



Akademisches Auslandsamt

Erasmus – Semester an der University of South-Eastern-Norway



See Lindsverkannet

Semester: Sommersemester 2025

Studiengang: B.A. Lehramt Grundschule

Fachsemester: 6. Fachsemester

Kurs: Outdoor Education and experiential learning in schools and kindergarten

Aufenthalt: 03.02. – 20.06.2025

Nähre Informationen dazu erhalten Sie
im Akademischen Auslandsamt der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd.

Zusammenfassung

Ich studiere Grundschullehramt im 6. Fachsemester mit den Fächern Deutsch und Geografie und habe im Sommersemester 2025 im Rahmen von Erasmus ein Auslandssemester in Norwegen an der USN, Campus Vestfold gemacht. Dort habe ich den Kurs „Outdoor Education and Experiential Learning“ belegt.

Die Zeit in Norwegen war für mich ein Highlight meines Studiums, und auch wenn ich das Land schon von vorherigen Besuchen gut kannte, war es doch noch einmal anders dort für fast ein halbes Jahr zu leben. Ich möchte allen, die überlegen ein Auslandssemester zu machen einen kleinen Einblick in meine Erfahrungen geben. Vielleicht hilft es bei der Entscheidung – oder macht ein bisschen Mut, den Schritt zu wagen, der oftmals auch ein bisschen mit Angst verbunden ist. Ich kann sagen das ich ein Auslandssemester, gerade an der USN in Norwegen für jeden Norwegen und Outdoor-Liebhaber empfehlen kann. Die Kombination aus praxisnahe Unterricht, naturnaher Umgebung und offener, herzlicher Atmosphäre hat meine Zeit dort zu etwas ganz Besonderem gemacht. 😊
Ich bin froh, dass ich den Schritt gewagt habe – und würde es auf jeden Fall wieder tun.

Vorbereitungen

Ziemlich spontan schickte ich im Januar 2024 meine Bewerbung für das Auslandssemester ab. Ich hatte ein mulmiges Gefühl und hatte das Ganze noch gar nicht so richtig realisiert – der gesamte Prozess fand innerhalb von zwei Tagen statt. Schon lange hatte ich durch Familie und Freunde ein Auslandssemester im Hinterkopf, aber ich hätte nicht gedacht, dass ich es wirklich mal machen würde. Drei Tage vor der Bewerbungsfrist kam ich dann an den Punkt, an dem ich dachte: *„Wenn ich es jetzt nicht mache, verpasse ich die Chance.“* Ohne groß weiter darüber nachzudenken, suchte ich also alle Unterlagen zusammen und stellte meine Bewerbung fertig. Für mich war von Anfang an klar, dass ich nach Norwegen möchte, also habe ich mir nur noch die verschiedenen Standorte dort angeschaut.

Die ersten Wochen passierte dann nicht viel – bis ich zu einem Gespräch mit Frau Becker eingeladen wurde. Natürlich war ich anfangs etwas nervös, vor allem weil das Gespräch auf Englisch stattfinden sollte, um unsere Englischkenntnisse einordnen zu können. Aber sobald ich im Gespräch war, wurde ich schnell ruhiger, und Frau Becker hat mir mit ihrer offenen und freundlichen Art viel Nervosität genommen. In dem Gespräch ging es mehr darum sich kennenzulernen und zu sehen, ob der Standort auch persönlich passen könnte, davor braucht ihr also keine Angst zu haben.

Danach hieß es erstmal warten. Uns wurde gesagt, dass sich dieses Semester besonders viele für Norwegen beworben hatten, weshalb ich meine Chancen nicht als sehr hoch einstufte. Als ich dann die Zusage bekam, habe ich mich sehr gefreut – auch wenn gleichzeitig der Gedanke kam: *„Okay, jetzt ist es also wirklich sicher, dass ich gehe.“* Aber die Freude hat auf jeden Fall überwogen.

Da mein Semester erst im nächsten Jahr begann, war es dann erstmal etwas ruhiger. Im Sommer kam dann der eher zeitaufwändige Teil des Erasmus-Prozesses. Es gab drei Dokumente, die auf den ersten Blick etwas verwirrend wirkten – aber auch hier wird man von Frau Gruber und Frau Becker super begleitet und durch alles hindurchgeführt, sodass die anfänglich kompliziert wirkenden Formulare gut machbar sind.

Nachdem alle Unterlagen abgeschickt waren, musste ich mich zusätzlich noch direkt an der USN bewerben, aber auch das war kein Problem und ließ sich gut erledigen. Da der Kurs an der USN bereits vorgegeben ist und 30 ECTS umfasst, war es auf norwegischer Seite sehr unkompliziert. An anderen Unis kann es etwas aufwändiger sein, wenn man sich die Kurse selbst zusammenstellen muss.

Im Laufe der Zeit bekam ich immer wieder E-Mails von beiden Universitäten mit allen wichtigen Infos. Es gab auch Zoom-Meetings und Workshops von der PH, bei denen alle offenen Fragen geklärt wurden – das hat wirklich Sicherheit gegeben.

Mit mir ist noch eine andere Studentin von der PH Gmünd nach Norwegen gegangen. Wir kannten uns vorher nicht, aber Frau Gruber hat uns gleich miteinander vernetzt, sodass wir uns schon bei der Vorbereitung austauschen und unterstützen konnten.

Auch von der USN in Vestfold bekamen wir rechtzeitig alle Infos zur Bewerbung für ein Wohnheim. In Vestfold ist dafür die SSN zuständig, und allgemein kann ich sagen, dass die Wohnheimvergabe in Norwegen sehr gut organisiert ist. Der ganze Bewerbungsprozess war strukturiert und unkompliziert. Zu den Wohnheimen werde ich später noch etwas genauer berichten.

Nachdem alle Dokumente erledigt und alle Anmeldungen durch waren, hieß es eigentlich nur noch: Reise planen und packen. Hier habe ich auch noch persönliche Dinge wie Krankenversicherung und weiteres geklärt. Von der USN haben wir eine Packliste zusammen gestellt bekommen welche uns geholfen hat was wir alles speziell für den Kurs brauchen. Die andere Studentin und ich sind gemeinsam mit dem Auto hochgefahren – und ich würde es jederzeit wieder so machen aber auch andere Optionen sind hier super geeignet. Vor Ort gab es dann noch ein paar kleinere organisatorische Dinge zu erledigen, wie die Registrierung im Land, aber da muss man sich keine Sorgen machen – alles wird einem nochmal vor Ort erklärt.

Studium in Norwegen

Zum Kurs „Outdoor Education and Experiential Learning“

Unser Kurs im Sommersemester startete bereits Anfang Februar. Deshalb mussten wir einige Klausuren unseres Semesters zu Hause entweder schieben oder online mitschreiben. Nach Absprache mit den Dozierenden ließ sich aber alles irgendwie regeln.

Der Kurs, den wir an der USN belegten, heißt „Outdoor Education and Experiential Learning“. Er bestand aus zwei Modulen, die jeweils 15 ECTS-Punkte gaben, sodass wir am Ende auf unsere 30 ECTS kamen. Die beiden Module waren:

„Sense of place and teaching outdoors: places and landscapes for play, outdoor activities and experiential learning“ (Blaues Modul)

„Experiential learning: field biology, ecology and nature philosophy“ (grünes Modul)

Wir hatten einen Stundenplan, der jede Woche anders aussah – manchmal vermischt sich auch die beiden Module, sodass nicht immer eine klare Trennung vorhanden war. Beide Module waren deutlich praxis- und naturnäher als die Fächer, die wir von unserer Hochschule kennen. Auch das Verhältnis zu den Dozierenden war ein ganz anderes. Da unser Kurs dieses Semester nur aus 11 Mädels bestand (was aber eher untypisch war, normal sind es ein paar mehr und auch mehr durchmischt) und wir wirklich jeden Uni-Tag miteinander verbracht haben, war die Atmosphäre sehr persönlich – und ich habe das als sehr angenehm empfunden.

Im blauen Modul haben wir viele Ausflüge gemacht, z. B. einen Wintertrip mit Langlaufskiern oder den Bau eines Spielplatzes im Wald für Grundschulkinder. Der Fokus lag stark darauf, wie man Natur als Lernraum nutzen kann. Ein zentrales Thema war auch *Friluftsliv*, also die norwegische Philosophie des Draußen-Seins. Wir haben gemeinsam überlegt, wie man die Natur stärker in den Schulalltag integrieren kann.

Im grünen Modul standen theoretische Aspekte der Natur im Mittelpunkt – zum Beispiel Steine, Wälder, Ökosysteme oder Vögel. Auch hier waren wir aber viel draußen unterwegs. Die Kombination aus Theorie und direkter Erfahrung in der Natur hat die Themen für mich richtig spannend gemacht.



Proben vom Fjordwasser untersuchen



Fisch beim Eisfischen geangelt



Wassertests im Oslofjord durchführen



Outdoor Kochen und backen über dem Feuer



Schlittschuh fahren auf dem Moor hinter der Uni

Ein Highlight war das zweiwöchige Praktikum, das fast alle von uns im Horten Nature Center absolvierten. Jeden Tag kam eine andere Schulklasse, mit der wir Spiele in der Natur machten oder Programme wie Tierspuren lesen durchgeführt haben. Wir haben geschnitzt, Lager gebaut, kleine Experimente gemacht – und ich fand es unglaublich bereichernd, einen Einblick in ein anderes Schulsystem zu bekommen. Selbst die Kommunikation mit den Kindern auf Englisch hat überraschend gut funktioniert. Auch die Lehrerenden vor Ort waren super nett und wir haben uns dort alle sehr wohlfühlt.

Am Ende des Kurses mussten zwei Prüfungsleistungen erbracht werden:

Im grünen Modul gab es eine mündliche Prüfung mit einer kurzen Präsentation bzw. Monolog über ein Thema deiner Wahl und einem anschließenden Gespräch mit den Dozierenden. Auch wenn der Stoffumfang nicht wenig war – man braucht wirklich keine Angst davor zu haben. Die Lehrenden waren sehr freundlich, und die gesamte Atmosphäre war entspannt.

Im blauen Modul musste man eine Hausarbeit schreiben. Besonders daran war, dass man über das Semester verteilt zu mehreren kleinen Themen geschrieben hat. Am Ende musste man nur noch Feedback einarbeiten und ggf. Änderungen vornehmen. Auch für Leute, die gerne mal Dinge aufschieben (so wie ich) war das eine stressfreiere Art der Abgabe.

Zum Kurs gehörte auch, dass wir mehrere Nächte draußen verbracht haben. Das klingt erstmal herausfordernd, ist aber absolut machbar. Wir haben in Zelten, Sheltern und einmal sogar unter einem Felsen geschlafen. Ich würde auf jeden Fall empfehlen, einen warmen Schlafsack, eine gute Isomatte und Wollkleidung mitzunehmen. Diese Trips waren aber wirklich etwas Besonderes.



Unser Schlafplatz unter einem Felsen



Unsere erste Outdoor-Nacht an einem Platz unserer Wahl

Wenn man versucht, den Kurs zusammenzufassen, könnte man sagen: Es ging viel um Outdoor Learning – und darum, dass wir selbst wie Kinder erleben durften, wie Lernen in und mit der Natur funktionieren kann. Diese Erfahrungen haben uns geholfen, den Sinn hinter dieser Lernform zu verstehen – und motiviert, später selbst mit unseren Schulklassen nach draußen zu gehen. Wir haben jetzt das Wissen und das Selbstvertrauen, die Natur als Lernraum sinnvoll zu nutzen.

Aufenthalt in Norwegen

Für viele scheint Norwegen vielleicht auf den ersten Blick als eher unspektakuläres Land für ein Erasmus Aufenthalt. Wenn man große Städte und durchgehend Sommer sucht ist vielleicht Norwegen das Falsche für einen. Doch wenn man die schöne Natur, eine tolle Perspektive auf die Bildung, neue Leute und auch die Stimmung in Skandinavien mag, dann ist es das perfekte Land für einen.

Über die Dunkelheit in Norwegen muss man sich auch keine Sorgen machen. Als wir im Februar angekommen sind, wurde es nur minimal früher dunkel als bei uns in Deutschland, dafür hat man im Sommer einen großen Unterschied gespürt. Der Sonnenuntergang war teilweise erst um kurz vor elf weswegen wir oft an Sommerabenden bis spät abends Beachvolleyball gespielt haben.

Als wir zu Beginn in Norwegen ankamen, haben wir direkt unseren Kurs kennengelernt. Wir waren eine Internationale Gruppe und wir kamen aus Deutschland, Österreich, Niederlande, Ukraine, Spanien und Italien. Es war schön somit einen Einblick auch in andere Kulturen zu bekommen. Ansonsten haben wir auch viel Zeit mit anderen Internationals verbracht, man hat aber auch durch Sport oder Campus-Events einige nette Norweger kennengelernt. Ihr müsst euch also keine Sorgen machen, es gibt so viele und liebe Menschen vor Ort.

Natürlich haben wir viel Besonderes innerhalb unserer Kurse erlebt doch auch außerhalb haben wir an freien Wochenenden beispielsweise Trips nach Tromsø oder Bergen gemacht. Das waren jeweils superschöne Erfahrungen, die wir zusammen geteilt haben. Ich würde jedem empfehlen die freien Tage zu nutzen und beispielsweise auch einfach mal mit dem Zelt loszuziehen. Durch das Jedermannsrecht in Norwegen darf man bis zu 2 Nächten an einem Ort frei campen, was eine super Möglichkeit für einen kleinen Kurztrip in die schöne Natur ist.



Nordlichter in Tromsø



Bergen im Juni

Auf dem Weg nach Lillehammer an einem See zelten



Auch auf dem Campus gab es Einiges geboten, von vielen Sportangeboten bis hin zu Quizznights, Karaokeabend oder einem Beachvolleyballfeld auf dem wir viel Zeit verbracht haben war vieles dabei. Auch die Natur um den Campus herum ist wunderschön und abwechslungsreich. Es gibt sowohl ein kleines Moor direkt hinter dem Campus „Adalstjern“ und dazu einen schönen Wald, der sich super für Spaziergänge eignet. Zu Fuß war man aber auch innerhalb von 15 oder 20 Minuten runter zum Meer gelaufen, wo ich so einige Nachmittage verbracht habe.

Wohnen:

Es gibt insgesamt 5 verschiedene Wohnheime, wenn man sich für die USN bewirbt. Alle haben hierbei ihre eigenen Vorteile. Eines in der Stadt Tønsberg welches circa 20 Minuten mit dem Bus von der Uni entfernt ist. Eines ist in Asgardstrand welches aber eher für Familien und Paare genutzt wird. In Borre (2 Minuten mit dem Bus entfernt) ist Klokkegarden, hier hat man eher kleinere Häuser, und zwei direkt auf dem Campus (Fagerlund und „Campus Vestfold“). Mein ursprünglicher Favorit war Klokkegarden, wo ich aber durch die Einteilung leider nicht reinkam. Dennoch verbrachte ich dort viel Zeit da Freunde von mir dort wohnten. Da es nicht direkt auf dem Campus ist geht es dort etwas ruhiger zu, dennoch gibt es dort einen Party- und auch Billiardraum in denen manchmal Veranstaltungen stattfinden. Ich habe in „Campus Vestfold“ direkt auf dem Campus gewohnt. Es war zwar nicht meine erste Wahl aber nachdem ich dort eingezogen bin, habe ich mich super wohl gefühlt. Ich hatte ein eigenes Bad und habe mir eine Küche mit 5 anderen Studierenden geteilt, was sehr angenehm und überhaupt kein Problem war. In diesem Wohnheim kann es auch sein das man sich eine Küche mit bis zu 18 Leuten teilen muss aber selbst das war, was ich von meinen Freunden mitbekommen habe, gar kein Problem. In den geteilten Küchen finden außerdem wöchentliche cleaning-checks statt weshalb es meistens sauber und ordentlich war.

Wer es etwas moderner möchte, würde ich das Studentenwohnheim Fagerlund empfehlen, wo auch die meisten Partys sattgefunden haben.

Mit der App Student Sorøst hat man einen kompletten Überblick mit allem, was auf dem Campus stattfindet und man konnte sogar sein Zimmer damit öffnen, falls man mal seine Keycard vergessen hatte.



Studentenwohnheim Vestfold



Mein Wohnheimzimmer

Sonstiges:

Öffentliche Verkehrsmittel:

Hier rate ich euch zu Beginn ein Langzeits/Monatsticket zu kaufen. Dies gilt in ganz Vestfold und lohnt sich auf jeden Fall, da wir auch öfters vom Kurs aus mit den öffentlichen Bussen gefahren sind. Hierfür

ist die App VY oder VKT sehr hilfreich, wo ihr sowohl die Pläne einsehen könnt als auch direkt die Tickets buchen könnt.

Auch praktisch zu wissen, die Fähre von Horten nach Moss ist für Fußgänger kostenlos, was wir sehr oft genutzt haben.

Einkaufen:

Es gibt einige Läden in der Umgebung des Campus. Das nächste ist der Kiwi in Borre, aber auch in Asgardstrand und in Horten gibt es viele Möglichkeiten (Meny, Rema, Coop, Extra,...). Einige von ihnen haben auch sonntags offen, was manchmal ganz praktisch ist.

Swap shelf:

In jedem Wohnheim gibt es ein Swap shelf, indem jeder etwas reinstellen aber sich auch jederzeit was rausnehmen kann. Sozusagen ein Verschenkegal. Gerade wenn man nur ein halbes Jahr dort ist lohnt es sich immer mal wieder reinzuschauen, so musste ich beispielsweise kein Geschirr oder einen Wäscheständer kaufen.

Die Menschen in Norwegen:

Auch wenn sie zu Beginn oftmals etwas kühler oder distanziert wirken sind sie alle super lieb und offen. Manchmal muss man selbst einen Schritt auf Sie zugehen aber gerade bei Partys oder Sportangeboten kommt man schnell und einfach mit Ihnen in Kontakt.

Abschließend kann ich nur sagen: Traut euch!

Auch wenn ich weiß, dass es ganz schön aufregend sein kann, bin ich sehr dankbar das ich den Schritt gegangen bin! Es war eine unglaublich bereichernde Zeit – voller neuer Eindrücke, persönlichem Wachstum und unvergesslicher Erfahrungen.

Ich hoffe ich konnte euch mit meinen Erfahrungen einen kleinen Eindruck in mein Semester an der USN geben und vielleicht habe ich ja den einen oder anderen neugierig gemacht oder motiviert über ein Auslandssemester nachzudenken. 😊



Mittagspause beim marine pollution day mit dem Kurs