

Inhalt:

Vorwort.....	3
Inhalt:.....	4
1. Warum Rettungsschwimmen in der Schule?.....	6
Was bringt es der DLRG?.....	6
Was bringt es der Schule / den Schüler/innen?.....	6
2. Kontaktaufnahme zur weiterführenden Schule.....	7
a) Notwendige Vorabmaßnahmen.....	7
b) Kontaktaufnahme zur Schule (möglichst vor Beginn eines Schulhalbjahres).....	7
3. Voraussetzungen bei den Schülern.....	9
Zielgruppen.....	9
Voraussetzungen.....	9
4. Organisationsmöglichkeiten.....	10
1.Sportunterricht.....	10
2.Projektwoche.....	10
3.Projekttag.....	10
4.Arbeitsgemeinschaft (AG).....	11
5.Während der DLRG-Übungsstunde.....	11
5. Verantwortlichkeiten.....	12
Schule:.....	12
DLRG:.....	12
6. Lehrgangsplan einer Projektwoche.....	13
Theorie und Praxis im Klassenraum.....	13
1.Einführung.....	13
2.Gefahren am und im Wasser.....	13
3.Hilfe bei Bade-, Boots- (auch Segelboote und Surfbretter) und Eisunfällen,	13
4.Vermeidung von Umklammerungen.....	14
5.Einführung in die Befreiungsgriffe und erste Trockenübungen.....	14
6.Grundwissen für den Rettungsschwimmer.....	14
7.Lebensrettende Sofortmaßnahmen.....	14
8.Theoretische Prüfung.....	14
Praxis im Bad.....	14
1.Schwimmerische Voraussetzungen der Teilnehmer (Brust-, Kraul- und Rückenschwimmen) - 200 m Schwimmen.....	14
2.Sprünge (z.B. Kopf-, Paket- und Fußsprung).....	14
3.Selbstrettung (Überlebenslage, Lösen von Krämpfen).....	14
4.Transportschwimmen.....	14
5.Kleiderschwimmen.....	14

6.Schleppen.....	14
7.Vermeidung von Umklammerungen und die erlernten Befreiungsgriffe im Wasser einsetzen.....	14
8.Streckentauchen.....	14
9.Tieftauchen.....	14
10.Demonstration des Anlandbringens.....	15
11.Praktische Prüfung - Kombinierte Übung.....	15
12.Eventuell praktische Übungen im offenen Gewässer.....	15
7. Literaturhinweise.....	16
Anlagen.....	17
1.Zu BASS 18-23 „Sicherheitsförderung im Schulsport“.....	17
2.BASS 18-23 Nr. 2 Sicherheitsmaßnahmen beim Schwimmen im Rahmen des Schulsports...19	
3.Musterbrief.....	23
4.Erforderliche Qualifikation zur Prüfberechtigung der Lehrer.....	24
5.Lehrschein der DLRG für Sportlehrer.....	25
Notizen:.....	25
Impressum.....	26