

## Stufenentwicklung vom beaufsichtigten zum selbständigen Sichern beim Klettern an künstlichen Kletterwänden in Abhängigkeit von kognitiven, sozialen und motorischen Leistungsmerkmalen (Fähigkeiten/Fertigkeiten)

Kognition	Der/die Teilnehmer*in erfasst den Sicherungsvorgang kognitiv, das notwendige Wissen in Bezug auf die jeweilige Sicherungsstufe sind bekannt und ein entsprechendes Maß an Aufmerksamkeit ermöglicht Lernen durch Erfahrung.		
	Sichern unter Aufsicht		
	Kontrolliertes Sichern	Betreutes Sichern	Selbständiges Sichern
Wahrnehmung	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN hat Bewusstsein für das eigene Handeln</li> <li>- TN nimmt Aktionen des/der Partners*in wahr</li> <li>- TN nimmt Anweisungen des/der Trainers*in wahr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN nimmt mögliche Gefahren und Fehler wahr</li> <li>- TN hat Bewusstsein für das eigene Handeln und die sich daraus ergebenden Konsequenzen</li> <li>- TN nimmt eigene und fremde Emotionen wahr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN erfasst ähnliche Situationen</li> <li>- TN antizipiert Fehler</li> <li>- TN nimmt gesamtes Umfeld wahr</li> </ul>
Wissen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN versteht den Sicherungsvorgang</li> <li>- TN kennt Partnercheck</li> <li>- TN versteht Anweisungen des/der Trainers*in</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN versteht 3-Bein-Logik und Bremshandprinzip</li> <li>- TN kennt typische Gefahren und Fehler</li> <li>- TN kennt präventive Maßnahmen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kennt die Erfordernisse unterschiedlicher Rahmenbedingungen und Situationen</li> <li>- TN kann Risiko einschätzen</li> <li>- TN kennt eigene und fremde Handlungskompetenz</li> </ul>
Aufmerksamkeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kann sich auf einen Sicherungsvorgang konzentrieren</li> <li>- TN hat genügend Aufmerksamkeit für Übungs-, Spielformen</li> <li>- TN kann reflektieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN ist in der Lage, Konzentration über mehrere Sicherungsvorgänge beizubehalten</li> <li>- TN kann Ablenkungen widerstehen</li> <li>- TN erkennt Konzentrationsverlust</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN hat Konzentration für jeden Sicherungsvorgang</li> <li>- TN kann Verhalten des/der Partners*in beobachten und simultan korrekt sichern</li> <li>- TN verfügt über mehr Ressourcen als nötig</li> </ul>

<b>Soziabilität</b>	Der/die Teilnehmer*in kann sich in die Seilschaft einfügen und je nach Sicherungsstufe wirkungsvoll mit dem/der Partner*in und Trainer*in zusammenarbeiten.		
	<b>Sichern unter Aufsicht</b>		
	<b>Sichern unter Aufsicht</b>	<b>Sichern unter Aufsicht</b>	<b>Selbständiges Sichern</b>
<b>Kommunikation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN hält Kontakt zum/zur Kletterpartner*in</li> <li>- TN achtet auf Kommunikation mit Trainer*in</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN führt Selbstkontrolle und Partnercheck korrekt durch</li> <li>- TN führt Kommandos korrekt aus</li> <li>- TN hält permanent Kontakt zum/zur Kletterpartner*in</li> <li>- TN hält Gebote und Verbote des/der Trainers*in ein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN bewältigt Kommunikationsstörungen</li> <li>- TN gibt wechselseitig Rückmeldungen</li> <li>- TN kann Tipps, Gebote, Verbote aussprechen</li> </ul>
<b>Selbsteinschätzung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kann eigene Emotionen wahrnehmen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kann eigenes Sicherungsverhalten korrekt einschätzen und erkennt mögliche Defizite</li> <li>- TN kann eigenes Können richtig einschätzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN erkennt Fehler</li> <li>- TN reagiert flexibel und situationsangepasst auf die jeweilige Situation</li> </ul>
<b>Fremdeinschätzung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kann ein Gefühl für das Können des/der Partners*in entwickeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN erkennt Probleme des/der Kletterpartners*in</li> <li>- TN hat Vertrauen zum/zur Kletterpartner*in</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN antizipiert Probleme des/der Kletterpartners*in und reagiert vorausschauend</li> <li>- TN kann Fähigkeiten der Kletterpartner*innen einschätzen und eigenes Verhalten anpassen</li> </ul>

<b>Motorik</b>	Der/die Teilnehmer*in verfügt in der jeweiligen Sicherungsstufe über die notwendigen sport- und psychomotorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten, um die entsprechende Sicherungssituation erfolgreich zu bewältigen.		
	<b>Sichern unter Aufsicht</b>		
	<b>Kontrolliertes Sichern</b>	<b>Betreutes Sichern</b>	<b>Selbständiges Sichern</b>
<b>Kondition</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN verfügt über ausreichend Handkraft</li> <li>- TN verfügt über ausreichend Durchhaltevermögen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kann Partner*in in Hängeposition und beim Ablassen ohne Probleme über längere Zeit halten</li> <li>- TN kann bei Bedarf schnell Seil ausgeben und einholen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN verfügt über mehr Kondition als notwendig</li> </ul>
<b>Koordination</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN hält immer mit einer Hand das Bremsseil</li> <li>- TN kann verschiedene Abläufe mit Pausen und Anweisung aneinanderreihen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN führt den Partnercheck korrekt und sicher aus</li> <li>- TN sichert korrekt im Toprope und Vorstieg</li> <li>- TN lässt korrekt Partner*in ab (Ausführungen siehe Kletterscheinbroschüre)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN verändert eigene Sicherungsposition und Körperhaltung je nach Sicherungssituation</li> <li>- TN kann verschiedene Abläufe vermischen</li> <li>- TN kann spontan reagieren</li> </ul>
<b>Psychomotorik</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN hat Falltest bewältigt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kann eigene Fehler erkennen und korrigieren</li> <li>- TN erkennt Angstgefühle und deren Auswirkung auf Motorik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN erkennt Verlust von Bewegungsqualität</li> <li>- TN erkennt Müdigkeit und Kraftverlust und handelt dementsprechend</li> </ul>

Leistungskategorien/-merkmale Entwicklungs-/Aufsichtsstufen	<b>Motorik</b>	<b>Kognition</b>	<b>Soziabilität</b>
<b>Kontrolliertes Sichern</b> Ab ca. 8 – 10 Jahren	<b>Grobe Bewältigung der Leistungsmerkmale</b>		
<b>Betreutes Sichern</b> mit/ohne Hintersicherung	<b>Feine Bewältigung und grobe variable Verfügbarkeit der Leistungsmerkmale</b>		
<b>Selbständiges Sichern</b> Ab 14 Jahren (Beginn 15. Lebensjahr)	<b>Beherrschen der feinen Bewältigung und variablen Verfügbarkeit der Leistungsmerkmale</b>		

