

Warum Klettern in der Schule?

Klettern gehört wie das Laufen, Springen oder Balancieren zu den Grundformen menschlicher Bewegungen und stellt als Erkundungshandlung im Rahmen des natürlichen Bestrebens, sich mit seiner Umgebung auseinander zusetzen, ein kreatives Element in der Entwicklung eines Kindes dar.

Der Handlungssinn des Kletterns liegt darin, "sich vom Erdboden weg in verschiedene Bewegungsrichtungen, meist in die Vertikale, zu bewegen und gegen die Einwirkung der Schwerkraft seinen Körper im Gleichgewicht zu halten. Hierbei kommt der Wechselwirkung zwischen Wahrnehmung und Bewegung eine große Bedeutung zu" (WITZEL 1998, 133).

Dabei verdichten und verbinden sich im Verlauf der Bewegungsplanung und Bewegungsausführung motorische, emotionale (psycho-physische), sozial-kommunikative, verantwortungsethische und kognitive Aspekte in einer im Schulsport selten zu beobachtenden Intensität. Hinzu kommt die unabdingbare, sportartspezifische Sicherungskompetenz.

Zusammengefasst lassen sich sechs komplexe und wechselseitig wirkende Bereiche differenzieren:



Abb. 1: Selbstwirksamkeit (KNOPP: *unveröffentlichte Lehrgangsunterlagen*)

Der **motorische Bereich** ist geprägt durch die Anwendung von bestimmten elementaren und speziellen Klettertechniken und durch teilweise akrobatisch anmutende Bewegungen.

So weit wie möglich hinaufzuklettern und schwierige Kletterstellen mit einer kreativen Bewegungsfolge zu überwinden, stellt für viele Kletterer einen besonderen Bewegungsanreiz dar. Vielfältige Sinneswahrnehmungen, erlebnisreiche Bewegungs- und Körperempfindungen sowie bewährte Klettertechniken vermitteln ebenso wertvolle Erfahrungen wie das spielerisch-experimentierende Erproben neuer und ungewohnter Bewegungsformen. Je nach persönlichen Voraussetzungen, Technikkompetenz und Kletterstreckenprofil werden hierbei konditionelle und koordinative Fähigkeiten gefordert und gefördert.

Hervorzuheben sind bei den koordinativen Fähigkeiten zunächst die taktilen und kinästhetischen Erfahrungen und die Schulung des Gleichgewichtssinns. Schließlich entwickelt sich ein kletterspezifisches Körpergefühl, das in der Ästhetik der Kletterbewegungen sichtbaren Ausdruck findet. Wesentliche konditionelle Elemente des Kletterns sind die Kräftigung des Halte- und Bewegungsapparates sowie die Verbesserung der Beweglichkeit.

Eine schwierige Route zu bewältigen, mit vollem Kraftaufwand und dem Einsatz des ganzen Körpers, erhöht bei regelmäßiger Ausübung die körperliche Fitness.

Für den **psycho-physischen Bereich** erlangen die Sensationsgefühle und vor allem die persönliche Bewältigung von Grenzsituationen eine besondere Bedeutung. Angst vor der Höhe (besser: vor der Tiefe), Angst vor dem Stürzen und das Überwinden dieser Ängste sind typische Beispiele dafür. Sportpädagogische Arbeit mit der Sinnorientierung „Erlebnis, Wagnis und Abenteuer“ ist eine Arbeit, die „an die Grenzen“ geht und von Luckner/Nadler (1997) als „Edgework“ beschrieben wird. Dies meint das Annehmen einer Herausforderung und das Bewältigen einer Situation als Prozess des Überschreitens der Grenze bzw. des Scheiterns an einer (subjektiven) Grenze (Edge) zwischen eigener „Comfort-Zone“ und „New-Territory“. Das „New-Territory“ ist in diesem Modell durch die sportpädagogische Aktivität und die nach Bewältigung veränderte Alltagssituation charakterisiert. Das bewusste Durchbrechen der eigenen Grenzen mit den verbundenen Emotionen, Verhaltensweisen und Hilfen („Feelings“, „Patterns“, „Support“) erleichtert es dem Teilnehmer, in neuen Aktivitäten und Situationen im Erfolgsfall ähnlich bei Misserfolg anders zu handeln, da eben die Gefühle der neuen Situation vertraut sind. Hier finden Lernen statt. Der Lernende „wächst“ an seinen Grenzen.

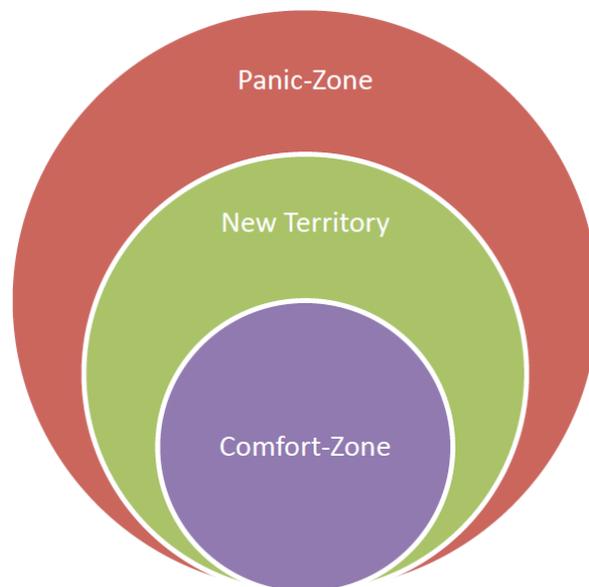


Abb. 2: Grenzüberschreitung (vereinfacht nach Luckner/Nadler, 1997, S. 29 u. S. 33)

Sich beim Klettern erfolgreich gewissen "Wagnis-Risiko-Situationen" auszusetzen, bei denen man im Falle eines Fehltrittes oder einer falsch gewählten Bewegungshandlung die Kontrolle über seine Position verlieren kann, fördert das Vertrauen in das eigene Können und stärkt das Selbstwertgefühl. Beim Klettern sind psychische Stärke wie Mut, Willenskraft, Selbstvertrauen, Konzentration und Entschlossenheit gefragt.

Darüber hinaus lässt sich über das Felsklettern Natur in ihrer Schönheit und Vielfalt sinnlich (im wahrsten Sinne des Wortes) "begreifen". Die Folge davon könnte der Beginn bzw. Aufbau einer emotionell tragfähigen Beziehung zu natürlichen Lebens- und Bewegungsräumen sein.

Schon allein die sicherheitsrelevanten Abläufe sorgen im **sozial-kommunikativen Bereich** für eine besondere Qualität. Seilkommandos und Partnercheck fordern Interaktion. Seinen Kletterpartner "anfeuernd" zu ermutigen, gemeinsam die Schlüsselstellen einer Kletterroute auszubouldern, sich gegenseitig Bewegungsalternativen aufzuzeigen oder nach einer gelungenen Rotpunktbegehung einer Route sich miteinander zu freuen sind weitere charakteristische Interaktionsbeispiele.



Abb. 3: Dreieck Partnercheck (aus: http://www.alpenverein.de/bergsport/sicherheit/aktion-sicher-klettern/aktion-sicher-klettern-kampagne-partnercheck_aid_10488.html download 06.03.12)

Gelingt es, im gemeinsamen Erfahrungs- und Meinungs austausch eine Verstehensgrundlage zu schaffen, können Interaktions- und Sachprobleme besser beurteilt, kann beziehungs- und sachkompetentes Handeln entwickelt und Verständigung gefördert werden.

Der **verantwortungsethische Bereich** ergibt sich aus der Tatsache, dass das Klettern eine ernsthafte Bewährungsprobe darstellt. Verantwortliches Handeln nicht nur theoretisch abstrakt im Rahmen von Gesprächssituationen zu reflektieren, sondern "echt" und lebensnah zu erfahren, kennzeichnet den herausragenden Stellenwert dieses Bereiches. Verantwortungsübernahme im Kletteralltag wird über viele Anlässe konkret eingefordert (Material- und Knotenkontrolle beim Partnercheck, Partnersicherung, etc.). Daran gekoppelt ist die Notwendigkeit, Vertrauen zum sichernden Partner und zur Ausrüstung zu entwickeln.

Die Unmittelbarkeit und Überschaubarkeit solcher Situationen vermittelt Kindern und Jugendlichen die praktische Seite von Verantwortung. Gemäß dem Imperativ von HANS JONAS: "Handle so, dass die Wirkungen deiner Handlungen verträglich sind", lernen Heranwachsende zu verstehen, dass jegliches (Nicht-)Handeln unweigerlich Folgen nach sich zieht, für die man sich zu rechtfertigen hat.

Im sportartspezifischen **kognitiven** Bereich findet sich das Verständnis für die Sicherungstheorie. Ausrüstung und Material werden erfasst, die Notwendigkeit der korrekten Handhabung und die im Sturzfall freiwerdenden Kräfte unmittelbar deutlich. Der Stellenwert des KSP für Funktionszusammenhänge von Bewegungsabläufen wird erfahrbar.

Die **Sicherungskompetenz** ergibt sich aus den erforderlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten im motorischen, kognitiven und sozialen Bereich. Ihre Entwicklung lässt sich in Kompetenzstufen darstellen und erfordert je nach Könnensstand eine geeignete Aufsichtsform. Grundsätzlich gilt: je geringer die Sicherungskompetenz, desto unmittelbarer, lückenloser und redundanter die Aufsicht.

Mit steigender Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit des Kindes kann die Aufsicht von kontrollierter Form in betreute Form übergehen.

Aufsichtsform Topropesicherung		Sicherungskompetenz			Aufsichtsform Vorstiegssicherung	
		Kognitive Kompetenz	Motorische Kompetenz	Soziale Kompetenz		
ab ca. 8 Jahren ↓	Sichern unter Kontrolle Mit Hintersicherung durch Erwachsenen	I. Grobe Bewältigung der Sicherung <i>Sammeln von Wissen, Bewegungs- und Handlungserfahrung</i>			Sichern unter Kontrolle Mit Hintersicherung durch Erwachsenen	↓ erst wenn das Topropesichern in Stufe II. beherrscht wird, sollte mit der Vorstiegssicherung begonnen werden ↓
	Sichern mit Betreuung Mit oder ohne Hintersicherung durch Kind und mit verbaler bzw. physischer Hilfe durch Erwachsenen	II. Beherrschung der Sicherung <i>Üben und Automatisieren</i>			Sichern mit Betreuung Mit verbaler bzw. physischer Hilfe durch Erwachsenen	
Erst ab 14 Jahren	Sichern ohne Kontrolle und Betreuung Bis 18 Jahren nur mit Einverständnis der Erziehungsberechtigten	III. Variable Beherrschung der Sicherung <i>Beherrschung unter Störeinflüssen und in unterschiedlichen Sicherungssituationen</i>			Sichern ohne Kontrolle und Betreuung Bis 18 Jahren nur mit Einverständnis der Erziehungsberechtigten	Erst ab 14 Jahren

Abb. 4: Deutscher Alpenverein (Hrsg.): Entwicklung der Sicherungskompetenz (aus: http://www.alpenverein.de/chameleon/outbox/public/e01617c7-31ff-dfe2-cbb6-00bd60ae3051/DAV_und_JDAV_Empfehlung-zur-Sicherungskompetenz-Kinder-und-Jugendlicher-beim-Klettern-2011_18482.pdf download 06.03.12)

Es wird deutlich:

Für den Schulsport besteht die Chance, durch das Klettern erzieherisch bedeutsamen Aufgaben nachzukommen. Dies kann ohne eine übersteigerte Form von pädagogischer Instrumentalisierung geschehen, da der Zugang immer über körper- und bewegungsbezogene Kletterhandlungen erfolgt: Wer gemeinsam mit anderen klettern will, erhält im Schulsport die (Lern-)Gelegenheit, soziale Handlungsweisen wie Mitverantwortung, Kooperation und Einfühlungsvermögen zu zeigen und weiterzuentwickeln. Wer sein Hauptinteresse darin sieht, seinen persönlichen Schwierigkeitsgrad beim Klettern zu verbessern, erhält im Schulsport die (Lern-)Gelegenheit, Erfahrungen mit der eigenen Leistungsstärke zu sammeln sowie die Leistungsfähigkeit anderer zu respektieren. Klettern in der Schule kann somit auch seinen Teilbeitrag leisten, Kinder und Jugendliche insbesondere "zur Mündigkeit im Umgang mit sich selbst und mit der Welt" hinzuführen (BALZ 1992, S. 19).