**Die Ausbildung des Schwimmens und Rettungsschwimmens**

***2022***

[!] - Diese Präsentation wird mit einer Slideshow unterstützt.

Siehe die Datei namens:

`arbeit-schwimmunterricht-zensiert.pptx`

im gleichen Verzeichnis.

Die Quellen werden mit Klammern nach einer Textstelle angezeigt. *[ex1]*

Ich habe meine Quellen mit mehreren verschiedenen Seiten überprüft, habe jedoch

nur die jeweils nützlichste Ressource im Quellenverzeichnis verlinkt.

**Präsentation**

In Deutschland ertranken 301 Menschen allein im letzten Jahr.In unserem Land Brandenburg starben 23 Deutsche am Ertrinken, in Bayern ganze 60.*[i1]* Dies sind natürlich nur die Todesfälle, es gibt noch viele Verletzte und Tote durch andere Unfälle im Wasser. Viele der Toten sind Nichtschwimmer.

Schwimmen ist ein guter Sport, viele sagen es sei die beste und gesündeste Sportart. Verschiedene Techniken des Schwimmens können verschiedene Vorteile haben, beispielsweise eine gute Entwicklung der Beinmuskulatur vor allem beim Brustschwimmen.*[i2]* Bei Knochenbrüchen, bei Herz- und Gefäßkrankheiten und anderen Einschränkungen wird das Schwimmen oft von Ärzten als Therapie empfohlen.*[i3]*

Das Baden mit leerem Magen kann zu Unterzuckerung führen. Trotz der Warnung des DLRGs aber, zeigen Studien, daß das Schwimmen mit vollem Magen nicht gefährlich ist.*[i4][i5]*

**Quellen**

i 1-3

[i1] – Todesfälle durch das Ertrinken in Deutschland

<https://www.dlrg.de/informieren/die-dlrg/presse/statistik-ertrink>

[i2] – Vorteile des Schwimmens

<https://www.apomio.de/blog/artikel/orthopadie-kraul-rucken-brustschwimmen>

[i3] – Gesundheit durch Schwimmens

<http://www.ab-ins-nass.de/schwimmen-ist-gesund.htm>

[i4] – Baderegeln

<https://www.dlrg.de/informieren/freizeit-im-wasser/baderegeln/>

[i5] – <ENGLISCH> Studie – Ist das Schwimmen mit vollem Magen gefährlich?

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00221473.1961.10622080?journalCode=ujrd18&>

b 1-1

[b1] – Todesfälle durch das Ertrinken in Deutschland – Grafik

<https://www.dlrg.de/informieren/die-dlrg/presse/statistik-ertrinken/>

Notiz an selbst:

<https://www.news.de/panorama/855855403/badeunfaelle-2020-news-ticker-viele-badetote-in-seen-und-fluessen-unfall-statistik-deutschland-besonders-viele-todesopfer-im-august/1/>

ein Pferd ist 2020 ertrunken. gg