

# Deutsche Prüfungsordnung Schwimmen

**Deutscher Schwimm-Verband**

Gültig ab 01.01.2020

Die Prüfungsinhalte sind mit der  
Kommission Sport der Ständigen Konferenz  
der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik  
abgestimmt



Deutscher Schwimm-Verband e.V.

## I. Allgemeines

Die Prüfungsordnung setzt konkrete Standards für die Schwimmbildung in Verbänden und an Schulen. Die 2017 beschlossenen „Empfehlungen der Ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland, der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft und des Bundesverbandes zur Förderung der Schwimmbildung für den Schwimmunterricht in der Schule“ heben die Bedeutung des Schwimmens für den Schulsport hervor. Schwerpunkt der Prüfungsordnung ist das sichere Schwimmen mit seinem Wert für die Grundbildung eines jeden Menschen und seiner Notwendigkeit für die Schwimmfähigkeit in Deutschland.

Schwimmabzeichen sind das gesellschaftlich akzeptierte Instrument, einen Stand des Schwimmen-Könnens zu beschreiben. Die nachfolgend formulierte Prüfungsordnung legt in Abstimmung mit der Kommission Sport der KMK Regularien und Prüfkriterien fest, die für den Erwerb von Schwimmabzeichen zugrunde zu legen sind.

Ziel der Prüfung im Schwimmen ist das Erreichen des sicheren Schwimmens. Sicher Schwimmen im Tiefwasser im Sinne dieser Prüfungsordnung wird durch ein hohes Niveau des Könnens und darüber hinaus durch beliebige Sprünge ins und selbständiges Verlassen des Wassers bestimmt. Weiterhin können beliebige Änderungen des Richtungssinnes, der Fortbewegung im tiefen Wasser sowie eine vielseitige Anwendung der erlernten Schwimmart, einschließlich des Wechsels der Schwimmlage, erfolgen. Die Erfüllung der Prüfbedingungen des Deutschen Schwimmabzeichens in Bronze gilt als ein Nachweis des sicheren Schwimmens. Ein wiederholter Nachweis ist nicht erforderlich.

Die Abnahmeberechtigung für Schwimmprüfungen richtet sich nach den unter 4.3 aufgeführten „Ausführungsbestimmungen für vorbereitende Prüfungen und Schwimmprüfungen“.

**Alle Prüfungen sind ohne Hilfsmittel (z. B: ohne Auftriebshilfen, ohne Schwimmbrille, ohne Kälteschutzanzug usw.) abzulegen.**

**Die Urkunden zur Bestätigung abgelegter Schwimmprüfungen sind standardisiert. Neben diesen einheitlichen Urkunden ist ebenfalls der Erwerb standardisierter Abzeichen möglich.**

Die Vorlage des Deutschen Schwimmabzeichens in der Leistungsstufe Gold gilt im Jahr der Ausstellung als Nachweis für eine erfolgreiche Prüfung des Deutschen Sportabzeichens in der Disziplingruppe Ausdauer.

## II. Gegenstand der Deutschen Prüfungsordnung

### 1. Allgemeine Ausführungsbestimmungen

Diese Bestimmungen sind sinngemäß für alle Prüfungen verbindlich. Die Prüfungsbestimmungen sind für männliche und weibliche Personen gleich. Prüfungsleistungen müssen ohne Unterbrechung zügig erfüllt werden. Die Leistung ist erst dann als erfüllt zu werten, wenn der Prüfling nach der geforderten Leistung das Wasser ohne fremde Hilfe verlassen hat. Wassertemperaturen unter 18° Celsius sind für die Prüfungsabnahme nicht geeignet. Bei Partnerübungen in der Prüfung sollen die beiden Partner etwa gleiches Gewicht und gleiche Größe haben. Sofern nicht anders vorgeschrieben und Sicherheitsgründe nicht dagegensprechen, soll das Streckentauchen mit einem Kopfsprung begonnen werden. Die Leistung beim Streckentauchen beginnt an der Absprung- oder Abstoßstelle. Während des Streckentauchens sollte der Tauchende möglichst nahe über dem Grund schwimmen; sein Körper muss sich jederzeit vollständig unter der Wasseroberfläche befinden. Die vorgeschriebene Strecke muss in gerader Richtung durchtaucht werden. Bei undurchsichtigen Gewässern ist eine Abweichung von höchstens 2 m nach rechts oder links gestattet.

Beim Tieftauchen muss der ertauchte Gegenstand über die Wasseroberfläche gehoben werden. Dabei darf der Schwimmer nicht mit dem Kopf unter Wasser sein. Zwischen den einzelnen Tauchgängen darf sich der Prüfling nicht am Beckenrand o.ä. festhalten.

Für das Tieftauchen sind bei den Schwimmprüfungen kleine Gegenstände (z.B. Tauchringe oder Teller aus Gummi) zu verwenden.

Falls für Sprungprüfungen keine genügend hohe Absprungmöglichkeit vorhanden oder die Wassertiefe geringer als 3,50 m ist, bestimmt der Prüfer in Verbindung mit seiner Gliederung bzw. beauftragten Institution eine Ersatzleistung (mehrere verschiedenartige Sprünge aus geringer Höhe: Paketsprung, Startsprung, Abrenner) und trägt sie in das Schwimmzeugnis ein. Diese Ausnahmegenehmigung ist nur zu erteilen, wenn entsprechende gut ausgerüstete Bäder nicht aufgesucht werden können.

Die Leistungen sind vom Prüfer einzeln zu dokumentieren. Die Dokumentation erfolgt mit dem Stempel des ausstellenden Vereins (Name und Anschrift des Vereins) und der Unterschrift des vom Verein beauftragten Prüfers bzw. Prüferin.

Ersatzurkunden und -abzeichen werden nur bei glaubwürdigem Nachweis des Erwerbs und des Verlustes gegen Erstattung der Kosten abgegeben. Anträge sind formlos an die Stelle zu richten, welche die Urschrift ausgestellt hat.

Die Prüfung der Baderegeln hat altersgemäß zu erfolgen.

## 2. Sicherheitsmaßnahmen

Die Verantwortung für die Einhaltung der Prüfungs- und Ausführungsbestimmungen sowie der Sicherheitsmaßnahmen tragen die Prüfer.

Vor der Zulassung zu einem Lehrgang bzw. der Aufnahme des Schwimmunterrichts kann eine ärztliche Untersuchung gefordert werden. Sie wird jedem Lehrgangsteilnehmer empfohlen.

Zu den Sicherheitsmaßnahmen beim Tauchen gehört das Erlernen und Anwenden des Druckausgleichs unter Wasser. Die Maßnahmen zum Druckausgleich im Mittelohr müssen adressatengerecht vor den Tauchübungen vermittelt werden. Vor allen Tauchübungen sind maximal vier tiefe Atemzüge zulässig. Fortgesetzte Hyperventilation ist nicht erlaubt. Bei allen Tauchübungen muss der Tauchende dauernd unter Kontrolle stehen, insbesondere während der Auftauchphase und bis zu 30 s nach dem Auftauchen an der Wasseroberfläche. In undurchsichtigen oder natürlichen Gewässern sind besondere Sicherungsmaßnahmen erforderlich.

Neben den allgemeinen und überall gültigen Baderegeln ist auf die örtlich besonderen Gegebenheiten hinzuweisen, z. B. Gezeiten (Tiden), Strömung u. ä. Entsprechendes gilt für den Unterricht mit Blick auf Bade-, Boots- und Eisunfälle. Sind in den Prüfungsleistungen Sprünge kopfwärts vorgeschrieben und ist keine ausreichende Wassertiefe vorhanden, beginnt die Prüfungsleistung mit Abstoß vom Beckenrand.

## 3. Vorbereitende Prüfungen auf das Schwimmen



### 3.1 Anfängerzeugnis (Seepferdchen)

#### Leistungen

- Sprung vom Beckenrand mit anschließendem 25 m Schwimmen in einer Schwimmart in Bauch- oder Rückenlage. (Grobform, während des Schwimmens in Bauchlage erkennbar ins Wasser ausatmen)
- Heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schulertiefem Wasser (Schulertiefe bezogen auf den Prüfling)
- Kenntnis von Baderegeln

### 3.2 Vielseitigkeitsabzeichen »Seehund TRIXI«



#### Leistungen

- 25 m Brustschwimmen
- 25 m Rücken- oder Kraulschwimmen
- 15 m dribbeln mit einem Wasserball\*
- Kopfsprung vorwärts
- 7 m Streckentauchen
- 1 Rolle vorwärts oder rückwärts um die Quer- oder Längsachse im Wasser

- \* Schwimme im Brustkraul, halte den Kopf über der Wasseroberfläche und treibe den Ball unmittelbar vor dem Kopf innerhalb der Arme regelmäßig voran.

### 4. Schwimmprüfungen



#### 4.1 Deutscher Schwimmpass

##### 4.1.1 Deutsches Schwimmbadabzeichen – Bronze

#### Leistungen

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 min 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 kleinen Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring).
- Ein Paketsprung vom Startblock oder 1-m-Brett.
- Kenntnis von Baderegeln.

#### 4.1.2 Deutsches Schwimmbabzeichen – Silber



##### Leistungen

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 20 min Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 400 m zurückzulegen, davon 300 m in Bauch- oder Rückenlage, in einer erkennbaren Schwimmart und 100m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).
- zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleinen Tauchringen).
- 10 m Streckentauchen mit Abstoßen vom Beckenrand im Wasser.
- Ein Sprung aus 3 m Höhe oder 2 verschiedene Sprünge aus 1 m Höhe.
- Kenntnis von Baderegeln und Verhalten zur Selbstrettung (z. B. Verhalten bei Erschöpfung, Lösen von Krämpfen).

#### 4.1.3 Deutsches Schwimmbabzeichen – Gold



##### Leistungen

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 30 min Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 800 m zurückzulegen, davon 650 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 150 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).
- Startsprung und 25 m Kraulschwimmen.
- Startsprung und 50 m Brustschwimmen in höchstens 1:15 min.
- 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder Rückenkraulschwimmen.
- 10 m Streckentauchen aus der Schwimmlage (ohne Abstoßen vom Beckenrand).
- Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von drei kleinen Gegenständen (z.B. kleinen Tauchringen) aus einer Wassertiefe von etwa zwei Metern innerhalb von 3 min mit höchstens 3 Tauchversuchen.
- ein Sprung aus 3 m Höhe oder 2 verschiedene Sprünge aus 1 m Höhe.
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen.
- Kenntnis der:
  - Baderegeln
  - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen  
(Selbstrettung und einfache Fremdrettung)

## 4.2 Deutscher Leistungsschwimmpass



### 4.2.1 Deutsches Leistungsschwimmabzeichen »Hai«

#### Leistungen

- 50 m Brustschwimmen unter 1:00 min
- 50 m Kraulschwimmen unter 0:50 min
- 50 m Rückenraulschwimmen unter 1:00 min
- Kopfsprung aus 3 m Höhe oder Salto vorwärts aus 1 m Höhe
- 25 m Wasserballdribbeln

### 4.2.2 Deutsches Leistungsschwimmabzeichen »Silber«

#### Leistungen

- 100 m Brustschwimmen unter 1:55 min
- 100 m Kraulschwimmen unter 1:40 min
- 100 m Rückenraulschwimmen unter 1:50 min
- 100 m Lagenschwimmen ohne Zeitlimit
- 400 m Freistilschwimmen unter 10:00 min
- Kopfsprung vorwärts aus 3 m Höhe
- Salto vorwärts aus 1 m Höhe
- 25 m Wasserballdribbeln unter 0:25 min



### 4.2.3 Deutsches Leistungsschwimmabzeichen »Gold«

#### Leistungen

- 100 m Brustschwimmen unter 1:35 min (Männer), 1:45 min (Frauen)
- 100 m Kraulschwimmen unter 1:20 min (Männer), 1:30 min (Frauen)
- 100 m Rückenraulschwimmen unter 1:35 min (Männer), 1:45 min (Frauen)
- 50 m Schmetterlingsschwimmen unter 0:40 min (Männer), 0:45 Minuten (Frauen)
- 400 m Kraulschwimmen unter 7:00 min (Männer), 8:00 min (Frauen)
- Kopfsprung aus 3 m Höhe
- Salto aus 1 m Höhe
- 50 m Wasserballdribbeln unter 1:00 min





## 4.3 Ausführungsbestimmungen für vorbereitende Prüfungen und Schwimmprüfungen

### 4.3.1 Vorbereitende Prüfungen

Die vorbereitenden Prüfungen erfüllen eine wichtige Funktion der Motivation zum Erreichen des sicheren Schwimmens, erfüllen jedoch nicht die Anforderungen an das sichere Schwimmen (vgl. Punkt I, Punkt 4.1.1)

Weil jede Schwimmart als Anfängerschwimmart geeignet ist, erfolgt keine Festlegung auf eine bestimmte Anfangsschwimmart.

### 4.3.2 Prüfungen zum Vielseitigkeitsabzeichen Seehund TRIXI

Dribbeln bezeichnet in verschiedenen Ballsportarten die Fortbewegung mit dem Ball. Um sich schnell mit dem Ball zu bewegen und trotzdem Kontrolle über den Ball zu haben, gibt es eine spezielle Technik der Ballführung beim Wasserball. Die Technik entspricht weitestgehend der beim Kraulschwimmen, wobei der Kopf leicht angehoben ist und die Arme angewinkelt neben dem Ball vorbeigeführt werden. Der Ball wird vor dem Kopf geführt. Durch die entstehende Welle wird der Ball nach vorne getrieben.

### 4.3.3 Prüfungen zum Deutschen Schwimmpass

Die Schwimmprüfungen beschreiben ein erreichtes Niveau einer allgemeinen Grundausbildung im Schwimmen und der Kompetenz zur Selbstrettung. Es wird nicht zwischen Prüfungen für Kinder und Jugendlichen sowie Erwachsenen differenziert.

Der Deutsche Schwimmpass umfasst folgende drei Leistungsstufen:

- Deutsches Schwimmbzeichen - Bronze
- Deutsches Schwimmbzeichen - Silber
- Deutsches Schwimmbzeichen - Gold

Für jede Stufe der Schwimmprüfungen gibt es ein Abzeichen. Nur die beurkundete Prüfung berechtigt zum Tragen der entsprechenden Abzeichen. Es wird empfohlen, die Prüfungen für den Deutschen Schwimmpass in der vorgenannten Reihenfolge (Bronze, Silber, Gold) einzeln abzulegen. Die Prüfungen für jedes einzelne Schwimmzeugnis müssen (nach Abschluss der entsprechenden Ausbildung) in einem Zeitraum von 2 Monaten abgelegt werden, gerechnet vom Tag der ersten erfüllten Bedingung an. Schwimmprüfungen dürfen nur dort abgenommen werden, wo die Wassertiefe die Körpergröße des Prüflings überschreitet. Der Sprung vom Beckenrand muss ins tiefe Wasser erfolgen. Deutliches Abspringen und vollständiges Eintauchen ist notwendig. Bei der Prüfung zum Deutschen Schwimmbzeichen in der Stufe – Bronze wird der Startsprung mit Ausgleiten



durchgeführt. Beim Deutschen Schwimmabzeichen – Gold muss das Kraulschwimmen mit regelmäßiger Atmung durchgeführt werden.

Die erzielten und gemessenen Einzelleistungen können in die Urkunde eingetragen werden.

Für das Tieftauchen werden am besten kleine Tauchringe oder Teller aus Gummi verwendet. Der Schwimmer muss voll aufgetaucht sein und den ertauchten Gegenstand aus dem Wasser halten bzw. an Land werfen. Für die Mehrfach-Tauchübungen sollen 6 Teller oder Ringe auf einer Grundfläche von ca. 5 x 5 m in etwa 2 m Wassertiefe verteilt werden. In natürlichen Gewässern kann Tieftauchen und Heraufholen von Kies o. ä. verlangt werden.

Menschen mit Behinderung werden in die Schwimmausbildung einbezogen, soweit dies ihre Beeinträchtigung erlaubt. Erbrachte Einzelleistungen der Schwimmabzeichen können bescheinigt werden. Der Prüfungsberechtigte befindet darüber, ob bei Erfüllung der Grundsätze des sicheren Schwimmens (siehe Punkt I) ein Deutsches Schwimmabzeichen (jeweils in den Stufen Bronze, Silber, Gold) zuerkannt wird.

#### 4.4 Prüfungsberechtigung

Berechtigt zur Abnahme der Prüfungen im Deutschen Schwimm-Verband sind

- lizenzierte Trainerinnen und Trainer
- durch die Landesschwimmverbände  
zertifizierte Schwimmausbilderinnen und Schwimmausbilder
- DSV-Wettkampfrichterinnen und Wettkampfrichter Schwimmen,  
die mindestens 18 Jahre und älter sind,

im Auftrag und im Bereich ihrer Vereine.

Berechtigt zur Prüfung für andere Verbände und Berufsgruppen sind:

- lizenzierte Trainerinnen und Trainer des Verbandes Deutscher Sporttaucher (VDST) im Auftrag und im Bereich ihrer Vereine.
- lizenzierte Übungsleiterinnen, Übungsleiter und Trainerinnen, Trainer des Deutschen Turnerbundes (DTB) im Auftrag und im Bereich ihrer Vereine.
- Sportlehrkräfte und Lehrkräfte, die im Auftrag allgemeinbildender und berufsbildender Schulen sowie Förderschulen Schwimmunterricht erteilen und Lehrkräfte, die mit der Erteilung von Schwimmunterricht nach den entsprechenden Richtlinien der Länder beauftragt sind.
- Lehrkräfte, die den Schwimmunterricht an Hochschulen in deren Auftrag erteilen.
- die Ausbilder Schwimmen der DLRG, des DRK und ASB (AS) sowie auch Lehrscheininhaber DLRG im Auftrag und im Bereich ihrer Gliederung.
- Staatlich geprüfte Schwimmmeister, geprüfte Schwimmmeister und Schwimmmeistergehilfen, Fachangestellte und Meister für Bäderbetriebe öffentlicher Bäder.
- Staatlich geprüfte Schwimmlehrer.
- Fachsportleiter Schwimmen der uniformierten Verbände.

## Impressum

Deutscher Schwimm-Verband e.V.  
Korbacher Str. 93  
34132 Kassel

Postanschrift  
Postfach: 42 01 40  
34070 Kassel

Telefon +49 (0)561/9 40 83-0  
Telefax +49 (0)561/9 40 83-15  
info@dsv.de

## Vertretungsberechtigter

Der Verband wird durch die Vorstandsmitglieder Uwe Brinkmann, Wolfgang Hein und Kai Morgenroth gemeinsam vertreten.  
Der Direktor Leistungssport vertritt den Verband als besonderer Vertreter gem. § 30 BGB.

Registergericht  
Amtsgericht Kassel  
Vereinsregisternummer: 850 VR 2744  
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE 170 385 217