



# **Informationen zur Fachausbildung Rettungsschwimmen im LV Baden**

Die Fachausbildung Rettungsschwimmen ist Bestandteil der Prüfung zum Ausbilder Rettungsschwimmen. Im Folgenden werden die Prüfungsbestandteile, welche im Zuge der Fachausbildung geprüft werden, erläutert.

## **Vorbereitung auf die Fachausbildung**

Um für die Ausbildung zum Ausbilder Rettungsschwimmen möglichst wenige Wochenenden in Anspruch zu nehmen, finden die Fachausbildung und die Prüfung an einem gemeinsamen verlängerten Wochenende statt. Dies hat zur Folge, dass 9 LE (Lerneinheiten) in Form eines digitalen Tages im Vorfeld zum Präsenzlehrgang stattfinden und 6 LE der insgesamt 30 LE umfassenden Fachausbildung zuhause in Vorbereitung auf die Fachausbildung in Form eines Ilias-Kurses geleistet werden müssen. Als Vorbereitung ist es außerdem wichtig, dass die Inhalte des Ausbilderhandbuchs Rettungsschwimmen sowie die Prüfungsordnung Schwimmen/Rettungsschwimmen bekannt sind. Auch die Inhalte im Bereich Anatomie/Physiologie und das Wissen aus den Lehrgängen, die als Zulassungsvoraussetzungen gelten, dienen der Vorbereitung zur Fachausbildung und anschließender Prüfung für den Lizenzerwerb.

## **Lernerfolgskontrollen**

Die folgenden Lernerfolgskontrollen werden geprüft. Im weiteren Dokument werden die Abläufe und Inhalte der Lernerfolgskontrollen erläutert.

- ✓ Fragebogen Ausbilder Rettungsschwimmen
- ✓ Kurzvortrag
- ✓ Kombinierte Rettungsübung
- ✓ Lehrprobe Rettungsschwimmen
- ✓ Lehrgespräch Anatomie/Physiologie
- ✓ Lehrprobe/Lehrgespräch Didaktik/Methodik der Ersten Hilfe und Reanimation
- ✓ Hausarbeit

## **Fragebogen Ausbilder Rettungsschwimmen**

Der Fragebogen muss ohne Hilfsmittel ausgefüllt werden und genügend richtige Antworten enthalten. Um euch optimal vorzubereiten, empfehlen wir die Inhalte des Ausbildungsassistenten nochmals zu wiederholen und euch intensiv mit dem Ausbilderhandbuch Rettungsschwimmen zu beschäftigen. Zusätzlich könnt ihr online auf die Fragen üben (<https://www.dlrg.de/informieren/ausbildung/pruefungsfragenquiz/>).

Zusammenfassung:

<b>Bestandteile</b>	<b>Form und Rahmenbedingungen</b>
Fragebogentest	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prüfung beim Lehrgang: digital</li><li>• 60 Fragen werden gestellt, maximal 11 Fehler möglich</li></ul>



## **Kurzvortrag**

Für den Kurzvortrag müsst ihr euch drei Themen aus der Themensammlung, welche ihr am Ende des Dokuments findet, aussuchen und in den Anmeldebogen schreiben. Jedes Thema muss aus einem anderen Themengebiet, also A, B, C, D oder E stammen. Die Themenliste ist am Ende dieses Dokumentes aufgeführt.

Bereitet euch auf alle drei Themen, die ihr ausgewählt habt vor. Die Prüfungskommission gibt dann unmittelbar vor eurem Kurzvortrag das gewählte Thema bekannt. Ihr haltet den Kurzvortrag ohne irgendwelche Hilfsmittel, d. h. freies Reden ohne Tafel oder sonstige Hilfsmittel, vor den anderen Teilnehmern und der Prüfungskommission.

Gebt zu Beginn eures Vortrags an, an wen sich der Kurzvortrag richtet, also nennt eure Zielgruppe. Die Sprechzeit erstreckt sich über max. 5 min, darf aber 3 min nicht unterschreiten. Verständnisfragen der Prüfer können sich anschließen.

Beurteilungskriterien für den Kurzvortrag sind:

- ✓ Ausdrucksfähigkeit, Verständlichkeit und Zielgruppenorientierung
- ✓ Sachliche Richtigkeit bezogen auf das Thema
- ✓ Inhaltlicher Aufbau und Vollständigkeit

Zusammenfassung:

<b>Bestandteile</b>	<b>Form und Rahmenbedingungen</b>
Kurzvortrag zur Anmeldung wählen	<ul style="list-style-type: none"><li>• 3 Themen zur Anmeldung aus der Themenliste wählen</li><li>• Jedes Thema aus anderem Themengebiet wählen (A-E)</li><li>• Die Themenliste findet ihr am Ende des Dokumentes</li></ul>
Vorbereitung zuhause	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vorbereitung auf alle 3 Themen zuhause</li></ul>
Prüfung vor Ort	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wahl und Bekanntgabe des Themas durch Prüfungskommission vor der Prüfung</li><li>• Keine Hilfsmittel erlaubt, nur freie Rede</li></ul>
Zeiten	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sprechzeit maximal 5 min.</li><li>• Sprechzeit minimal 3 min.</li></ul>



## **Kombinierte Rettungsübung**

Die kombinierte Rettungsübung wird an Stationen durchgeführt, die ohne Pause direkt nacheinander durchlaufen werden müssen. Folgende Stationen werden in der genannten Reihenfolge durchlaufen:

<b>Station</b>	<b>Inhalt</b>
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Startsprung vom Beckenrand</li> <li>• 1 Bahn Streckentauchen</li> <li>• am Ende der Bahn schraubend mit Blick nach oben auftauchen</li> <li>• 1 Bahn Kraulschwimmen</li> <li>• 1 Bahn Brustschwimmen</li> <li>• am Ende der Bahn kopfwärts abtauchen Ring hoch holen, schraubend mit Blick nach oben auftauchen, Ring zeigen und fallen lassen</li> <li>• Partner setzt Würgegriff/Umklammerung an, daraus Befreiung</li> <li>• 1 Bahn Standard-Fesselschleppgriff</li> <li>• 1 Bahn Kopfschleppgriff</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenzeit: 2:30 min dürfen nicht überschritten werden</li> <li>• Beide verlassen das Becken</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erklärung und Demonstration des weiteren Ablaufs der Versorgung</li> <li>• Beantwortung gestellter Fragen zum Thema „Erste Hilfe und Versorgung eines Verunfallten“</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorführen der Reanimation</li> </ul>

## **Lehrprobe Rettungsschwimmen**

Eine der beiden folgenden Optionen kann für die Lehrprobe zutreffen:

Option A: Die Lehrproben Rettungsschwimmen besteht aus einem praktischen Teil, der jedoch im Vorfeld theoretisch erarbeitet werden darf. Im Rahmen dieser theoretischen Erarbeitung erhält der Prüfling Gelegenheit sich mit dem Thema auseinanderzusetzen. Die theoretische Erarbeitung erfolgt durch die Erarbeitung der Hausarbeit, bei der unter anderem eine methodische Übungsreihe erstellt werden muss. Die erstellte methodische Übungsreihe wird im Rahmen der praktischen Prüfung im Wasser vorgestellt. Im praktischen Teil hat der Prüfling 10 min. Zeit, seine methodische Übungsreihe zum Thema mit Jugendlichen durchzuführen. Die Jugendlichen werden von den übrigen Teilnehmern an der Fachausbildung dargestellt. Die verschriftlichte MÜR steht dem Prüfling zur Verfügung und dient den Prüfern als Bewertungsgrundlage.

Option B: Für die zweite Lehrprobe, welche in der Hausarbeit nicht behandelt wurde, erhält der Prüfling 30 min. Zeit, sich mit dem erhaltenen Thema auseinanderzusetzen und eine methodische Übungsreihe zu notieren. Die erstellte methodische Übungsreihe wird auch in diesem Prüfungsfall, wie oben dargestellt, in der Prüfung vorgestellt. Für die Erarbeitung der methodischen Übungsreihe stehen keine Hilfsmittel zur Verfügung. Die verschriftlichte MÜR steht dem Prüfling in der ebenfalls zehninütigen Lehrprobe zur Verfügung.

Beachtet, dass es sich bei einer Methodischen Übungsreihe nicht um die Gestaltung einer Übungsstunde handelt, sondern um die Erarbeitung einer Übungsreihe zum gesamten Thema. Die Erarbeitung nur einer einzigen Übungsstunde, welche Erwärmung, Übungsphasen usw. enthält, führt zum Nichtbestehen der Lehrprobe.



Zusammenfassung:

Bestandteile	Form und Rahmenbedingungen
Option A: Erstellung während Hausarbeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeitung der methodischen Übungsreihe Rettungsschwimmen zum Thema der Hausarbeit</li> <li>• 2 kodierte Exemplare zur Fachausbildung mitbringen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielgruppe: Jugendliche, die von den Teilnehmern der Fachausbildung dargestellt werden</li> <li>• Wahl und Bekanntgabe der Übungen, welche vorgezeigt werden sollen, findet kurz vor der Prüfung durch die Prüfungskommission statt</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenzeit: 10 min.</li> </ul>
Option B: Erstellung vor Ort	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeitung der methodischen Übungsreihe Rettungsschwimmen zum Thema vor Ort</li> <li>• Erarbeitungszeit: 30 min.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielgruppe: Jugendliche, die von den Teilnehmern der Fachausbildung dargestellt werden</li> <li>• Wahl und Bekanntgabe der Übungen, welche vorgezeigt werden sollen, findet kurz vor der Prüfung durch die Prüfungskommission statt</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenzeit: 10 min.</li> </ul>



**Beispiel zum Ablauf der Lehrprobe Rettungsschwimmen als Hausarbeitsthema:**

Prüfling A erhält nach Zulassung zum Lehrgang 5-7 Wochen vor Lehrgangsbeginn das Thema „Führe den Standard-Fesselschleppgriff ein.“. Prüfling A hat nun 4 Wochen Zeit, eine Hausarbeit zu erstellen, die ebenfalls eine methodische Übungsreihe zu diesem Thema enthält. Dieses Thema ist auch gleichzeitig sein Thema in der Lehrprobe Rettungsschwimmen.

Für das Lehrgespräch Anatomie/Physiologie erhält Prüfling A vor Durchführung des Lehrgesprächs sein Thema und erarbeitet dies in der Vorbereitungszeit über 30 Minuten. Hierfür notiert sich Prüfling A während der Vorbereitungszeit einen Stundenverlaufsplan, den er dann im Lehrgespräch vorstellen wird. In der Prüfung helfen ihm seine Notizen den roten Faden nicht aus den Augen zu verlieren.



## Lehrgespräch Anatomie/Physiologie

Eine der beiden folgenden Optionen kann für die Lehrprobe zutreffen:

Option A: Das Lehrgespräch Anatomie/Physiologie besteht aus einem praktischen Teil, der jedoch im Vorfeld theoretisch erarbeitet werden darf. Im Rahmen dieser theoretischen Erarbeitung erhält der Prüfling Gelegenheit sich mit dem Thema auseinanderzusetzen. Die theoretische Erarbeitung erfolgt durch die Erarbeitung der Hausarbeit, bei der unter anderem ein Stundenverlaufsplan erstellt werden muss. Der erstellte Stundenverlaufsplan wird im Rahmen der praktischen Prüfung im Lehrsaal vorgestellt. Im praktischen Teil hat der Prüfling 5 min. Zeit, seinen Stundenverlaufsplanung zum Thema mit Jugendlichen vorzustellen. Weitere 5 Minuten dienen der Abfrage fachspezifischen Wissens im entsprechenden Bereich. Als inhaltliche Orientierung dient das Dokument „Inhaltliche Orientierung für das Lehrgespräch Anatomie/Physiologie“. Die Jugendlichen werden von den übrigen Teilnehmern an der Fachausbildung dargestellt. Der verschriftlichte Stundenverlaufsplan steht dem Prüfling zur Verfügung und dient den Prüfern als Bewertungsgrundlage.

Option B: Für die zweite Lehrprobe, welche in der Hausarbeit nicht behandelt wurde, erhält der Prüfling 30 min. Zeit, sich mit dem erhaltenen Thema auseinanderzusetzen und einen Stundenverlaufsplan zu notieren. Der erstellte Stundenverlaufsplan wird auch in diesem Prüfungsfall, wie oben dargestellt, in der Prüfung vorgestellt. Für die Erarbeitung des Stundenverlaufsplans stehen keine Hilfsmittel zur Verfügung. Der verschriftlichte Stundenverlaufsplan steht dem Prüfling in der ebenfalls fünfminütigen Lehrprobe und fünfminütigen Befragung durch die Prüfungskommission zur Verfügung.

Beachtet, dass es sich bei einem Stundenverlaufsplan um die Gestaltung einer Lerneinheit mit 45 min handelt. Die Vorstellung des Stundenverlaufsplans mit Erklärung der gewählten Vorgehensweise wird in den ersten 5 min. geprüft.

Zusammenfassung:

<b>Bestandteile</b>	<b>Form und Rahmenbedingungen</b>
Option A: Erstellung während Hausarbeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeitung des Stundenverlaufsplans Anatomie/Physiologie zum Thema der Hausarbeit</li> <li>• 2 kodierte Exemplare zur Fachausbildung mitbringen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielgruppe: Jugendliche, die von den Teilnehmern der Fachausbildung dargestellt werden</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenzeit Teil 1: 5 min. Vorstellung des erarbeiteten Stundenverlaufsplans</li> <li>• Rahmenzeit Teil 2: 10 min. Befragung zum Thema durch die Prüfungskommission</li> </ul>
Option B: Erstellung vor Ort	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeitung des Stundenverlaufsplans Anatomie/Physiologie zum Thema vor Ort</li> <li>• Erarbeitungszeit: 30 min.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielgruppe: Jugendliche, die von den Teilnehmern der Fachausbildung dargestellt werden</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenzeit Teil 1: 5 min. Vorstellung des erarbeiteten Stundenverlaufsplans</li> <li>• Rahmenzeit Teil 2: 10 min. Befragung zum Thema durch die Prüfungskommission</li> </ul>



### **Beispiel zum Ablauf des Lehrgesprächs Anatomie/Physiologie als Hausarbeitsthema:**

Prüfling A erhält nach Zulassung zum Lehrgang 5-7 Wochen vor Lehrgangsbeginn das Thema „Anatomie und Physiologie des Ohrs.“. Prüfling A hat nun 4 Wochen Zeit, eine Hausarbeit zu erstellen, die ebenfalls einen Stundenverlaufsplan zu diesem Thema enthält. Dieses Thema ist auch gleichzeitig sein Thema im Lehrgespräch Anatomie/Physiologie.

Für die Lehrprobe Rettungsschwimmen erhält Prüfling A vor Durchführung der methodischen Übungsreihe sein Thema und erarbeitet dies in der Vorbereitungszeit über 30 Minuten. Hierfür notiert sich Prüfling A während der Vorbereitungszeit eine methodische Übungsreihe, die er dann in der Lehrprobe vorstellen wird.

## **Lehrprobe/Lehrgespräch Didaktik/Methodik der Ersten Hilfe und Reanimation**

Ein Ausbilder Rettungsschwimmen muss in der Lage sein, angehenden Rettungsschwimmern die Unterrichtsinhalte der HLW/Ersten Hilfe zu vermitteln.

Auch hier gilt: Das Grundwissen zum Thema „Erste Hilfe und Reanimation“ mit seinen Inhalten: Sofortmaßnahmen, Vorbereitung der HLW, Atemspende, Herzdruckmassage, Temperaturschäden, Ertrinkungsunfälle und Beinahe-Ertrinken setzen wir als bekannt voraus. Der Unterricht während des Lehrgangs baut auf diesem Grundwissen für Rettungsschwimmer auf.

## **Hausarbeit**

Die Hausarbeit muss vor dem Lehrgang geschrieben werden und besteht aus einem Ausbildungskonzept. Das Thema erhaltet ihr 5-7 Wochen vor Lehrgangsbeginn. Einzureichen ist die Hausarbeit als pdf per E-Mail spätestens zum von der Prüfungskommission angezeigten Abgabeschluss an [ausbildung@baden.dlrg.de](mailto:ausbildung@baden.dlrg.de) und [frank.kammerer@baden.dlrg.de](mailto:frank.kammerer@baden.dlrg.de). Liegt die Hausarbeit nicht rechtzeitig vor, ist eine Teilnahme am Lehrgang nicht möglich.

Zusätzlich ist die in der Hausarbeit enthaltene methodische Übungsreihe/der Stundenverlaufsplan in zweifacher Ausfertigung (einseitig ausgedruckt und nicht getackert) zum Lehrgang mitzubringen. Eine ausführliche Beschreibung mit Anforderungen erhaltet ihr im Dokument „Anforderungen an die Hausarbeit“, welches mit Übersendung der Hausarbeit zur Verfügung gestellt wird.



## **Themensammlung Kurzvorträge**

### A: Die DLRG

1. Aus der Geschichte der DLRG
2. Aufbau der DLRG
3. Aufgaben und Tätigkeiten der DLRG
4. Rechte und Pflichten der Untergliederungen gegenüber dem Bezirk
5. Vorbereitung einer Jahreshauptversammlung
6. Aufgaben des Leiters Ausbildung auf der Ortsgruppen-Ebene
7. Vorschläge für eine wirkungsvolle DLRG-Öffentlichkeitsarbeit
8. Vorbereitung einer Werbeveranstaltung
9. Bedeutung des Slogans "Humanität und Sport"
10. Bedeutung des Slogans "Freie Zeit in Sicherheit"
11. Grenzen sportlicher Aktivitäten in der DLRG
12. Formen des Rettungssports
13. Vorbereitung eines Rettungswettkampfes auf Orts- oder Bezirksebene
14. Die Jugendarbeit der DLRG
15. Bildungsarbeit der DLRG
16. Sinn der DLRG-Jugendordnung
17. Mitverantwortung und Mitbestimmung Jugendlicher in der DLRG
18. Versicherungsschutz in der DLRG
19. Die Gesetzliche Unfallversicherung und ihre Bedeutung für die DLRG
20. Pflicht zur Hilfeleistung
21. Mögliche Ersatzansprüche bei Hilfeleistungen
22. Auswertung einer Wasserrettung im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit
23. Rettungswettkämpfe der DLRG als Werbung
24. Eine Wasserrettungsstation wirbt für die DLRG
25. Eine Werbeveranstaltung im Schwimmbad
26. Beteiligung der DLRG an örtlichen Werbeveranstaltungen
27. Die Einweihung einer Wasserrettungsstation (oder eines Bootes) als Werbemöglichkeit
28. Wie kann ich für den Gedanken der Lebensrettung werben?
29. Gestaltung einer DLRG-Feierstunde
30. Planung einer neuen Informationsschrift über die Aktivitäten der Gruppe

### B: Wasserrettung/Einsatz

1. Hilfeleistung bei Badeunfällen
2. Hilfeleistung bei Eisunfällen
3. Hilfeleistung bei Bootsunfällen
4. Einrichtung und Ausrüstung einer Wasserrettungsstation
5. Einrichtung einer "fliegenden Wache"
6. Die Anweisung für den Wasserrettungsdienst
7. Anforderungen an einen Rettungsschwimmer für den Rettungseinsatz Küste
8. Gefahren im Watt und an der Küste
9. Gefahren in fließenden Gewässern
10. Rettungsgeräte und ihre Einsatzmöglichkeit
11. Das Rettungsbrett - Handhabung und Einsatz



C: Ausbildung im Schwimmen und Rettungsschwimmen

1. Die Deutsche Prüfungsordnung
2. Darstellung der Organisation von Schwimmprüfungen
3. Merkmale der Grobkoordination für das Brustschwimmen
4. Das Kraulschwimmen in der Schwimmausbildung der DLRG
5. Rückenkraulschwimmen - Wodurch wird es zu einer sinnvollen Ergänzung für vielseitiges Schwimmen lernen?
6. Die Atemtechnik beim Schwimmen
7. Methodik zur Verbesserung der Ausdauerleistung im Schwimmen
8. Baderegeln im Hinblick auf Selbst- und Fremdreitung sowie ihre Begründung
9. Schwimmerische Anforderungen an einen Rettungsschwimmer
10. Darstellung der Organisation einer Rettungsschwimmprüfung
11. Training im Hinblick auf kombinierte Rettungsübungen
12. Grundlagen des Tieftauchens
13. Grundlagen des Streckentauchens
14. Lehr- und Lernmittel sowie deren Eignung für die Ausbildung im Rettungsschwimmen
15. Der Junior-Retter, eine Ausbildungsform zwischen "Schwimmen können" und "Retten lernen"!
16. Organisation eines Lehrgangs Junior-Retter

D: Anatomie und Physiologie der Herz-Lungen-Wiederbelebung(HLW)

1. Das Atmungssystem, Aufbau und Funktion
2. Die Bedeutung der Atmung
3. Der Blutkreislauf
4. Aufbau und Tätigkeit des Herzens
5. Die Zusammensetzung und Aufgaben des Blutes
6. Der Ertrinkungstod
7. Merkmale des Salzwassertodes
8. Pflege und Wartung der Wiederbelebungs- und HLW- Übungsgeräte
9. Vor- und nachbereitende Maßnahmen bei der Wiederbelebung
10. Die Atemspende und Herzdruckmassage (HLW)
11. Technik und Anwendung der Herzdruckmassage
12. Breitenausbildung HLW in der DLRG
13. Elementare "Erste Hilfe" des Junior-Rettlers
14. Aufbau und Funktion des Ohres unter dem Schwerpunkt der besonderen Bedeutung für die Ausbildung im Schwimmen und Rettungsschwimmen

E: Tauchen

1. Das Deutsche Schnorcheltauchabzeichen, eine sinnvolle Ergänzung für die Rettungsschwimmausbildung?
2. Aufgaben der DLRG-Tauchausbildung
3. Schnorcheltauchen, ein Ausbildungsangebot für Kinder
4. Druck und Druckwirkungen beim Tauchen
5. Hyperventilation und mögliche Folgen
6. Gesundheitliche Voraussetzungen zum Tauchen, mögliche Folgen bei Nichtbeachtung
7. Physikalische Grundlagen des Tauchens (Schnorcheltauchabzeichen)
8. Physiologische Grundlagen des Tauchens
9. Sicherheit unter Wasser