



Elternverein VS Reichenau

Liebe Eltern der 2., 3. und 4. Klassen!

In Kooperation von Elternverein und Schule soll für die Schüler der 2., 3. und 4. Klassen **ein Anreiz geschaffen werden ihre Schwimmfertigkeiten zu verbessern.**

Deshalb gibt es auch in diesem Schuljahr die Möglichkeit für die

- 2. Klassen** das österreichische Schwimmbzeichen des Jugendrotkreuzes **Frühschwimmer** zu erwerben.
- 3. Klassen** das österreichische Schwimmbzeichen des Jugendrotkreuzes **Freischwimmer** zu erwerben.
- 4. Klassen** das österreichische Schwimmbzeichen des Jugendrotkreuzes **Freischwimmer und/oder Fahrtenschwimmer** zu erwerben.

Die **Teilnahme** an den Schwimmprüfungen ist **freiwillig**.

Die **Kosten** für die Schwimmprüfungen **werden zur Gänze vom Elternverein der VS getragen.**

Bei erfolgreicher Ablegung der Schwimmprüfung erhält jedes Kind einen Ausweis und eine Plakette des österreichischen Jugendrotkreuzes.

Auf den folgenden Seiten werden **die geforderten Schwimmkenntnisse** für eine erfolgreiche Prüfungsablegung genau erläutert. **Im Rahmen Ihrer Möglichkeiten sollten Sie diese Schwimmfertigkeiten mit ihrem Kind trainieren.**

Beim Fahrtenschwimmer sind die Anforderungen für diese Altersgruppe schon recht hoch und können erfahrungsgemäß ohne vorheriges Training nicht bewerkstelligt werden.

Die Prüfungsabnahme erfolgt gegen Ende des Schuljahres, Details werden noch bekannt gegeben.

Wenn Sie möchten, dass Ihr Kind ein österreichisches Schwimmbzeichen erwirbt, geben Sie die ausgefüllte Anmeldung dem Kind in die Schule mit.

Mit freundlichen Grüßen

Birgit Ecker
EV-Obfrau

Die Österreichischen Schwimmerabzeichen (ÖSA)

Die Österreichischen Schwimmerabzeichen (Früh-, Frei-, Fahrten-, Allroundschwimmer) umfassen vier Qualifikationsstufen. Sie sollen neben der Förderung einer allgemeinen Grundausbildung im Schwimmen auch zur Vorbereitung auf das Rettungsschwimmen beitragen, sowie einen Nachweis für erbrachte Leistungen im Schwimmen darstellen.

Voraussetzungen:

- Nachweis der notwendigen Schwimmkenntnisse
- Körperliche Eignung
- Erfüllung des jeweiligen Alterslimits

Frühschwimmer

ohne Altersbegrenzung

- 25 m Schwimmen in beliebigem Stil
- Sprung vom Beckenrand ins Wasser
- Kenntnis von 5 Baderegeln



Freischwimmer

ab dem vollendeten 7. Lebensjahr

- 15 Minuten Dauerschwimmen in beliebigem Schwimmstil
- Sprung aus ca. 1 m Höhe ins Wasser
- Kenntnis der 10 Baderegeln



Fahrtenschwimmer



ab dem vollendeten 9. Lebensjahr

- 15 Minuten Dauerschwimmen in beliebigem Schwimmstil
- einmaliges Tieftauchen (ca. 2 m) und Heraufholen eines ca. 2,5 kg schweren Gegenstandes
- 50 m Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit
- Kopfsprung aus ca. 1 m Höhe (oder beliebiger Sprung aus 3 m Höhe), **unter Wasser bleiben** und 10 m Streckentauchen
- Kenntnis der 10 Baderegeln

BADEREGELN

- 1. GESUNDHEIT:** Wenn du schwimmen gehst, musst du gesund sein!
- 2. HINWEISSCHILDER BEACHTEN:** Auf den Hinweisschildern kannst du lesen, was im Schwimmbad erlaubt und was verboten ist. Daran musst du dich halten!
- 3. DUSCHEN, ABKÜHLEN:** Geh erst dann ins Wasser, wenn du dich geduscht und abgekühlt hast!
- 4. KÄLTEGEFÜHL:** Bleib nicht im Wasser, wenn dir kalt ist, du kannst sonst Krämpfe bekommen! Krämpfe sind für den Schwimmer gefährlich!
- 5. OHRENERKRANKUNGEN:** Wenn du Ohrenschmerzen oder eine Ohrenverletzung hast, darfst du nicht schwimmen, springen oder tauchen!
- 6. ESSEN:** Wenn du viel gegessen hast, warte eine Stunde, bevor du wieder ins Wasser gehst.
- 7. STARKE SONNE:** Schütz dich vor der Sonne (Sonnencreme, Kappe, T-Shirt)! Wenn dir heiß ist, darfst du nicht ins kalte Wasser springen!
- 8. ÜBERMUT:** Lass dich von anderen nicht dazu überreden, etwas zu tun, was du nicht gut kannst (weit hinausschwimmen, ins tiefe Wasser springen oder tauchen).
- 9. SPRINGEN:** Spring nur dort ins Wasser, wo es erlaubt ist! Du darfst dabei niemanden in Gefahr bringen! Spring ja nicht in Gewässer, die du nicht kennst, es könnten viele Gefahren lauern!
- 10. VORSICHT IM ERLEBNISBAD:** Im Erlebnisbad sind oft viele Menschen. Beobachte daher auch die Leute in deiner Umgebung! Ruf Hilfe herbei, wenn jemand in Gefahr ist!

ANMELDUNG

Ich melde mein Kind zur Ablegung eines österreichischen Schwimmerabzeichens an.

Name:

Klasse:

Unterschrift: