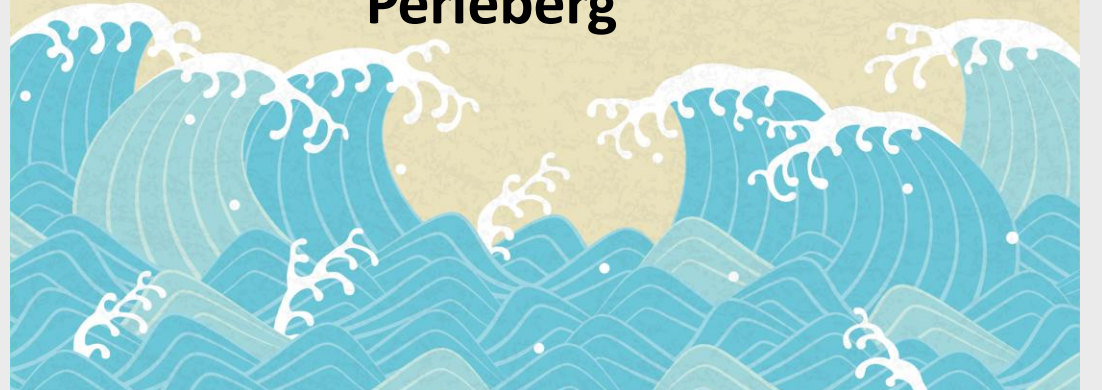




**Schwimmen und Rettungsschwimmen  
Konzept der DRK- Wasserwacht  
Perleberg**



Die Wasserwacht  
Perleberg gehört zur  
Gemeinschaft des DRK  
Kreisverbandes Prignitz  
im Landesverband  
Brandenburg.



Die Wasserwacht hat sich in den vergangenen Jahren zu einer Wasserwacht entwickelt, die für Inklusion und Integration steht.

Für uns spielen Herkunft, sportliche Fähigkeiten und Schulbildung keine Rolle. Jeder versucht sein Bestes zu geben um selbst gesetzte Ziele zu erreichen.





Der Wasserwacht Perleberg gehören 55 Mitglieder an, die sich über alle Altersgruppen verteilen.

Unsere jungen Wasserwachtler sollen, abgestimmt auf das jeweilige Alter, eine möglichst umfassende Ausbildung erhalten.

Neben dem Schwimmtraining steht auch ein wöchentliches Sporttraining auf dem Programm. Hier geht es um Fitness und Teambildung.

In der Wasserwacht lernen Kinder im Alter ab 6 Jahren aufbauend auf das Seepferdchen weitere Schwimmarten. Die Kinder festigen diese bis zum Alter von 12 Jahren, bevor sie in die Gruppe der Jugendlichen und Erwachsenen im Alter von 12 bis ... aufsteigen. Hier können sie anschließend die Rettungsschwimmerausbildung durchlaufen.

Ab dem 11. Lebensjahr aufsteigend haben die Kinder die Möglichkeit, ihr Schnorchelschwimmabzeichen abzulegen.



Die Wasserwacht hat sich in den vergangenen Jahren zu einer Wasserwacht entwickelt, die für Inklusion und Integration steht.

Für uns spielen Herkunft, sportliche Fähigkeiten und Schulbildung keine Rolle. Jeder versucht sein Bestes zu geben um selbst gesetzte Ziele zu erreichen.



Die Überprüfung der schwimmerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie der erlernten Techniken des Rettungsschwimmens werden an einem jährlich stattfindenden Prüfungswochenende unter Beweis gestellt. Hier haben die Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen die Möglichkeit, Schwimmstufen bzw. Rettungsschwimmerabzeichen abzulegen.

Ebenfalls organisieren wir Lehrgänge für Schwimmer und Rettungsschwimmer. Diese sind für alle unsere Wasserwachtler verpflichtend, da hier theoretisches Grundwissen erarbeitet wird. Hier besprechen wir u.a. Baderegeln, Gefahren im und am Wasser sowie die Grundsätze der Ersten Hilfe.

Die Teilnahme am 24 Stunden Schwimmen im Spremberg sowie das Eisbaden in Cumlosen zählen zu unseren immer wiederkehrenden Highlights im Ausbildungsjahr.



## Die Schwimmbausbildung in unserer Wasserwacht

### Kinder 6-7 Jahre:

Aufbauend auf das vorhandene „Seepferdchen“ trainieren die Kinder Ausdauer und Kondition. Das Schwimmen in Rückenlage wird angebahnt.

Erste Sprünge und das Heraufholen von Tauchringen aus einer Tiefe von ca. 2m wird geübt. Ziel ist es, das Schwimmbzeichen „Bronze“ abzulegen.

### Kinder 8-9 Jahre:

Aufbauend auf das Schwimmbzeichen „Bronze“ erlernen die Kinder zusätzlich eine zweite Schwimmmlage, das Streckentauchen und weitere Sprünge vom Startblock, um das Schwimmbzeichen „Silber“ abzulegen.





### **Kinder 10-11 Jahre:**

Aufbauend auf das Schwimmabzeichen „Silber“ erlernen die Kinder zusätzlich das Kraulschwimmen und erste Rettungsschwimmerkomponenten, um das Schwimmabzeichen „Gold“ abzulegen.

### **Kinder 11 Jahre:**

Den Kindern wird die Möglichkeit gegeben im Training das Schnorchelschwimmen zu erlernen und somit den Umgang mit der ABC- Ausrüstung des Schwimmens, um das „Schnorchelschwimmabzeichen“ erfolgreich abzulegen.



## Die Rettungsschwimmerausbildung in unserer Wasserwacht

### Kinder 12-13 Jahre:

Die Kinder wechseln in die Gruppe der Rettungsschwimmer, vorausgesetzt die 3 Schwimmtechniken (Brust-, Kraul- und Rückenschwimmen) sind sicher ausgebildet.

Aufbauend auf das Schwimmabzeichen „Gold“ und das „Schnorchelschwimmabzeichen“ werden jetzt die bereits erlernten Rettungsschwimmerkomponenten in Theorie und Praxis gefestigt und neue erlernt.

Ziel ist es, dass Rettungsschwimmerabzeichen „Bronze“ abzulegen und dann als Rettungsschwimmerhelfer im Einsatz erste praktische Erfahrungen sammeln zu können.



### Jugendliche ab 14 Jahren:

Aufbauend auf das Rettungsschwimmerabzeichen „Bronze“ erfolgt jetzt das konkrete Rettungsschwimmertraining in Theorie und Praxis. Die Ausdauer und Kondition der 2 Schwimmlagen/3 Schwimmmarten auf Zeit wird intensiviert und die Anforderungen an das Tauchen konditioniert.

Das Hauptaugenmerk wird nun auf das Thema „Retten“ gelegt. Das betrifft das Schleppen & Transportieren, das Abwehren von Angriffen & Befreien aus Umklammerungen, das Anlandbringen von Personen, der Umgang mit Rettungsmitteln und auch die Maßnahmen der Ersten Hilfe. Ziel dieser Ausbildung ist das erfolgreiche Ablegen des Rettungsschwimmerabzeichen „Silber“ und damit verbunden der Einsatz als ausgebildeter und geprüfter Rettungsschwimmer in Schwimm- und Freibädern oder an kleineren Seen.



***Jugendliche ab 16 Jahre/  
Heranwachsende/Erwachsene:***

Aufbauend auf das Rettungsschwimmerabzeichen „Silber“ kann nun das Rettungsschwimmerabzeichen in "Gold" erworben werden.

Weiterhin besteht das Angebot der Ausbildung für den „Rettungsschwimmer im Wasserrettungsdienst“, mit dem zusätzlich praktische Erfahrung an z.B. Ostsee oder Nordsee gesammelt werden können. Zusätzliche Voraussetzung ist das nochmalige erfolgreiche Bestehen des „Schnorchelschwimmabzeichens“.



**Die Ausbildung Rettungsschwimmen in Theorie und Praxis erfolgt in Kooperation mit der Wasserwacht Putlitz und der sich im Aufbau befindlichen Wasserwacht Wusterhausen (LK OPR).**

**Stand: März 2023**

