



Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.

Landesverband Schleswig-Holstein
stellv. Technische Leiterin Schwimmen
und Retten

Renate Riecken

Berliner Straße 64

24340 Eckernförde

Telefon: 04351-7177-0

renate.riecken@sh.dlrg.de

www.sh.dlrg.de

15. Januar 2006

Theoretische Grundlagen als Voraussetzung zum erfolgreichen Besuch des „Lehrscheinlehrganges“

Grundlagen Rettungsschwimmen:

- Handbuch Rettungsschwimmen (Bezug über die Materialstelle): dieses Buch vermittelt Basiswissen, **es empfiehlt sich, sich auch mit den Übungsfragen in diesem Buch zu beschäftigen.**
- Taschenbuch für den Wasserretter
Für alle, die mehr wissen wollen, ist keine notwendige Voraussetzung!

Grundlagen Erste Hilfe:

- AV0 als absolutes Basiswissen! Sicheres Beherrschen des **Auffindeschemas für Notfallbetroffene!!** Sichere Durchführung der HLW, Erste Hilfe-Maßnahmen bei typischen Unfällen am und im Wasser

Grundlagen Prüfungen:

- **Prüfungsordnung** Schwimmen und Retten: Aufbau, Durchführungsbestimmungen, Beispiele für Prüfungsleistungen (aktuelle Version, Bezug über die Materialstelle)

Grundlagen Methodik:

- **Das Wichtigste ist, dass der Unterschied zwischen selber gut durchführen können und gut vermitteln können klar ist!**
- Verständnis für den Aufbau von methodischen Reihen
- Erfahrungen mit mindestens einem aktuellen Buch zur Schwimmmethodik und/oder Wassergewöhnung (z. B. Graumann/Lohmann/Pflesser: Schwimmen in Schule und Verein)
- Kenntnis unterschiedlicher Ordnungsformen und ihrer Anwendungen
- Kenntnisse der Teilziele der Wassergewöhnung nach Graumann und entsprechender Übungen
- Kenntnisse kurzer methodischer Reihen zu typischen Themen (Tauchen in der Wassergewöhnung, Gleiten, Einführung Beinschlag, Einführung Armzug, Einführung Schleppen,)
- Kenntnisse Unfallverhütung

Eigene Ergänzungen: