



Richtlinie zur Ausbildung

Schwimmen - Rettungsschwimmen

(RzA Schwimmen-Rettungsschwimmen)

Herausgeber:

Arbeiter-Samariter-Bund
Deutschland e.V.
Sülzburgstraße 140
50937 Köln

Verantwortlich:

Referat 2.1, Katastrophenschutz/Zivilschutz, Rettungsdienst

Ansprechpartnerin: Petra Albert

Telefon: 0221/4 76 05-325

Telefax: 0221/4 7605-213

E-Mail: p.albert@asb.de

In Zusammenarbeit mit dem Fachkreis Wasserrettungsdienst

Stand: Oktober 2017

2. überarbeitete Auflage (1. Auflage 2/2013)

Beschluss des Bundesausschuss vom: 28. Oktober 2017

Nachdruck, auch auszugsweise,
nur mit Genehmigung des ASB-Bundesverbandes

Inhaltsverzeichnis

1. Allgemeines zur Anwendung der Richtlinie.....	4
2. Allgemeines zur Vereinbarung über die Gültigkeit der Deutschen Prüfungsordnung Schwimmen - Retten - Tauchen.....	4
3. Allgemeine Ausführungsbestimmungen.....	4
4. Sicherheitsmaßnahmen.....	5
5. Vorbereitende Prüfung auf das Schwimmen (Anfängerzeugnis).....	6
6. Schwimmprüfungen.....	6
6.1 Deutscher Jugendschwimmpass	6
6.2 Deutscher Schwimmpass	7
7. Ausführungsbestimmungen für vorbereitende Prüfungen und Schwimmprüfungen	8
7.1 Vorbereitende Prüfungen (Anfängerzeugnis)	8
7.2 Schwimmprüfungen	8
8. Durchführung der Ausbildung und Prüfung im Schwimmen.....	11
9. Rettungsschwimmprüfung	12
9.1 Junior-Retter	12
9.2 Deutscher Rettungsschwimmpass.....	13
10. Ausführungsbestimmungen für Rettungsschwimmprüfungen	17
11. Durchführung der Ausbildung und Prüfung im Rettungsschwimmen.....	18
12. Ausbilder Schwimmen/ Rettungsschwimmen (ASR)	19
12.1 Voraussetzungen.....	19
12.2 Lehrgangsinhalte	19
12.3 Prüfungsleistungen	20
12.4 Durchführung von Ausbilderlehrgängen.....	20
12.5 Anerkennungsverfahren.....	20
13. Anhang.....	21

1. Allgemeines zur Anwendung der Richtlinie

Im Arbeiter-Samariter-Bund (ASB) können nach entsprechenden Prüfungen Schwimm- und Rettungsschwimmabzeichen sowie die Lehrberechtigung für die Ausbildung Schwimmen/Rettungsschwimmen (ASR) erworben werden.

Die Prüfungsbedingungen sind in der Vereinbarung über die Gültigkeit der „Deutschen Prüfungsordnung Schwimmen-Retten-Tauchen“ in Verbänden und Schulen (DPO) geregelt.

Die Vereinbarung wurde zwischen der Kultusministerkonferenz (KMK) und den schwimmsporttreibenden Verbänden des Bundesverbandes zur Förderung der Schwimmbildung (BFS) getroffen und ist für alle Mitglieder des BFS verbindlich. Der ASB ist Mitglied im BFS.

In den Richtlinien werden neben den Ausbildungsinhalten und Prüfungsmodalitäten auch Fragen zu Ausbildungsvoraussetzungen und verbandsinterner Zuständigkeit und Verwaltung geregelt.

Nachstehend werden in Auszügen Bestimmungen der Vereinbarung und der DPO aufgeführt, soweit sie für den ASB Anwendung finden. Ergänzungen werden markiert und erläutert.

2. Allgemeines zur Vereinbarung über die Gültigkeit der Deutschen Prüfungsordnung Schwimmen - Retten - Tauchen

1. Die Abnahmeberechtigung für Schwimmprüfungen richtet sich nach den unter 7.0 aufgeführten „Ausführungsbestimmungen für vorbereitende Prüfungen und Schwimmprüfungen“.

Die Abnahmeberechtigung für Rettungsschwimmprüfungen können in Auslegung der unter Punkt 12.0 aufgeführten Ausbildungsinhalte für Ausbilder Schwimmen/Rettungsschwimmen, Lehrer¹ ohne Mitgliedschaft in der DLRG, dem DRK und ASB erhalten, wenn sie einen Sonderlehrgang im Rahmen einer Lehrerfortbildungsmaßnahme, die von den Kultusbehörden veranstaltet werden kann, erfolgreich besucht haben. Bei der Durchführung dieser Lehrgänge arbeiten Kultusbehörden und DLRG, DRK bzw. ASB zusammen.

Die inhaltliche Gestaltung dieser Lehrgänge und die Gültigkeit der Abnahmeberechtigungen richten sich nach den Vorgaben der Rettungsschwimmorganisationen, für den ASB siehe Punkt 12.0 dieser Ausbildungsrichtlinie.

2. Lehrgänge für Schüler zur Vorbereitung auf Rettungsschwimmerlehrgänge dürfen in Erweiterung der Ausführungsbestimmungen für Rettungsschwimmprüfungen (Punkt 10.0 dieser Vereinbarung) von Lehrern, die zur Abnahme von Rettungsschwimmprüfungen nach Punkt 12.0 dieser Vereinbarung berechtigt sind, in Abstimmung mit der örtlichen Gliederung des ASB, in Schulen durchgeführt werden.
3. Als Urkunden für die Bestätigung von abgelegten Schwimmprüfungen werden einheitliche Formulare verwandt. Sie können nach Originalvorlage in eigener Regie hergestellt oder direkt von der Verlagsdruckerei zum Selbstkostenpreis bezogen werden.

3. Allgemeine Ausführungsbestimmungen

- Diese Bestimmungen sind sinngemäß für die gesamte Ausbildung und alle Prüfungen verbindlich.

¹ Personen und Funktionsbezeichnungen gelten jeweils in weiblicher und männlicher Form

- Die Prüfungsbestimmungen sind grundsätzlich für männliche und weibliche Personen gleich, außer bei - Gold.
- Prüfungsleistungen, für die keine bestimmte Zeit vorgeschrieben ist, müssen ohne Unterbrechung zügig erfüllt werden.
- Die Leistung ist erst dann als erfüllt zu werten, wenn der Prüfling nach der geforderten Leistung das Wasser ohne fremde Hilfe verlassen hat.
- Wassertemperaturen unter 18°Celsius sind für die Prüfungsabnahme nicht geeignet.
- Bei Partnerübungen in Ausbildung und Prüfung sollen die beiden Partner etwa gleiches Gewicht und gleiche Größe haben.
- Wenn Sicherheitsgründe nicht dagegen sprechen, muss das Streckentauchen mit einem Kopfsprung begonnen werden. Die Leistung beim Streckentauchen beginnt an der Absprung- oder Abstoßstelle. Während des Streckentauchens sollte der Tauchende möglichst nahe über dem Grund schwimmen; sein Körper muss sich jederzeit vollständig unter der Wasseroberfläche befinden. Die vorgeschriebene Strecke muss in gerader Richtung durchtaucht werden. Bei undurchsichtigen Gewässern ist eine Abweichung von höchstens 2 m nach rechts oder links gestattet.
- Beim Tieftauchen muss der ertauchte Gegenstand über die Wasseroberfläche gehoben werden; dabei darf der Schwimmer nicht mit dem Kopf unter Wasser sein. Zwischen den einzelnen Tauchgängen darf sich der Prüfling nicht am Beckenrand o. ä. festhalten.
- Falls für Sprungprüfungen keine genügend hohe Absprungmöglichkeit vorhanden oder die Wassertiefe geringer als 3,50 m ist, bestimmt der Prüfer in Verbindung mit seiner Gliederung bzw. beauftragten Institution eine Ersatzleistung (mehrere verschiedenartige Sprünge aus geringer Höhe: Paketsprung, Startsprung, Abrenner) und trägt sie in das Schwimmzeugnis ein. Diese Ausnahmegenehmigung ist nur zu erteilen, wenn entsprechend gut ausgerüstete Bäder nicht aufgesucht werden können. Ihre Geltungsdauer ist auf zwei Jahre zu beschränken.
- Für das Tauchen sind bei Schwimmprüfungen kleine Tauchringe oder Teller aus Gummi (Plastik) bzw. bei den Rettungsschwimmprüfungen der 5kg-Tauchring oder ein gleichartiger Gegenstand zu verwenden.
- Die Leistungen sind vom Prüfer einzeln in der vorgeschriebenen Prüfungskarte zu bestätigen. Prüfungskarten und Urkunden müssen neben der Anschrift und Unterschrift der ausstellenden Stelle die Namen und, soweit vorhanden, die Prüfungsberechtigungsnummern der Prüfenden tragen, die für die Durchführung verantwortlich gewesen sind.
- Nach erfolgreicher Prüfung werden bundeseinheitliche Urkunden und Abzeichen gegen Erstattung der Kosten ausgehändigt.
- Ersatzurkunden und -abzeichen werden nur bei glaubwürdigem Nachweis des Erwerbs und des Verlustes gegen Erstattung der Kosten abgegeben. Anträge sind formlos an die Stelle zu richten, welche die Urkunde ausgestellt hat.

4. Sicherheitsmaßnahmen

- Die Verantwortung für die Einhaltung der Prüfungs- und Ausführungsbestimmungen sowie der Sicherheitsmaßnahmen tragen die Ausbilder und Prüfer.
- Vor der Zulassung zu einem Lehrgang der Aufnahme des Schwimmunterrichts kann eine ärztliche Untersuchung gefordert werden; sie wird jedem Lehrgangsteilnehmer empfohlen.

- Eine Selbsterklärung vom Teilnehmer zum Gesundheitszustand wird anerkannt.²
- Der Teilnehmer (bei Minderjährigen der gesetzliche Vertreter) bestätigt schriftlich vor Beginn der Ausbildung, die Anerkennung dieser Ausbildungsrichtlinie.²
- Bei allen Tauchübungen in undurchsichtigen oder offenen Gewässern sind Sicherheitsmaßnahmen erforderlich. Jeder Tauchende muss dauernd unter Kontrolle stehen.
- Neben den allgemeinen und überall gültigen Baderegeln ist auf die örtlich besonderen Gegebenheiten hinzuweisen, z.B. Gezeiten (Tiden), Strömung u. ä.. Entsprechendes gilt für den Unterricht mit Blick auf Bade-, Boots- und Eisunfälle.
- Unterricht und Prüfungen der Baderegeln haben altersgemäß zu erfolgen.

5. Vorbereitende Prüfung auf das Schwimmen (Anfängerzeugnis)

Frühschwimmen – Seepferdchen:

- Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen
- Heraufholen eines Tauchringes oder Tellers mit den Händen aus schultertiefem Wasser (Schultertiefe bezogen auf den Prüfling).

6. Schwimmprüfungen

6.1 Deutscher Jugendschwimmpass

6.1.1 Deutsches Jugendschwimmabzeichen - Bronze

Leistungen:

- Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten
- einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes
- Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung
- Kenntnis von Baderegeln

6.1.2 Deutsches Jugendschwimmabzeichen - Silber

Leistungen:

- Startsprung und mindestens 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten, davon 300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage
- zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines Gegenstandes
- 10 m Streckentauchen
- Sprung aus 3 m Höhe
- Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung

6.1.3 Deutsches Jugendschwimmabzeichen - Gold

Leistungen:

- 600 m Brustschwimmen in höchstens 24 Minuten

² Ergänzung zur Anwendung der Ausbildungsrichtlinie.

- 50 m Brustschwimmen in höchstens 1:10 Minuten
- 25 m Kraulschwimmen
- 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder Rückenkraulschwimmen
- 15 m Streckentauchen
- Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von drei kleinen Tauchringen aus einer Wassertiefe von etwa zwei Metern innerhalb von 3 Minuten mit höchstens 3 Tauchversuchen
- Sprung aus 3 m Höhe
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen
- Nachweis folgender Kenntnisse:
 - Baderegeln
 - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen
(Selbstrettung oder einfache Fremdrettung)

6.2 Deutscher Schwimmpass

6.2.1 Deutsches Schwimmbzeichen – Bronze

Leistungen:

- Sprung vom Beckenrand und 200 m Schwimmen in höchstens 7 Minuten³
- Kenntnis von Baderegeln

6.2.2 Deutsches Schwimmbzeichen – Silber

Leistungen:

- Sprung vom Beckenrand und 400 m Schwimmen in höchstens 12 Minuten³
- zweimal ca. 2 Meter Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines Gegenstandes
- 10 Meter Streckentauchen
- 2 Sprünge vom Becken: je ein Sprung kopf- und fußwärts (aus 1 m Höhe)
- Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung

6.2.3 Deutsches Schwimmbzeichen – Gold

Leistungen:

- 1000 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten für Männer⁴, bzw. in höchstens 29 Minuten für Frauen⁴
- 100 m Schwimmen in höchstens 1:50 Minuten für Männer⁴, bzw. in höchstens 2 Minuten für Frauen⁴
- 100 m Rückenschwimmen, davon 50 m mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 15 m Streckentauchen
- Tieftauchen von der Wasseroberfläche und Heraufholen von drei kleinen Tauchringen aus einer Wassertiefe von etwas zwei Metern innerhalb von 3 Minuten mit höchstens 3 Tauchversuchen

³ Siehe Altersdifferenzierung in den Ausführungsbestimmungen.

⁴ Siehe Altersdifferenzierung in den Ausführungsbestimmungen.

- Sprung aus 3 m Höhe oder 2 Sprünge aus 1 m Höhe, davon je ein Sprung kopf- und fußwärts
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen
- Nachweis folgender Kenntnisse
 - Baderegeln
 - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen
(Selbstrettung oder einfache Fremdrettung)

7. Ausführungsbestimmungen für vorbereitende Prüfungen und Schwimmprüfungen

7.1 Vorbereitende Prüfungen (Anfängerzeugnis)

Das Zeugnis Frühschwimmen-Seepferdchen erfüllt eine wichtige Funktion der Motivation, um zum sicheren Schwimmen hinzuführen. Die Kriterien des Seepferdchens erfüllen jedoch nicht die Anforderungen an ein sicheres Schwimmen! (Vgl. auch Aufdruck auf den Urkunden). Sicher schwimmen heißt, jede Situation im Wasser zu beherrschen. Kriterien für ein sicheres Schwimmen sind:

- sich unter Wasser genauso gut zurechtzufinden, wie über Wasser,
- auf dem Rücken genauso gut schwimmen zu können wie auf dem Bauch,
- 15 Minuten ohne Halt und ohne Hilfen im tiefen Wasser schwimmen zu können,
- mehrere Sprünge zu beherrschen und
- beim Wasserschlucken nicht anhalten zu müssen.

Weil jede Schwimmart als Anfängerschwimmart geeignet ist, erfolgt keine Festlegung auf eine bestimmte Anfangsschwimmart.

7.2 Schwimmprüfungen

- Die Schwimmprüfungen dienen der Förderung einer allgemeinen Grundausbildung im Schwimmen und in der Selbstrettung.
- Die Prüfungen für Jugendliche sind im Deutschen Jugendschwimmpass zusammengefasst. Der Deutsche Jugendschwimmpass umfasst folgende drei Leistungen:
 - Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Bronze (Freischwimmer)
 - Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Silber
 - Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Gold
Das Deutsche Jugendschwimmabzeichen – Gold – kann frühestens mit 9 Jahren erworben werden.
- Der Deutsche Schwimmpass kann frühestens mit 18 Jahren erworben werden und umfasst folgende drei Leistungen:
 - Deutsches Schwimmabzeichen – Bronze (Freischwimmer)
 - Deutsches Schwimmabzeichen – Silber
 - Deutsches Schwimmabzeichen – Gold

- Für jede Stufe der Schwimmprüfungen gibt es ein Abzeichen.
- Nur die beurkundete Prüfung berechtigt zum Tragen der entsprechenden Abzeichen.
- Die Prüfungsstufen des Deutschen Jugendschwimmpasses und des Deutschen Schwimmpasses entsprechen sich, es werden einheitliche Abzeichen je Stufe verwendet.
- Die Prüfungen für den Deutschen Jugendschwimmpass bzw. Deutschen Schwimmpass sollen in der vorgenannten Reihenfolge einzeln abgelegt werden. Nur die jeweils abgelegte Prüfung wird im Schwimmpass beurkundet; gleichzeitig miterfüllte andere Prüfungen dürfen nicht bestätigt werden.
- Die Prüfungen für jedes einzelne Schwimmzeugnis müssen (nach Abschluss der entsprechenden Ausbildung) in einem Zeitraum von 2 Monaten abgelegt werden, gerechnet vom Tag der ersten erfüllten Bedingung an.
- Schwimmprüfungen dürfen nur dort abgenommen werden, wo die Wassertiefe die Körpergröße des Prüflings überschreitet.
- Der Sprung vom Beckenrand muss ins tiefe Wasser erfolgen. Deutliches Abspringen und vollständiges Eintauchen ist notwendig. Bei der Prüfung zum Deutschen Jugendschwimmabzeichen – Bronze – (Freischwimmer) sollte ein Startsprung mit Ausgleiten angestrebt werden.
- Beim Deutschen Jugendschwimmabzeichen – Gold – muss das Kraulschwimmen mit Atmung durchgeführt werden.
- Die erzielten und gemessenen Einzelleistungen können in die Urkunde eingetragen werden.
- Bei den Schwimmprüfungen für den Deutschen Schwimmpass werden Höchstzeiten je Lebensjahrzehnt (erstmal mit dem vollendeten 30. Lebensjahr)
 - um 1 Minute beim 200 m Schwimmen für das Deutsche Schwimmabzeichen – Bronze – (Freischwimmer) und beim 400 m Schwimmen für das Deutsche Schwimmabzeichen – Silber –,
 - um 2 Minuten beim 1000 m Schwimmen für das Deutsche Schwimmabzeichen – Gold – sowie
 - um 10 Sekunden beim 100 m Schwimmen für das Deutsche Schwimmabzeichen – Gold – erhöht.
- Für das Tieftauchen werden am besten kleine Tauchringe oder Teller aus Plastik oder Gummi verwendet. Der Schwimmer muss voll aufgetaucht sein und seinen Gegenstand aus dem Wasser halten bzw. an Land werfen. Für die Mehrfach- Tauchübungen sollen 6 Teller oder Ringe auf einer Grundfläche von ca. 5 x 5 m in etwa 2 m Wassertiefe verteilt werden. In ungünstigen Gewässern kann dreimaliges Tieftauchen und Heraufholen von Kies o. ä. verlangt werden.
- Körperbehinderte werden in die Schwimmbildung einbezogen, soweit dies ihre Behinderung erlaubt. Ein ärztliches Attest muss über den Grad der Behinderung und die allgemeine Sporttauglichkeit Auskunft geben. Behinderungen im Sinne dieser Prüfungsordnung sind Funktionseinschränkungen mindestens eines Armes oder Beines (z. Bsp. durch Amputation, Lähmung, Missbildung), wofür Sonderleistungen eingeräumt werden können:
 - Schwerstbehinderte, z. B. Querschnittsgelähmte, können im Wasser starten
 - Sonstige Sonderleistungen bei den Schwimmabzeichen – Silber:
 - 400 m Schwimmen in höchstens 20 Minuten Weit-/Tieftauchen (für Schwerstbehinderte, z. B. Querschnittsgelähmte)

- Aus 5 m Entfernung ca. 2 m Tieftauchen mit Heraufholen eines Gegenstandes (anstelle von Sprung aus 3 m Höhe bzw. 2 Sprünge vom Beckenrand)
- Sonstige Sonderleistungen beim Deutschen Jugendschwimmabzeichen – Gold:
 - 50 m Schwimmen in beliebiger Technik in höchstens 80 Sekunden (anstelle von 50 m Brustschwimmen in höchstens 70 Sekunden)
 - 25 m Schwimmen in einer anderen Technik als bei der vorstehenden Disziplin gewählt (anstelle von 25 m Kraulschwimmen)
 - 50 m Rückenschwimmen (anstelle von 50 m Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit mit Grätschschwung)
 - 10 m Streckentauchen (für Behinderte mit doppeltem Arm - oder Beinschaden anstelle von 15 m Streckentauchen)
 - Tieftauchen: Heraufholen von drei kleinen Tauchringen innerhalb von 4 Minuten in höchstens 4 Tauchversuchen (bei doppeltem Arm- oder Beinschaden anstelle von: innerhalb von 3 Minuten in höchstens 3 Tauchversuchen)
 - Weit-/Tieftauchen (für Schwerstbehinderte, z. B. Querschnittsgelähmte): Aus 8 m Entfernung ca. 2 m Tieftauchen mit Heraufholen eines Gegenstandes (anstelle von Sprung aus 3 m Höhe)
 - 50 m Kleiderschwimmen (Hosenbein und Ärmel der Jacke entsprechend der Behinderung gekürzt; anstelle von 50 m Transportschwimmen)
- Sonstige Sonderleistungen beim Deutschen Schwimmabzeichen – Gold
 - 1000 m Schwimmen in höchstens 28 Minuten für Männer, in höchstens 33 Minuten für Frauen (anstelle von: in höchstens 24 bzw. 29 Minuten)
 - 100 m Schwimmen in höchstens 2 Minuten für Männer, in höchstens 2:10 Minuten für Frauen (anstelle von: in höchstens 1: 50 bzw. 2 Minuten)
 - 100 m Rückenschwimmen (Einschränkungen der Schwimmtechnik entfallen)
 - Tieftauchen: Heraufholen von drei kleinen Tauchringen innerhalb von 4 Minuten mit höchstens 4 Tauchversuchen (bei doppeltem Arm- oder Beinschaden anstelle von: innerhalb von 3 Minuten mit höchstens 3 Tauchversuchen)
 - Weit-/Tieftauchen (für Schwerstbehinderte, z. B. Querschnittsgelähmte): Aus 8 m Entfernung ca. 2 Meter Tieftauchen mit Heraufholen eines Gegenstandes (anstelle von: Sprung aus 3 m Höhe)
 - 50 m Kleiderschwimmen (Hosenbein und Ärmel der Jacke entsprechen der Behinderung gekürzt; anstelle von: 50 m Transportschwimmen)

8. Durchführung der Ausbildung und Prüfung im Schwimmen

Die Ausbildung im Schwimmen wird beim ASB auf Gliederungsebene organisiert und durchgeführt. Berechtig für die Ausbildung und die Abnahme der Prüfungen sind:

- Ausbilder Schwimmen / Rettungsschwimmen (ASR) des ASB und
- Ausbildungsassistenten Schwimmen/Rettungsschwimmen (Mindestalter 18 Jahre, DRSA Silber, SHL) im Auftrag ihrer Gliederung⁵,
- Sportlehrer und Lehrer mit der Lehrberechtigung zur Erteilung von Schwimmunterricht und Lehrer, die mit der Erteilung von Schwimmunterricht nach den entsprechenden Richtlinien der Länder beauftragt sind,
- Lehrer, die den Schwimmunterricht an Hochschulen erteilen,
- staatlich geprüfte Schwimmlehrer,
- staatlich geprüfte Schwimmmeister, geprüfte Schwimmmeister und Schwimmmeistergehilfen sowie Fachangestellte und Meister für Bäderbetriebe,
- Mitglieder des Deutschen Schwimmverbandes, des Deutschen Turner -Bundes und des Verbandes Deutscher Sporttaucher, die eine entsprechende gültige Prüfberechtigung ihrer Organisation besitzen,
- Fachsportleiter Schwimmen der uniformierten Verbände

⁵ Ergänzung der Ausbildungsrichtlinie um den Ausbilder/Ausbildungsassistenten des ASB für Schwimmen/Rettungsschwimmen zur Durchführung von Schwimmausbildung und Schwimmprüfung.

9. Rettungsschwimmprüfung

9.1 Junior-Retter⁶

Die Ausbildung dient der Vorbereitung auf die Rettungsschwimmprüfungen. Voraussetzung ist ein Mindestalter von 10 Jahren und das DJSA in Gold.

Leistungen:

Die Prüfungsleistung einen praktischen und theoretischen Teil.

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 100 m Schwimmen ohne Unterbrechung, davon:
 - 25 m Kraulschwimmen
 - 25 m Rückenkraulschwimmen
 - 25 m Brustschwimmen
 - 25 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung
- 25 m Schleppen eines Partners mit Achselschleppgriff
- Kombinierte Übung in leichter Kleidung zur Selbstrettung, die ohne Pause in angegebener Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - fußwärts ins Wasser springen, danach Schwebelage einnehmen
 - 4 Minuten Schweben an der Wasseroberfläche in Rückenlage mit Paddelbewegungen
 - 6 Minuten langsames Schwimmen, jedoch mindestens viermal die Körperlage wechseln (Bauch-, Rücken-, Seitenlage); die Kleidungsstücke im tiefen Wasser ausziehen
- Kombinierte Übung zur Fremdrettung, die ohne Pause in angegebener Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - 15 m einen Partner in Bauchlage anschwimmen, nach halber Strecke auf ca. 2 m Tiefe abtauchen und zwei kleine Tauchringe heraufholen; diese anschließend fallen lassen und das Anschwimmen fortsetzen
 - Rückweg: 15 m Schleppen eines Partners mit Achselschleppgriff
 - sichern des Geretteten durch Festhalten am Ufer / Beckenrand

Die theoretische Prüfung umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:

- Maßnahmen der Selbstrettung
- Grundverhalten für die Fremdrettung
- elementare Erste Hilfe

⁶ Die Ausbildung und Prüfung zum Junior-Retter ist kein Bestandteil der DPO, wird aber gemäß der Vereinbarung der BFS-Mitglieder identisch von den Hilfsorganisationen ASB, DLRG und DRK durchgeführt.

Ausführungshinweise zum Junior-Retter

Die angehenden Junior-Retter setzen sich mit möglichen Gefahren am und im Wasser auseinander. Sie lernen diese zu erkennen und entsprechende Maßnahmen zur Vermeidung von Ertrinkungsunfällen durchzuführen. Die Teilnehmer lernen altersgerecht den Umgang mit Rettungsmitteln, Techniken zur Eigen- und Fremddrettung sowie Grundzüge in Erste Hilfe. Die Ausbildung zum Junior-Retter umfasst 16 Unterrichtsstunden (ohne Prüfung). Sie kann als Schulprojekt, als Kompaktkurs im Rahmen von Freizeit- und Ferienveranstaltungen, z.B. auch gekoppelt an Freizeiten der Arbeiter-Samariter-Jugend oder als Kurs im Ausbildungsprogramm des Wasserrettungsdienstes angeboten werden. Nach bestandener Prüfung erhalten die Junior-Retter einen Pass und das entsprechende Abzeichen des ASB.

9.2 Deutscher Rettungsschwimmpass

9.2.1 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen des ASB – Bronze

Leistungen:

Die Prüfung besteht aus einem praktischen und einem theoretischen Teil.

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 200 m Schwimmen in höchstens 10 Minuten, davon 100 m in Bauchlage und 100 m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 100 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 4 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- 3 verschiedene Sprünge aus etwa 1 m Höhe (z. B. Abrenner, Kopfsprung, Paketsprung, Startsprung, Fußsprung)
- 15 m Streckentauchen
- zweimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, einmal kopfwärts und einmal fußwärts, innerhalb 3 Minuten mit zweimaligem Heraufholen eines 5 kg-Tauchringes oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 2 und 3 m)
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen
- Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerung sowie zur Befreiung aus:
 - Halsumklammerung von hinten
 - Halswürgegriff von hinten
- 50 m Schleppen mit Kopf- oder Achselgriff und dem Standard Fesselschleppgriff
- Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - 20 m Anschwimmen in Bauchlage, hierbei etwa auf halber Strecke Abtauchen auf 2-3 m Wassertiefe und Heraufholen eines 5 kg-Tauchringes oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen und das Anschwimmen fortsetzen
 - 20 m Schleppen eines Partners
- Demonstration des Anlandbringens
- Vorführung der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)

Die theoretische Prüfung umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:

- Gefahren am und im Wasser
- Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremddrettung)

- Vermeidung von Umklammerung
- Atmung und Blutkreislauf
- Hilfe bei Verletzungen und Ertrinkungsunfällen, Hitze- und Kälteschäden
- Aufgaben der ausbildenden Wasserrettungsorganisation(en)

9.2.2 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen des ASB – Silber

Leistungen:

Die Prüfung besteht aus einem praktischen und einem theoretischen Teil.

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 400 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50 m Kraulschwimmen, 150 m Brustschwimmen und 200 m Schwimmen in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 12 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- Sprung aus 3 m Höhe
- 25 m Streckentauchen
- dreimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, zweimal kopfwärts und einmal fußwärts innerhalb 3 Minuten, mit dreimaligem Herausholen eines 5 kg-Tauchringes oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 3 und 5 m)
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten
- Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerung sowie zur Befreiung aus:
 - Halsumklammerung von hinten
 - Halswürgegriff von hinten
- 50 m Schleppen in höchstens 4 Minuten, beide Partner in Kleidung, je eine Hälfte der Strecke mit Kopf- oder Achsel- und einem Fesselschleppgriff (Standard Fesselschleppgriff oder Seemannsgriff)
- Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - 20 m Anschwimmen in der Bauchlage
 - Abtauchen auf 3-5 m Tiefe, Herausholen eines 5 kg-Tauchringes oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen
 - Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff
 - 25 m Schleppen
 - Anlandbringen des Geretteten
 - 3 Minuten Vorführen der Herz -Lungen-Wiederbelebung (HLW)

Die theoretische Prüfung umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:

- Gefahren am und im Wasser
- Rettungsmittel
- Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremddrettung)
- Vermeidung von Umklammerung
- Erste Hilfe

- Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen
- Aufgaben und Tätigkeiten der ausbildenden Wasserrettungsorganisation

9.2.2 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen des ASB – Gold

Leistungen:

Die Prüfung besteht aus einem praktischen und einem theoretischen Teil.

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 300 m Flossenschwimmen in höchstens 6 Minuten, davon 250 m in Bauch- oder Seitenlage und 50 m Schleppen, Partner in Kleidung (Kopf- oder Achselschleppgriff)
- 300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 9 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- 100 m Schwimmen in höchstens 1:40 Minuten
- 30 m Streckentauchen, dabei von 10 kleinen Ringen oder Tellern, die auf einer Strecke von 20 m in einer höchstens 2 m breiten Gasse verteilt sind, mindestens 8 Stück aufsammeln
- dreimal Tieftauchen in Kleidung innerhalb von 3 Minuten; das erste Mal mit einem Kopfsprung, anschließend je einmal kopf- und fußwärts von der Wasseroberfläche mit gleichzeitigem Heraufholen von jeweils zwei 5 kg-Tauchringen oder gleichartigen Gegenständen, die etwa 3m voneinander entfernt liegen (Wassertiefe zwischen 3 und 5 m)
- 50 m Transportschwimmen, beide Partner in Kleidung: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten
- Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerung sowie zur Befreiung aus:
 - Halsumklammerung von hinten
 - Halswürgegriff von hinten
- Kombinierte Übung (beide Partner in Kleidung), die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - 25 m Schwimmen in höchstens 30 Sekunden
 - Abtauchen auf 3-5 m Tiefe, Heraufholen eines 5kg-Tauchringes oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen
 - Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff
 - 25 m Schleppen in höchstens 60 Sekunden mit einem Fesselschleppgriff
 - Anlandbringen des Geretteten
 - 3 Minuten Vorführen der Herz -Lungen-Wiederbelebung (HLW)
 - Handhabung folgender Rettungsgeräte:
 - Retten mit Rettungsball und Leine: Weitwerfen in einen Zielsektor mit 3 m-Öffnung in 12m Entfernung: 6 Würfe innerhalb von 5 Minuten, davon 4 Treffer
 - Retten mit Rettungsgurt und Leine (als Schwimmer und Leinenführer)
- Handhabung gebräuchlicher Hilfsmittel zur Wiederbelebung

Die theoretische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- Vermeidung von Umklammerung
- Erste Hilfe
- Die Wasserrettungsorganisationen: Organisation, Aufgaben unter besonderer Berücksichtigung des Wasserrettungsdienstes

10. Ausführungsbestimmungen für Rettungsschwimmprüfungen

- DLRG/DRK/ASB-Lehrgänge zur Vorbereitung auf DLRG/DRK/ASB-Prüfungen dürfen nur von Ausbildern geleitet werden, die von der zuständigen DLRG/DRK/ASB- Gliederung dazu beauftragt und Mitglieder der DLRG/des DRK/des ASB sind. Die Abnahme der Prüfungen und deren Beurkundungen dürfen nur von dazu beauftragten Ausbildern/Prüfern Schwimmen/Rettungsschwimmen der DLRG (A/P S/RS) sowie Lehrscheininhabern der DLRG/ASB und Lehrscheininhaber Rettungsschwimmen des DRK vorgenommen werden.
- Alle Prüfungen müssen in mindestens 1,80 m tiefem Wasser durchgeführt werden.
- Das Mindestalter zum Erwerb (Ausbildung und Prüfung) eines Rettungsschwimmabzeichens beträgt:
 - Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG/des DRK/des ASB– Bronze – 12 Jahre
 - Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG/des DRK/des ASB– Silber – 15 Jahre
 - Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG/des DRK/des ASB – Gold – 16 Jahre
- Die Prüfungen zu den Deutschen Rettungsschwimmabzeichen der DLRG/des DRK/des ASB – Silber – und – Gold – müssen in dieser Reihenfolge abgelegt werden. Eine Prüfung muss abgeschlossen sein, bevor der Bewerber an einem Lehrgang für die nächst höhere Stufe teilnehmen darf.
- Vor Beginn des Lehrgangs zum Deutschen Rettungsschwimmabzeichen der DLRG/ des DRK/ des ASB – Gold – muss eine Bescheinigung über die Sporttauglichkeit vorgelegt werden, die nicht älter als ein Jahr sein darf.
- Die Prüfungen zu den Deutschen Rettungsschwimmabzeichen der DLRG/des DRK/des ASB – Silber – bzw. – Gold – können jährlich einmal wiederholt und beurkundet werden. Für jede fünfte Wiederholung wird das Abzeichen mit der entsprechenden Zahl verliehen. Einzelleistungen können in die Urkunde eingetragen werden.
- Die praktischen Fertigkeiten sind während des vorbereitenden Lehrgangs gründlich zu üben, damit sie bei der Prüfungsabnahme einwandfrei beherrscht werden. Die notwendige Theorie ist auf der Grundlage der DLRG/DRK/ASB-Lehrmaterialien (jeweils neueste Auflage) in verständlicher Form zu unterrichten.
- Als Bekleidung sind Jacke und lange Hose (Köperanzug) zu verwenden. Verliert ein Prüfling während des Entkleidens ein Kleidungsstück, so ist dieses durch Tauchen wiederzuholen.
- Beim Entkleiden nach dem Kleiderschwimmen sind Festhalten am Beckenrand oder andere Hilfen nicht gestattet.
- Beim Abtauchen fußwärts muss die geforderte Tiefe mit den Füßen zuerst erreicht werden.
- Bei Prüfungen der Herz -Lungen-Wiederbelebung (HLW) sind die jeweils gültigen Ausbildungsrichtlinien zugrunde zu legen. Es sind als anatomische und physiologische Grundlagen Kenntnisse über Aufbau und Funktion von Atmung und Blutkreislauf zu verlangen. Wichtig ist die einwandfreie praktische Vorführung der Methoden über eine Zeit von 3 Minuten. Die Verwendung von Übungsgeräten wird empfohlen.
- Die im DLRG/DRK/ASB-Lehrmaterial (neueste Auflage), beschriebenen Befreiungs- und Rettungsgriffe (Transport -, Schlepp -, Hebe- und Tragegriffe) sind gründlich zu üben und in der

Prüfung zu verlangen, andere Griffe sind nicht gestattet. Die Griffe müssen sicher beherrscht und über die vorgeschriebene Strecke einwandfrei vorgeführt werden.

- Beim Schleppen muss das Gesicht des Verunglückten über Wasser sein, der Geschleppte darf nicht mithelfen.
- Die Befreiungsgriffe sind bei der Prüfung vom Prüfer selbst oder einem Beauftragten, nicht von den Prüflingen untereinander (etwa als Partnerübung), im Wasser abzunehmen. Dabei ist auf die exakte und auch kraftvolle Durchführung der Befreiung zu achten. Jede Befreiung aus einer Umklammerung, die mit Hilfe eines Armhebels gelöst wird, endet in dem Standard - Fesselschleppgriff.
- Der Ausbildung und Prüfung an Hilfsmitteln zur Wiederbelebung sind die in den offiziellen Lehrunterlagen, neueste Auflage, beschriebenen Geräte zugrunde zu legen.
- Bei den Prüfungen „Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen“, „Rettungsgeräte“ sowie „Aufgaben und Organisation der Wasserrettungsorganisationen“ ist das zu verlangen, was das DLRG/DRK/ASB-Lehrmaterial aussagt. Wenn es die örtlichen Verhältnisse erfordern, sind Erweiterungen dieser Stoffgebiete in Theorie und Praxis zu behandeln (z. B. Gezeiten, Brandung, Strömung).
- Die Erste-Hilfe-Leistungen können im Verlauf eines Lehrganges zum DRSA – Silber – erworben werden. Sie umfassen die durch die Hilfsorganisationen gemeinsam festgelegten Inhalte der 8 Doppelstunden Erste Hilfe-Ausbildung. Diese Ausbildung kann ersetzt werden durch den Nachweis einer Erste Hilfe -Ausbildung von mindestens 8 Doppelstunden, die nicht länger als 3 Jahre oder eines Erste Hilfe - Trainings von mindestens 4 Doppelstunden, das nicht länger als 2 Jahre zurückliegen und bei jeder ausbildungsberechtigten Organisation erworben werden darf.
- Falls sich bestimmte Prüfungsteile nicht im heimischen Bezirk abnehmen lassen, können diese auch an einem anderen geeigneten Ort in einem Nachbarbezirk abgenommen werden.
- Ein Lehrgang für eine Rettungsschwimm-Prüfung umfasst mindestens 16 Stunden Ausbildung in Theorie und Praxis (ohne Erste Hilfe-Ausbildung); die anschließende Prüfung muss innerhalb von drei Monaten abgeschlossen sein.

11. Durchführung der Ausbildung und Prüfung im Rettungsschwimmen⁷

Die Ausbildung im Rettungsschwimmen wird im ASB auf Gliederungsebene organisiert und durchgeführt. Durchführungsberechtigt für die Ausbildung und die Abnahme der entsprechenden Prüfungen sind Ausbilder Schwimmen/Rettungsschwimmen (ASR) des ASB im Auftrag ihrer ASB-Gliederung bzw. ihres Landesverbandes⁸. Die Dokumentation der bestandenen Prüfung erfolgt nach Abnahme im Deutschen Rettungsschwimmpass bzw. im Pass des Junior-Rettlers des ASB durch den ASR mit seiner Prüfer-Nummer.

Die Prüfer-Nr. setzt sich wie folgt zusammen:

Nr. LVOV (5-stellige Gliederungsnummer)/

Nr. lfd. ASR im Seminar/

Jahr des Ersterwerbs der ASB-Lehrberechtigung

⁷ Ergänzung der Ausbildungsrichtlinie um die Durchführung der Rettungsschwimmprüfung im ASB.

⁸ Zur Vermittlung der im Rahmen dieser Lehrprogramme enthaltenen Erste-Hilfe-Inhalte bedarf es zusätzlich einer gesonderten Lehrberechtigung des ASB (mindestens A1).

Die Nummerierung der Rettungsschwimmerpässe wird innerhalb der ausstellenden Gliederung einheitlich vorgenommen. Die Registrierung erfolgt nach Kalenderjahren.

Die Registrier-Nummer setzt sich wie folgt zusammen:

Nr. LVOV/

Nr. laufender Lehrgang im Jahr/

Nr. lfd. Teilnehmer im Kurs/

Kalenderjahr/

.- B(für Bronze), - S(für Silber), - G(für Gold)/

12. Ausbilder Schwimmen/ Rettungsschwimmen (ASR)

Die Qualifikation Ausbilder Schwimmen/Rettungsschwimmen (ASR) berechtigt zur Durchführung der Schwimm- und Rettungsschwimmausbildung im Auftrag des ASB und erlaubt bei Prüfungen zum Deutschen Rettungsschwimmabzeichen (DRSA) die Leistungsbeurteilung der korrekten Wiederbelebung⁹. Die Ausbildung zum ASR besteht aus 100 Unterrichtseinheiten, inklusive abschließenden Prüfungen.

12.1 Voraussetzungen

- Mindestalter 18 Jahre
- Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Silber (zu Lehrgangsbeginn nicht älter als 2 Jahre)
- Sanitätsdienstliche Fachausbildung (mind. Sanitätshelfer oder inhaltlich vergleichbarer Qualifikationsnachweis, zu Lehrgangsbeginn nicht älter als zwei Jahre)
- Hospitation/Assistenz bei je einem Lehrgang Schwimmen und Rettungsschwimmen

12.2 Lehrgangsinhalte

Pädagogische Basisqualifikation für Lehrkräfte (32 UE)

- Grundlagen für zielgruppenorientierten Lehren und Lernen aus den Bereichen Didaktik, Rhetorik, Lernpsychologie
- Moderationstechniken
- Methodenauswahl und Methodeneinsatz
- Mediengestaltung und Medieneinsatz
- Lernerfolgskontrollen
- Unterrichts- und Lehrgangsplanung
- Ausbildungsstruktur im ASB

Leistungsbeurteilung und Wiederbelebung (8 UE)

⁹ Die so definierte ASR-Lehrberechtigung ist unabhängig von einer Lehrberechtigung zur Ersten Hilfe und/oder Sanitätsausbildung.

- Wiederbelebung nach aktuellem Standard
- Trainingsgeräte
- Übungsüberwachung und Korrektur
- Auswertung/Bewertung

Ausbildung im Schwimmen und Rettungsschwimmen (60 UE)

- Wasserrettungsdienst in den Hilfsorganisationen
- Rechtsgrundlagen
- Anatomie und Physiologie mit relevanten Themen für die Schwimm- und Rettungsschwimmausbildung
- Gefahren am und im Wasser
- Lebensbedrohliche Situationen am und im Wasser
- Rettungsmittel
- Einsatztätigkeit (Schwimmbad, Freiwasser)
- Wettkampfsport
- Schwimmausbildung in Theorie und Praxis
- Rettungsschwimmausbildung in Theorie und Praxis

12.3 Prüfungsleistungen

- Lehrprobe zur Schwimmausbildung
- Lehrprobe Rettungsschwimmausbildung
- Schriftliche Wissensabfrage über gesamten Themenbereich

12.4 Durchführung von Ausbilderlehrgängen

Der Lehrgang wird über den Bundesverband organisiert und durchgeführt. Die Erteilung der Lehrberechtigung erfolgt dann, wenn neben der aktiven Teilnahme am Lehrgang je eine Lehrprobe zur Schwimmausbildung und zur Rettungsschwimmausbildung und eine schriftliche Prüfung als bestanden gewertet werden. Die Prüfungen werden im Rahmen des Lehrgangs durchgeführt. Die Lehrberechtigung wird vom Bundesverband in der Regel für drei Jahre erteilt. Sie ist anschließend und in Folge nur durch Teilnahme an einer entsprechenden Fortbildung (FSR) mit praktischer Lehrprobe möglich. Die ASR- Lehrberechtigung wird mit ihrer Gültigkeitsdauer in der Ausbilderzentraldatei des Bundesverbandes erfasst. Sie berechtigt die Ausbilder im Auftrag der jeweiligen ASB-Gliederung oder des jeweiligen ASB-Landesverbandes zur Durchführung von Lehrgängen der Schwimm- und Rettungsschwimmausbildung entsprechend der Ausbildungsrichtlinie des ASB selbstständig bzw. im Team durchzuführen.

12.5 Anerkennungsverfahren

Ausbilderqualifikationen für die Schwimm- und Rettungsschwimmausbildung anderer Organisationen können eine vorläufige Lehrberechtigung für ein Jahr beantragen. Diese kann dann durch Teilnahme an einer entsprechenden Fortbildung auf drei Jahre verlängert werden.

13. Anhang

■ Literatur

- Schwimmen Lernen- Üben- Trainieren; Wilke /Daniel; aktuelle Auflage, Limpert-Verlag
- Rettungsschwimmen – Grundlagen der Wasserrettung; Wilkens/ Löhr; aktuelle Auflage; Hofmann- Verlag Schorndorf
- Ausbilderhandbuch Junior-Retter der DLRG, DLRG Präsidium Bad Nenndorf
- Grundlagen für Rettungsschwimmer, DRSA Bronze-Silber-Gold, aktuelle Auflage, ASB Deutschland e.V.

■ Vordrucke/Formblätter

- Prüfungsblätter DRSA -Bronze, -Silber, -Gold
- Deutscher Rettungsschwimmpass des ASB
- Junior-Retter Pass
- Hospitationsnachweis ASR

Die Formblätter können im ASB Mitarbeiterportal unter dem Fachbereich Bevölkerungsschutz zum Thema Wasserrettung heruntergeladen werden.

Pässe und Scheine können über den ASB-Marktplatz beim Bundesverband bestellt werden.