Unfallprävention
SCHWIMMEN

Allgemeines
Trainerinnen und Trainer

- gewährleisten bei ihrer Tätigkeit eine aktive Aufsicht, die dem Entwicklungsstand der Teilnehmenden entspricht.
- regen zu einem bewussten Umgang mit Risiken an.
- fördern eine offene Kommunikation – auch über Vorfälle und Unfälle.
- stellen sicher, dass ihre Erste Hilfe Kenntnisse regelmäßig aufgefrischt werden.
- organisieren den Trainings- bzw. Unterrichtsbetrieb so, dass sie die gesamte Gruppe am, im und auf dem Wasser jederzeit überblicken können.
- achten darauf, dass die gewählte Aktivität zur Wassertiefe und den Schwimmfähigkeiten der Teilnehmenden passt.
- wissen, wie sie im Notfall richtig alarmieren, und sorgen für eine funktionierende Rettungskette (persönlich oder durch Badeaufsicht).
- bringen sich bei Rettungseinsätzen nicht selbst in Gefahr – Kontaktrettung nur als letztes Mittel.
- überprüfen die Selbstrettungskompetenz der Teilnehmenden mit den Elementen des Wasser-Sicherheits-Check (WSC).
- achten auf eine angemessene Gruppengröße, abhängig von Umgebung, Erfahrungsgrad der Betreuer:innen und Fähigkeiten der Teilnehmenden.

Präventionsmaßnahmen bei der Sportaktivität
Trainerinnen und Trainer

- halten sich an die Baderegeln.
- berücksichtigen die spezifischen Gegebenheiten des Gewässers (z.B. Wassertiefe, Hubböden, Rutschgefahr).
- nutzen zur Planung und Durchführung geeignete Materialien zur Wassersicherheit.
- sorgen dafür, dass im Becken- und Garderobenbereich nicht gerannt wird.
- achten darauf, dass nur an sicheren, vorher festgelegten Stellen ins Wasser gesprungen wird.
- verhindern, dass andere Personen ins Wasser gestoßen werden.
- behalten den Überblick über die gesamte Gruppe und kotrollieren regelmäßig die Vollzähligkeit.
- achten auf eine passende Belastung – insbesondere nach längeren Pausen, z.B. durch Krankheit oder Verletzung.
- gestalten das Training so, dass es dem technischen und physischen Niveau der Gruppe entspricht.
- wählen Trainingsmaterialien (z.B. Flossen, Bretter, Bälle) passend zum Alter und Leistungsstand.

Unfallprävention

SCHWIMMEN

Spezielles beim Artistic Swimming

Trainerinnen und Trainer

- achten darauf, dass Sprünge nur im Tiefwasser erfolgen.
- sorgen für ausreichend Abstand zum Beckenrand.
- setzen durch, dass kein Schmuck getragen wird und Finger- und Zehennägel kurz geschnitten sind.

Spezielles beim Rettungsschwimmen

Trainerinnen und Trainer

- erstellen für Einheiten in offenen Gewässern ein Sicherheitskonzept.
- begleiten Schwimmende mit geeigneten Hilfsmitteln wie Boot, Gurtretter, Restube oder Rettungsboje.
- achten bei längerem Aufenthalt im Freiwasser auf geeignete Kleidung (z.B. Neoprenanzug).
- stellen bei Bedarf Schwimmhilfen oder Rettungswesten bereit, die den Normen entsprechen (z.B. EN ISO 12402) und setzen das Tragen durch.

Spezielles beim Schwimmen

Trainerinnen und Trainer

- achten bei Sprungübungen darauf, dass niemand im Sprungbereich schwimmt.
- beobachten Tauchübungen aktiv.
- sorgen für das Einhalten des Kreisverkehrs im Becken.
- erstellen für Freiwassertrainings ein Sicherheitskonzept (siehe Rettungsschwimmen).

Spezielles beim Wasserspringen

Trainerinnen und Trainer

- nutzen ab dem 1-m-Brett nur Anlagen mit normgerechter Absicherung – bei Abweichungen sind zusätzliche Maßnahmen erforderlich.
- achten darauf, dass der Sprungbereich vor jedem Sprung frei ist – auch unter Wasser.

Spezielles beim Wasserball

Trainerinnen und Trainer

- fördern faires Spiel bei Training und Wettkampf.
- sorgen dafür, dass beim Auf- und Abbau genügend Unterstützung vorhanden ist.
- setzen das Tragen von Badekappen mit Ohrschutz und Zahnschutz durch (inkl. Zahnrettungsbox).
- sorgen dafür, dass keine Schwimmbrillen beim Balltraining getragen werden.
- setzen durch, dass Schmuck abgelegt wird und Nägel kurz geschnitten sind.
- achten bei Parallelbetrieb mit dem öffentlichen Badebetrieb auf die Sicherheit aller Gäste.
- ziehen Ballnetze oder Sicherheitsvorhänge, sofern vorhanden.