

# Informationen zum Schwimmunterricht

## Deutscher Jugendschwimmpass

- mit Leistungsanforderungen und Baderegeln.
- nur die im Schulschwimmen erbrachten Leistungen können für die Sportnote berücksichtigt werden.

<b>PASSINHABER</b>	<b>Baderegeln</b>	
<p>Name: _____</p> <p>Vorname: _____</p> <p>Geb.-Datum: _____</p> <p>Straße, Nr.: _____</p> <p>Wohnort: _____</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Unterschrift des Passinhabers</p> <hr/> <p>Einverständnis des gesetzlichen Stellvertreters:</p> <p>Ich bin damit einverstanden, dass meine Tochter / mein Sohn den Deutschen Jugendschwimmpass erwirbt.</p>  <p style="text-align: center;">_____</p> <p style="text-align: center;">Unterschrift</p> <p><b>Schul II 286</b> – Deutscher Jugendschwimmpass (3.99)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Mache Dich mit den Regeln zur Selbsthilfe im Wasser für unerwartete Situationen vertraut (Krampf, Strudel, Strömungen usw.)!</li> <li>■ Niemals mit vollem oder ganz leerem Magen baden!</li> <li>■ Kühle Dich ab, ehe Du ins Wasser gehst und verlasse das Wasser sofort, wenn Du frierst!</li> <li>■ Als Nichtschwimmer nur bis zur Brust ins Wasser gehen!</li> <li>■ Nur springen, wenn das Wasser unter Dir tief genug und frei ist!</li> <li>■ Unbekannte Ufer bergen Gefahren!</li> <li>■ Meide sumpfige und pflanzendurchwachsene Gewässer!</li> <li>■ Schifffahrtswege, Buhnen, Schleusen, Brückenpfeiler und Wehre sind keine Schwimm- und Badezonen!</li> <li>■ Bei Gewitter ist Baden lebensgefährlich!</li> <li>■ Überschätze im freien Gewässer nicht Kraft und Können!</li> <li>■ Luftmatratzen, Autoschlauch und Gummireifen sind im Wasser gefährliches Spielzeug!</li> <li>■ Schwimmen und Baden an der Meeresküste ist mit besonderen Gefahren verbunden; frage zuerst Ortskundige, bevor Du ins Wasser gehst!</li> <li>■ Nimm Rücksicht auf andere Badende, besonders auf Kinder!</li> <li>■ Verunreinige das Wasser nicht und verhalte Dich hygienisch!</li> <li>■ Ziehe nach dem Baden das Badezeug aus und trockne Dich ab!</li> <li>■ Meide zu intensive Sonnenbäder!</li> <li>■ Rufe nie um Hilfe, wenn Du nicht wirklich in Gefahr bist; aber hilf anderen, wenn Hilfe not tut</li> </ul> <p><b>VERBÄNDE</b></p> <p>BDS, Bundesverband Deutscher Schwimmmeister e.V.  DLRG, Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.  DRK, Deutsches Rotes Kreuz e.V.  DSV, Deutscher Schwimm-Verband e.V.  DTB, Deutscher Turner-Bund e.V.  VDST, Verband Deutscher Sporttaucher e.v.</p>	<hr/> <hr/> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; letter-spacing: 0.5em;">DEUTSCHER JUGEND SCHWIMMPASS</p> <hr/> <hr/> <p style="font-size: 0.8em;">Herausgegeben vom für das Schulwesen zuständigen Mitglied des Senats von Berlin aufgrund der Vereinbarung über die Gültigkeit der „Deutschen Prüfungsordnung – Schwimmen – Retten – Tauchen“ in Verbänden und in der Schule vom 1.4.1978 mit Änderungen und Ergänzungen vom 26.11.1997</p>

## Informationen zum Schwimmunterricht Deutscher Jugendschwimmpass

- mit Leistungsanforderungen und Baderegeln.
- nur die im Schulschwimmen erbrachten Leistungen können für die Sportnote berücksichtigt werden.

<b>Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Bronze – Freischwimmer –</b>	<b>Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Silber –</b>	<b>Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Gold –</b>
<p>Folgende Leistungen sind erfüllt worden:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten</li> </ol> <p>erreichte Zeit: _____ Minuten</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes</li> <li>3. Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung</li> <li>4. Kenntnis von Baderegeln</li> </ol>	<p>Folgende Leistungen sind erfüllt worden:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Startsprung und mindestens 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten, davon 300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage</li> </ol> <p>erreichte Zeit: _____ Minuten</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines Gegenstandes</li> <li>3. 10 m Streckentauchen</li> <li>4. Sprung aus 3 m Höhe</li> <li>5. Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung</li> </ol>	<p>Folgende Leistungen sind erfüllt worden:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 600 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten erreichte Zeit: _____ Minuten</li> <li>2. 50 m Brustschwimmen in höchstens 70 sec erreichte Zeit: _____ Sekunden</li> <li>3. 25 m Kraulschwimmen</li> <li>4. 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder 50 m Rückenkreulschwimmen* *Nichtzutreffendes streichen</li> <li>5. 15 m Streckentauchen</li> <li>6. Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von drei kleinen Tauchringen aus einer Wassertiefe von etwa 2 Metern innerhalb von 3 Minuten in höchstens drei Tauchversuchen</li> <li>7. Sprung aus 3 m Höhe</li> <li>8. 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen</li> <li>9. Nachweis folgender Kenntnisse: * Baderegeln * Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbstrettung und einfache Fremdrettung)</li> </ol>
<p>_____ Ort u. Datum</p> <p>_____ Prüfer-Nr.                      Stempel</p> <p>_____ Unterschrift</p>	<p>_____ Ort u. Datum</p> <p>_____ Prüfer-Nr.                      Stempel</p> <p>_____ Unterschrift</p>	<p>_____ Ort u. Datum</p> <p>_____ Prüfer-Nr.                      Stempel</p> <p>_____ Unterschrift</p>