

Thema der Unterrichtsstunde:

Bewältigen individueller Herausforderungen an einer künstlichen Kletterwand durch Initiieren der unterschiedlichsten Kletteraufgaben.

Der Stundenaufbau:

(Schwerpunktperspektiven: Wagnis, Leistung, Kooperation, Körpererfahrung)

Phase	Inhalt und Struktur des Lernprozesses	Organisation, Sozialform	Medien, Geräte, Materialien
Offener Einstieg	Die Schüler zahlen den Eintritt, leihen ihre Materialien zum Klettern aus und können zur Erwärmung selbstständig in Absprunghöhe klettern.		Gurte, Kletterschuhe, Karabiner
Begrüßung	Begrüßung der Schüler, Bekanntgabe des Ablaufs der heutigen Stunde.	Lehrervortrag	
Einstieg	Unter Einbeziehung der Schüler werden, angeleitet durch den Lehrer, die Abläufe beim Sichern und die wichtigsten Sicherheitsregeln beim Klettern wiederholt.	Lehrergelenkte Demonstration des Sicherns, Unterrichtsgespräch.	Kletterequipment
Handlungsphase I	Die Schüler führen die Aufgaben der verschiedenen Arbeitskarten durch und notieren auf vorbereiteten Moderationszetteln ihre Ergebnisse.	Gruppenarbeit (mindestens Dreiergruppen)	Zettel, Stifte, Stationskarten, Kletterequipment
Reflexion I	Die Schüler reflektieren über die Erfahrungen, die sie auf Moderationszetteln notiert haben. (Erfahrungsaustausch).	Unterrichtsgespräch	Moderationszettel
Anwendungsphase	Die Schüler haben die Aufgabe Routen zu klettern. Sie sollen aus der Vielzahl der Kletterrouten in der Halle eine aussuchen, die sie persönlich bewältigen möchten und ihnen bezüglich des Schwierigkeitsgrads angemessen erscheint.	Gruppenarbeit (mindestens Dreiergruppen)	Kletterequipment
Abschluss	Unterrichtsgespräch zum Effekt der Kletteraufgaben für das Klettern in Routen. Abschließende Worte zur Unterrichtseinheit Klettern.	Unterrichtsgespräch	

Die verbindlichen Aufgaben: Blind Klettern, Routenklettern.

Fakultative Aufgaben: Speed Klettern, Linienklettern, Klettern mit einer Lotschnur (unbelastetes Weitertreten), Kletterspiele, Klettern in Seitposition (Eindrehen), Platt an der Wand oder Luftballon im Bauch.