

# Konzept Nachwuchsförderung & Rettungssport

Erstellt durch die Bereichskoordinatoren  
der OG Aachen

Stand 01.03.2017

# Präambel

---

Die Hauptaufgabe der DLRG ist es Leben zu retten und in diesem Sinne wurde der Bereich Nachwuchsförderung & Rettungssport gegründet.

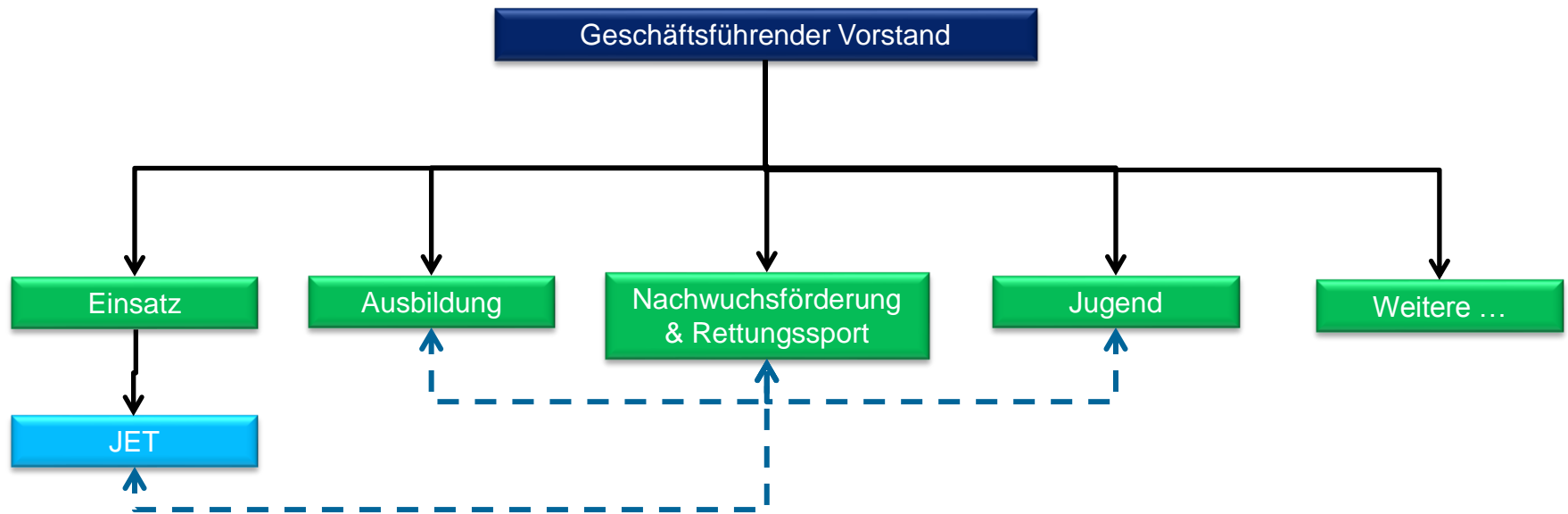
Mit erfolgreichem Abschluss des DJSA/DSA Gold hat jeder die Grundvoraussetzung für die weitere Ausbildung zum Rettungsschwimmer erlangt.

Die Hauptaufgabe des Bereichs Nachwuchsförderung & Rettungssport ist es die Jugendlichen und Erwachsene weiter zu qualifizieren und in die aktive Vereinsarbeit zu integrieren.

---

# Allgemein

# Organisatorische Einordnung in die Ortsgruppe



Zuordnungen



Kommunikation / Kooperation

# Rahmenrichtlinien Organisation

- Koordination / Kommunikation
  - Regelmäßige Treffen (mind. 2 mal pro Jahr)
    - Trainer (alle)
    - Koordinationsteam
    - Ausbildungsleitung (1 Personen)
    - Geschäftsführender Jugendvorstand (1 Person)
    - Geschäftsführender OG-Vorstand ( 2 Personen)
    - JET (1 Person)
    - Hallenleiter ( je 1 Person)
- Newsgroup / Mailingliste
- Fließender Austausch zwischen Koordinatoren

# Koordinatoren

- Anforderungsprofil-Idealfall:
  - Min. 21 Jahre
  - Teamfähigkeit
  - Fachliche Qualifikationen:
    - Lehrschein
    - WRD Ausbildung
  - Pädagogisches Grundwissen
  - Methodisch didaktische Grundkenntnisse
  - „Vernetzungsfähigkeit“
  - Organisationsmanagement
  - Kommunikationskompetenz

# Aufgaben Koordinatoren

- Koordination und Kontrolle des Trainings vor Ort
- Überblick über Ausbildungsstände innerhalb der Gruppen
- Verteilung der Teilnehmer auf die Riegen in Absprache mit den zuständigen Trainern, Teilnehmern und ggf. Eltern
- Koordination von Veranstaltungen, Informationen
- Beschaffung von Ausbildungsmaterial
- Förderung der Kommunikation unter den Trainern
- Sicherung der Ausbildungsqualität (Weiterbildung!)
- Kommunikation mit Fachressorts / Vorstand
- Fortlaufende Verbesserung des Konzepts

# Aufgaben Koordinatoren

- Sicherstellung und Überwachung der Einführung und Ausbildung in den nachfolgenden Bereichen
  - Jugend
    - Tages- und Wochenendveranstaltungen als Teilnehmer oder Helfer
    - Heranführung an die aktuelle Jugendarbeit
    - Seminare und Fortbildungen
  - JET
    - Wachdienst: Fortbildungen und Praktikum
    - Einführung in den Wasserrettungsdienst
    - Sommerfreizeit Rursee
  - Ausbildung
    - Juniorausbilder
    - Ausbildungsassistenten



# Koordinatoren Nachwuchsförderung & Rettungssport

## ▪ Marvin Lambertus

- Gruppenbegleitung und Organisation
- Finanzen
- Freizeit
- Fortbildungen
- Kommunikation mit Ressorts und Verantwortlichen (GF, Jugend, Einsatz / JET, Ausbildung)

## ▪ Michael Bugs und Thomas Schenk

- Koordination der Offenen Altersklasse
- Wettkampf

## ▪ Fabian Schöttler

- Gruppenbegleitung und Organisation
- Riegenverwaltung
- Wettkampf
- Fortbildungen
- EH-Ausbildung



- Anforderungsprofil – Idealfall
  - Min. 18 Jahre
  - Lehrschein
  - Min. aktuelles DRSA Silber
  - SAN A
  - Aktiver Wachgänger (FA WRD)
  - Kenntnisse im Bereich der Jugend- und Vorstandsarbeit
  - Bereitschaft zur Weiterbildung im Bereich Schwimmen- und Rettungsschwimmen

# Assistenten

---

- Anforderungsprofil:
  - Orientierungsriegen
    - Min. 15 Jahre
    - Min. DRSA Silber
    - EH-Kurs
  - Aufbauriegen und offene Riege
    - Min. 17 Jahre
    - Min. DRSA Silber
    - EH-Kurs

# Weiter Anforderungsprofile für alle Aktiven

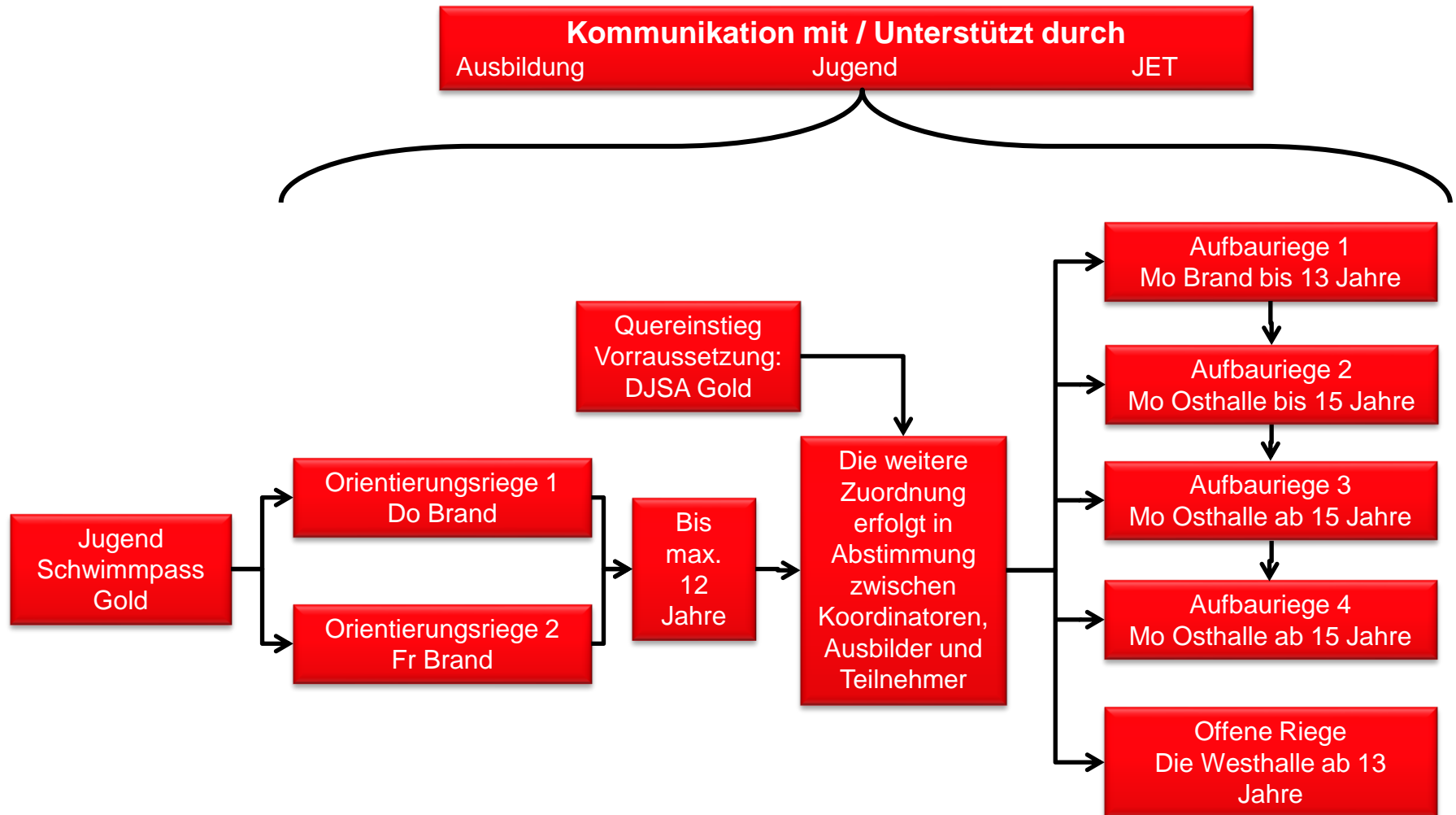
- Zuverlässigkeit
- Verantwortungsbewusstsein
- Eigenmotivation
- Motivationsfähigkeit
- pädagogische und didaktische Fähigkeiten im Umgang mit Kindern und Jugendlichen
- Teamfähigkeit
- Qualitativ hochwertige Schwimm- und Rettungsschwimmausbildung erhalten, leisten und weitergeben
- Selbstverpflichtung zur Weiterbildung
- Erweitertes Führungszeugnis

---

# Junioren

Nachwuchsförderung & Rettungssportriegen U18

# Struktur Nachwuchsförderung & Rettungssportriegen U18



# Riegenstruktur

Art	Ort	Tag/Uhrzeit	Bahn	Trainer
Orientierung 1 (Juniorretter)	Brand	Do 17:00 – 17:50 (bis 12 Jahre)	2	Jochen Hahnengreß Daniel Lambertus Lisa Weichsel Marvin Lambertus
Orientierung 2 (Juniorretter)	Brand	Fr 17:35 – 18:55 (bis 12 Jahre)	3	Angela Jung Günter Leuschner Simon Geilen Franziska Radermacher
Aufbauriege 1 (DRSA Bronze)	Brand	Mo 17:00 – 18:00 ( 12 bis 13 Jahre)	1	Christiane Weitz Simon Geilen Stefanie Linz
Aufbauriege 2 (DRSA Bronze)	Ost	Mo 20:10 – 21:10 (13 bis 15 Jahre)	6	Fabian Schöttler
Aufbauriege 3 (DRSA Silber/Gold)	Ost	Mo 20:10 – 21:10 (15 bis 18 Jahre)	5	Henning Nießen
Aufbauriege 4 (DRSA Silber/Gold)	Ost	Mo 20:10 – 21:10 (15 bis 18 Jahre)	4	Franziska Radermacher Tobias Paschen
Offene Riege (DRSA Bronze/Silber/Gold)	West	Di 20:00 – 21:00 (13 bis 18 Jahre)	2	Fabian Schöttler Peter Niehus

# Ziele / Konzeption

- Spaß
- Ausbildung zum Rettungsschwimmer
- Raum zur Entwicklung der eigenen Persönlichkeit bieten
- Gewinnung von aktiven Mitarbeitern
- Konstantes Folgeangebot zwischen DJSA Gold und vollwertiger, aktiver Mitarbeit
- Es ist gemeinnützige Aufgabe des Vereins, Kinder und Jugendliche in ihrer Freizeit fördernd zu begleiten
- Bindung von Kindern und Jugendlichen an die OG
- Förderung der Fertigkeiten im Rettungssport



# Ziele / Konzeption

---

- Heranführung von Kindern und Jugendlichen an die aktive Vereinsarbeit in den Bereichen
  - Ausbildung
  - Jugendarbeit
  - Wasserrettungsdienst
- Fortbildung in Theorie und Praxis
- Teilnahme an Rettungsschwimmwettkämpfen

# Rahmenrichtlinien Organisation

- Altersstruktur
  - 9 bis 18 Jahre
- Riegenstärke
  - Maximal 15 Teilnehmer je Stunde anwesend
- Riegenwechsel
  - Nach den Sommerferien
- Voraussetzung zur Teilnahme am nächsten Kurs
  - Mindestens 70% Anwesenheit im Jahr (Ausnahmen nur in Absprache)
- Verwaltung
  - Liste mit Daten der Abzeichen und Qualifikationen
  - Vollständige Teilnehmerlisten
    - Aktualisierung jedes Quartal
    - Änderungen werden direkt an die Koordination gemeldet

# Rahmenrichtlinien Organisation

- Anmeldung :
  - Vollständig ausgefüllte Teilnehmerbogen siehe Anhang 1.1
- Gebühren für die Teilnahme im Bereich Nachwuchsförderung & Rettungssport:
  - Einmalige Anmeldegebühr in Höhe von 50€
  - Ab dem 16. Lebensjahr wird eine Kursgebühr von 50€ pro Jahr erhoben.
    - Bei aktiver Vereinsarbeit in einem der Bereiche der OG Aachen (Vorstand, Ausbildung, Trainer Nachwuchsförderung & Rettungssport, Einsatz, Jugend) wird die Kursgebühr erlassen.

# Anforderung zur Aufnahme in Orientierungsriege

- bestandenes DJSA Gold
- 200m Brust in sauberem Stil \*
- 100m Kraul in sauberem Stil \*\*
- 100m Rückenschwimmen mit Grätschschwung in sauberem Stil \*\*\*

- \*
  - Beinschlag in richtiger Reihenfolge
  - Die Füße werden zum Becken angezogen und nicht umgekehrt.
  - Arme werden nicht durchgezogen, wie beim Tauchzug.
  - Rhythmus Beine/Arme stimmt  
(und die zugehörige Atmung)

- \*\*
  - Beinschlag soll aus dem Oberschenkel kommen.
  - „S-Zug“ soll in der Wasserphase erkennbar sein.
  - Atmung zur Seite unter den Achseln
  - Arm bei der Rückholphase soll über Wasser sein.

- \*\*\*
  - Beinschlag in richtiger Reihenfolge
  - Die Füße werden zum Becken angezogen und nicht umgekehrt.
  - Es ist erkennbar das der Körper flach auf dem Wasser liegt.

# Anforderung zur Aufnahme in Orientierungsriege

- 600m Schwimmen in höchstens 24 Minuten
- 50m Brustschwimmen in höchstens 1:10 Minuten
- Startsprung
- Sprung aus 3m
- Tieftauchen auf 2m
- 15m Streckentauchen
- Transporttechniken
- Nachweis folgender Kenntnisse:
  - Baderegeln
  - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbstrettung und einfache Fremdrettung)

# Inhalte Orientierungsriege

---

## Im Rahmen der Riegenstunde

- **Stiltraining**
  - Kraul und Brusttechnik
  - Restl. Schwimmtechniken begleitend
- **Juniorretter**
  - Training (Prüfungsvorbereitung)
  - Prüfungen (zw. beiden Gruppen abgestimmt)

# Inhalte Orientierungsriege

---

## Im Rahmen der Riegenstunde

- Rettungsschwimmschein
  - Vorbereitung DRSA Bronze
- Leistungssteigerung
  - Stilartbezogenes Konditionstraining
- Überblick über alle Vereinsbereiche

# Anforderung für die Aufbauriege

- Mindestalter für Wechsel 11 Jahre, i.d.R. aber 12 Jahre
- 200m Brust in sauberem Stil
- 200m Kraul in sauberem Stil
- 200m Rückenschwimmen mit Grätschschwung in sauberem Stil
- 25m Schleppen
- 4 min Schweben an der Wasseroberfläche mit anschließenden 6 min schwimmen in Kleidung
- Nachweis folgender Kenntnisse:
  - Maßnahmen der Selbstrettung
  - Grundverhalten für die Fremdrettung
  - Elementare „Erste Hilfe“



# Inhalte Aufbauriege

- Stil- und Konditionstraining
  - Optimierungstraining in Kraul- und Brustschwimmen
  - Delphin, Rückenraul, Wenden, Startsprünge
- Wettkampfvorbereitung und -durchführung
  - Teilnahme an:
    - Bezirksmeisterschaften
    - Landesmeisterschaften
    - Tag des Rettungsschwimmers
    - Sonstige Vergleichswettkämpfe
    - Trainingslager
- DRSA Bronze, Silber & Gold und Schnorcheltauchen
  - Training und Prüfung

# Anforderung für die offene Riege

- Mindestalter für Wechsel 12 Jahre
- 200m Brust in sauberem Stil
- 200m Kraul in sauberem Stil
- 200m Rückenschwimmen mit Grätschschwung in sauberem Stil
- 25m Schleppen
- 4 min Schweben an der Wasseroberfläche mit anschließenden 6 min schwimmen in Kleidung
- Nachweis folgender Kenntnisse:
  - Maßnahmen der Selbstrettung
  - Grundverhalten für die Fremdrettung
  - Elementare „Erste Hilfe“

# Inhalte offene Riege

---

- Stil- und Koordinationstraining
  - Stilfestigung
  - Optimierungstraining in Kraul- und Brustschwimmen
  - Startsprünge
  - Altersgerechte Leistungssteigerung
  - Riegeninterne Wettkämpfe
- DRSA Bronze, Silber & Gold und Schnorcheltauchen
  - Training und Prüfung

# Inhalte alle Riegen

---

- Ausbildung
  - Ausbildungspraktika in anderen Riegen
    - Begleitete Vorbereitung
    - Reflexion
  - Grundlagen Methodik / Didaktik
  - Hospitation und eigene Gestaltung von Einzelübungen und Trainingsstunden
  - Altersgerechte Erste Hilfe
- Wasserspiele
  - Wasserball
  - Kreative Stundengestaltung

# Inhalte alle Riegen

---

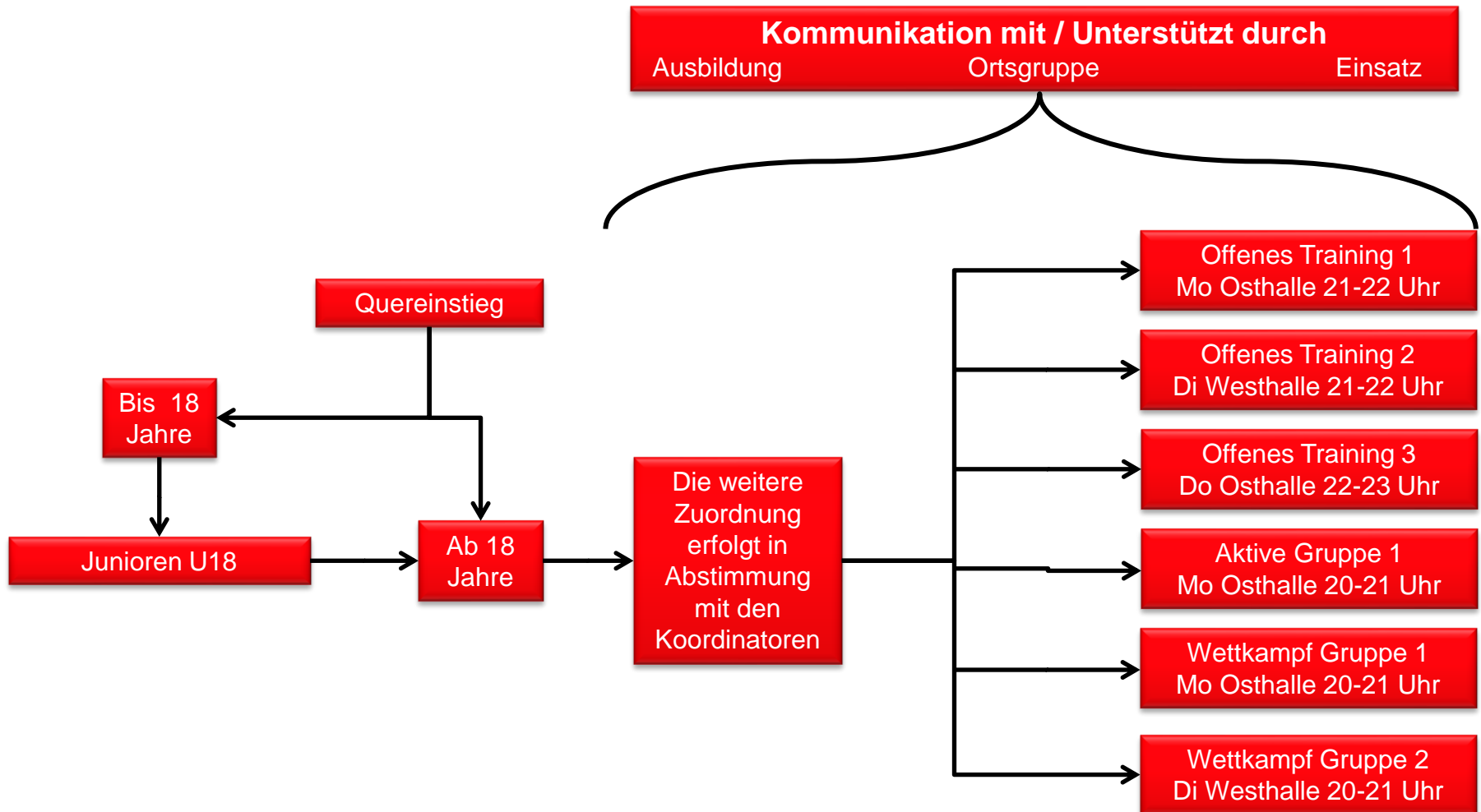
- Breitensport
  - Klettern
  - Ausflüge
  - Badminton
  - Radtouren
  - ...
- Sonstiges
  - Gruppendynamische Elemente
  - Integration durch fachdidaktische Elemente
  - Integration von Elementen der Trainingslehre

---

# Offene Altersklasse

Rettungssportgruppen Ü18

# Struktur der Rettungssport Offene Altersklasse



# Gruppenstruktur

Art	Ort	Tag/Uhrzeit	Bahn	Trainer
Offenes Training 1	Osthalle	Mo 21:10 – 22:10	3	Hanna Schulz Philipp Michel
Offenes Training 2	Ulla-Klinger Halle (Westhalle)	Di 21:15 – 22:15	3	Hildegard van de Braak Michael Bugs
Offenes Training 3	Osthalle	Do 22:15 – 23:15	alle	Thomas Schenk Yousef Mahmoudi
Aktive Gruppe 1	Osthalle	Mo 20:10 – 21:10	3	Marvin Lambertus Kathrin Petters
Wettkampf Gruppe 1	Osthalle	Mo 20:10 – 21:10	2	Heiko Wirtz Lars Lienenlücke
Wettkampf Gruppe 2	Ulla-Klinger Halle (Westhalle)	Di 20:00 – 21:15	3	Thomas Schenk Michael Bugs



# Ziele / Konzeption

---

- Spaß
- Weiterbildung im Bereich Rettungsschwimmen und Rettungssport
- Gewinnung von aktiven Mitarbeitern
- Bindung von Erwachsenen an die OG
- Erfolgreiche Teilnahmen an Rettungsschwimmwettkämpfen

# Rahmenrichtlinien Organisation

- Altersstruktur
  - Ab 18 Jahren
- Gruppenstärke
  - Maximal 12 Teilnehmer je Stunde je Bahn anwesend
- Gruppenwechsel
  - Flexibel nach Absprache
- Verwaltung
  - Teilnehmerübersicht
    - Digitale Aktualisierung jedes Quartal
    - Änderungen werden direkt an die Koordination gemeldet
    - Inkl. Beitragsinfos

# Rahmenrichtlinien Organisation

- Anmeldung :
  - Vollständig ausgefüllter Teilnehmerbogen siehe Anhang 1.2
- Gebühren für die Teilnahme an der Rettungssportgruppe:
  - Es wird eine Kursgebühr von 35€ pro Jahr erhoben.
    - Bei aktiver Vereinsarbeit in einem der Bereiche der OG Aachen (Vorstand, Ausbildung, Trainer Nachwuchsförderung & Rettungssport, Einsatz, Jugend) wird die Kursgebühr erlassen.

# Inhalte der Gruppen je nach Orientierung

- Konstantes Trainingsangebot
- Stil- und Koordinationstraining
- DRSA Silber & Gold und Schnorcheltauchen\*
- EH-Kurs\*
- Wettkampf –Training

\* → Gebühren gemäß zum Prüfungszeitpunkt aktueller Gebührenordnung

## Anhang 1.1

### Teilnehmerbogen und Bestätigung für die Teilnahme im Bereich Nachwuchsförderung & Rettungssport der DLRG OG Aachen

Vorname: \_\_\_\_\_

Nachname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Geb. am: \_\_\_\_\_ Geb. in: \_\_\_\_\_

E-Mail Adresse(Eltern/Kind): \_\_\_\_\_

Telefon Festnetz: \_\_\_\_\_

Telefon Mobil: \_\_\_\_\_

JSA Gold : Registrierungs-Nr. \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Hallentag (bitte **einen** zutreffenden Tag ankreuzen):

- Halle Donnerstags: Brand 17 Uhr
- Halle Freitags: Brand 18 Uhr

Krankheiten/Allergien/Medikamente/Sonstiges: \_\_\_\_\_

DLRG Mitgliedschaft seit: \_\_\_\_\_

Hiermit bestätige ich (Erziehungsberechtigte), dass mein/e Sohn/Tochter am oben angegebenen Training teilnehmen darf und eine aktive Mitgliedschaft besteht. Wir haben die Informationsschreiben „Anmeldung Nachwuchsförderung & Rettungssport“ und „Erhebung von Kursgebühren im Bereich Nachwuchsförderung und Rettungssport“ gelesen und erklären uns damit einverstanden.

Zusätzlich gestatten wir die Verwendung der oben angegebenen Daten für die DLRG interne Kommunikation und werden die Anmeldegebühr 15. Juli überweisen.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift eines Erziehungsberechtigten: \_\_\_\_\_



## Anhang 1.2

### Teilnehmerbogen und Bestätigung für die Teilnahme im Bereich Rettungssport der DLRG OG Aachen

Vorname: \_\_\_\_\_

Nachname: \_\_\_\_\_

Geb. am: \_\_\_\_\_

E-Mail Adresse: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

aktuelles Abzeichen : Registrierungs-Nr. \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Gruppe (bitte zutreffende ankreuzen):

- Offene Gruppe 1: Montag Osthalle 21-22 Uhr
- Offene Gruppe 2: Dienstag Ulla-Klinger-Halle 21-22 Uhr
- Offene Gruppe 3: Donnerstag Osthalle 21-22 Uhr
- Aktive Gruppe 1: Montag Osthalle 20-21 Uhr
- Wettkampf Gruppe 1: Montag Osthalle 20-21 Uhr
- Wettkampf Gruppe 2: Dienstag Ulla-Klinger-Halle 20-21 Uhr

DLRG Mitgliedschaft seit: \_\_\_\_\_ in \_\_\_\_\_

Hiermit bestätige ich, dass ich am oben angegebenen Training teilnehme und eine aktive Mitgliedschaft besteht. Ich habe das Informationsschreiben „Rettungssport in der Ortsgruppe Aachen“ gelesen und erkläre mich damit einverstanden.

Ich gestatte die Verwendung der oben angegebenen Daten für die DLRG interne Kommunikation.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

