

# Ausbildung von Anwärtern im Bereich Schwimmen / Rettungsschwimmen

Eine Hilfestellung für Mentoren



Deutsche Lebens-Rettungs-  
Gesellschaft  
Landesverband Nordrhein e.V.



Dieses Exemplar gehört: .....

Mein Mentor ist: .....

Datum/Meine Unterschrift: .....

---

**Impressum:**

**Handbuch zum Seminar „Mentoren für Lehrscheinanwärter“**

1. Neuauflage 2016

Verantwortlich: Volker Günther, Leiter Ausbildung

**Herausgeber:**

DLRG Landesverband Nordrhein e.V.

Niederkasseler Deich 293

40547 Düsseldorf

[www.nordrhein.dlrg.de](http://www.nordrhein.dlrg.de)

**Zeichnungen:**

**Inhalt:**

Monika Eenhoorn

Frank Merx

**Satz und Layout:**

Andreas Burger

# Inhaltsverzeichnis

|          |   |           |
|----------|---|-----------|
| <b>1</b> | <b>Arbeiten mit der Hilfestellung .....</b>   | <b>1</b>  |
| <b>2</b> | <b>Exemplarische Vorgehensweise.....</b>  | <b>1</b>  |
| <b>3</b> | <b>Qualifikation des Mentors.....</b>   | <b>2</b>  |
| <b>4</b> | <b>Vorstufenqualifikation .....</b>   | <b>3</b>  |
| 4.1      | Gemeinsame Assistentenausbildung (GAA) .....  | 3         |
| 4.2      | Ausbildungsassistenten Schwimmen (AA S) /<br>Ausbildungsassistenten Rettungsschwimmen (AA RS) ..... | 4         |
| <b>5</b> | <b>Sportübergreifendes Basiswissen.....</b>   | <b>5</b>  |
| 5.1      | Gemeinsamer Grundausbildungsblock -Didaktisch/ methodische<br>Grundlagen- (MDB) .....               | 5         |
| 5.2      | Gemeinsamer Grundausbildungsblock -Personen- und<br>vereinsbezogener Bereich- (PVB).....            | 6         |
| <b>6</b> | <b>Fachausbildungen .....</b>   | <b>7</b>  |
| 6.1      | Fachausbildung Schwimmen (FB S) / Fachausbildung<br>Rettungsschwimmen (FB RS).....                  | 7         |
| <b>7</b> | <b>Prüfungsvorbereitung.....</b>  | <b>8</b>  |
| 7.1      | HLW.....  | 8         |
| 7.2      | Fragebogen .....  | 9         |
| 7.3      | Kurzvortrag .....   | 10        |
| 7.4      | Lehrproben .....  | 11        |
| 7.5      | Hausarbeit .....  | 12        |
| <b>8</b> | <b>Checklisten .....</b>  | <b>13</b> |
| 8.1      | Checkliste für den Beginn der Ausbildung .....  | 13        |
| 8.2      | Checkliste Gemeinsame Assistentenausbildung (GAA).....  | 14        |
| 8.3      | Ausbildungsassistent Schwimmen .....  | 15        |
| 8.4      | Ausbildungsassistenten Rettungsschwimmen .....  | 17        |
| 8.5      | Gemeinsame Grundausbildung – Personen und vereinsbezogener<br>Bereich .....                         | 19        |
| 8.6      | Gemeinsame Grundausbildung – Didaktisch/methodische<br>Grundlagen (GGB-MDB).....                    | 20        |
| 8.7      | Fachausbildung Schwimmen.....   | 21        |
| 8.8      | Fachausbildung Rettungsschwimmen (FBRS) .....   | 23        |

## Vorwort

Seit einigen Jahren hat die Ausbilder Ausbildung ein neues Gesicht. Mit dem modularen Ausbildungskonzept haben sich die Erwartungen und Anforderungen an die Ausbildung zum Ausbilder Schwimmen, Ausbilder Rettungsschwimmen und Lehrschein weiterentwickelt.

Informationen und Weiterbildung sind eine HOLSCHULD des Ausbilderanwärters und keine Bringschuld der Ausbildungsträger. Darum erfordert die Ausbildung ein hohes Maß an Eigeninitiative vom Anwärter und seinem Mentor. Wir möchten, dass in Zukunft jeder Anwärter während seiner gesamten Ausbildungszeit einen gut ausgebildeten Mentor an seine Seite bekommt. Jeder Ausbilder kann Mentor sein und seinen Anwärter kompetent bis zur Prüfung begleiten. Daraus ergibt sich ein Vorteil für den Mentor, er erhält dadurch auch immer einen Blick auf die aktuelle Ausbilder-Ausbildung, dieses wiederum kommt der Arbeit in der eigenen Gliederung zugute.

Das Projekt befindet sich noch in der Startphase. Hinweise und Verbesserungsvorschläge durch seine Nutzer, helfen bei der Weiterentwicklung. Natürlich steht der Arbeitskreis „Mentoren für Lehrscheinanwärter“ auch für Fragen zur Verfügung.

Kontakt kann über die Emailadresse [multiplikator@nordrhein.dlrg.de](mailto:multiplikator@nordrhein.dlrg.de) hergestellt werden.

Aus Gründen der einfacheren Schreibweise verzichten wir auf geschlechtsspezifische Nennung von Begriffen und verwenden den Begriff „Anwärter“ für die zukünftigen Ausbilder Schwimmen, Ausbilder Rettungsschwimmen und Lehrschein.



# 1 Arbeiten mit der Hilfestellung

Diese Hilfestellung soll dem Mentor als Leitfaden für seine Arbeit dienen. Sie ist in drei Teilbereiche gegliedert.

Der erste Teil enthält Tipps, wie der Mentor den Anwärter auf die einzelnen Ausbildungsblöcke vorbereiten und im Anschluss mit ihm die Lernergebnisse nachbereiten kann. Allgemeine Hinweise ergänzen unter dem Punkt „Grundsätzliches“ die jeweiligen Ausbildungsblöcke.

Der zweite Teil enthält hilfreiche Tipps, wie sich der Anwärter mit Hilfe seines Mentors auf die Prüfung vorbereiten kann.

Der dritte Teil enthält Checklisten zu jedem Ausbildungsblock. Anhand dieser Listen können Mentor und Anwärter erkennen, ob die jeweilige Lernstufe erreicht ist. Die Checklisten dienen nach dem jeweiligen Ausbildungsblock als Lernerfolgskontrolle und gleichzeitig als Vorbereitung auf den nächsten Ausbildungsblock.

**Tipp:** Sollte der Platz auf den Checklisten nicht reichen oder soll eine Ausfertigung sowohl für den Mentor, als auch für den Lehrscheinanwärter zur Verfügung stehen, können diese Listen entsprechend vervielfältigt werden.

## 2 Exemplarische Vorgehensweise

1. Die Hilfestellung wird an den Anwärter im Seminar GAA überreicht.
2. Der Anwärter sucht sich einen Mentor. Es ist auch möglich, dass der Anwärter von zwei Mentoren oder dass mehrere Anwärter gemeinsam von einem Mentorenteam betreut werden. Zu Beginn des Mentoring werden folgende Punkte in einem Vorgespräch geklärt:
  - Der Ausbildungsgang wird anhand des Schaubildes (Lehrgangs- und Bildungsplan Nordrhein und Westfalen) besprochen.
  - Bei der Terminierung der Ausbildung sollen die Bedürfnisse und Möglichkeiten des Lehrscheinanwärters berücksichtigt werden.
  - Es werden Ziele gesetzt.
  - Termine für regelmäßige Treffen werden vereinbart.
3. Praktisch sollen im Schwimmbad folgende Punkte umgesetzt werden:
  - Der Anwärter soll selbständig Lerneinheiten oder im besten Fall ganze Kurse vorbereiten (z.B. Stundenverlaufspläne).
  - Es erfolgt Feedback durch den Mentor.
  - Erkannte Defizite werden gemeinsam aufgearbeitet.

## 3 Qualifikation des Mentors

Der Mentor ist Vorbild und aktiver Begleiter.

Er verfügt über das nötige Fachwissen und hält sein Wissen immer auf dem aktuellen Stand, ist motivierend, geduldig und kann, wenn nötig auch mal „abbremmend“ einschreiten. Er kann sich durchsetzen und ist konsequent. Mentoren sind Ansprechpartner und Zuhörer, haben Achtung und Respekt, sind lernwillig, kritikfähig und seriös. Er zeichnet sich aus durch:

- Verantwortungsbewusstsein
- Zuverlässigkeit
- Empathie
- Kontinuität
- Menschlichkeit
- Toleranz

Der Mentor kann begeistern und zur Selbständigkeit anleiten, kann loben ohne zu übertreiben und kritisieren ohne zu verletzen.

Ist der Mentor ein Übermensch? Nein – der Mentor ist überzeugter DLRG-ler und Ehrenamtler, somit trägt er all diese Eigenschaften in sich und braucht sie nur zu nutzen.



## 4 Vorstufenqualifikation

### 4.1 Gemeinsame Assistentenausbildung (GAA)

#### Vorher

- Dem Anwärter muss erklärt werden, dass das Seminar eine rein theoretische Veranstaltung ist.
- Eventuell gibt es Vorwissen aus einer Schulung „Juniorausbilder“. Hier kann Bezug auf die bereits erworbenen Kenntnisse genommen werden.
- Gibt es keine Vorkenntnisse, kann dem Anwärter das Handbuch „Juniorausbilder“ als vorbereitende Lektüre angeboten werden.

#### Nachher

- Die Inhalte aus dem Seminar besprechen und eventuelle Fragen klären.
- Einen Bezug herstellen zwischen den erworbenen theoretischen Kenntnissen und der praktischen Tätigkeit des Anwärter als Ausbildungshelfer in seiner Gliederung.

#### Grundsätzlich

- Der Anwärter muss über die Wichtigkeit und den Sinn der Qualifizierungsmaßnahme informiert werden.
- Material, dass der Anwärter benötigt:

Der Anwärter benötigt auf jeden Fall:

- DPO Schwimmen Rettungsschwimmen

Zusätzlich wären hilfreich:

- Handbuch Schwimmen (für den AA S)
- Handbuch Rettungsschwimmen (für den AA RS)
- Rahmenrichtlinien
- Satzung der DLRG

Für den Einstieg ist zudem das Handbuch „Juniorausbilder - Handreichung zum Seminar“ eine gute Hilfestellung.

Selbstverständlich soll das Lehrmaterial in den entsprechend neuesten Versionen zur Verfügung stehen.

## 4.2 Ausbildungsassistenten Schwimmen (AA S) / Ausbildungsassistenten Rettungsschwimmen (AA RS)

### Vorher

- Der Anwärter soll folgende Schwimmtechniken fehlerfrei schwimmen können:
  - Brustschwimmen
  - Rückenschwimmen mit Schwunggrätsche ohne Armtätigkeit
  - Kraulschwimmen
  - Rückenkraulschwimmen
  - Zusätzlich für AA RS: Kombinierte-Übung aus dem DRSA-Silber

### Nachher

- Der Anwärter muss in den Übungsstunden in seiner Gliederung begleitet werden. Er soll an Hand von vorgegebenen methodischen Übungsreihen (MÜRs) seine erworbenen Fähigkeiten testen und Erfahrungen sammeln. Die Unterrichtssequenzen sollen gemeinsam mit dem Mentor reflektiert werden.

### Grundsätzlich

- Der Anwärter soll in seiner Gliederung in den Übungsstunden vielfältig und breit gefächert im Bereich der Schwimm- bzw. Rettungsschwimmausbildung Erfahrungen sammeln. Hierbei ist es erforderlich, dass der Anwärter keine eigene Gruppe leitet, sondern in den unterschiedlichen Gruppen hospitiert bzw. kleine Lehrproben durchführt.
- Diese „Vertiefungsphase“ ist für den Anwärter besonders wichtig, da so die erworbenen Fertigkeiten und das erworbene Wissen durch fortlaufende Übung und Anwendung gefestigt und erweitert wird.
- Der Anwärter soll die Wichtigkeit von Wassergewöhnung und Wasserbewältigung als Grundlage für die fehlerfreie Beherrschung der Schwimmtechniken erkennen. Dies gilt auch für die Technikschiulung in der Schwimm- und Rettungsschwimmausbildung.

## 5 Sportübergreifendes Basiswissen

### 5.1 Gemeinsamer Grundausbildungsblock -Didaktisch/ methodische Grundlagen- (MDB)

#### Vorher

- Im LBP stehen zu dem Lehrgang im Abschnitt „Inhalte und Ziele“ wichtige Informationen zum MDB. Diese sollen mit dem Anwärter besprochen werden.

#### Nachher

- Nachbereitung:
  - Was wurde vermittelt?
  - Was bedeutet das für die praktische Ausbildertätigkeit des Anwärters?

#### Grundsätzlich

- Wissensvermittlung ist eine Holschuld – keine Bringschuld. Es muss an die Eigeninitiative des Anwärters appelliert werden. Er muss lernen, sich für die Inhalte und Ziele seiner Ausbildung zu interessieren und sie nachzulesen. Defizite müssen aufgearbeitet werden und erworbenes Wissen muss gefestigt werden.

## 5.2 Gemeinsamer Grundausbildungsblock -Personen- und vereinsbezogener Bereich- (PVB)

### Vorher

- Der Anwärter muss auf eine theoretische Lerneinheit vorbereitet werden. Ihm muss die Bedeutung der zu erlernenden Inhalte für ein funktionierendes Vereinsleben deutlich gemacht werden.

### Nachher

- Nachbesprechung der Inhalte.

### Grundsätzlich

- Wissensvermittlung ist eine Holschuld – keine Bringschuld. Es muss an die Eigeninitiative des Anwärters appelliert werden. Er muss lernen, sich für die Inhalte und Ziele seiner Ausbildung zu interessieren und sie nachzulesen. Defizite müssen aufgearbeitet werden und erworbenes Wissen muss gefestigt werden.

## 6 Fachausbildungen

### 6.1 Fachausbildung Schwimmen (FB S) / Fachausbildung Rettungsschwimmen (FB RS)

#### Vorher

- Das in den Lehrgängen der Vorstufenqualifikation erworbene Grundwissen checken.
- Erwartungshaltung des Anwärters besprechen.
- Gemeinsam eventuelle Defizite abbauen (vergleiche Checkliste).
- Inhalte, Ziele und Hinweise zum Lehrgang aus dem LBP mit dem Anwärter besprechen und auf deren Bedeutung hinweisen.

#### Nachher

- Erworbenes Fachwissen überprüfen, vertiefen und in die Praxis umsetzen.
- Der Anwärter soll nun lernen MÜR's selbst zu erstellen und in der Praxis ausführen. Hier können schon prüfungsähnliche Situationen durchgespielt werden. Eigenreflexion und Reflexion durch den Mentor ermöglichen es dem Anwärter sich weiter zu entwickeln (Vertiefungsphase).

#### Grundsätzlich

- Frage: Hat der Anwärter in der Vertiefungsphase ausreichend praktische Erfahrungen unter Anleitung seines Mentors machen können?
- Motivation des Anwärters steigern durch:
  - Persönliches Interesse am Fortgang der Ausbildung zeigen.
  - Förderung durch begleitete Praktika in den unterschiedlichen Gruppen in der Schwimm- bzw. Rettungsschwimmausbildung.
  - Förderung durch Aufforderung zu aktivem Lernen.
  - An die Eigeninitiative des Anwärters appellieren.
  - Bei Problemen: Kommunikation zwischen Mentor und Seminarleitung.

## 7 Prüfungsvorbereitung

Die Anwärter erhalten, wenn sie sich zur Prüfung anmelden, per Mail eine „Handreichung zur Prüfung“. Es wird empfohlen diese Handreichung gemeinsam mit dem Anwärter zu lesen. Hier stehen alle wichtigen Informationen zum Ablauf der Prüfung.

Die Informationen zum Prüfungsteil „Hausarbeit“ sind sehr ausführlich. Der Mentor soll sich vergewissern, dass der Anwärter die Hinweise und Anforderungen verstanden hat.

Der Mentor hilft dem Anwärter sich rechtzeitig mit angemessenen Maßnahmen in geeignetem Umfang auf die Prüfung vorzubereiten. Der Mentor bietet dem Anwärter zur Vorbereitung auf die Prüfung seine Unterstützung, geeignetes Material und Übungsmöglichkeiten an.

### 7.1 HLW

#### Lernen

- Ablaufschema „Auffinden eines Notfallpatienten“ aus AV1
- Hygiene-Management
- Ablauf der HLW
- Atmung und Blutkreislauf

#### Üben

- Praktisches Üben des gesamten Ablaufes
- HLW „Erklären können“

#### Zusätzlich

- Funktion der Puppe (Wechsel von Lunge und Gesicht)

## 7.2 Fragebogen

### Lernen

- Das erworbene Fachwissen aus Vorstufenqualifikation, PVB, MDB und den Fachausbildungen wiederholen.

### Üben

- Prüfungsfragenquiz auf [www.dlrg.de](http://www.dlrg.de) (Fragenauswahl „Ausbilder Schwimmen“, „Ausbilder Rettungsschwimmen“ und „Lehrschein“).

### Tipp

- Prüfungsfragenquiz als APP fürs Smartphone.

## 7.3 Kurzvortrag

### Lernen

- Kenntnisse aus MDB z.B. Lehrverhalten, Unterrichtsmethoden, Rhetorik, Körpersprache, Präsentation.

### Üben

- 5 – 10 Minuten freie Rede üben,
  - mit Einsatz von Moderationskarten üben,
  - mit Einsatz von höchstens 2 Folien (PPT) üben,
  - Rede ohne Hilfsmittel üben.

### Zusätzlich

- Aufnahmen der Rede (z.B. mit der Videokamera des Smartphones) zur Eigenkontrolle
  - Rede vor Spiegel halten
  - Rede vor echten Zuhörern üben.

### Tipp

- Das Thema des Kurzvortrages lesen und verstehen.
- Das Thema richtig interpretieren – richtig definieren.
- Ein Vortrag vor dem Mentor und /oder anderen Personen halten und reflektieren lassen.

Der TN kann so an seinem Vortrag noch arbeiten.



## 7.4 Lehrproben

### Lernen

- Kenntnisse aus MDB und praktische Erfahrungen aus den Fachausbildungen.

### Üben

- Stundenverlaufspläne für Lehrproben erstellen und umsetzen.
- Lehrproben in den Übungsstunden üben.
- Methodische Übungsreihen erstellen und üben.
- Arbeiten mit:
  - Methodischer Dreisatz,
  - IEA-Methode,
  - Beachtung von Sicherheit.

### Zusätzlich

- Üben mit „Prüfungs-Charakter“ (Prüfer am Beckenrand, Prüfungssituation simulieren).

### Tipp

- Material zur Verfügung stellen, evtl. Absprachen hinsichtlich benötigter Materialien mit anderen Prüflingen.

### Wichtig

- Das zur Durchführung der Lehrprobe benötigte Material muss der Prüfling zur Prüfung selbst mitbringen.
- Auf Einschränkung der Lehrprobe und auf die gegebene Aufgabenstellung achten, da sonst „Thema verfehlt!“.
- Reflektion nach der Übung.

## 7.5 Hausarbeit

### Lernen

- Lesen und verstehen der Anforderungen aus „Handreichung zur Prüfung“.
- Lesen und verstehen von Aufgabentexten.
- Umsetzung der Aufgabe unter Berücksichtigung der in der Aufgabenstellung genannten und in der Handreichung erklärten Begrifflichkeiten.

### Üben

- Entwurf von Arbeitsblättern.
- Erstellen von Lerneinheiten (LE = 45 min).
- Erstellen von Ausbildungsplänen.
- Erstellen von Konzepten.

### Zusätzlich

- Schreiben von Texten zu einem Thema üben

### Tipp

- Thema der Hausarbeit lesen und verstehen
- Anwärter definieren lassen:
  - Wie habe ich mein Thema verstanden?
  - Wie setze ich das Thema um und begründe das!
- Ist der Sinn der Hausarbeit verstanden und könnte ein Dritter sie als Arbeitsgrundlage lesen, verstehen und umsetzen?
- Habe ich alle evtl. erforderlichen Sicherheitsaspekte beachtet und aufgeführt?

### Wichtig

- Gut Ding muss Weile haben. Ein gutes Zeitmanagement ist wichtig für die Erstellung einer Hausarbeit. Keine Lastminute-Aktionen!
- Möglichkeit für fachlichen Austausch mit dem Mentor schaffen. Den Mentor die Hausarbeit lesen lassen und hierbei besonders auf folgende Punkte achten:
  - Fachliche und sachliche Richtigkeit!
  - Ist das Thema getroffen?
  - Sind erforderliche Sicherheitshinweise gegeben?

## 8 Checklisten

### 8.1 Checkliste für den Beginn der Ausbildung

*Beginn der Ausbildung 1/1*

| Check-Liste  | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|--|---------------------|-------------------|---------------|
| Ich habe Interesse an der Schwimmausbildung / Rettungsschwimmausbildung in meiner Gliederung |                     |                   |               |
| Ich werde an Aus- und Fortbildungsmaßnahmen der DLRG teilnehmen                              |                     |                   |               |
| Ich habe das Prinzip zum Ausbildungsgang Lehrschein verstanden                               |                     |                   |               |
| Ich kann folgende Schwimmtechniken selber in der Praxis korrekt vorführen:                   |                     |                   |               |
| Brustschwimmen   |                     |                   |               |
| Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit   |                     |                   |               |
| Kraulschwimmen   |                     |                   |               |
| Rückenkraulschwimmen   |                     |                   |               |
| <i>Ich bin fit für den ersten Lehrgang</i>   |                     |                   |               |

## 8.2 Checkliste Gemeinsame Assistentenausbildung (GAA)

Gemeinsame Assistentenausbildung 1/1

| Check-Liste  | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|--|---------------------|-------------------|---------------|
| Ich kann erklären, was DLRG bedeutet und kann einige Aufgaben der DLRG definieren  |                     |                   |               |
| Folgende Begriffe sind mir vertraut und ich kann erklären was sie bedeuten:  |                     |                   |               |
| Schwimmausbildung  |                     |                   |               |
| Rettungsschwimmausbildung  |                     |                   |               |
| Wassergewöhnung  |                     |                   |               |
| Wasserbewältigung  |                     |                   |               |
| Physikalische Grundlagen beim Schwimmen  |                     |                   |               |
| Brustschwimmen   |                     |                   |               |
| Kraulschwimmen   |                     |                   |               |
| Rückenschwimmen  |                     |                   |               |
| Rückenkraulschwimmen   |                     |                   |               |
| Merkmale der Schwimmtechniken  |                     |                   |               |
| Fehler bei Schwimmtechniken  |                     |                   |               |
| Methodischer Dreisatz  |                     |                   |               |
| Methodische Übungsreihe  |                     |                   |               |
| Stundenverlaufsplan  |                     |                   |               |
| Lehr- und Lernhilfen   |                     |                   |               |
| Besonderheiten unterschiedlicher Schwimmbäder  |                     |                   |               |
| Besonderheiten unterschiedlicher Zielgruppen   |                     |                   |               |
| Trainingsmethodik  |                     |                   |               |
| rechtliche Grundlagen / Aufsichtspflicht   |                     |                   |               |
| Versicherungen   |                     |                   |               |
| Unfallverhütung  |                     |                   |               |
| Selbst- und Fremdrettung   |                     |                   |               |
| Deutsche Prüfungsordnung Schwimmen und Rettungsschwimmen   |                     |                   |               |
| weitere Prüfungsordnungen der DLRG   |                     |                   |               |
| Außerdem habe ich gelernt:   |                     |                   |               |
| Eine Aufgabenstellung in Partner- /Gruppenarbeit aktiv bearbeiten und ein Ergebnis präsentieren                                |                     |                   |               |
| Durch eigene aktive Mitarbeit meine Erfahrungen und Meinungen mit den anderen Teilnehmern des Lehrgangs teilen und austauschen |                     |                   |               |
| <i>Ich bin fit für den nächsten Lehrgang</i>   |                     |                   |               |

## 8.3 Ausbildungsassistent Schwimmen

Ausbildungsassistenten Schwimmen 1/2

| Check-Liste  | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|--|---------------------|-------------------|---------------|
| Ich habe die Checkliste GAA erfolgreich abgearbeitet   |                     |                   |               |
| Ich habe in meiner Gliederung die Möglichkeit in den Übungsstunden MÜR's umzusetzen und zu üben                                  |                     |                   |               |
| Ich kann mein eigenes Lehrverhalten reflektieren. Ich verstehe die Reflektion meines Mentors nicht als Kritik, sondern als Hilfe |                     |                   |               |
| Ich habe mein Wissen erweitert. Ich kann folgende Themen anhand von Quelltexten erarbeiten und referieren                        |                     |                   |               |
| Gesellschaftspolitische und freizeitorientierte Bedeutung der Schwimmausbildung und Rettungsschwimmausbildung                    |                     |                   |               |
| Notwendigkeit der Schwimmausbildung in der DLRG  |                     |                   |               |
| Aufsichtspflicht   |                     |                   |               |
| Gesetzliche Unfallversicherungen   |                     |                   |               |
| Haftpflichtversicherung  |                     |                   |               |
| private Unfallversicherung bei der DLRG  |                     |                   |               |
| Unfallverhütung  |                     |                   |               |
| Selbst- und Fremdrettung   |                     |                   |               |
| Lernerfolgskontrollen  |                     |                   |               |
| Prüfungen / DPO Schwimmen / Rettungsschwimmen  |                     |                   |               |
| Ich kann:  |                     |                   |               |
| Methodische Übungsreihen lesen, verstehen und praktisch umsetzen   |                     |                   |               |
| Lernschritte zum Erreichen eines Teillernzieles anhand des "Methodischen Dreisatzes" definieren und praktisch umsetzen           |                     |                   |               |
| Stundenverlaufspläne lesen, verstehen und praktisch umsetzen   |                     |                   |               |
| Bewegungsabläufe und Schwimmtechniken verständlich erklären und richtig vorführen  |                     |                   |               |
| Merkmale unterschiedlicher Schwimmtechniken definieren   |                     |                   |               |
| Fehler erkennen und Korrekturansätze definieren und umsetzen   |                     |                   |               |
| Übungsabläufe und Spiele verständlich erklären   |                     |                   |               |
| Sicherheitsaspekte beachten Sicherheitsregeln umsetzen   |                     |                   |               |
| Das Ausbilderhandbuch Schwimmen sinnvoll nutzen können   |                     |                   |               |

## Ausbildungsassistenten Schwimmen 2/2

| Check-Liste  | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|--|---------------------|-------------------|---------------|
| Folgende Begriffe sind mir vertraut und ich kann erklären, was sie bedeuten          |                     |                   |               |
| Induktive und deduktive Lernmethoden   |                     |                   |               |
| Alters- und Gesellschaftsgruppen spezifische Aspekte in der Schwimmausbildung        |                     |                   |               |
| Unterschiedliche Entwicklungs-/Leistungsstufen von Mädchen/Frauen und Jungen/Männern |                     |                   |               |
| Lehr- und Lernhilfen und ihre Einsatzmöglichkeiten                                   |                     |                   |               |
| Grundsätzliche Methoden zur Leistungssteigerung / Training                           |                     |                   |               |
| Außerdem habe ich gelernt:   |                     |                   |               |
| Eigenbeobachtung und Eigenreflektion   |                     |                   |               |
| Fremdbeobachtung und Fremdrektion  |                     |                   |               |
| Umgang mit Kritik  |                     |                   |               |
| <i>Ich bin fit für den nächsten Lehrgang</i>   |                     |                   |               |

## 8.4 Ausbildungsassistenten Rettungsschwimmen

Ausbildungsassistenten Rettungsschwimmen 1/2

| Check-Liste  | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | Das kann ich! |
|--|---------------------|-------------------|---------------|
| Ich habe die Checkliste GAA erfolgreich abgearbeitet   |                     |                   |               |
| Ich habe in meiner Gliederung die Möglichkeit in den Übungsstunden MÜR's umzusetzen und zu üben                                  |                     |                   |               |
| Ich kann mein eigenes Lehrverhalten reflektieren. Ich verstehe die Reflektion meines Mentors nicht als Kritik, sondern als Hilfe |                     |                   |               |
| Ich habe mein Wissen erweitert. Ich kann folgende Themen anhand von Quelltexten erarbeiten und referieren                        |                     |                   |               |
| Gesellschaftspolitische und freizeitorientierte Bedeutung der Rettungsschwimmausbildung  |                     |                   |               |
| Notwendigkeit der Rettungsschwimmausbildung in der DLRG  |                     |                   |               |
| Aufsichtspflicht   |                     |                   |               |
| Garantenstellung   |                     |                   |               |
| Gesetzliche Unfallversicherungen   |                     |                   |               |
| Haftpflichtversicherung  |                     |                   |               |
| private Unfallversicherung bei der DLRG  |                     |                   |               |
| Unfallverhütung  |                     |                   |               |
| Selbst- und Fremdrettung   |                     |                   |               |
| Anlandbringen  |                     |                   |               |
| Rettungsmittel   |                     |                   |               |
| Techniken des Rettungsschwimmens   |                     |                   |               |
| Tauchen mit Tauchergrundausrüstung   |                     |                   |               |
| Befreiungsgriffe   |                     |                   |               |
| Kombi-Übungen  |                     |                   |               |
| Biologische Grundlagen   |                     |                   |               |
| Grundlagen der Wiederbelebung  |                     |                   |               |
| Lernerfolgskontrollen  |                     |                   |               |
| Prüfungen / DPO Schwimmen / Rettungsschwimmen  |                     |                   |               |
| Ich kann:  |                     |                   |               |
| Methodische Übungsreihen lesen, verstehen und praktisch umsetzen   |                     |                   |               |
| Lernschritte zum Erreichen eines Teillernzieles anhand des "Methodischen Dreisatzes" definieren und praktisch umsetzen           |                     |                   |               |
| Stundenverlaufspläne lesen, verstehen und praktisch umsetzen   |                     |                   |               |

## Ausbildungsassistenten Rettungsschwimmen 2/2

| Check-Liste   | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|---|---------------------|-------------------|---------------|
| Ich kann:   |                     |                   |               |
| Merkmale unterschiedlicher Schwimmtechniken definieren                                |                     |                   |               |
| Fehler erkennen und Korrekturansätze definieren und umsetzen                          |                     |                   |               |
| Übungsabläufe verständlich erklären   |                     |                   |               |
| Sicherheitsaspekte beachten Sicherheitsregeln umsetzen                                |                     |                   |               |
| Das Ausbilderhandbuch Rettungsschwimmen sinnvoll nutzen                               |                     |                   |               |
| Folgende Begriffe sind mir vertraut und ich kann erklären, was sie bedeuten           |                     |                   |               |
| Alters- und Gesellschaftsgruppen spezifische Aspekte in der Rettungsschwimmausbildung |                     |                   |               |
| Unterschiedliche Entwicklungs-/Leistungsstufen von Mädchen/Frauen und Jungen/Männern  |                     |                   |               |
| Lehr- und Lernhilfen und ihre Einsatzmöglichkeiten                                    |                     |                   |               |
| Grundsätzliche Methoden zur Leistungssteigerung / Training                            |                     |                   |               |
| Außerdem habe ich gelernt:  |                     |                   |               |
| Eigenbeobachtung und Eigenreflektion  |                     |                   |               |
| Fremdbeobachtung und Fremdreifektion  |                     |                   |               |
| Umgang mit Kritik   |                     |                   |               |
| Ich bin fit für den nächsten Lehrgang   |                     |                   |               |



## 8.5 Gemeinsame Grundausbildung – Personen und vereinsbezogener Bereich

Personen und vereinsbezogener Bereich 1/1

| Check-Liste  | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|--|---------------------|-------------------|---------------|
| Mir ist die Bedeutung der Ausbildertätigkeit in der DLRG bekannt.            |                     |                   |               |
| Folgende Begriffe sind mir vertraut und ich kann erklären, was sie bedeuten. |                     |                   |               |
| Umgang mit Ungleichheit (Diversity Management)                               |                     |                   |               |
| Gender Mainstream  |                     |                   |               |
| Ehrenamtlichkeit   |                     |                   |               |
| Gesundheitsaspekte   |                     |                   |               |
| Umweltaspekte  |                     |                   |               |
| Schadenersatzpflicht   |                     |                   |               |
| Haftung für Schädigung eines Dritten   |                     |                   |               |
| Notstand   |                     |                   |               |
| Begehen durch Unterlassen / Garantienstellung                                |                     |                   |               |
| Unterlassene Hilfeleistung   |                     |                   |               |
| Aufsichtspflicht   |                     |                   |               |
| Jugendschutz   |                     |                   |               |
| Sexuelle Belästigung / sexualisierte Gewalt                                  |                     |                   |               |
| Gesetzliche Unfallversicherung   |                     |                   |               |
| private Unfallversicherung   |                     |                   |               |
| Haftpflichtversicherung  |                     |                   |               |
| weiter Versicherungen in der DLRG  |                     |                   |               |
| Rahmenrichtlinien  |                     |                   |               |
| Breitensport   |                     |                   |               |
| DPO  |                     |                   |               |
| Grundlagen BGB Vereinsrecht  |                     |                   |               |
| Gemeinnützigkeit   |                     |                   |               |
| Satzung der DLRG   |                     |                   |               |
| Geschäftsordnung der DLRG  |                     |                   |               |
| Wirtschaftsordnung   |                     |                   |               |
| Grundsätze ordnungsgemäßer Buchführung                                       |                     |                   |               |
| Führungsstile unter Berücksichtigung ehrenamtlicher Tätigkeit                |                     |                   |               |
| Führungsverhalten  |                     |                   |               |
| Rhetorik   |                     |                   |               |
| Gruppendynamik   |                     |                   |               |
| Konflikttheorien   |                     |                   |               |
| Konfliktmanagement   |                     |                   |               |
| Fähigkeit zur Selbstkritik   |                     |                   |               |
| <i>Ich bin fit für den nächsten Lehrgang</i>                                 |                     |                   |               |

## 8.6 Gemeinsame Grundausbildung – Didaktisch/methodische Grundlagen (GGB-MDB)

Didaktisch/methodische Grundlagen 1/1

| Check-Liste  | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|--|---------------------|-------------------|---------------|
| Mir ist die Bedeutung meiner Lehrtätigkeit in der DLRG bekannt.              |                     |                   |               |
| Folgende Begriffe sind mir vertraut und ich kann erklären, was sie bedeuten. |                     |                   |               |
| Grundlagen des Lernens   |                     |                   |               |
| DISG-Modell  |                     |                   |               |
| Lernverhalten  |                     |                   |               |
| Didaktik   |                     |                   |               |
| Methodik   |                     |                   |               |
| Unterrichtsplanung   |                     |                   |               |
| Lehrgangsplanung   |                     |                   |               |
| Stundenplanung   |                     |                   |               |
| Lehrverhalten / Kommunikation  |                     |                   |               |
| Unterrichtsmethoden  |                     |                   |               |
| Vermittlungstechniken  |                     |                   |               |
| Einsatz von Lehr- und Lernhilfen   |                     |                   |               |
| Lernkontrolle und Beurteilung  |                     |                   |               |
| Motivation   |                     |                   |               |
| Rhetorik   |                     |                   |               |
| <i>Ich bin fit für den nächsten Lehrgang</i>                                 |                     |                   |               |

## 8.7 Fachausbildung Schwimmen

Fachausbildung Schwimmen 1/2

| Check-Liste   | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|---|---------------------|-------------------|---------------|
| Ich habe gelernt Themen selbständig zu erarbeiten   |                     |                   |               |
| Ausbildungshandbücher, Rahmenrichtlinien, Prüfungsordnungen, Satzungen und andere Quellen sind mir bekannt und ich kann sie sinnvoll nutzen |                     |                   |               |
| Ich kann Unterrichtsabläufe planen, erstellen und durchführen   |                     |                   |               |
| Ich kann Kurzvorträge planen und durchführen  |                     |                   |               |
| Ich kann mich mit Aufgabenstellungen auseinandersetzen, Lösungen erarbeiten und schriftlich darlegen  |                     |                   |               |
| Ich habe mir folgendes Fachwissen angeeignet und kann mit Hinzunahme entsprechender Quellen darüber referieren:                             |                     |                   |               |
| Grundlagen der Biomechanik  |                     |                   |               |
| Wasserwiderstand und Auftrieb   |                     |                   |               |
| Rechtliche Grundlagen   |                     |                   |               |
| Aufsichtspflicht des Ausbilders   |                     |                   |               |
| Sicherheitsregeln z.B. bei beim Springen und Tauchen  |                     |                   |               |
| Verantwortung im Übungsbetrieb  |                     |                   |               |
| Sexuelle Belästigung  |                     |                   |               |
| Versicherungen in der DLRG  |                     |                   |               |
| Meldeverfahren von Versicherungsfällen in der DLRG  |                     |                   |               |
| Methodische Wege des Erlernens einer sportlichen Technik  |                     |                   |               |
| MÜR's   |                     |                   |               |
| Bewegungssteuerung und motorisches Lernen   |                     |                   |               |
| Zielgrößen sportlicher Bewegungshandlungen  |                     |                   |               |
| Funktionsphasengliederung   |                     |                   |               |
| körperliche Fähigkeiten und Fertigkeiten  |                     |                   |               |
| Motorische Grundlagen   |                     |                   |               |
| biomechanische Aspekte  |                     |                   |               |
| anatomisch-physiologische Grundlagen  |                     |                   |               |
| grundlegende methodische Aspekte  |                     |                   |               |
| Ausgleichs- und unterstützende Aspekte  |                     |                   |               |
| Fehlerkorrektur   |                     |                   |               |

## Fachausbildung Schwimmen 2/2

| Check-Liste   | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|---|---------------------|-------------------|---------------|
| Ich habe mir folgendes Fachwissen angeeignet und kann mit Hinzunahme entsprechender Quellen darüber referieren: |                     |                   |               |
| DPO Schwimmen: Formalien, Formblätter, Archivierung   |                     |                   |               |
| Selbst- und einfache Fremdrettung   |                     |                   |               |
| Humanität und Sport   |                     |                   |               |
| Bedeutung von Leistungs- und Breitensport in unserer Gesellschaft   |                     |                   |               |
| Schwimmen mit speziellen Zielgruppen  |                     |                   |               |
| Altersgemäße Differenzierung in der Schwimmausbildung   |                     |                   |               |
| Konfliktmanagement  |                     |                   |               |
| <i>Ich bin fit für die Prüfung</i>  |                     |                   |               |

## 8.8 Fachausbildung Rettungsschwimmen (FBRs)

Fachausbildung Rettungsschwimmen 1/2

| Check-Liste  | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|--|---------------------|-------------------|---------------|
| Ich habe gelernt Themen selbständig zu erarbeiten.   |                     |                   |               |
| Ausbildungshandbücher, Rahmenrichtlinien, Prüfungsordnungen, Satzungen und andere Quellen sind mir bekannt und ich kann sie sinnvoll nutzen. |                     |                   |               |
| Ich kann Unterrichtsabläufe planen, erstellen und durchführen.   |                     |                   |               |
| Ich kann Kurzvorträge planen und durchführen.  |                     |                   |               |
| Ich kann mich mit Aufgabenstellungen auseinandersetzen, Lösungen erarbeiten und schriftlich darlegen.  |                     |                   |               |
| Ich habe mir folgendes Fachwissen angeeignet und kann mit Hinzunahme entsprechender Quellen darüber referieren:                              |                     |                   |               |
| Gesellschaftspolitische und freizeitorientierte Bedeutung der Rettungsschwimmausbildung  |                     |                   |               |
| Altersgemäße Entwicklung der körperlichen Leistungsfähigkeit   |                     |                   |               |
| Gruppenzusammensetzungen   |                     |                   |               |
| Lernvoraussetzungen für die Rettungsschwimmausbildung  |                     |                   |               |
| Lernalter, Leistungsdifferenzierung  |                     |                   |               |
| Einsatz von Lehr- und Lernhilfen   |                     |                   |               |
| AV0 und AV1  |                     |                   |               |
| Durchführung von Lernerfolgskontrollen   |                     |                   |               |
| Humanitäres Denken in der Rettungsschwimmausbildung  |                     |                   |               |
| Doping   |                     |                   |               |
| Bewegungslehre   |                     |                   |               |
| Techniken des Schwimmens und Rettungsschwimmens  |                     |                   |               |
| Auftrieb und Widerstand  |                     |                   |               |
| Bewegungsverhalten   |                     |                   |               |
| Körperverhalten  |                     |                   |               |
| Atemverhalten  |                     |                   |               |
| Fehlerkorrektur  |                     |                   |               |
| Lernen spezieller Schwimmtechniken für das Rettungsschwimmen   |                     |                   |               |
| Versicherungsschutz  |                     |                   |               |
| Humanität und Sport  |                     |                   |               |
| Leistungssteigerung / Training   |                     |                   |               |

## Fachausbildung Rettungsschwimmen 2/2

| Check-Liste   | kann ich noch nicht | kann ich zum Teil | das kann ich! |
|---|---------------------|-------------------|---------------|
| Ich habe mir folgendes Fachwissen angeeignet und kann mit Hinzunahme entsprechender Quellen darüber referieren: |                     |                   |               |
| Kombinierte Rettungsübungen   |                     |                   |               |
| Anwenden der Rettungsgeräte   |                     |                   |               |
| Rettungsball  |                     |                   |               |
| Rettungsgurt  |                     |                   |               |
| Gurtretter  |                     |                   |               |
| Strecken- und Tieftauchen   |                     |                   |               |
| Tauchen mit Grundausrüstung   |                     |                   |               |
| Transportieren und Schleppen  |                     |                   |               |
| Rettungsschwimmen mit Hilfsmitteln  |                     |                   |               |
| Befreiungsgriffe  |                     |                   |               |
| Anlandbringen   |                     |                   |               |
| Kombinieren und Rettungsübungen   |                     |                   |               |
| Hilfeleistung am und im Wasser  |                     |                   |               |
| Organisation von DRSA-Prüfungen   |                     |                   |               |
| Anatomische und Physiologische Grundlagen   |                     |                   |               |
| HLW   |                     |                   |               |
| AED   |                     |                   |               |
| Ich bin fit für die Prüfung   |                     |                   |               |



