

# **Ausbildungsinhalte Freizeit/Trend - § 57 und § 83**

## **Rudern**

Für Grund- und Mittelschule: Insgesamt sind 3 SWS (3 LP) zu belegen. Es muss eine 1-stündige und eine 2-stündige Veranstaltung abgelegt werden. In der 2-stündigen Veranstaltung muss eine Modulteilprüfung abgelegt werden.

Für Realschule: Insgesamt sind 4 SWS (4 LP) zu belegen. Es müssen zwei 1-stündige und eine 2-stündige Veranstaltung oder zwei 2-stündige Veranstaltungen belegt werden. In einer 2-stündigen Veranstaltung muss eine Modulteilprüfung abgelegt werden.

Für Gymnasium: Insgesamt sind 4 SWS (4 LP) zu belegen. Es müssen zwei einstündige und eine zweistündige Veranstaltung oder zwei zweistündige Veranstaltungen belegt werden. In einer zweistündigen Veranstaltung muss eine Modulteilprüfung abgelegt werden.

### **Seminar Rudern (2 SWS, 2 LP)**

In diesem Seminar werden folgende Inhalte vermittelt:

- Erlernen und Verbessern der Ruder- und Steuertechnik im Skull- und Riemenboot  
Beherrschung des Skiffs und Einführung in das Riemenrudern
- Rudern als lifetime-orientierte Sportart und Schulsportart
- Methodische Möglichkeiten im Vermittlungsprozess
- Technische Besonderheiten beim Rudern
- Organisationsformen für den Unterricht einschließlich Sicherheitsbestimmungen
- Sportartübergreifende Organisationsformen (z.B. Rudern und Kanu)
- Trainingsmöglichkeiten im Rudern
- Umwelterzieherischer Aspekt im Rudern

### **Universitäre Prüfung**

Demonstration der Ruder- und Steuertechnik im Einer

*Wertung:* Modulprüfung mit Benotung