

Zwischenprüfung

Ausdauerschwimmen

Aufgabe:

- 50 Meter Kraulschwimmen
- 50 Meter Brustschwimmen
- 100 Meter Freistilschwimmen
- 200-Meter-Rückenschwimmen mit Brustbeinschlag ohne Armtätigkeit

Durchführung:

Beim Rückenschwimmen dürfen die Arme nicht eingesetzt werden. Hände liegen auf dem Bauch und fassen ineinander oder Arme liegen lang gestreckt neben dem Kopf, Hände fassen ineinander. Schwimmbrille erlaubt.

Bewertung:

Zeiten vgl. Tabelle. Leistungstabelle 400 Meter Ausdauerschwimmen

Streckentauchen

Aufgabe:

- 30 Meter Streckentauchen

Durchführung:

Schwimm- und Taucherbrillen sind nicht zulässig!!!

Eigenverantwortlicher Start (vom Startblock/im Wasser vom Beckenrand) bis der Kopf des Tauchers die 30-Meter-Marke erreicht.

Bewertung:

Zeiten vgl. Tabelle. Leistungstabelle 30 Meter Streckentauchen

Springen

Aufgabe:

- Kopfsprung vom 3-Meter-Brett

Durchführung:

Der Prüfling wählt die Ausführungsart des Sprungs und teilt den Prüfern die Sprungnummer mit.

Der Sprung muss innerhalb von 90 Sekunden durchgeführt werden.

Es wird zweimal gesprungen werden und es dürfen verschiedene Ausführungen gezeigt werden.

Bewertung:

Der bessere der beiden Sprünge wird gewertet.

Transportschwimmen

Aufgabe:

- 50 Meter Transportschwimmen, Ziehen **oder** Schieben.

Durchführung:

Schwimm- und Taucherbrillen sind nicht zulässig!!!

Der Retter (Prüfling) und der Gerettete (Mitprüfling) tragen Drillich-Anzüge. (Drillich-Anzug, Speziell für Kleiderschwimmen und eine hohe Beanspruchung im Wasser entwickelt. Material: 100% Baumwolle 250g/m². Erhältlich bei den Rettungsschwimmorganisationen DLRG/Wasserwacht oder Sport-Thieme) Die Hose und die Jacke müssen bis an die Fuß- bzw. Handgelenke gehen und sich im Originalzustand befinden. Die Anzüge sind von den Prüflingen mitzubringen. Die Zulassung der Anzüge obliegt dem Prüfungsausschuss.

Der zu Rettende darf nicht mithelfen! Beim Start müssen Retter (Prüfling) und der Gerettete (Mitprüfling) mit einer Hand an der Wand sein. Bei der Wende muss mindestens ein Körperteil des Transportierenden die Wand berühren.

Bewertung:

Zeitnahme: Startsignal bis zum Anschlag am Beckenrand.

Zeiten vgl. Tabelle. Leistungstabelle 50 Meter Transportschwimmen

Zeitschwimmen

Aufgabe:

- 100-Meter-Freistil

Durchführung:

Schwimmbrille erlaubt.

Bewertung:

Zeitnahme: Startsignal bis zum Anschlag am Beckenrand.

Zeiten vgl. Tabelle. Leistungstabelle 100 Meter Schwimmen

Herz-Lungen-Wiederbelebung

Aufgabe:

- 3 Minuten HLW an einem Übungsphantom.

Durchführung:

Demonstration der HLW an einem Übungsphantom

Schriftliche Prüfung

Es werden Fragen aus den vier folgenden Bereichen gestellt:

1. Arbeitsschutz, Unfallverhütung, Gesundheitsschutz, Arbeitshygiene und Umweltschutz,
2. Berufsbezogene naturwissenschaftliche Grundlagen. Einsatz von Werkstoffen und Werkzeugen,
3. Aufrechterhaltung der Betriebssicherheit, Beaufsichtigung des Badebetriebs,
4. Betreuen von Besuchern.

Die schriftliche Prüfung dauert 180 Minuten.

Abschlussprüfung

Retten und Erstversorgen

Aufgabe:

- Retten: Startsprung, 25 Meter Anschwimmen, Abtauchen und einen Tauchring aus 3-5 Meter an die Wasseroberfläche bringen, den Tauchring wieder fallen lassen. Einen Mitprüfling im Fesselschleppgriff 25 Meter schleppen und mit dem Kreuzhebegriff Anlandbringen.
- Erstversorgen: Die bewusstlose Person mit dem Rettungs-Griff vom Beckenrand auf den Beckenumgang bringen. Überprüfen der Vitalfunktionen:
 1. Feststellen des Bewusstseins
 2. „Hilfe“ rufen
 3. Überprüfen der Atmung
 4. Person in die (stabile) Seitenlage bringen
 5. Notruf absetzen
- Befreiungsgriffe: Demonstration von zwei der sechs Befreiungsgriffe nach Wahl der Prüfer an Land.

Durchführung:

Der Prüfling trägt Dienstkleidung, d.h. kurze Hose und T-Shirt mit halbem Arm; Achselshirt bzw.

Trägershirt und Radlerhosen sind nicht zulässig. Der zu Rettende trägt Badebekleidung.

Der zu Rettende darf nicht mithelfen.

Schwimm- und Taucherbrillen sind nicht zulässig!

Bewertung:

Retten: Startsignal bis zum Absetzen des zu Rettenden auf dem Beckenrand, max. 70 Punkte

Zeit vgl. Tabelle. Leistungstabelle Rettungsübung

Erstversorgen:

Max. 30 Punkte (10 Punkte für das Feststellen des Bewusstseins und das Überprüfen der Atmung, 10 Punkte für die stabile Seitenlage, 10 Punkte für den "Notruf")

Befreiungsgriffe:

Hier werden bei Nicht-Beherrschen der Griffe 5 Punkte pro Griff abgezogen. (Maximal 10 Punkte Abzug)

Herz-Lungen-Wiederbelebung

Aufgabe:

- 5 Minuten HLW an einem Übungsphantom.

Durchführung:

Demonstration der HLW an einem Übungsphantom

Kleiderschwimmen

Aufgabe:

- 300 Meter Kleiderschwimmen, anschließend im Wasser Entkleiden.

Durchführung:

Der Retter (Prüfling) und der Gerettete (Mitprüfling) tragen Drillich-Anzüge. (Drillich-Anzug, Speziell für Kleiderschwimmen und eine hohe Beanspruchung im Wasser entwickelt. Material: 100%

Baumwolle 250g/m². Erhältlich bei den Rettungsschwimmorganisationen DLRG/Wasserwacht oder Sport-Thieme) Die Hose und die Jacke müssen bis an die Fuß- bzw. Handgelenke gehen und sich im Originalzustand befinden. Die Anzüge sind von den Prüflingen mitzubringen. Die Zulassung der Anzüge obliegt dem Prüfungsausschuss.

Schwimmbrille erlaubt.

Bewertung:

Zeitnahme: Startsignal bis zum Anschlag am Beckenrand.

Zeiten vgl. Tabelle. Leistungstabelle 300 Meter Kleiderschwimmen

Schleppen

Aufgabe:

- 50 Meter Schleppen, die ersten 25 Meter mit Kopf- oder Achselgriff, die zweiten 25 Meter mit dem Fesselschleppgriff.

Durchführung:

Der Retter (Prüfling) und der Gerettete (Mitprüfling) tragen Drillich-Anzüge. (Drillich-Anzug, Speziell für Kleiderschwimmen und eine hohe Beanspruchung im Wasser entwickelt. Material: 100% Baumwolle 250g/m². Erhältlich bei den Rettungsschwimmorganisationen DLRG/Wasserwacht oder Sport-Thieme) Die Hose und die Jacke müssen bis an die Fuß- bzw. Handgelenke gehen und sich im Originalzustand befinden. Die Anzüge sind von den Prüflingen mitzubringen. Die Zulassung der Anzüge obliegt dem Prüfungsausschuss.

Beim Start müssen Retter (Prüfling) und der Gerettete (Mitprüfling) mit einer Hand an der Wand sein. Bei der Wende muss mindestens ein Körperteil des Schleppenden die Wand berühren.

Bewertung:

Zeitnahme: Startsignal bis zum Anschlag am Beckenrand.

Für einen Grifffehler gibt es jeweils 5 Sekunden Zeitaufschlag.

Zeiten vgl. Tabelle. Leistungstabelle 50 Meter Abschleppen

Streckentauchen

Aufgabe:

- 35 Meter Streckentauchen

Durchführung:

Schwimm- und Taucherbrillen sind nicht zulässig!

Bewertung:

Zeitnahme: Eigenverantwortlicher Start (vom Startblock / im Wasser vom Beckenrand) bis der Kopf des Tauchers die 35-Meter-Marke erreicht.

Zeiten vgl. Tabelle. Leistungstabelle 35 Meter Streckentauchen

Wettkampftechnik

Aufgabe:

- 50 Meter demonstrieren einer Wettkampftechnik (Brustschwimmen, Delfinschwimmen, Kraulschwimmen oder Rückenkraulschwimmen) mit Startsprung, Wende und Anschlag.

Durchführung:

Die zu demonstrierende Wettkampftechnik wird am Prüfungstag vom Prüfungsausschuss ausgelost.

Bewertung:

Durch den Prüfungsausschuss entsprechend der Wettkampfbestimmungen des DSV.

Zeitschwimmen

Aufgabe:

- 100-Meter-Freistil

Durchführung:

Schwimmbrille erlaubt

Bewertung:

Zeitnahme: Startsignal bis zum Anschlag am Beckenrand.

Zeiten vgl. Tabelle. Leistungstabelle 100 Meter Zeitschwimmen

Springen

Aufgabe:

- Kopfsprung vom 3-Meter-Brett.

Durchführung:

Der Prüfling wählt die Ausführungsart des Sprungs und teilt den Prüfern die Sprungnummer mit. Der Sprung muss innerhalb von 90 Sekunden durchgeführt werden. Es wird zweimal gesprungen werden und es dürfen verschiedene Ausführungen gezeigt werden.

Bewertung:

Der bessere der beiden Sprünge wird gewertet.

Schriftliche Prüfung

- **Retten, Erstversorgen und Schwimmen** Zeit: 90 Minuten
Aufgaben und Fragen aus den Bereichen:
 - Wettkampftechniken
 - Durchführung von Schwimmunterricht
 - Erstversorgung-, Rettungs- und Wiederbelebungsmaßnahmen
 - Gesundheitslehre
- **Badebetrieb** Zeit: 120 Minuten
Aufgaben und Fragen aus den Bereichen:
 - Sicherheit und Gesundheit
 - Organisation und Beaufsichtigung des Badebetriebes
 - Betreuen von Besuchern
 - Kommunikation
 - Verwaltung und Öffentlichkeitsarbeit
 - Gesellschaftliche Bedeutung von Bädern
- **Bädertechnik** Zeit: 90 Minuten
Aufgaben und Fragen aus den Bereichen:
 - Umweltschutz und Hygiene
 - Kontrollieren und Sichern des technischen Betriebsablaufes
 - Warten und Pflegen bäder- und freizeitechnischer Einrichtungen
- **Wirtschafts- und Sozialkunde** Zeit: 60 Minuten
Aufgaben und Fragen aus den Bereichen:
 - Allgemeine wirtschaftliche und gesellschaftliche Zusammenhänge der Berufs- und Arbeitswelt.