

Schwimmunterricht sicher gestalten

Ein wesentliches Anliegen des Schwimmunterrichts ist, dass die Schülerinnen und Schüler sicher schwimmen lernen. Doch damit der Schwimmunterricht selbst sicher und unfallfrei verläuft, müssen Lehrkräfte noch vor dem ersten Schwimmbadbesuch planerische und organisatorische Maßnahmen ergreifen und auch im Schwimmunterricht wichtige Sicherheitsvorkehrungen treffen.



Bild: Pixabay/TaniaVdB



Landesspezifische Vorgaben zur **Rettungsfähigkeit**, siehe www.sicherschule.de/schwimmbad/lehrkraft/landesspezifische-vorgaben

Verantwortlich für die sichere Durchführung des Schwimmunterrichts sind Sie als Lehrkraft, Sie haben eine besondere Fürsorgepflicht. Das bedeutet, Sie müssen den Schwimmunterricht so gestalten, dass Gefährdungen, Unfälle und unterrichtsbedingte gesundheitliche Beeinträchtigungen vermieden werden. Grundlage dafür sind die länderspezifischen Verwaltungsvorschriften. Diese besagen unter anderem, dass Sie als Lehrkraft die notwendigen Qualifikationen für den Schwimmunterricht besitzen müssen. Mindestens eine aufsichtführende Person muss außerdem die Rettungsfähigkeit besitzen, die zur Rettung eines Schülers oder einer Schülerin unter den jeweiligen Gegebenheiten der Schwimmstätte notwendig ist. Die Rettungsfähigkeit muss während des gesamten Schwimmunterrichts gewährleistet sein.

Gefährdungsbeurteilung

Zur Für- und Vorsorgepflicht gehört im Allgemeinen, dass Sie als verantwortliche Lehrkraft Gefahren kennen, erkennen und abwenden können, die in Verbindung mit der Durchführung des Schwimmunterrichts stehen. Das heißt konkret: Schon bei der Vorbereitung, der Planung und Organisation des Schulschwimmens sind die spezifischen Gefährdungen von Personen entsprechend den Anforderungen und Bedingungen einzuschätzen und zu bewerten. Dabei gilt es, das Augenmerk nicht nur auf den Wasserbereich und das Schwimmbecken zu richten (z. B. Gefährdungen durch Ausrutschen, Wassertiefe, mangelhafte Beleuchtung, Kennzeichnung, fehlende Erste-Hilfe-Einrichtungen), sondern auch die Wege von den Umkleiden zu den Duschen zum Becken einzubeziehen. Durch die aus der Gefährdungsbeurteilung abgeleiteten technischen, organisatorischen oder individuellen Präventionsmaßnahmen und die Bestimmung von Schutzzielen soll das Risiko auf ein vertretbares Unfallrisiko reduziert werden.

Entscheidend dabei ist: Umfang und Methodik einer pädagogischen Gefährdungsbeurteilung orientieren sich immer an den konkreten schulischen Gegebenheiten und denen des Schwimmbads.

Die Gefährdungsbeurteilung sollte in regelmäßigen Abständen und bei nennenswerten Veränderungen der Rahmenbedingungen des Unterrichts wiederholt werden. Zur Absicherung gegen juristische Konsequenzen im Falle eines Unfalls sollten Sie die Gefährdungsbeurteilung unbedingt auch dokumentieren.



Gefährdungen ermitteln und beschreiben: siehe DGUV Information 202-107, Seiten 64–73; <https://publikationen.dguv.de/>



Vorlage zur Erstellung von Gefährdungsbeurteilungen: siehe DGUV Information 202-107, Seiten 88–90; <https://publikationen.dguv.de/>



Checklisten zur Gefährdungsbeurteilung in Kindertageseinrichtungen der UK Sachsen: Seiten 44 ff.; <https://bit.ly/39hYMOh>



Präventionsmaßnahme Aufsicht: siehe DGUV Information 202-107, Seiten 66, 45–46; <https://publikationen.dguv.de/>



Schwimmunterricht sowie Schwimmen und Baden bei Schulveranstaltungen, siehe www.schulsport-rlp.de/files/vorschriften/schwimmunterricht.pdf

In der Randspalte finden Sie eine Übersicht über die methodischen Schritte bei der Erstellung einer Gefährdungsbeurteilung und einen Musterbogen für deren Dokumentation.

Der Ablauf der Gefährdungsbeurteilung und die Umsetzung der sich daraus ergebenden Präventionsmaßnahmen müssen zeitlich folgendermaßen gegliedert werden:

1. vor dem ersten Schwimmbadbesuch/der ersten Schwimmstunde
2. vor und während des ersten Schwimmbadbesuchs/der ersten Schwimmstunde
3. vor und während jedes weiteren Schwimmbadbesuchs / jeder weiteren Schwimmunterrichtseinheit

Organisatorische Präventionsmaßnahmen

Maßnahmen vor dem ersten Schwimmbadbesuch/der ersten Schwimmstunde

Legen Sie noch vor dem ersten Schwimmbadbesuch die **Anzahl der Aufsichtspersonen** fest, denn die Schülerinnen und Schüler dürfen zu keiner Zeit im Schwimmbad unbeaufsichtigt sein. Die Aufsicht muss immer kontinuierlich, aktiv und präventiv erfolgen. Die Anzahl der benötigten Aufsichtspersonen richtet sich nach den Verwaltungsvorschriften der Ministerien für Schulen.

Noch vor der ersten Schwimmstunde müssen Sie sich außerdem über die aktuellen Bedingungen in der Schwimmhalle erkundigen (z. B. Aufbewahrungsort des Erste-Hilfe-Koffers und des Notrufgerätes, Flucht- und Rettungswege, Rettungsgeräte, besondere Gefahrenquellen wie Auslaufläche von Rutschen, Wasserstrudel, Unterwasserdüsen, Gestaltung der Umkleieräume, Duschen und Sanitärräume, Wassertiefe, vorhandene Trennung zwischen Flach- und Tiefwasser, Tiefe des Hubbodens, Kennenlernen der ortsansässigen Personen wie Bademeister, Anzahl der zur Verfügung stehenden Bahnen, Anzahl der Nichtschwimmer und Schwimmer, optimaler Standort für Schüler-Lehrer-Gespräche). Beziehen Sie in Ihre Präventionsüberlegungen auch den Weg bis und von der Schwimmstätte mit ein. Hierzu zählt erforderlichenfalls auch die Wahl eines geeigneten Transportmittels.



Als Sportlehrkraft sollten Sie die Schülerinnen und Schüler immer im Visier haben.

Bild: ?????????

Ein wichtiger Bestandteil der Geräteausstattung einer Schwimmstätte sind die **Rettungsgeräte**, beispielsweise Rettungsstangen oder Rettungsringe mit Wurfleine. Diese müssen jederzeit an geeigneter Stelle erreichbar sein. Erkundigen Sie sich unbedingt im Vorfeld, welche, wo und wie einsetzbare Rettungsmittel (Rettungsball mit Rettungsleine, Rettungsstange, Rettungsring, Gurtretter) im Schwimmbad zur Verfügung stehen. Dies gilt ebenfalls für Einrichtungen der Ersten Hilfe. Geeignete Meldeeinrichtungen wie wichtige Telefonnummern (Notruf, Ärztinnen und Ärzte und Krankenhaus) finden Sie im Aushang der Schwimmbäder.

Informieren sollten Sie sich außerdem über die zulässige Größe der Schwimmgruppe, die Zusammensetzung der Lerngruppen (Altersspanne, Verhältnis von Personen, die schwim-

men und die noch nicht schwimmen können, Entwicklungs- und Leistungsstand, Sprachverständnis) sowie über die notwendige Abgrenzung zum öffentlichen Badebetrieb.



Vorbereitung der ersten Schwimmstunde: siehe DGUV Information 202-107, Seiten 54–56; <https://publikationen.dguv.de/>

Vor der ersten Schwimmstunde müssen die Schülerinnen und Schüler über die **Abläufe und Regeln des Schwimmunterrichts unterwiesen** werden. Die Bade- und Verhaltensregeln bilden die Basis für einen hygienisch unbedenklichen, gesunden und sicheren Schwimmunterricht. Sie müssen im Vorfeld festgelegt sowie regelmäßig überprüft und gefestigt werden (siehe Kasten unten).

Es ist dringend zu empfehlen, diese Regeln schriftlich zu dokumentieren und auch den Eltern die Abläufe und die Regeln des Schwimmunterrichts zum Beispiel auf einem Elternabend oder in einem Elternbrief zu erläutern.

Bade- und Verhaltensregeln im Schwimmbad

Die folgenden Regeln geben der Lehrkraft einen Überblick über die wichtigsten Bade- und Verhaltensregeln. Ergänzende Regeln sind auch von den anthropogenen, organisatorischen und schwimmbadspezifischen Voraussetzungen und Bedingungen abhängig.

- Aus hygienischen Gründen sind die Schülerinnen und Schüler vor dem Betreten des Schwimmbads angehalten zu **duschen**, ihren Körper mit Duschgel und Haarwaschmittel zu reinigen sowie auf die Toilette zu gehen.
- Neben den Hygieneartikeln und einem Handtuch sollten die Schülerinnen und Schüler, gerade auch in der kalten Jahreszeit, **warme Kleidung, eine Kopfbedeckung** und eventuell einen **Föhn** mitbringen.
- **Im Schwimmbad** ist das Tragen von **Schwimmkleidung** Pflicht. Freizeit-Badehosen, Schwimmshorts, Sporthosen, Boxershorts sind für das Schwimmen, auch durch den erhöhten Wasserwiderstand, nicht geeignet.
- Um Verletzungen zu vermeiden, ist es zwingend notwendig, dass Schülerinnen und Schüler ihren **Schmuck** wie Uhren, Ketten, Ohrringe oder Piercings **ablegen**. Den abgelegten Schmuck sollten sie sicher verschließen (z. B. Schmuckbox der Lehrkraft, Schließfächer).
- **Lange Haare** müssen **zusammengebunden** werden.
- Das Tragen einer **Badekappe** erleichtert gerade bei Schülerinnen und Schülern mit langen Haaren die Sicht und erhöht die Sicherheit.
- Nur bei sehr empfindlichen Augen dürfen Schülerinnen und Schüler eine Schwimmbrille tragen, da sie frühzeitig lernen sollen, sich im und unter Wasser mit offenen Augen zu orientieren. Im Rahmen des Schwimmunterrichts wird deshalb empfohlen, auf Schwimmbrillen und Tauchmasken zu verzichten. Beim Abtauchen unter zwei Meter Wassertiefe kann die Verwendung von Schwimmbrillen aufgrund des erhöhten Wasserdrucks sogar zu Verletzungen führen.
- Schülerinnen und Schüler mit einer Sehschwäche tragen im Schwimmunterricht **keine Kontaktlinsen**, sondern eine geeignete Brille.
- Für Schülerinnen und Schüler, die nicht aktiv am Schwimmunterricht teilnehmen, reicht eine leichte Sportbekleidung, zum Beispiel eine kurze Hose, ein T-Shirt und Badeschlappen, aus.
- Es wird davon **abgeraten, mit vollem oder leerem Magen** in das Wasser zu gehen.
- Wegen der Gefahr des Ausrutschens ist das **Rennen und Nachlaufen** rund um das Becken **nicht erlaubt**. Es muss immer ausreichend Abstand zum Beckenrand gehalten werden. Außerhalb des Wassers ist das Tragen von Badeschlappen zu empfehlen.

- Oberstes Gebot beim Schwimmen ist **Rücksicht auf andere**. Keinesfalls dürfen sich Schülerinnen und Schüler gegenseitig untertauchen und ins Wasser hineinstoßen.
- Das **Springen** ist **nur an den im Schwimmbad angegebenen Stellen erlaubt** (z. B. Sprungturm, Startblock). In den meisten Fällen ist das Springen vom Beckenrand nicht gestattet, es sei denn, dass es für bestimmte Übungsformen erforderlich ist. Nach dem Sprung muss der Bereich aus Sicherheitsgründen sofort verlassen werden.
- Die Schülerinnen und Schüler dürfen die Schwimmhalle und das Schwimmbecken nicht ohne Ihre Erlaubnis als Lehrkraft betreten und verlassen. Eine entsprechende **Freigabe der Wasserfläche** muss immer **durch Sie** erfolgen.
- Sollten Sie vorübergehend **abwesend** sein, gilt ein striktes **Verbot, das Schwimmbecken zu betreten**.
- Nach Betreten der Schwimmhalle setzen sich die Schülerinnen und Schüler auf **die Bänke im Schwimmbad** und **warten dort auf den Beginn des Unterrichts**.
- Die Schülerinnen und Schüler müssen sich **für einen Toilettengang** während der Schwimmstunde immer bei der Lehrkraft **ab-** und danach wieder **anmelden**.

Maßnahmen vor und während des ersten Schwimmbadbesuchs/ der ersten Schwimmstunde

Bedenken Sie bei der Planung der Übungen, dass die gewählte Wassertiefe von der Körpergröße der Schülerinnen und Schüler abhängt. Nichtschwimmerinnen und Nichtschwimmer sollen die Übungen in maximal brusttiefem Wasser ausführen. Beachten Sie dabei, dass viele Nichtschwimmerbecken bis zu 1,35 Meter tief sind und damit die Körpergröße der Schülerinnen und Schüler übersteigen können. Durch Ihre Aufsicht und die pädagogischen, organisatorischen und technischen Maßnahmen ist sicherzustellen, dass sich die Wassertiefe immer an der kleinsten Person orientiert. Sorgen Sie dafür, dass der **Übergang vom flachen Bereich in den tiefen Bereich** durch eine **Leine** abgetrennt ist.

Vor der ersten Schwimmstunde gehört es zu Ihren Aufgaben, den Schülerinnen und Schülern die **Räumlichkeiten des Schwimmbads** (z. B. Umkleidekabinen, Toiletten, Duschen, Schwimmhalle) zu **zeigen**. Außerdem müssen Sie im Vorfeld des Schwimmunterrichts den **gesundheitlichen Zustand** und **vorliegende Beeinträchtigungen sowie die Schwimmfähigkeit** (Nichtschwimmer/Schwimmer, Angabe des vorliegenden Schwimmbadzeichens) der Schülerinnen und Schüler abfragen und überprüfen.

Wichtig im Vorfeld ist auch: Vereinbaren Sie mit den Schülerinnen und Schülern ein Notfallsignal (z. B. drei kurze laute Pfliffe). Für den Fall, dass Sie einer Schülerin oder einem Schüler im Wasser **zu Hilfe kommen** müssen, **haben alle anderen Schülerinnen und Schüler nach dem Notfallsignal unverzüglich das Wasser zu verlassen**.

Maßnahmen vor und während jedes weiteren Schwimmbadbesuchs/ jeder weiteren Schwimmunterrichtseinheit

Ihr **Standort im Schwimmbad** ist so zu wählen, dass Sie die Schülerinnen und Schüler in jeder Phase des Unterrichts während des Aufenthalts im und am Becken im Blickfeld haben und von allen gehört werden. Jederzeit müssen alle Schülerinnen und Schüler Ihre Bewegungsanweisungen (verbale Maßnahmen), Bewegungsdemonstrationen (visuelle Maßnahmen), optischen Signale (Handzeichen, Gesten), akustischen Signale (Pfliff, Klatschen), Bewegungskarten (analog oder digital, Videoclips) und Bewegungshilfen (taktile Maßnahmen) sehen können.



Geräteausstattung: siehe DGUV Information 202-107, Seiten 68–70; sowie DGUV Regel 102-601, <https://publikationen.dguv.de/>

Bei dem methodischen Einsatz **von Schwimm-, Spiel- und Lernhilfen** sind die **sicherheitsrelevanten Anforderungen** zu berücksichtigen, die den Produktdatenblättern des Herstellers entnommen werden können. Es dürfen nur Spiel- und Sportgeräte genutzt werden, die den allgemein anerkannten Regeln der Technik entsprechen. Bei der Auswahl der Auftriebshilfen zum Schwimmerwerb sollten die Anforderungen der **DIN EN 13138 Teil 1–3** erfüllt sein. Und nicht zuletzt: Die eingesetzten Sport- und Spielgeräte dürfen die Sicht ins Wasser nicht behindern.



Aufstellungen: siehe DGUV Information 202-107, Seiten 47–53; <https://publikationen.dguv.de/>

Nach der Ankunft am Schwimmbad sollten sich die Schülerinnen und Schüler **vor dem Gebäudeeingang versammeln** und sich, abhängig vom Alter und dem gruppenspezifischen Gesamtverhalten, paarweise aufstellen.

Als Lehrkraft **müssen Sie zu jedem Zeitpunkt einen genauen Überblick über die Anzahl Ihrer Schülerinnen und Schüler** haben. Ein ritualisiertes Abzählen beim Betreten und Verlassen des Schwimmbades, zu Beginn und am Ende des Unterrichts, in besonderen Fällen auch während des Unterrichts wie beispielsweise beim Wechseln der Wasserfläche ist zu empfehlen.



Bild: AdobeStock/ Seventyfour

Es empfiehlt sich, die Gruppe der Schülerinnen und Schüler regelmäßig abzuführen.

Begeben Sie sich aus methodischen Gründen gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern ins Wasser, darf sich niemand von ihnen außerhalb Ihres Blickfeldes befinden.

Beim Springen ist darauf zu achten, dass sich nur eine Schülerin oder ein Schüler im Absprungbereich (z. B. Startblock, Sprungbrett) befindet. Es darf erst dann gesprungen werden, wenn Sie den Einsprungbereich freigegeben haben. Kopfsprünge sind nur bei einer Wassertiefe ab 180 Zentimeter erlaubt.

Beim Tauchen müssen Sie die Auswirkungen von Druckausgleich und Hyperventilation kennen. Falls eine Schülerin oder ein Schüler hyperventiliert, müssen entsprechende Erste-Hilfe-Maßnahmen eingeleitet werden.

Sie als Lehrkraft verlassen die Schwimmhalle als Letzte und achten darauf, dass niemand in der Schwimmhalle verbleibt oder zurückkehrt.

Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Sicher schwimmen, Juni 2022

Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin

Chefredaktion: Andreas Baader (V.i.S.d.P.), DGUV, Sankt Augustin

Redaktion: Karen Guckes-Kühl, Universum Verlag GmbH, Wiesbaden, www.universum.de

E-Mail Redaktion: info@dguv-lug.de

Text: Dr. Michael Bieligk, Koblenz



Internet-
hinweis



Arbeits-
blätter



Arbeits-
auftrag



Präsentation



Video



Didaktisch-
methodischer
Hinweis



Lehr-
materialien



Distanz-
unterricht