

# Informationen zum Schwimm- und Lebensrettungsunterricht in der 1.–10. Klasse



## An die Eltern bzw. Erziehungsberechtigten

Alle Schüler/innen müssen im Laufe der zehnklassigen Schulausbildung am Schwimm- und Lebensrettungsunterricht teilnehmen. Der Unterricht ist Teil des Fachs Sport in der 1.–10. Klassenstufe.

### Was soll mein Kind lernen?

Sicheres Verhalten am Wasser, Schwimmen, Selbstrettung und Lebensrettung im Freien nehmen in diesem Fach einen zentralen Platz ein.

In der Schule lernt Ihr Kind, sich im Wasser sicher zu fühlen und sicher zu schwimmen. Ihr Kind soll außerdem lernen, Hilfe zu holen, sich selbst zu retten und im Wasser im Freien lebensrettende Maßnahmen durchzuführen.

Gute Schwimm- und Lebensrettungsfähigkeiten ermöglichen es Ihrem Kind, am Baden unter Leitung der Schule teilzunehmen und sich mit Freizeitaktivitäten im, am und auf dem Wasser zu beschäftigen.

### Wie können Sie beitragen?

Als Eltern bzw. Erziehungsberechtigte sind Sie ein wichtiger Kooperationspartner und können folgendermaßen einen großen Beitrag leisten:

- Seien Sie ein gutes Vorbild. Reden Sie darüber, wie wichtig es ist, schwimmen zu lernen und lebensrettende Maßnahmen durchführen zu können.
- Unterhalten Sie sich über das Duschen bzw. An- und Ausziehen.

### Was bedeutet es, sicher schwimmen zu können?

Ihr Kind kann sicher schwimmen, wenn es einen Sprung ins Wasser beherrscht, anschließend 100 Meter in Bauchlage zurücklegt, dabei in die Tiefe taucht und einen Gegenstand mit den Händen hinaufholt, mit dem Schwimmen innehält und sich 3 Minuten erholt (dabei auf dem Bauch treibt, sich orientiert, sich dreht, auf dem Rücken treibt); dann 100 Meter in Rückenlage zurücklegt und sich an Land begibt.

### Wie kann die Schule beurteilen, ob mein Kind sicher schwimmen kann?

Die Schule nutzt sieben obligatorische Übungen, um zu erkennen, ob Ihr Kind sicher schwimmen kann. Anhand der Übungen wird nach und nach überprüft, ob Ihr Kind auf dem richtigen Weg ist. Es wird mit den einfachsten Übungen begonnen, und anschließend wird der Schwierigkeitsgrad erhöht. Siehe svømmedyktig.no

### Wie erfolgt der Schwimm- und Lebensrettungsunterricht?

Der Unterricht kann sowohl im Becken in der Schwimmhalle als auch im Freien erfolgen. Die Schule organisiert diesen auf unterschiedliche Art und Weise. Für gewöhnlich haben Jungen und Mädchen gemeinsam Unterricht, duschen jedoch getrennt voneinander. Die Person/Personen, die den Kindern das Schwimmen beibringt/beibringen, kann/können sehr gut schwimmen und lebensrettende Maßnahmen durchführen. Die Schule ist während des Unterrichts zu guten Sicherheitsroutinen verpflichtet, sodass Ihr Kind sowohl im Schwimmbecken als auch im Freien sicher ist.

### Wer kann meine Fragen beantworten?

Bei Fragen zur Unterrichtsgestaltung, die Ihr Kind betrifft, wenden Sie sich bitte an Ihre/n Schwimmlehrer/in, Klassenlehrer/in, Schulleiter/in oder ein Mitglied des Elternrats („FAU“) an der Schule.