



AUSBILDUNGSPLAN der AKTIVENGRUPPE Winterhalbjahr 2020/21

Datum	Ausbilder	Thema der Ausbildung		
8. Sep.		Einführung Eingangstest RsiWrd		
15. Sep.		Rettungsgeräte		
22. Sep.		Transportschwimmen/Kleiderschwimmen		
29. Sep.		Eingangstest RsiWrd Übungen		
6. Okt.		Atmung und Kreislauf I		
13. Okt.		Tauchen Strecke		
20. Okt.		Tauchen Strecke/Tieftauchen		
27. Okt.		Tauchen Tieftauchen/Schnorchel		
3. Nov.		Eisrettung, Unterkühlung	Herbstferien	
10. Nov.		Schwimmen: Schwerpunkt Ausdauer		
17. Nov.		Schwimmen: Schwerpunkt Ausdauer		
24. Nov.		Schwimmen: Schwerpunkt Kraft+Kleider		
1. Dez.		Verhalten bei Selbst- und Fremdreitung I		
8. Dez.		Rettungsschwimmen: Abschleppen/ Transportschwimmen		
15. Dez.		Rettungsschwimmen: Abschleppen -Kombiübungen		
22. Dez.		Rettungsschwimmen: Rettung mit Gerät		
29. Dez.	Kein Training!	Weihnachtsferien - Trainingspause	Weihnachtsferien	
5. Jan.		Suche, Rettung, Erstversorgung Ertrinkungsfall		
12. Jan.		Schwerpunkt Schwimmen Zeit	Eventuell Schwimmkurs	
19. Jan.		Schwerpunkt Schwimmen Zeit		
26. Jan.		Schwimmen DRSA Zeitdisziplinen		
2. Feb.		Gefahren an und in Gewässern		
9. Feb.		Rettungsschwimmen: Wasserretterausrüstung		
16. Feb.	Kein Training!	Faschingsdienstag-kein Training		Ferien
23. Feb.		Sprünge, Suche		
2. Mrz.		Theorie: Schnorchelabzeichen		
9. Mrz.		Rettungsschwimmen: gemischte Übungen + Kleiderschwimmen		
16. Mrz.		Rettungsschwimmen : Anlandbringen, Befreiungsgriffe, Kombi		
23. Mrz.		Schwerpunkt: Streckentauchen		
30. Mrz.		Schnorchelabzeichen	Osterferien	
6. Apr.		Atmung und Kreislauf I - HLW	Osterferien	
13. Apr.		Schnorchelabzeichen		
20. Apr.		DRSA		
27. Apr.		DRSA		
4. Mai.		Prüfung DRSA: HLW + Theorie		
11. Mai.		DRSA		
18. Mai.		DRSA		
25. Mai.		DRSA - Nachholtermin (Pfingstferien)		
25.5 und 01. Juni Pfingstferien, Trainingsbeginn Langer Teich voraussichtlich 08. Juni 2021				



AUSBILDUNGSPLAN der AKTIVENGRUPPE Winterhalbjahr 2020/2021

Mögliche Themen für Theorieabende (angelehnt DRSA)

Atmung und Kreislauf I - Grundlagen (Lehrbuch 4.4 und 4.5)

Lunge und Brustkorb, Atemfrequenz, Atemzugvolumen, Atemminutenvolumen, Totraum, Aufgaben des Blutes, Herz-Kreislauf-System, Lage und Aufbau des Herzens, Fkt. des Herzens, Reizleitung, Herzrhythmus, Pumpleistung, Blutgefäße, Blutdruck

Atmung und Kreislauf II - HLW (Lehrbuch 4.4 und 4.5)

Atemstillstand, Freimachen der Atemwege (Fremdkörper entfernen), Atemspende (Mund/Mund, Mund/Nase), Beatmungshilfen, Feststellen der Kreislaftätigkeit, Puls und Pulskontrolle, Erkennen Kreislaufstillstand, Druckbereich festlegen, Herzdruckmassage (Besonderheiten bei Kindern und Säuglingen)

Gefahren an und in Gewässern I (Lehrbuch 2.1)

Natürliche Gefahren des Wassers

Gefahren an und in Gewässern II (Lehrbuch 2.2 und 2.3)

Menschliche Ursachen von Badeunfällen
Besondere Gefahrensituationen

Verhalten bei Selbst- und Fremddrettung I (Lehrbuch 2.4 und 2.5)

Selbstrettung aus besonderen Gefahrensituationen inkl. Befreiungsgriffe
Maßnahmen zur Gefahrenverhütung

Verhalten bei Selbst- und Fremddrettung II (Lehrbuch 3.4, 3.5, 3.6, 3.9, 3.19 und 3.20)

Notruf, Grundsätze einer Rettung, Markieren der Unfallstelle vom Ufer aus,
Rettung durch Schwimmen, Eisrettung, Rettungsmittel und -hilfsmittel

ACHTUNG!!!

Zusätzliche Termine für Einsatzkräfte SEG

26.09.2020

24.10.2020

21.11.2020

19.12.2020

Weitere Termine in 2021 nach Absprache

Bitte in Einsatzkleidung erscheinen

Badekleidung mitbringen

Treffpunkt: Rot Kreuz Heim 14 Uhr