OV Büchen e.V.

Baderegel – Eisregel - Quiz

1. Warum solltest du das Wasser sofort verlassen, wenn du frierst?

a) so ein Blödsinn, ich kann im Wasser gar nicht frieren, es ist ja warm
b) mein Körper fängt an auszukühlen
c) weil in meinem Schwimmbad keine heißen Duschen sind, um mich aufzuwärmen

2. Warum sollst du dich abkühlen, bevor du ins Wasser gehst?

a) damit du beim Baden keine Gänsehaut bekommst
b) damit das Wasser nicht zu warm wird und der See kippt
c) damit dein Körper auf das kältere Wasser vorbereitet wird

3. Warum sollst du nur zum Baden gehen, wenn du dich gut fühlst und du gesund bist? Was meinst du?

a) weil mein Körper alle Kraft zum Schwimmen und Plantschen braucht
b) wenn ich Schnupfen habe, kann ich beim Schwimmen schlechter Luft holen
c) weil ich sonst andere Kinder anstecken kann

4. Erkläre, warum du nur bis zum Bauch ins Wasser darfst, wenn du noch nicht schwimmen kannst?

a) weil ich Angst bekommen und die Orientierung verlieren kann, wenn ich Wasser ins Gesicht bekomme
b) im flachen Wasser kann ich besser die Fische beobachten
c) wenn ich im Wasser stehen kann, brauche ich mir keine Schwimmflügel anziehen

5. Bei Gewitter musst du das Wasser sofort verlassen. Weißt du warum?

a) an Land kann ich die Blitze besser sehen
b) weil es wahrscheinlich gleich anfängt zu regnen und wir nach Hause müssen
c) weil der Blitz mich treffen könnte

6. Regel: Gehe niemals mit vollem oder ganz leerem Magen baden. Wieso?

a) weil der Körper mit verdauen beschäftigt ist, hat er keine zusätzliche Kraft zum schwimmen. Und wenn du gar nichts gegessen hast, fehlt dem Körper die Energie
b) mit einem vollen Magen ist der Bauch so dick, dass ich so viel Auftrieb habe (wie eine Luftmatratze) und ich nur auf der Wasseroberfläche schwimme
c) mit einem vollen Magen, gehe ich unter, wie ein Stein

7.) Darfst du dort baden, wo Boote und Schiffe fahren?

a) na klar! Da bekomme ich endlich mal viel zu sehen
b) nein, dass ist viel zu Gefährlich! Ich bin im Wasser so klein und kaum zu sehen
c) wenn ich auf meiner Luftmatratze unterwegs bin, darf ich dort baden. Und die Wellen machen sooo viel Spaß…

8.) Warum bieten dir Luftmatratzen, Reifen und ähnliches keine Sicherheit im Wasser?

a) sie können kaputt gehen oder ich falle runter. Deshalb sind es keine sicheren Schwimmhilfen
b) wenn ich zu lange im Wasser bin, könnte ich z.B. auf der Luftmatratze einen schlimmen Sonnenbrand bekommen
c) wenn die Wasservögel sich erschrecken, könnten sie mich angreifen und verletzen

9.) Springe nur ins Wasser, wenn es tief genug und frei ist. Gefährde niemand durch deinen Sprung! Welche <u>Antworten</u> sind richtig?

a) man könnte Fische und andere Wasserbewohner stören, da man sie nicht sehen kann
b) weil ich nicht weiß, was sich unter der Wasseroberfläche befindet, könnte ich mich schwer verletzen
c) wenn ich auf eine schwimmende Person springe, könnte sie sich sehr erschrecken und wir beide können uns verletzen

10.) Halte das Wasser und deine Umwelt sauber. Warum ist das so wichtig? Welche <u>Antworten</u> sind richtig?

a) die Tiere können den Müll fressen und sterben oder sich an ihm verletzen
b) Müll gehört in den Mülleimer, nur so kann er umweltfreundlich entsorgt oder recycelt werden
c) Müll sieht nicht schön aus, wenn er überall rumliegt

11.) Welche Aussage ist <u>falsch</u>?

a) rufe nie um Hilfe, wenn du nicht wirklich in Gefahr bist
b) wenn jemand Hilfe braucht, soll sich die DLRG drum kümmern!
c) hilf anderen, wenn sie Hilfe brauchen!

12.) Überschätze deine Kraft und dein Können nicht und schwimme nicht zu weit „raus“. Was könnte passieren?

a) wenn Mama/Papa mich nicht mehr sehen, bekommen sie Angst und rufen die Polizei
b) ich könnte einem Angler auf seinem Boot die Fische vertreiben
c) ich schaffe es nicht mehr zurück an Land

13.) darf ich andere untertauchen?

a) na klar, sonst habe ich ja gar keinen Spaß!
b) nur, wenn es abgesprochen und für beide Seiten in Ordnung ist
c) niemals! Sonst bekomme ich Ärger mit dem Bademeister

14.) Gehe nicht gleich an den ersten kalten Tagen auf das Eis.
Höre auf die Warnungen im Radio/Zeitung.
Ab wie viel cm Eisdicke, kann man gefahrlos das Eis betreten?
Im Zweifel beim zuständigen Amt nachfragen.

a) ab 15cm Eisdicke, bei fließendem Gewässer 20cm
b) ab 10cm Eisdicke, bei fließendem Gewässer 15cm
c) ab 5cm Eisdicke, bei fließendem Gewässer 10cm

15.) Gehe nie allein aufs Eis! Warum ist das so?

a) zusammen können wir besser testen, ob das Eis stabil genug ist
b) alleine wäre es viel zu langweilig
c) ist einer in Gefahr, kann der andere Helfen

16.) Wie verhältst du dich richtig, wenn das Eis knackt und knistert und du drohst einzubrechen?

a) ich verlasse sofort das Eis, in dem ich mich flach auf den Bauch lege und vorsichtig, den gleichen Weg zurück zum Ufer nehme
b) ich nehme die „Beine in die Hand“ und laufe so schnell es geht zum Ufer zurück
c) ich bleibe ruhig und gehe ganz normal zum Ufer zurück

17.) warum soll man eine Leiter, einen umgedrehten Schlitten, ein Brett oder ähnliches benutzen, um eine Person, die ins Eis eingebrochen ist, zu retten?

a) damit ich nicht so nass werde
b) um das Gewicht besser zu verteilen
c) hieran kann sich der in Eis eingebrochene besser festhalten

18.) Was sollte man tun, wenn man jemand aus dem Eis gerettet hat? Welche Antwort ist <u>falsch</u>?

a) die nassen Kleidung muss ausgezogen werden und ich wärme ihn mit trockenen Sachen, einer warmen Decke und warmen Getränken (z.B. Tee)
b) ich schicke ihn schnell nach Hause zum heiß duschen
c) ich rufe einen Rettungswagen, da eine Unterkühlung lebensgefährliche sein kann