

Kassel, 08.12.2011

**Rahmenvorgabe  
zur Prävention und Rettungsfähigkeit  
beim Schwimmen und im Wassersport in der Schule  
(DLRG Hessen – ZFS im Auftrag des HKM, 2011)**

**Grundsätzliche Regelung zur Rettungsfähigkeit**

Beim Schwimmunterricht und bei allen Wassersportarten müssen die aufsichtführenden Lehrkräfte rettungsfähig sein (Verordnung über die Aufsicht der Schülerinnen und Schüler vom 28.03.1985 i.d.F. vom 02.01.2009). Die Rettungsfähigkeit wird durch den Erwerb des **Deutschen Rettungsschwimmabzeichens in Bronze** dokumentiert.

**„Auffrischung“ der Rettungsfähigkeit**

Die Rettungsfähigkeit sollte regelmäßig alle fünf Jahre aufgefrischt werden.

Die „Auffrischung“ kann durch folgende Möglichkeiten nachgewiesen werden:

- Erfolgreiche Teilnahme an einem Wiederholungskurs (Deutsches Rettungsschwimmabzeichen in Bronze),
- Erfolgreiche Teilnahme an einem speziellen Kurs **„Auffrischung der Rettungsfähigkeit beim Schwimmen und im Wassersport in der Schule“** im Rahmen einer akkreditierten Fortbildungsveranstaltung der ZFS oder einem von ihr beauftragten Anbieter mit mindestens folgenden Inhalten und Stundenanteilen (Lerneinheiten):

**6 Lerneinheiten (à 45 Minuten)**

LE	Inhalt
1	Theoretische Inhalte
2	Durchführung HLW
3	Praxis im Wasser <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Tauchübungen (Strecken-/Tieftauchen)</li><li>▪ Transport- und Schlepptechniken, Anlanden</li><li>▪ Kombinierte Übung</li></ul>

**Beschreibung der „Kombinierten Übung“**

(Praktische Durchführung ohne Pause in der vorgegebenen Reihenfolge):

- 20 m Anschwimmen in Bauchlage
- Abtauchen auf 1,80 bis 3,00 m Wassertiefe, Heraufholen eines 5-Kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes; diesen anschließend fallen lassen
- 20 m Schleppen eines Partners
- Anlandbringen des Geretteten
- 3 Minuten Vorführen der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW) am Übungsphantom.

Zentrale Fortbildungseinrichtung für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS)

Staatliches Schulamt für den Landkreis und die Stadt Kassel

Leitung: Alexander Jordan

Telefon: 0561-8078-262 oder -252, Fax: 0561-8078-211

E-Mail: [fortbildung@ks.ssa.hessen.de](mailto:fortbildung@ks.ssa.hessen.de)