

# Deutsche Prüfungsordnung Schwimmen

## Deutscher Schwimm-Verband

Gültig ab 01 .01.2020

Geändert mit Beschluss der Mitgliederversammlung vom 21.11.2020

Ergänzungen per BFS-Beschluss vom 09.11.2023

Die Prüfungsinhalte sind mit der  
KMK SPORT  abgestimmt.

KULTUSMINISTER  
KONFERENZ



## **I. Allgemeines**

Die Prüfungsordnung setzt konkrete Standards für die Schwimmbildung in Verbänden und an Schulen. Die 2017 beschlossenen „Empfehlungen der Ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland, der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft und des Bundesverbandes zur Förderung der Schwimmbildung für den Schwimmunterricht in der Schule“ heben die Bedeutung des Schwimmens für den Schulsport hervor. Schwerpunkt der Prüfungsordnung ist das sichere Schwimmen mit seinem Wert für die Grundbildung eines jeden Menschen und seiner Notwendigkeit für die Schwimmfähigkeit in Deutschland.

Schwimmabzeichen sind das gesellschaftlich akzeptierte Instrument, einen Stand des Schwimmen-Könnens zu beschreiben. Die nachfolgend formulierte Prüfungsordnung legt in Abstimmung mit der Kommission Sport der KMK Regularien und Prüfkriterien fest, die für den Erwerb von Schwimmabzeichen zugrunde zu legen sind.

Ziel der Prüfung im Schwimmen ist das Erreichen des sicheren Schwimmens. Sicher Schwimmen im Tiefwasser im Sinne dieser Prüfungsordnung wird durch ein hohes Niveau des Könnens und darüber hinaus durch beliebige Sprünge ins und selbständiges Verlassen des Wassers bestimmt. Weiterhin können beliebige Änderungen des Richtungssinnes, der Fortbewegung im tiefen Wasser sowie eine vielseitige Anwendung der erlernten Schwimmart, einschließlich des Wechsels der Schwimmlage, erfolgen. Die Erfüllung der Prüfbedingungen des Deutschen Schwimmabzeichens in Bronze gilt als ein Nachweis des sicheren Schwimmens. Ein wiederholter Nachweis ist nicht erforderlich.

Die Abnahmeberechtigung für Schwimmprüfungen richtet sich nach den unter 4.3 aufgeführten „Ausführungsbestimmungen für vorbereitende Prüfungen und Schwimmprüfungen“.

Alle Prüfungen sind ohne Hilfsmittel (z. B.: ohne Auftriebshilfen, ohne Schwimmbrille, ohne Kälteschutzanzug usw.) abzulegen.

Die Urkunden zur Bestätigung abgelegter Schwimmprüfungen sind standardisiert. Neben diesen einheitlichen Urkunden ist ebenfalls der Erwerb standardisierter Abzeichen möglich. Die Vorlage des Deutschen Schwimmabzeichens in der Leistungsstufe Gold gilt im Jahr der Ausstellung als Nachweis für eine erfolgreiche Prüfung des Deutschen Sportabzeichens in der Disziplingruppe Ausdauer.

## **II. Gegenstand der Deutschen Prüfungsordnung**

### **1. Allgemeine Ausführungsbestimmungen**

Diese Bestimmungen sind sinngemäß für alle Prüfungen verbindlich. Die Prüfungsbestimmungen sind für männliche und weibliche Personen gleich. Prüfungsleistungen müssen ohne Unterbrechung zügig erfüllt werden. Die Leistung ist erst dann als erfüllt zu werten, wenn der Prüfling nach der geforderten Leistung das Wasser ohne fremde Hilfe verlassen hat. Wassertemperaturen unter 18° Celsius sind für die Prüfungsabnahme nicht geeignet. Bei Partnerübungen in der Prüfung sollen die beiden Partner etwa gleiches Gewicht und gleiche Größe haben. Sofern nicht anders vorgeschrieben und Sicherheitsgründe nicht dagegensprechen, soll das Streckentauchen mit einem Kopfsprung begonnen werden. Die Leistung beim Streckentauchen beginnt an der Absprung- oder Abstoßstelle. Während des Streckentauchens sollte der Tauchende möglichst nahe über dem Grund schwimmen; sein Körper muss sich jederzeit vollständig unter der Wasseroberfläche befinden. Die vorgeschriebene Strecke muss in gerader Richtung durchtaucht werden. Bei undurchsichtigen Gewässern ist eine Abweichung von höchstens 2 m nach rechts oder links gestattet. Beim Tieftauchen muss der ertauchte

Gegenstand über die Wasseroberfläche gehoben werden. Dabei darf der Schwimmer nicht mit dem Kopf unter Wasser sein. Zwischen den einzelnen Tauchgängen darf sich der Prüfling nicht am Beckenrand o.ä. festhalten.

Für das Tieftauchen sind bei den Schwimmprüfungen kleine Gegenstände (z.B. Tauchringe oder Teller aus Gummi) zu verwenden.

Falls für Sprungprüfungen keine genügend hohe Absprungmöglichkeit vorhanden oder die Wassertiefe geringer als 3,50 m ist, bestimmt der Prüfer in Verbindung mit seiner Gliederung bzw. beauftragten Institution eine Ersatzleistung (mehrere verschiedenartige Sprünge aus geringer Höhe: Paketsprung, Startsprung, Abrenner) und trägt sie in das Schwimmzeugnis ein. Diese Ausnahmegenehmigung ist nur zu erteilen, wenn entsprechende gut ausgerüstete Bäder nicht aufgesucht werden können.

Die Leistungen sind vom Prüfer einzeln zu dokumentieren. Die Dokumentation erfolgt mit dem Stempel des ausstellenden Vereins (Name und Anschrift des Vereins) und der Unterschrift des vom Verein beauftragten Prüfers bzw. Prüferin.

Ersatzurkunden und -abzeichen werden nur bei glaubwürdigem Nachweis des Erwerbs und des Verlustes gegen Erstattung der Kosten abgegeben. Anträge sind formlos an die Stelle zu richten, welche die Urschrift ausgestellt hat. Die Prüfung der Baderegeln hat altersgemäß zu erfolgen.

## 2. Sicherheitsmaßnahmen

Die Verantwortung für die Einhaltung der Prüfungs- und Ausführungsbestimmungen sowie der Sicherheitsmaßnahmen tragen die Prüfer.

Vor der Zulassung zu einem Lehrgang bzw. der Aufnahme des Schwimmunterrichts kann eine ärztliche Untersuchung gefordert werden. Sie wird jedem Lehrgangsteilnehmer empfohlen.

Zu den Sicherheitsmaßnahmen beim Tauchen gehört das Erlernen und Anwenden des Druckausgleichs unter Wasser. Die Maßnahmen zum Druckausgleich im Mittelohr müssen adressatengerecht vor den Tauchübungen vermittelt werden. Vor allen Tauchübungen sind maximal vier tiefe Atemzüge zulässig. Fortgesetzte Hyperventilation ist nicht erlaubt. Bei allen Tauchübungen muss der Tauchende dauernd unter Kontrolle stehen, insbesondere während der Auftauchphase und bis zu 30 s nach dem Auftauchen an der Wasseroberfläche. In undurchsichtigen oder natürlichen Gewässern sind besondere Sicherungsmaßnahmen erforderlich.

Neben den allgemeinen und überall gültigen Baderegeln ist auf die örtlich besonderen Gegebenheiten hinzuweisen, z. B. Gezeiten (Tiden), Strömung u. ä. Entsprechendes gilt für den Unterricht mit Blick auf Bade-, Boots- und Eisunfälle. Sind in den Prüfungsleistungen Sprünge kopfwärts vorgeschrieben und ist keine ausreichende Wassertiefe vorhanden, beginnt die Prüfungsleistung mit Abstoß vom Beckenrand.

## 3. Vorbereitende Prüfungen auf das Schwimmen



### 3.1 Anfängerzeugnis (Seepferdchen)

Leistungen

- Sprung vom Beckenrand mit anschließendem 25 m Schwimmen in einer Schwimmart in Bauch- oder Rückenlage. (Grobform, während des Schwimmens in Bauchlage erkennbar ins Wasser ausatmen)
- Heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser (Schultertiefe bezogen auf den Prüfling)
- Kenntnis von Baderegeln

### 3.2 Prüfungsberechtigung Seepferdchen \*

Berechtigt zur Prüfung sind neben den für die Schwimmprüfungen Berechtigten gem. 4.4 auch die Inhaber vorgelagerter Assistenzbildungen der Mitgliedsverbände des BFS, sofern diese einen Mindestumfang von 30 Unterrichtseinheiten umfassen.

\*Ergänzung vom 09.11.2023 BFS-Beschluss)

## Vielseitigkeitsabzeichen »Seehund TRIXI«

### Leistungen

- 25 m Brustschwimmen
- 25 m Rücken- oder Kraulschwimmen
- 15 m dribbeln mit einem Wasserball\*
- Kopfsprung vorwärts
- 7 m Streckentauchen
- 1 Rolle vorwärts oder rückwärts um die Quer- oder Längsachse im Wasser

\* Schwimme im Brustkraul, halte den Kopf über der Wasseroberfläche und treibe den Ball unmittelbar vor dem Kopf innerhalb der Arme regelmäßig voran.



## 4. Schwimmprüfungen

### 4.1 Deutscher Schwimmpass



#### 4.1.1 Deutsches Schwimmbabzeichen – Bronze

##### Leistungen

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 min Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 200 m zurückzulegen, davon 150 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 50 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).
- einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring).
- Ein Paketsprung vom Startblock oder 1-m-Brett.
- Kenntnis von Baderegeln.



#### 4.1.2 Deutsches Schwimmbabzeichen – Silber

##### Leistungen

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 20 min Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 400 m zurückzulegen, davon 300 m in Bauch- oder Rückenlage, in einer erkennbaren Schwimmart und 100m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).
- zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleinen Tauchringen).
- 10 m Streckentauchen mit Abstoßen vom Beckenrand im Wasser.
- Ein Sprung aus 3 m Höhe oder 2 verschiedene Sprünge aus 1 m Höhe.
- Kenntnis von Baderegeln und Verhalten zur Selbstrettung (z. B. Verhalten bei Erschöpfung, Lösen von Krämpfen).



#### 4.1.3 Deutsches Schwimmbabzeichen – Gold

##### Leistungen

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 30 min Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 800 m zurückzulegen, davon 650 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 150 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).

- Startsprung und 25 m Kraulschwimmen.
- Startsprung und 50 m Brustschwimmen in höchstens 1:15 min.
- 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder Rückenkraulschwimmen.
- 10 m Streckentauchen aus der Schwimmlage (ohne Abstoßen vom Beckenrand).
- Dreimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring) innerhalb von 3 Minuten
- ein Sprung aus 3 m Höhe oder 2 verschiedene Sprünge aus 1 m Höhe.
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen.
- Kenntnis der:
  - Baderegeln
  - Hilfe bei Bade,- Boots- und Eisunfällen (Selbstrettung und einfache Fremddrettung)

## 4.2 Deutscher Leistungsschwimmpass

### 4.2.1 Deutsches Leistungsschwimmbzeichen »Hai«

Leistungen

- 50 m Brustschwimmen unter 1:00 min
- 50 m Kraulschwimmen unter 0:50 min
- 50 m Rückenkraulschwimmen unter 1:00 min
- Kopfsprung aus 3 m Höhe oder Salto vorwärts aus 1 m Höhe
- 25 m Wasserballdribbeln



### 4.2.2 Deutsches Leistungsschwimmbzeichen »Silber«

Leistungen

- 100 m Brustschwimmen unter 1:55 min
- 100 m Kraulschwimmen unter 1:40 min
- 100 m Rückenkraulschwimmen unter 1:50 min
- 100 m Lagenschwimmen ohne Zeitlimit
- 400 m Freistilschwimmen unter 10:00 min
- Kopfsprung vorwärts aus 3 m Höhe
- Salto vorwärts aus 1 m Höhe
- 25 m Wasserballdribbeln unter 0:25 min



### 4.2.3 Deutsches Leistungsschwimmbzeichen »Gold«

Leistungen

- 100 m Brustschwimmen unter 1:35 min (Männer), 1:45 min (Frauen)
- 100 m Kraulschwimmen unter 1:20 min (Männer), 1:30 min (Frauen)
- 100 m Rückenkraulschwimmen unter 1:35 min (Männer), 1:45 min (Frauen)
- 50 m Schmetterlingsschwimmen unter 0:40 min (Männer), 0:45 Minuten (Frauen)
- 400 m Kraulschwimmen unter 7:00 min (Männer), 8:00 min (Frauen)
- Kopfsprung aus 3 m Höhe
- Salto aus 1 m Höhe
- 50 m Wasserballdribbeln unter 1:00 min



### **4.3 Ausführungsbestimmungen für vorbereitende Prüfungen und Schwimmprüfungen**

#### **4.3.1 Vorbereitende Prüfungen**

Die vorbereitenden Prüfungen erfüllen eine wichtige Funktion der Motivation zum Erreichen des sicheren Schwimmens, erfüllen jedoch nicht die Anforderungen an das sichere Schwimmen (vgl. Punkt I, Punkt 4.1.1)

Weil jede Schwimmart als Anfängerschwimmart geeignet ist, erfolgt keine Festlegung auf eine bestimmte Anfangsschwimmart.

#### **4.3.2 Prüfungen zum Vielseitigkeitsabzeichen Seehund TRIXI**

Dribbeln bezeichnet in verschiedenen Ballsportarten die Fortbewegung mit dem Ball. Um sich schnell mit dem Ball zu bewegen und trotzdem Kontrolle über den Ball zu haben, gibt es eine spezielle Technik der Ballführung beim Wasserball. Die Technik entspricht weitestgehend der beim Kraulschwimmen, wobei der Kopf leicht angehoben ist und die Arme angewinkelt neben dem Ball vorbeigeführt werden. Der Ball wird vor dem Kopf geführt. Durch die entstehende Welle wird der Ball nach vorne getrieben.

#### **4.3.3 Prüfungen zum Deutschen Schwimmpass**

Die Schwimmprüfungen beschreiben ein erreichtes Niveau einer allgemeinen Grundausbildung im Schwimmen und der Kompetenz zur Selbstrettung. Es wird nicht zwischen Prüfungen für Kinder und Jugendlichen sowie Erwachsenen differenziert.

Der Deutsche Schwimmpass umfasst folgende drei Leistungsstufen:

- Deutsches Schwimmbzeichen - Bronze
- Deutsches Schwimmbzeichen - Silber
- Deutsches Schwimmbzeichen - Gold

Für jede Stufe der Schwimmprüfungen gibt es ein Abzeichen. Nur die beurkundete Prüfung berechtigt zum Tragen der entsprechenden Abzeichen. Es wird empfohlen, die Prüfungen für den Deutschen Schwimmpass in der vorgenannten Reihenfolge (Bronze, Silber, Gold) einzeln abzulegen. Die Prüfungen für jedes einzelne Schwimmzeugnis müssen (nach Abschluss der entsprechenden Ausbildung) in einem Zeitraum von 2 Monaten abgelegt werden, gerechnet vom Tag der ersten erfüllten Bedingung an. Schwimmprüfungen dürfen nur dort abgenommen werden, wo die Wassertiefe die Körpergröße des Prüflings überschreitet. Der Sprung vom Beckenrand muss ins tiefe Wasser erfolgen. Deutliches Abspringen und vollständiges Eintauchen ist notwendig. Bei der Prüfung zum Deutschen Schwimmbzeichen in der Stufe – Bronze wird der Startsprung mit Ausgleiten durchgeführt. Beim Deutschen Schwimmbzeichen – Gold muss das Kraulschwimmen mit regelmäßiger Atmung durchgeführt werden.

Die erzielten und gemessenen Einzelleistungen können in die Urkunde eingetragen werden. Für das Tieftauchen werden am besten kleine Tauchringe oder Teller aus Gummi verwendet. Der Schwimmer muss voll aufgetaucht sein und den ertauchten Gegenstand aus dem Wasser halten bzw. an Land werfen. Für die Mehrfach- Tauchübungen sollen 6 Teller oder Ringe auf einer Grundfläche von ca. 5 x 5 m in etwa 2 m Wassertiefe verteilt werden. In natürlichen Gewässern kann Tieftauchen und Heraufholen von Kies o. ä. verlangt werden.

Menschen mit Behinderung werden in die Schwimmbausbildung einbezogen, soweit dies ihre Beeinträchtigung erlaubt. Erbrachte Einzelleistungen der Schwimmbzeichen können bescheinigt werden. Der Prüfungsberechtigte befindet darüber, ob bei Erfüllung der Grundsätze des sicheren Schwimmens (siehe Punkt I) ein Deutsches Schwimmbzeichen (jeweils in den Stufen Bronze, Silber, Gold) zuerkannt wird.

#### 4.4 Prüfungsberechtigung

Berechtigt zur Abnahme der Prüfungen im Deutschen Schwimm-Verband sind

- lizenzierte Trainerinnen und Trainer
- durch die Landesschwimmverbände zertifizierte Schwimmausbilderinnen und Schwimmausbilder,  
\*sofern diese einen Mindestumfang von 60 Unterrichtseinheiten umfassen im Auftrag und im Bereich ihrer Vereine.

\*Ergänzung vom 09.11.2023 BFS-Beschluss

Berechtigt zur Prüfung für andere Verbände und Berufsgruppen sind:

- lizenzierte Trainerinnen und Trainer des Verbandes Deutscher Sporttaucher (VDST) im Auftrag und im Bereich ihrer Vereine.
- lizenzierte Übungsleiterinnen, Übungsleiter und Trainerinnen, Trainer des Deutschen Turnerbundes (DTB) im Auftrag und im Bereich ihrer Vereine.
- Sportlehrkräfte und Lehrkräfte, die im Auftrag allgemeinbildender und berufsbildender Schulen sowie Förderschulen Schwimmunterricht erteilen und Lehrkräfte, die mit der Erteilung von Schwimmunterricht nach den entsprechenden Richtlinien der Länder beauftragt sind.
- Lehrkräfte, die den Schwimmunterricht an Hochschulen in deren Auftrag erteilen.
- die Ausbilder Schwimmen der DLRG, des DRK und ASB (AS) sowie auch Lehrscheininhaber DLRG im Auftrag und im Bereich ihrer Gliederung. sofern diese einen Mindestumfang von 60 Unterrichtseinheiten umfassen.
- Staatlich geprüfte Schwimmmeister, geprüfte Schwimmmeister und Schwimmmeistergehilfen, Fachangestellte und Meister für Bäderbetriebe öffentlicher Bäder.
- Staatlich geprüfte Schwimmlehrer.
- Fachsportleiter Schwimmen der uniformierten Verbände.

#### 5. Nachweis der Rettungsfähigkeit

Die Rahmenrichtlinien des DSV fordern für alle Ausbildungen der ersten Lizenzstufenqualifikation den Nachweis der Rettungsfähigkeit mindestens entsprechend den Prüfungsanforderungen des Deutschen Rettungsschwimmabzeichens Bronze.

Rettungsfähigkeit im Sinne der Rahmenrichtlinie wird wie folgt durch eine praktische und theoretische Prüfung nachgewiesen:

##### I. Rettungsfähigkeit analog DRSA Bronze

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 200 m Schwimmen in höchstens 10 Minuten, davon 100 m in Bauchlage und 100 m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 100 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 4 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- 3 verschiedene Sprünge aus etwa 1 m Höhe (z. B. Abrenner, Kopfsprung, Paketsprung, Startsprung, Fußsprung)
- 15 m Streckentauchen
- zweimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, einmal kopfwärts und einmal fußwärts, innerhalb 3 Minuten mit zweimaligem Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 2 und 3 m)
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen
- Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie zur Befreiung aus:
  - Halsumklammerung von hinten
  - Halswürgegriff von hinten

- 50 m Schleppen mit Kopf- und Achselgriff und dem Standard Fesselschleppgriff
- Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
  - 20 m Anschwimmen in Bauchlage, hierbei etwa auf halber Strecke Abtauchen auf 2 bis 3 m Wassertiefe und Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen und das Anschwimmen fortsetzen
  - 20 m Schleppen eines Partners
- Demonstration des Anlandbringens
- Vorführung der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)

Die theoretische Prüfung umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:

- Gefahren am und im Wasser
- Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremddrettung)
- Vermeidung von Umklammerungen
- Atmung und Blutkreislauf
- Hilfe bei Verletzungen und Ertrinkungsunfällen, Hitze- und Kälteschäden
- Ziele und Aufgaben der ausbildenden Organisationen

## II. Rettungsfähigkeit analog DRSA Silber

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 400 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50 m Kraulschwimmen, 150 m Brustschwimmen und 200 m Schwimmen in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 12 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- Sprung aus 3 m Höhe
- 25 m Streckentauchen
- dreimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, zweimal kopfwärts und einmal fußwärts innerhalb 3 Minuten, mit dreimaligem Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 3 und 5 m)
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten
- Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie zur Befreiung aus:
  - Halsumklammerung von hinten
  - Halswürgegriff von hinten
- 50 m Schleppen in höchstens 4 Minuten, beide Partner in Kleidung, je eine Hälfte der Strecke mit Kopf- oder Achsel- und einem Fesselschleppgriff (Standard Fesselschleppgriff oder Seemannsgriff)
- Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
  - 20 m Anschwimmen in der Bauchlage
  - Abtauchen auf 3 bis 5 m Tiefe, Heraufholen eines 5-kg- Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen
  - Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff
  - 25 m Schleppen
  - Anlandbringen des Geretteten
  - 3 Minuten Vorführen der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)

Die theoretische Prüfung umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:

- Gefahren am und im Wasser
- Rettungsgeräte
- Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremddrettung)
- Vermeidung von Umklammerungen
- Erste Hilfe
- Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen
- Ziele und Aufgaben der ausbildenden Organisationen

### III. Rettungsfähigkeit analog DRSA Gold

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 300 m Flossenschwimmen in höchstens 6 Minuten, davon 250 m in Bauch- oder Seitenlage und 50 m Schleppen, Partner in Kleidung (Kopf- oder Achselschleppgriff)
- 300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 9 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- 100 m Schwimmen in höchstens 1:40 Minuten
- 30 m Streckentauchen, dabei von 10 kleinen Ringen oder Tellern, die auf einer Strecke von 20 m in einer höchstens 2 m breiten Gasse verteilt sind, mindestens 8 Stück aufsammeln
- dreimal Tieftauchen in Kleidung innerhalb von 3 Minuten; das erste Mal mit einem Kopfsprung, anschließend je einmal kopf- und fußwärts von der Wasseroberfläche mit gleichzeitigem Heraufholen von jeweils zwei 5-kg-Tauchringen oder gleichartigen Gegenständen, die etwa 3 m voneinander entfernt liegen (Wassertiefe zwischen 3 und 5 m)
- 50 m Transportschwimmen, beide Partner in Kleidung: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten
- Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie zur Befreiung aus:
  - Halsumklammerung von hinten
  - Halswürgegriff von hinten
- Kombinierte Übung (beide Partner in Kleidung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist):
  - 25 m Schwimmen in höchstens 30 Sekunden
  - Abtauchen auf 3 bis 5 m Tiefe, Heraufholen eines 5-kg- Tauchringes oder gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen
  - Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff
  - 25 m Schleppen in höchstens 60 Sekunden mit einem Fesselschleppgriff
  - Anlandbringen des Geretteten
  - 3 Minuten Vorführen der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)
- Handhabung folgender Rettungsgeräte:
  - Retten mit Rettungsball und Leine:
  - Weitwerfen in einen Zielsektor mit 3-m-Öffnung in 12 m Entfernung: 6 Würfe innerhalb von 5 Minuten, davon 4 Treffer
  - Retten mit Rettungsgurt und Leine (als Schwimmer und Leinenführer)
- Handhabung gebräuchlicher Hilfsmittel zur Wiederbelebung

Die theoretische Prüfung umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:

- Vermeidung von Umklammerungen
- Erste Hilfe

### IV. Durchführungsbestimmungen

- Lehrgänge zur Vorbereitung auf die Prüfungen zum Nachweis der Rettungsfähigkeit dürfen nur von durch den DSV oder den jeweiligen Landesschwimmverband qualifizierten Ausbildern geleitet werden, die vom DSV, dem jeweiligen Landesschwimmverband oder seinen Untergliederungen dazu beauftragt und Mitglieder eines einem Landesschwimmverband zugehörigen Vereines sind.
- Die Abnahme der Prüfungen und deren Beurkundungen dürfen nur von den vom DSV, dem jeweiligen Landesschwimmverband oder seinen Untergliederungen beauftragten DSV-Ausbildern Rettungsschwimmen vorgenommen werden.
- Alle Prüfungen müssen in mindestens 1,80 m tiefem Wasser durchgeführt werden.
- Vor Lehrgangs- und Prüfungsbeginn muss eine Bescheinigung über die Sporttauglichkeit vorgelegt werden, die nicht älter als ein Jahr sein darf.

- Das Mindestalter zum Erwerb (Ausbildung und Prüfung) des Rettungsfähigkeitsnachweises beträgt:
  - Bronze – 12 Jahre
  - Silber – 15 Jahre
  - Gold – 16 Jahre
- Die Prüfungen zu Silber und Gold müssen in dieser Reihenfolge abgelegt werden.
- Die praktischen Fertigkeiten sind während des vorbereitenden Lehrgangs gründlich zu üben, damit sie bei der Prüfungsabnahme einwandfrei beherrscht werden. Die notwendige Theorie ist in verständlicher Form zu unterrichten.
- Als Bekleidung sind Jacke und lange Hose (Körperanzug) zu verwenden. Verliert ein Prüfling während des Entkleidens ein Kleidungsstück, so ist dieses durch Tauchen wiederzuholen.
- Beim Entkleiden nach dem Kleiderschwimmen sind Festhalten am Beckenrand oder andere Hilfen nicht gestattet.
- Beim Abtauchen fußwärts muss die geforderte Tiefe mit den Füßen zuerst erreicht werden.
- Bei Prüfungen der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW) sind die jeweils gültigen Ausbildungsrichtlinien zugrunde zu legen. Es sind als anatomische und physiologische Grundlagen Kenntnisse über Aufbau und Funktion von Atmung und Blutkreislauf zu verlangen. Wichtig ist die einwandfreie praktische Vorführung der Methoden über eine Zeit von 3 Minuten. Die Verwendung von Übungsgeräten wird empfohlen.
- Befreiungs- und Rettungsgriffe (Transport-, Schlepp-, Hebe- und Tragegriffe) sind gründlich zu üben und in der Prüfung zu verlangen, andere Griffe sind nicht gestattet. Die Griffe müssen sicher beherrscht und über die vorgeschriebene Strecke einwandfrei vorgeführt werden.
- Beim Schleppen muss das Gesicht des Verunglückten über Wasser sein, der Geschleppte darf nicht mithelfen.
- Die Befreiungsgriffe sind bei der Prüfung vom Prüfer selbst oder einem Beauftragten, nicht von den Prüflingen untereinander (etwa als Partnerübung) im Wasser abzunehmen. Dabei ist auf die exakte und auch kraftvolle Durchführung der Befreiung zu achten. Jede Befreiung aus einer Umklammerung, die mit Hilfe eines Armhebels gelöst wird, endet in dem Standard-Fesselschleppgriff.
- Der Ausbildung und Prüfung an Hilfsmitteln zur Wiederbelebung sind die in den offiziellen Lehrunterlagen, neueste Auflage, beschriebenen Geräte zugrunde zu legen.
- Bei den theoretischen Prüfungen „Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen“ und „Rettungsgeräte“ ist das zu verlangen, was das anerkannte Lehrmaterial der Wasserrettungsorganisationen aussagt. Wenn es die örtlichen Verhältnisse erfordern, sind Erweiterungen dieser Stoffgebiete in Theorie und Praxis zu behandeln (z. B. Gezeiten, Brandung, Strömung).
- Für die Zulassung zur Prüfung ist der Nachweis einer „Erste-Hilfe-Grundausbildung“ gemäß den „gemeinsamen Grundsätzen zur Aus- und Fortbildung in Erster Hilfe“ der Bundesarbeitsgemeinschaft Erste Hilfe zu erbringen, die zum Zeitpunkt der Lizenzierung nicht älter als zwei Jahre ist (Vorlage spätestens bis Lizenzabschluss).
- Falls sich bestimmte Prüfungsteile nicht an der Prüfungsstätte abnehmen lassen, können diese auch an einem anderen geeigneten Ort abgenommen werden.
- Ein Lehrgang für eine Prüfung der Rettungsfähigkeit umfasst mindestens 16 Stunden Ausbildung in Theorie und Praxis (ohne Erste-Hilfe-Ausbildung); die anschließende Prüfung muss innerhalb von drei Monaten abgeschlossen sein.
- Die Nummerierung der Rettungsfähigkeitsurkunden wird innerhalb der ausstellenden Verbände einheitlich vorgenommen. Die Registrierung erfolgt nach Kalenderjahren.

Diese Prüfungsordnung wurde von der Mitgliederversammlung des Deutschen Schwimm-Verbandes am 21.11.2020 rückwirkend zum 01.01.2020 beschlossen

## Impressum

Deutscher Schwimm-Verband e.V.  
Korbacher Str. 93  
34132 Kassel

Telefon: +49 (0)561/9 40 83-0  
Telefax: +49 (0)561/9 40 83-15  
EMail: [info@dsv.de](mailto:info@dsv.de)

### Vertretungsberechtigte:

Der Verband wird durch die Vorstände Jan Pommer, Michael Mahler und Christian Hansmann vertreten.

Registergericht  
Amtsgericht Kassel  
Vereinsregisternummer: 850 VR 2744  
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE 170 385 217