuwvormen en voortbewegingstechnieken artistiek zwemmen	T	D	3			3 u.
Theorie van de posities, transities, figuren en wedstrijdbegeleiding	T	D	2			2 u.
Theorie van de routines	T	D	1			1 u.
Lichaamsscholing en basislenigheid artistiek zwemmen	T	D	2	2		4 u.
Module 3: Didactisch- methodische module Initiator Artistiek Zwemmen (18 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Methodiek posities, transities, figuren, stuwvormen en voortbewegingstechnieken artistiek zwemmen	P	ND	1	7		8 u.
Methodiek zwemstijlen artistiek zwemmen (schoolslag, rugcrawl, borstcrawl, vlinderslag, starten en keren)	OP	D	3	2		5 u.
Methodiek routines artistiek zwemmen	P	ND	2	3		5 u.
Module 4: Stagemodule Initiator Artistiek Zwemmen (8 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Stage Initiator Artistiek Zwemmen	PF	ND			6	6 u.
Feedback en reflectie stage Initiator Artistiek Zwemmen	GE			2		2 u.

Legende: Type = Evaluatietype, D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak;

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, E = Eindwerk, AV = Aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie,

PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen + Theoretisch examen;

## Initiator Zwemmen - Discipline Waterpolo

Door de denkcel goedgekeurd op: 27-05-2019

**Info:** VTS-Secretariaat, Ina Staessen, tel. +32 2 209 47 22 , e-mail : ina.staessen@sport.vlaanderen

**Benaming diploma :** Initiator Waterpolo

### Doelstellingen :

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het initiëren van beginnende en/of recreatieve waterpolospelers (jongeren, adolescenten en volwassenen) op clubniveau, rekening houdend met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep en de ontwikkelingslijn van waterpolo teneinde hen via aangepaste sporttechnische en -tactische trainingssessies leerdoelen te laten bereiken.

### Toelatingsvoorwaarde(n) :

- **Leeftijd (worden):**
  - o Minstens 16 jaar worden in de loop van het kalenderjaar waarin de cursus start.

### Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

o Module 1: Vrijstellingen voor het Algemeen Gedeelte kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - zie [www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel](http://www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel) > Nuttige info voor cursisten.

o Module 2: Initiators Zwemmen en Initiators Synchroonzwemmen worden vrijgesteld voor het vak: 'Theorie zwemstijlen (rugslag/crawl) + basis foutenanalyse'.

o Module 3: Initiators Zwemmen en Initiators Synchroonzwemmen worden vrijgesteld voor het vak: 'Methodiek zwemstijlen (rugslag/crawl)'.

### Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 54 uren (waarvan 6 uren stage) , 4 module(s), en 12 vakken

	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
<b>Module 1: Algemeen Gedeelte Initiator (15 u.)</b>						
Didactiek	T	ND	7			7 u.
Veilig sporten preventief luik	T	D	4			4 u.
Veilig sporten curatief luik	T	D	4			4 u.
<b>Module 2: Sporttechnische module Initiator Waterpolo (17 u.)</b>						
Introductie tot de Initiatoropleiding	GE		1			1 u.
Theorie zwemstijlen (rugslag/crawl) + basis foutenanalyse	T	D	2	1		3 u.
Basisvaardigheden en balvaardigheden Waterpolo	T	D	3	3		6 u.
Speltactieken en wedstrijdbegeleiding Waterpolo	T	D	2	1		3 u.
Lichaamsscholing en vormspanning in Waterpolo	T	D	2	2		4 u.
<b>Module 3: Didactisch- methodische module Initiator Waterpolo (14 u.)</b>						
Methodiek zwemstijlen (rugslag/crawl)	P	ND	1	2		3 u.
Methodiek Waterpolo (basisvaardigheden, balvaardigheden en speltactieken)	P	ND	4	7		11 u.
<b>Module 4: Stagemodule Initiator Waterpolo (8 u.)</b>						
Stage Initiator Waterpolo	PF	ND			6	6 u.
Feedback en reflectie stage Initiator Waterpolo	GE			2		2 u.

Legende: Type = Evaluatietype, D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak;

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, E = Eindwerk, AV = Aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie,

PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen + Theoretisch examen;

## Instructeur B Zwemmen

Door de denkcel goedgekeurd op: 27-05-2019

**Info:** VTS-Secretariaat, Ina Staessen, tel. +32 2 209 47 22 , e-mail : ina.staessen@sport.vlaanderen

**Benaming diploma :** Instructeur B Zwemmen

### Doelstellingen :

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het trainen en begeleiden van recreatieve en/of competitieve zwemmers (jongeren, adolescenten en volwassenen) tot op het provinciaal/landelijk niveau, rekening houdend met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep en de ontwikkelingslijn van het zwemmen teneinde hen via aangepaste sporttechnische en tactische trainingsopbouw te laten doorstromen naar een hoger niveau en leerdoelen te bereiken.

### Toelatingsvoorwaarde(n) :

- **Kwalificatievoorwaarde(n):**
  - o Kwalificatie: het diploma van 'Initiator Zwemmen' bezitten of er mee gelijkgesteld zijn.

### Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

o Module 1: Vrijstellingen voor het Algemeen Gedeelte kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - zie [www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel](http://www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel) > Nuttige info voor cursisten.

Volgorde van de modules

o Module 1 is de basismodule en dient verplicht als eerste met succes gevolgd te worden.

Opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.)

o Voor de praktijkgedeelten is zwem/sportkledij vereist.

o Materiaal voor beeldopnames (camera, tablet, smartphone, ...) is noodzakelijk tijdens de praktijklessen.

### Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 116.5 uren (waarvan 12 uren stage) , 4 module(s), en 19 vakken

	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
<b>Module 1: Algemeen Gedeelte Instructeur B (20.5 u.)</b>						
Duiding bij de opleiding Instructeur B	GE		0.5			0.5 u.
Anatomie	T	D	6			6 u.
Communicatie	T	D	2			2 u.
Motorisch leren	T	D	6			6 u.
Ontwikkelingsleer	T	D	6			6 u.
<b>Module 2: Sporttechnische module Instructeur B Zwemmen (38 u.)</b>						
Introductie tot de opleiding Instructeur B	GE		1			1 u.
Opleidingsvisie VZF - sportzwemmen	T	D	2			2 u.
Blessurepreventie en lichaamsscholing in het zwemmen	PT	D	4	6		10 u.
Begeleiding van sportzwemmers (incl. wedstrijdzwemmen en lane-coaching)	T	D	5			5 u.
Gevorderde vaardigheden en stuwvormen in het water	T	D	3	2		5 u.
Gevorderde technieken, analyse en remediëring wedstrijdstijlen, -starten en -keerpunten	T	ND	15			15 u.
<b>Module 3: Didactisch- methodische module Instructeur B Zwemmen (40 u.)</b>						
Didactiek en methodiek wedstrijdstijlen: vlinderslag	P	ND	3	4		7 u.
Didactiek en methodiek wedstrijdstijlen: rugslag	P	ND	3	4		7 u.
Didactiek en methodiek wedstrijdstijlen: schoolslag	P	ND	3	4		7 u.
Didactiek en methodiek wedstrijdstijlen: crawl	P	ND	3	4		7 u.
Didactiek en methodiek wedstrijdstijlen: starten & keren	P	ND	3	4		7 u.
Competentieontwikkeling van de Instructeur B Zwemmen	GE		2	3		5 u.
<b>Module 4: Stagemodule Instructeur B Zwemmen (18 u.)</b>						
Stage Instructeur B Zwemmen	PF	ND			12	12 u.
Feedback- en reflectie stage Instructeur B Zwemmen	GE			6		6 u.

Legende: Type = Evaluatietype, D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak;

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, E = Eindwerk, AV = Aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie,

PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen +Theoretisch examen;

## Instructeur B Zwemmen - Discipline Artistiek Zwemmen

Door de denkcel goedgekeurd op: 27-05-2019

**Info:** VTS-Secretariaat, Ina Staessen, tel. +32 2 209 47 22 , e-mail : ina.staessen@sport.vlaanderen

**Benaming diploma :** Instructeur B Artistiek Zwemmen

### Doelstellingen :

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het trainen en begeleiden van recreatieve en/of competitieve artistiek zwemmers (jongeren, adolescenten en volwassenen) tot op het provinciaal/landelijk niveau, rekening houdend met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep en de ontwikkelingslijn van het artistiek zwemmen teneinde hen via aangepaste sporttechnische en tactische trainingsopbouw te laten doorstromen naar een hoger niveau en leerdoelen te bereiken.

### Toelatingsvoorwaarde(n) :

- **Kwalificatievoorwaarde(n):**
  - o Kwalificatie: het diploma van 'Initiator Artistiek Zwemmen' bezitten of er mee gelijkgesteld zijn.

### Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

o Module 1: Vrijstellingen voor het Algemeen Gedeelte kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - zie [www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel](http://www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel) > Nuttige info voor cursisten.

o Module 2: Geattesteerde en actieve juryleden C&B&A Artistiek Zwemmen zijn vrijgesteld voor het vak 'Beoordeling van de routines in het artistiek zwemmen'.

o Module 2: Geattesteerde en actieve juryleden B&A Artistiek Zwemmen zijn vrijgesteld voor het vak 'Reglementen in artistiek zwemmen'.

o Module 2: Voltooiing van het vak 'Multimedia' van het Algemeen Gedeelte Instructeur B (01/11/2015 t.e.m. 31/10/2017) leidt tot vrijstelling voor het vak 'Het inzetten van digitale media bij trainingen'.

Volgorde van de modules

o Module 1 is de basismodule en dient verplicht als eerste met succes gevolgd te worden.

### Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 71.5 uren (waarvan 10 uren stage) , 4 module(s), en 18 vakken

<b>Module 1: Algemeen Gedeelte Instructeur B (20.5 u.)</b>	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Duiding bij de opleiding Instructeur B	GE		0.5			0.5 u.
Anatomie	T	D	6			6 u.
Communicatie	T	D	2			2 u.
Motorisch leren	T	D	6			6 u.
Ontwikkelingsleer	T	D	6			6 u.
<b>Module 2: Sporttechnische module Instructeur B Artistiek Zwemmen (25 u.)</b>	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Introductie tot de opleiding Instructeur B	GE		1			1 u.
Theorie van de posities, transitie en figuren (15&U tot senioren)	T	D	3			3 u.
Beoordeling van de routines in het artistiek zwemmen	T	D	4			4 u.
Blessurepreventie, lichaamsscholing en lenigheidstraining in artistiek zwemmen	T	D	2	3		5 u.
Meerjarenopleidingsplan en talentdetectie in artistiek zwemmen	OP	D	3			3 u.
Reglementen in artistiek zwemmen	T	D	2			2 u.
Wedstrijdbegeleiding en coaching in artistiek zwemmen	T	D	4			4 u.
Het inzetten van digitale media bij trainingen	OP	D	3			3 u.
<b>Module 3: Didactisch- methodische module Instructeur B Artistiek Zwemmen (14 u.)</b>	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Methodiek posities, transitie en figuren (15&U tot senioren)	P	ND	2	2		4 u.
Methodiek routines in het artistiek zwemmen	P	ND	2	4		6 u.
Competentieontwikkeling van de Instructeur B Artistiek Zwemmen	GE		2	2		4 u.
<b>Module 4: Stagemodule Instructeur B Artistiek Zwemmen (12 u.)</b>	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Stage Instructeur B Artistiek Zwemmen	PF	ND			10	10 u.
Feedback en reflectie stage Instructeur B Artistiek Zwemmen	GE			2		2 u.

Legende: Type = Evaluatietype, D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak;

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, E = Eindwerk, AV = Aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie,

PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen + Theoretisch examen;

## Instructeur B Zwemmen - Discipline Waterpolo

Door de denkcel goedgekeurd op: 27-05-2019

**Info:** VTS-Secretariaat, Ina Staessen, tel. +32 2 209 47 22 , e-mail : ina.staessen@sport.vlaanderen

**Benaming diploma :** Instructeur B Waterpolo

### **Doelstellingen :**

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het trainen en begeleiden van recreatieve en/of competitieve waterpolo-spelers (jongeren, adolescenten en volwassenen) tot op het provinciaal/landelijk niveau, rekening houdend met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep en de ontwikkelingslijn van het waterpolo teneinde hen via aangepaste sporttechnische en tactische trainingsopbouw te laten doorstromen naar een hoger niveau en leerdoelen te bereiken.

### **Toelatingsvoorwaarde(n) :**

- **Kwalificatievoorwaarde(n):**
  - o Kwalificatie: het diploma van 'Initiator Waterpolo' bezitten of er mee gelijkgesteld zijn.

### **Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):**

Eventuele vrijstelling(en)

o Module 1: Vrijstellingen voor het Algemeen Gedeelte kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - zie [www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel](http://www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel) > Nuttige info voor cursisten.

o Actieve scheidsrechters waterpolo zijn vrijgesteld voor het vak 'Waterpolo spelregels' indien zij een attest van hun geldige vergunning bij de Vlaamse Zwemfederatie kunnen voorleggen.

Volgorde van de modules

o Module 1 is de basismodule en dient verplicht als eerste met succes gevolgd te worden.

Opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.)

o Voor de praktijkgedeelten is sportkledij vereist.

### **Opleidingsonderdelen**

**De opleiding omvat 72 uren (waarvan 10 uren stage) , 4 module(s), en 15 vakken**

<b>Module 1: Algemeen Gedeelte Instructeur B (20.5 u.)</b>	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Duiding bij de opleiding Instructeur B	GE		0.5			0.5 u.
Anatomie	T	D	6			6 u.
Communicatie	T	D	2			2 u.
Motorisch leren	T	D	6			6 u.
Ontwikkelingsleer	T	D	6			6 u.
<b>Module 2: Sporttechnische module Instructeur B Waterpolo (27 u.)</b>	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Introductie tot de opleiding Instructeur B	GE		1			1 u.
Long Term Athlete Development Training en Tactische Coachbenadering in waterpolo	T	D	9			9 u.
Blessurepreventie en lichaamsscholing in waterpolo	T	D	4	4		8 u.
Waterpolo spelregels	T	D	6			6 u.
Het inzetten van digitale media bij trainingen	OP	D	3			3 u.
<b>Module 3: Didactisch- methodische module Instructeur B Waterpolo (12.5 u.)</b>	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Methodiek en didactiek Instructeur B Waterpolo	P	ND		4		4 u.
Coachen van waterpolowedstrijden	P	ND	2	2.5		4.5 u.
Competentieontwikkeling van de Instructeur B Waterpolo	GE		2	2		4 u.
<b>Module 4: Stagemodule Instructeur B Waterpolo (12 u.)</b>	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Stage Instructeur B Waterpolo	PF	ND			10	10 u.
Feedback en reflectie stage Instructeur B Waterpolo	GE			2		2 u.

Legende: Type = Evaluatietype, D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak;

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, E = Eindwerk, AV = Aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie,

PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen +Theoretisch examen;

## Trainer B Zwemmen

Door de denkcel goedgekeurd op: 27-05-2019

**Info:** VTS-Secretariaat, Ina Staessen, tel. +32 2 209 47 22 , e-mail : ina.staessen@sport.vlaanderen

**Benaming diploma :** Trainer B Zwemmen

### Doelstellingen :

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het trainen, coachen en vervolmaken van competitieve zwemmers (jongeren, adolescenten en volwassenen) tot op het nationaal niveau, rekening houdend met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep en de ontwikkelingslijn van zwemmen, teneinde hen via aangepaste sporttechnische, -tactische en conditionele trainingsopbouw te laten doorstromen naar een hoger niveau en prestatiedoelen te bereiken.

### Toelatingsvoorwaarde(n) :

- **Kwalificatievoorwaarde(n):**
  - o Kwalificatie: het diploma van 'Instructeur B Zwemmen' bezitten of er mee gelijkgesteld zijn.

### Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

o Module 1: Vrijstellingen voor het Algemeen Gedeelte kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - zie [www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel](http://www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel) > Nuttige info voor cursisten.

o Module 2: Houders van het brevet "Official TAK2" van de VZF genieten volledige vrijstelling voor het vak 'Wedstrijdreglementen in het zwemmen'. Voor meer info zie: [www.zwemfed.be](http://www.zwemfed.be).

Volgorde van de modules

o Module 1 is de basismodule en dient verplicht als eerste met succes gevolgd te worden.

### Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 187.5 uren (waarvan 40 uren stage) , 4 module(s), en 18 vakken

Module 1: Algemeen Gedeelte Trainer B (22.5 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Duiding bij de opleiding Trainer B	GE		0.5			0.5 u.
Fysiologie en sportfysiologie	T	D	8			8 u.
Sportpsychologie en coaching	T	D	4			4 u.
Trainingsmethodiek	T	ND	8			8 u.
Biomechanica	T	D	2			2 u.
Module 2: Sporttechnische module Trainer B Zwemmen (77 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Introductie tot de opleiding Trainer B	GE		1			1 u.
Opleidingsvisie van de VZF - wedstrijdzwemmen (nationaal niveau)	T	D	4			4 u.
Gevorderde lichaamsscholing en ontwikkeling van de fysieke basiseigenschappen in het zwemmen	PT	D	6	4		10 u.
Begeleiding van wedstrijdzwemmers	T	D	3			3 u.
Wedstrijdreglementen in het zwemmen	T	D	3			3 u.
Talentontwikkeling in het zwemmen	T	D	4			4 u.
Prestatiegerichte mentale coaching van wedstrijdzwemmers	T	D	4			4 u.
Practicum bewegingsleer van de wedstrijd stijlen, -starten en -keerpunten	P	ND	12	12		24 u.
Trainingsleer zwemmen	T	ND	24			24 u.
Module 3: Didactisch- methodische module Trainer B Zwemmen (36 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Specifieke trainingsmethodiek zwemmen	T	ND	16	16		32 u.
Competentieontwikkeling van de Trainer B Zwemmen	GE		3	1		4 u.
Module 4: Stagemodule Trainer B Zwemmen (52 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Stage Trainer B Zwemmen	PF	ND			40	40 u.
Feedback- en reflectie stage Trainer B Zwemmen	GE			12		12 u.

Legende: Type = Evaluatietype, D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak;

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, E = Eindwerk, AV = Aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie,

PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen +Theoretisch examen;

## Trainer B Zwemmen - Discipline Artistiek Zwemmen

Door de denkcel goedgekeurd op: 01-09-2020

**Info:** VTS-Secretariaat, Ina Staessen, tel. +32 2 209 47 22 , e-mail : ina.staessen@sport.vlaanderen

**Benaming diploma :** Trainer B Artistiek Zwemmen

### Doelstellingen :

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het trainen, coachen en vervolmaken van competitieve artistiek zwemmers (jongeren, adolescenten en volwassenen) tot op het nationale niveau, rekening houdend met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep en de ontwikkelingslijn van artistiek zwemmen, teneinde hen via aangepaste sporttechnische, -tactische en conditionele trainingsopbouw te laten doorstromen naar een hoger niveau en prestatiedoelen te bereiken.

### Toelatingsvoorwaarde(n) :

- **Kwalificatievoorwaarde(n):**
  - o Kwalificatie: het diploma van 'Instructeur B Artistiek Zwemmen' bezitten of er mee gelijkgesteld zijn.

### Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

o Module 1: Vrijstellingen voor het Algemeen Gedeelte kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - zie [www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel](http://www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel) > Nuttige info voor cursisten.

o Module 2: Geattesteerde en actieve juryleden B&A Artistiek Zwemmen zijn vrijgesteld voor het vak 'Reglementen in artistiek zwemmen vanaf juniorwedstrijden'.

Volgorde van de modules

o Module 1 is de basismodule en dient verplicht als eerste met succes gevolgd te worden.

### Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 132.5 uren (waarvan 40 uren stage) , 4 module(s), en 19 vakken

Module 1: Algemeen Gedeelte Trainer B (22.5 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Duiding bij de opleiding Trainer B	GE		0.5			0.5 u.
Fysiologie en sportfysiologie	T	D	8			8 u.
Sportpsychologie en coaching	T	D	4			4 u.
Trainingsmethodiek	T	ND	8			8 u.
Biomechanica	T	D	2			2 u.
Module 2: Sporttechnische module Trainer B Artistiek Zwemmen (48 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Introductie tot de opleiding Trainer B	GE		1			1 u.
Opleidingsvisie VZF - artistiek zwemmen	T	D	3			3 u.
Gevorderde technieken in artistiek zwemmen	T	ND	4	4		8 u.
Wedstrijdchoreografie en -analyse in artistiek zwemmen	T	ND	3	3		6 u.
Mentale begeleiding en wedstrijdcoaching in artistiek zwemmen	OP	D	4			4 u.
Plannen, periodiseren en trainingsmethodiek in artistiek zwemmen	T	ND	8	4		12 u.
Reglementen in artistiek zwemmen vanaf juniorwedstrijden	T	D	2			2 u.
Talentselectie en -ontwikkeling in artistiek zwemmen	T	D	4	4		8 u.
Lifestyle en voeding in artistiek zwemmen	T	D	4			4 u.
Module 3: Didactisch- methodische module Trainer B Artistiek Zwemmen (16 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Didactische oefeningen Trainer B Artistiek Zwemmen: gevorderde technieken	P	ND		6		6 u.
Didactische oefeningen Trainer B Artistiek Zwemmen: prestatiebepalende factoren	P	ND		6		6 u.
Competentieontwikkeling van de Trainer B Artistiek Zwemmen	GE		3	1		4 u.
Module 4: Stagemodule Trainer B Artistiek Zwemmen (46 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Stage Trainer B Artistiek Zwemmen	PF	ND			40	40 u.
Feedback en reflectie stage Trainer B Artistiek Zwemmen	GE			6		6 u.

Legende: Type = Evaluatietype, D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak;

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, E = Eindwerk, AV = Aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie,

PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen +Theoretisch examen;

## Trainer A Zwemmen

Door de denkcel goedgekeurd op: 27-05-2019

**Info:** VTS-Secretariaat, Ina Staessen, tel. +32 2 209 47 22 , e-mail : ina.staessen@sport.vlaanderen

**Benaming diploma :** Trainer A Zwemmen

### Doelstellingen :

Door het volgen van de opleiding leert de cursist in te staan voor het trainen en coachen van competitieve zwemmers (jongeren, adolescenten en volwassenen) tot op het internationaal niveau, rekening houdend met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep en de ontwikkelingslijn van het zwemmen, teneinde hen via aangepaste sporttechnische, -tactische en conditionele trainingsopbouw en mentale begeleiding te laten doorstromen naar het hoogste niveau en topprestaties te behalen.

### Toelatingsvoorwaarde(n) :

- **Kwalificatievoorwaarde(n):**
  - o Kwalificatie: het diploma van 'Trainer B Zwemmen' bezitten of er mee gelijkgesteld zijn.
- **Ervaring:**

Onderstaande toelatingsvoorwaarden dienen via portfolio aangetoond te worden. Een gunstige beoordeling op basis van intake gesprek met de DSKO Zwemmen en de denkcel Zwemmen is noodzakelijk om te kunnen starten aan de opleiding Trainer A.

  - o Actief zijn als trainer op nationaal niveau binnen de sporttak.
  - o Tijdens de afgelopen 3 jaren minstens één seizoen actief zijn geweest als trainer van minimaal één zwemmer die minimaal 10R (Rudolph punten) behaalde in 50m-bad op een Olympisch nummer. De minimumleeftijd is daarbij deze van de Future Team leeftijdscategorie: meisjes vanaf 12 jaar en jongens vanaf 13 jaar.
  - o Permanent bijgeschoold zijn als Trainer B bij de Vlaamse Zwemfederatie.

### Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

o Module 1: Vrijstellingen voor het Algemeen Gedeelte kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - zie [www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel](http://www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel) > Nuttige info voor cursisten.

Volgorde van de modules

o Module 1 is de basismodule en dient verplicht als eerste met succes gevolgd te worden.

### Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 290 uren (waarvan 120 uren stage) , 4 module(s), en 22 vakken

Module 1: Algemeen Gedeelte Trainer A (35 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Duiding bij de opleiding Trainer A	GE		1			1 u.
Meten en evalueren van het prestatievermogen	T	D	6			6 u.
Conditionele aspecten van sportbeoefening op hoog niveau	T	D	12			12 u.
Plannen en periodiseren	T	D	6			6 u.
Medische aspecten van sportbeoefening op hoog niveau	T	D	5			5 u.
Mentale aspecten van sportbeoefening op hoog niveau	T	D	5			5 u.
Module 2: Sporttechnische module Trainer A Zwemmen (72 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Introductie tot de opleiding Trainer A	GE		2			2 u.
Zwemspecifieke en sporttakoverschrijdende bijscholing op internationaal niveau	GP	ND	12			12 u.
Opleidingsvisie van de VZF - wedstrijdzwemmen (internationaal niveau)	GP	ND	6			6 u.
Individuele profielopmaak ivf de fysieke begeleiding op het droge	GP	ND	6	4		10 u.
Begeleiding van wedstrijdzwemmers tot op internationaal niveau	GP	ND	6	4		10 u.
Multidisciplinair team- en people management in het zwemmen	GP	ND	4			4 u.
Methodologie van wetenschappelijk onderzoek ivf zwemmen	GP	ND	4			4 u.
Prestatiegerichte mentale coaching van wedstrijdzwemmers (internationaal niveau)	GP	ND	6			6 u.
Wedstrijdanalyse en -tactiek in het zwemmen	GP	ND	6	4		10 u.
Capita selecta Trainer A Zwemmen	GP	ND	8			8 u.
Module 3: Didactisch- methodische module Trainer A Zwemmen (48 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Casework trainingsleer en meerjarenplanning zwemmen	GP	ND	12	8		20 u.
Casework bewegingsleer: persoonlijke stijl (techniek op maat) en profilering	GP	ND	12	8		20 u.
Praktische werkvormen voor mentale coaching in zwemmen	GP	ND		4		4 u.
Competentieontwikkeling van de Trainer A Zwemmen	GE		3	1		4 u.
Module 4: Stagemodule Trainer A Zwemmen (135 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Stage Trainer A Zwemmen	PF	ND			120	120 u.
Feedback- en reflectie stage Trainer A Zwemmen	GE			15		15 u.

Legende: Type = Evaluatietype, D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak;

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, E = Eindwerk, AV = Aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie,

PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen + Theoretisch examen;