

## Deel 1 — Resultaten Jeugdzwemmers Synchroonzwemmen

68 jeugdleden

Leeftijd 8–15 jaar

21 verenigingen

### 1. Welk cijfer geef je synchroonzwemmen?



**85%**

geeft een 8 of hoger

**60%**

geeft een 9 of 10

**>70%**

vindt uitvoeringen het leukst

### 2. Wat vind je het leukst aan de wedstrijden?

**1 De gezelligheid**

"Het is gezellig en het is leuk om te laten zien waar we hard voor hebben getraind"

**2 Samen de uitvoering laten zien**

"Met vriendinnen het dansje doen"

**3 Andere groepen zien**

"Bij wedstrijden vind ik het ook leuk om naar andere clubs te kijken, want daar kan ik ook van leren"

**4 Elkaar aanmoedigen**

"Dat je elkaar kan zien en supporten"

"Ik vind uitvoeringen het leukst, dat is het leukst om te zwemmen en leuk om te kijken"

"De techniek vind ik minder leuk maar verder vind ik alles eigenlijk prima"

### 3. Wat vind je minder leuk aan de wedstrijden?



- 1 **Veel wachten / lange wedstrijd**  
*"Lange wachttijden/ lange dagen voor een kort moment dat je zelf op mag"*
- 2 **Te strenge beoordeling**  
*"Als de punten zo streng zijn, voel ik me minder blij en wordt de wedstrijd nog spannender."*
- 3 **Veel zenuwen / stress**  
*"De zenuwen voor een wedstrijd vind ik minder leuk"*
- 4 **Gelatine**  
*"Gelatine in het haar is niet fijn"*

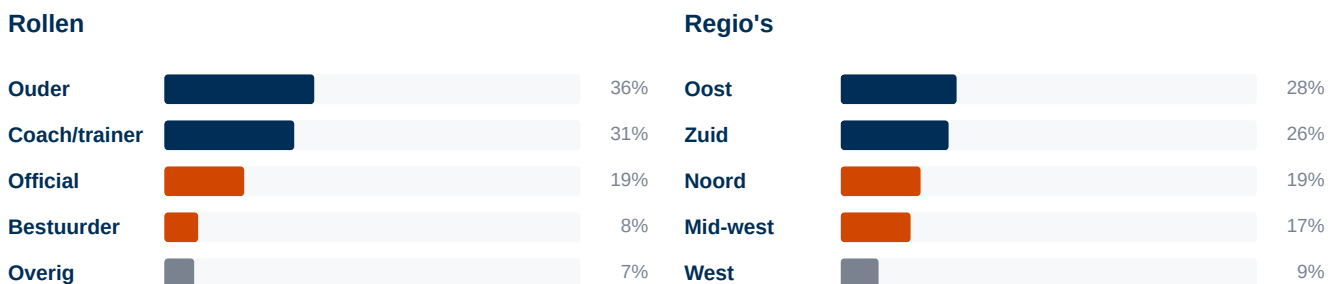
### 4. Wat wil je veranderen aan de wedstrijden?

- 1 **Minder lang wachten**  
*"Dat de wedstrijden minder lang duren, meerdere keren de uitslag tussendoor bijvoorbeeld"*
- 2 **Geen gelatine**  
*"Met uitvoeringen de gelatine, je krijgt het er moeilijk uit en je haren gaan er een beetje kapot van"*
- 3 **Meer uitvoeringswedstrijden organiseren**  
*"Meer wedstrijden op muziek"*

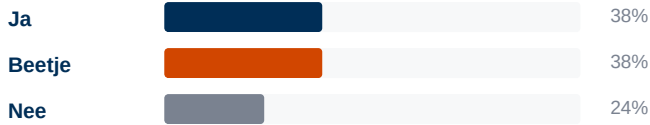
*"Synchroonzwemmen is een keileuke sport waarbij ik veel nieuwe vriendinnen heb gemaakt. Het leert me doorzetten en naar een resultaat toewerken samen met de andere meiden."*

## Deel 2 — Resultaten Betrokkenen Ouders, coaches, officials, bestuurders

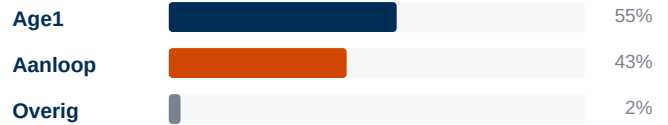
144 enquête-respondenten    14 interviews    Alle synchroonzwemverenigingen NL



### Kennis van KNZB Jeugdsportvisie



### Categorie kinderen



### Resultaten opgedeeld in 4 thema's:



#### Jurering & Beoordeling

Over de jury zelf en het beoordelingssysteem

#### OBSTAKELS

- Jury moet kindvriendelijker** — weinig benadering/expressie naar zwemmer. *"Minder streng kijken als ze aan komen zwemmen"*
- Per wedstrijd wisselende focuspunten** — de ene keer hoogte, dan snelheid. Zwemmer kan zich minder goed voorbereiden. *"Zwemmers krijgen daar teleurstelling en onbegrip van."*

#### OPLOSSINGEN / IDEEËN

- Meer feedback van jury en trainer** — feedback over wat er wel/niet goed ging, met een glimlach. *"Een glimlach en een bemoedigend knikje doen een hoop"*
- Scores niet meer delen** — niet openbaar, vermijdt onzekerheid en stress. *"Scores niet oplezen, later bekend maken"*
- Scores bijhouden van eerdere wedstrijden** — groei zichtbaar maken. *"Groeit ten opzichte van zichzelf laten zien"*
- Vergelijking schoolcijfers** — beoordeling als schoolcijfers zodat kinderen scores beter begrijpen. *"Een 4.5 is dan echt wel goed, maar op school is een 4.5 onvoldoende"*



#### Organisatie

Over reisafstand, voorbereidingen en duur/verloop van wedstrijden

#### OBSTAKELS

- Wedstrijden duren te lang** — lang wachten op uitslagen en tussen het zwemmen door. *"Moet vaak lang wachten voor maar eventjes zwemmen"*
- Wedstrijdkalender sluit niet goed aan** — wedstrijden in vakanties, te vroeg of te laat in seizoen.
- Wedstrijden vaak rommelig/chaotisch** — technische problemen, chaos bij wisseling panels. *"Het voelt soms amateuristisch georganiseerd"*
- Lotingen erg laat** — zwemmers kunnen zich minder goed voorbereiden.

#### OPLOSSINGEN / IDEEËN

- Wachttijden verminderen** — categorieën opsplitsen of wachttijd leuk invullen. *"Wij maken er echt een beleving van en leermoment."*



## Plezierbeleving

Over de manier waarop de jeugdzwemmer wel/geen plezier beleeft aan de wedstrijden

### OBSTAKELS

- Sfeer bij techniekwedstrijd is kil** — saai, geen plezierbeleving, eentonige kleedregels. *"De sfeer tijdens de wedstrijden is kil. Past niet bij deze leeftijd."*
- Certificaten, diploma's en medailles motiveren sterk** — zwemmers hebben een doel om naar te streven. *"Als er medailles of diploma's te behalen valt geeft haar nog extra motivatie."*
- Veel zenuwen en/of stress** — minder controle over lichaam door zenuwen. *"Ze ervaren vaak stress en zijn voornamelijk bezig met hun puntenaantal"*
- Gezelligheid en positieve coaching vergroten plezier** — *"Een positieve sfeer en samenhang proberen te creëren."*

### OPLOSSINGEN / IDEEËN

- Beloningen, vaantjes of deelname-aandenken** — voor inzet, groei en sportiviteit. *"Geef certificaten, stickers of medailles voor deelname of inzet"*
- Meer positieve persoonlijke coaching** — belangrijk voor plezier en onderdrukken zenuwen. *"Nadruk blijven leggen op plezier en minder druk op prestatie."*
- Plezierige sfeer bij techniekwedstrijden** — gezamenlijke warming-up, starten met uitvoering, muziek.
- Meer (recreatieve) uitvoeringswedstrijden** — *"Daar voor komt onze dochter om te dansen in het water."*
- Vermijd prestatiedruk en strenge regels** — meer kleur, minder verplichte kleding. *"Synchroonzwemmen is een sport om te stralen"*



## Toegankelijkheid

Of de wedstrijden voor iedereen toegankelijk zijn

### OBSTAKELS

- Breedtesport vs topsport** — te kleine scheiding tussen recreatief en prestatiegericht. *"Breedtesport en niet alles afstemmen op topsport"*
- Zwemmers met een beperking en/of rugzakje** — sport is minder toegankelijk. *"Zeker met ADHD of autisme is op niveau presteren heel lastig."*
- Late instromers** — zitten bij jongere meiden, komen niet goed mee met eigen leeftijd.
- Indeling leeftijd en niveau kloppen soms niet** — kinderen van 6 tegen kinderen van 10. *"Mijn dochter zwemt dan tegen dames van soms 5 of 6 jaar ouder."*
- Lenigheidseisen te moeilijk** — kinderen lopen vast bij halen diploma's.

### OPLOSSINGEN / IDEEËN

- Meer recreatieve wedstrijden** — plezier voorop, geen beoordeling. *"Breedtesport en topsport scheiden in verschillende competities."*
- Duidelijkere criteria voor leeftijds- en niveauindeling** — categorieën beter indelen op leeftijd én niveau.
- Persoonlijke begeleiding en visuele hulpmiddelen voor inclusiviteit** — ook kinderen met een rugzakje kunnen meedoen.