

Timetable für alle Module

Die vorliegenden Modulpläne bieten eine grobe Orientierung über Inhalte und Zeiten. Das Referententeam behält sich Programmänderungen vor, die aus krankheitsbedingten Ausfällen bzw. organisatorischen Notwendigkeiten resultieren.

Modul 1¹

1. Tag		2. Tag		3. Tag	
		Uhrzeit		Uhrzeit	
		06:00	freies Training (fakultativ)	06:00	freies Training (fakultativ)
		08:00	Frühstück	08:00	Frühstück
Uhrzeit		09:00	KC-Komptenzerwerb	09:00	
10:00	Ankommen, Einchecken, Begrüßung und Kennenlernen	10:00	Atmen, Tauchen, Gleiten		Fortbewegen im Wasser
11:30	Wassergewöhnung, Wasserspiele				
13:00	Mittagspause	12:30	Mittagspause	12:30	Mittagspause
14:30	Vor dem ersten Mal im Schwimmbad	14:30	Schwimmprüfung, Baderegeln, Schulwettbewerbe	13:30	Diskussion um erste Schwimmart
16:00	Pause	15:30	Pause	14:15	Leistungsfeststellung und -bewertung, Zeit für Abstimmung
16:30	Physikalische Eigenschaften des Wassers	15:45	Springen, Auftriebshilfen, Spielen	16:00	Ende
18:00	Abendessen	18:00	Abendessen		
			Tandembildung		
19:00	Abendgestaltung (fakultativ)	19:00	Abendgestaltung (fakultativ)		

¹ Die hellblau gekennzeichneten Einheiten finden im Wasser statt.

Modul 2²

1. Tag		2. Tag	
		Uhrzeit	
		06:00	freies Training (fakultativ)
Uhrzeit		08:00	Frühstück
09:30	Ankommen, Einchecken	09:00	Gleichzugtechniken
10:00	Wechselzugtechniken	11:00	Eigene Schwimmart üben, Partnerkorrektur
12:30	Mittagessen	12:30	Mittagessen
13:30	Rechtsfragen und Fallbeispiele (Referent NLSchB)	13:30	Präsentation Unterrichtssequenzen (Wassergewöhnung)
15:30	Präsentation Unterrichtssequenzen (Wassergewöhnung)	15:00	Selbst- und Fremdrettung
		16:00	Ende
18:00	Abendessen		
19:00	Abendgestaltung (fakultativ)		

² Die hellblau gekennzeichneten Einheiten finden im Wasser statt.

Modul 3³

1. Tag		2. Tag	
		Uhrzeit	
		06:00	freies Training (fakultativ)
Uhrzeit		08:00	Frühstück
09:30	Ankommen, Einchecken	09:00	Schöne Sachen im Wasser, lustige Staffeln u.ä.
10:00	Schwimmtechniken - Bewegungsleitbild umsetzen		
12:30	Mittagessen	12:30	Mittagessen
13:30	Bewegungsleitbild beschreiben	14:00	Evaluation, Vergabe der Zertifikate, Seminarabschluss
15:30	Präsentation Unterrichtssequenzen (Schwimmtechniken)	16:00	Ende
18:00	Abendessen		
19:00	Abendgestaltung		

³ Die hellblau gekennzeichneten Einheiten finden im Wasser statt.