Das Niveaustufenkonzept – der Weg zum sicheren Schwimmer

Ein Überblick über die Schwimmabzeichen der Schule und des Schwimmsports

Niveaustufe	Schulschwimmpass NRW Nutzung im Kontext Schule		Seesternchen, Seestern für außerschulisch erbrachte Schwimmleistungen in NRW und BW		Kommentar
Niveaustufe 1 - Wassergewöhnung		• Anpassung an die Eigenschaften und Wirkungen des Wassers • Stehen, Gehen und Schweben im Wasser • Auftreiben mit und ohne Hilfsmittel • Arbeiten mit und gegen den Wasserwiderstand • Freude beim Aufenthalt und Bewegen im Wasser		• Anpassung an die Eigenschaften und Wirkungen des Wassers • Stehen, Gehen und Schweben im Wasser • Auftreiben mit und ohne Hilfsmittel • Arbeiten mit und gegen den Wasserwiderstand • Freude beim Aufenthalt und Bewegen im Wasser	**Grundsätzliches** Der Schulschwimmpass NRW dient für die Schwimmausbildung an den Schulen, der Schwimmstern für die außerschulische Schwimmausbildung. Es erfolgt eine gegenseitige Anerkennung der Leistungen von Schule und Sportverein. **Zeugnisse und Abzeichen** Der Schulschwimmpass NRW kann von den Schulen heruntergeladen werden unter **http://www.svw.nrw.de** oder **https://www.schulministerium.nrw.de/BiPo/SVW/** und ausgedruckt werden oder von den Schulen bei den Ausschüssen für den Schulsport der Kreise und kreisfreien Städte kostenfrei bestellt werden, ebenso kann das Anfängerzeugnis Seepferdchen von den Schulen kostenfrei dort bestellt werden. Alle anderen Abzeichen können im Shop des Schwimmverband NRW unter https://www.schwimmverband.nrw/de/shop/schwimmabzeichen/ erworben werden. Schulen können dort auch z.B. die Schwimmabzeichen in Bronze, Silber und Gold erwerben oder diverse Aufnäher bzw. Aufbügler.
Niveaustufe 2 - Grundfertigkeiten		• Atmen – Ausatmung ins Wasser! • Tauchen – mit geöffneten Augen • Springen – in tiefes Wasser • Rollen – um die Breitenachse • Drehen – um die Längsachse oder Tiefenachse • Gleiten – in gestreckter strömungsgünstiger Körperposition nach Abstoß • Fortbewegen – durch koordinierte Bein- und Armbewegungen		• Atmen – Ausatmung ins Wasser! • Tauchen – mit geöffneten Augen • Springen – in tiefes Wasser • Rollen – um die Breitenachse • Drehen – um die Längsachse oder Tiefenachse • Gleiten – in gestreckter strömungsgünstiger Körperposition nach Abstoß • Fortbewegen – durch koordinierte Bein- und Armbewegungen	
Niveaustufe 3 - Basisstufe Schwimmen		• beliebiger Sprung ins tiefe Wasser und anschließend 100 Meter Schwimmen • in einer beliebigen Schwimmart ohne Zeitbegrenzung (Wechsel der Schwimmart/Schwimmlage erlaubt) • Wasser ohne Hilfsmittel selbstständig verlassen		• Kenntnis von Baderegeln • Nach einem Sprung ins tiefe Wasser, schwimmen einer Strecke von mindestens 100 m in einer beliebigen Schwimmart • Wasser ohne Hilfsmittel selbstständig verlassen	
Niveaustufe 4 - Sicher Schwimmen (vgl. Kommentar)		• Sprung ins tiefe Wasser und anschließend 15 Minuten Schwimmen und • mindestens 200 Meter in einer beliebigen Schwimmart zurücklegen **oder** • Kopfsprung ins tiefe Wasser und anschließend 100 Meter Schwimmen in einer Schwimmart mit Zeitbegrenzung (mindestens 3:30 min) ab Klassenstufe 9: männlich 2:30 min, weiblich 2:45 min • 100 Meter Schwimmen in einer zweiten Schwimmart ohne Zeitbegrenzung		• Sprung ins tiefe Wasser und anschließend Schwimmen mit einer Dauer von 15 Minuten. Dabei wurden mindestens 200 m Strecke in einer beliebigen Schwimmart zurückgelegt. **oder** • Kopfsprung ins tiefe Wasser und anschließend 100 Meter Schwimmen in einer Schwimmart mit Zeitbegrenzung schwimmen (max. 3:30 Min/ ab Klasse 9 2:30 Min. (m.), 2:45 (w) ab Klassenstufe 9: 2:30 Min.(m.) 2:45 Min. (w.) und 100 Meter Schwimmen in einer zweiten Schwimmart ohne Zeitbegrenzung zurücklegen • Wasser selbstständig verlassen	**Gemäß der gemeinsamen Erklärung der Kultusministerkonferenz der Länder und des Bundesverbands zur Förderung der Schwimmausbildung vom 05.12.2019 erkennen beide Organisationen die Bewältigung der Niveaustufe „Sicheres Schwimmen“ ebenso wie den Erwerb des Deutschen Schwimmabzeichens in Bronze als Nachweis für das „Sicher-Schwimmen-Können“ an.**
Weitere gültige Schwimmabzeichen in Schule und Vereinssport					
Anfängerzeugnis Seepferdchen		• Kenntnis der Baderegeln. • Sprung vom Beckenrand mit anschließendem 25m Schwimmen in einer Schwimmart in Bauch- oder Rückenlage (Grobform, während des Schwimmens in Bauchlage erkennbar ins Wasser ausatmen). • Herausholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefen Wasser.			
Deutsches Schwimmabzeichen Bronze, Silber und Gold		**Anforderungen Bronze** • Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 200 m zurückzulegen, davon 150 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 50 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten) • einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes (z.B.: kleiner Tauchring) • ein Paketsprung vom Startblock oder 1 m-Brett • Kenntnis von Baderegeln			Anforderungen Deutsches Schwimmabzeichen in Gold und Silber