

# Fortbildungsplan 2008-2020

## Lehrscheininhaber R und S

Für die jährliche Fortbildung der Lehrkräfte S und R werden konkrete Themenangebote des Fachbereiches Rettungsschwimmen / Schwimmen angeboten. Sie umfassen die Vermittlung theoretischer Kenntnisse und die aktive Mitarbeit jedes Teilnehmers im praktischen Teil. Diese Veranstaltungen sollen die inhaltliche Arbeit in Anfängerschwimmkursen, in Rettungsschwimmkursen, beim Rettungsschwimmtraining unterstützen und auf Fragen zu Schwimmtechniken, Fehlerkorrektur, Erste Hilfe und Lehrgangsgestaltung eingehen.

### Stundenschema

| Theorie R     | Theorie S     | Theorie EH    | Praxis R      | Praxis S |
|---------------|---------------|---------------|---------------|----------|
| 2             | 1             | 2             | 1             |          |
| 09:00 – 10:30 | 10:45 – 11:30 | 12:15 – 13:45 | 14:00 – 16:00 |          |

### Themenübersicht

| Jahr | Theorie R (2)  | Theorie S (1)  | EH (2)   | Praxis R (1)   | Praxis S (1)  |
|------|--|--|--|--|---|
| 2020 | Vorstellung ergänzender Lehrmaterialien (Videos, Merkblätter etc.)               | Gestaltung eines Schwimmlehrgangs, Sicherheitsaspekte                | EH in Vorbereitung auf das DRSA Bronze                                 | Befreiungsgriffe von vorne und hinten                        | Schwimmtechniken  |
| 2019 | Knotenkunde  | Fehleranalyse – Einsatz moderner Medientechnik, Fehlerkorrektur      | Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Tauchunfällen mit Gerät bzw. Apnoe           | Knotenkunde im und unter Wasser; Übung mit der Rettungspuppe | Fehleranalyse – Einsatz moderner Medientechnik, Fehlerkorrektur   |
| 2018 | Vorstellung neuer Lehrunterlagen   | Umgang mit dem Leitfaden Schnorchelschwimmen                         | Thermische Schäden   | Übungen mit Rettungsring, -ball und -wurfsack                | Übungen zum Schnorchelschwimmen                                   |
| 2017 | Vorschriften in der Wasserwacht und Besonderheiten bei der Abnahme von Prüfungen | Gedankenaustausch und Diskussion zu Wassergewöhnung und -bewältigung | Maßnahmen bei Wirbelsäulenverletzungen                                 | Wirbelsäulenschonendes Drehen einer verletzten Person        | Übungsbeispiele zur Wassergewöhnung und -bewältigung              |
| 2016 | Kindgerechte Wissensvermittlung des Themas "Das Rote Kreuz"                      | Didaktik im Sport  | Typische Verletzungen am Strand und der damit verbundenen EH-Maßnahmen | Befreiungsgriffe von vorne und hinten                        | Klassische Schwimmfehler und die dazugehörigen Korrekturmaßnahmen |



## WASSERWACHT

| Jahr | Theorie R (2)   | Theorie S (1)  | EH (2)   | Praxis R (1)   | Praxis S (1)   |
|------|---|--|--|--|--|
| 2015 | Vorbereitung und Gestaltung einer Unterrichtsstunde am Beispiel Gefahren an Küstengewässern | Grundlagen der Trainingslehre  | HLW und Frühdefibrillation   | Heben über den Beckenrand (Ein-Helfer-Methode und Zwei-Helfer-Methode), Tragen über die Leiter | Grundlagen der Trainingslehre am Beispiel Ausdauertraining |
| 2014 | Abnahme von Theorieprüfungen mit Hilfe der Software ProResa                                 | Start- und Wendetechniken  | Kindgerechte Wissensvermittlung des Themas „Atmung und Blutkreislauf“                          | Übungsbeispiele zum Tief- und Streckentauchen  | Übungen zu Start- und Wendetechniken                       |
| 2013 | Neuerungen im Leitfaden R   | Umgang mit dem Leitfaden Schnorchelschwimmen   | Symptome und Maßnahmen bei Hyperventilation, Barotrauma Ohr, Auge und Lunge                    | Methodische Reihe zum Erlernen von Abwehrmaßnahmen bei versuchter Umklammerung                 | Übungen zum Schnorchelschwimmen                            |
| 2012 | Vorstellung ergänzender Lehrmaterialien (Videos, Merkblätter etc.)                          | Vorbereitung und Gestaltung einer Unterrichtsstunde am Beispiel Training mit Flossen | Vermittlung des Themas thermischen Schäden lt. Kapitel „Menschliche Ursachen bei Badeunfällen“ | Umgang mit dem Spineboard  | Trainingsbeispiele Flossenschwimmen                        |
| 2011 | Handhabung einfacher Rettungsmittel   | Brust- und Kraulschwimmen im Anfängerbereich   | EH in Vorbereitung auf das DRSA Bronze   | Rettungstechniken  | Brust- und Kraulschwimmen im Anfängerbereich               |
| 2010 | Der Tod im Wasser   | Wettkampfbestimmungen  | Atmung und Blutkreislauf, Versorgung von Schnittwunden   | Transport- und Abschleppgriffe, Streckentauchen  | Techniken von Start und Wende                              |
| 2009 | Umgang mit dem Leitfaden R, Foliensatz, Fibel   | Methodik der Schwimmarten  | HLW nach aktuellem Stand, Fragen der Frühdefibrillation  | Kombinierte Übung gemäß APV - R  | Trainingsmethoden, Fehlerkorrektur                         |
| 2008 | Vorbereitung und Gestaltung einer Unterrichtsstunde   | Gestaltung eines Schwimmlehrgangs, Sicherheitsaspekte                                | Unfälle am und im Wasser, insbesondere thermische Schäden                                      | Anlandbringen von Personen   | Brust- und Rückenschwimmen im Anfängerbereich              |