

Tagesausflug der R10B und R9B zum Klettern in der CUBE-Kletterhalle in Wetzlar

[→Bilder](#)

Der Klettersport erfreut sich seit Jahren wachsender Beliebtheit und in unserer bietet die Kletterwand der Sporthalle die Möglichkeit das Klettern auch in den Sportunterricht einzubauen.

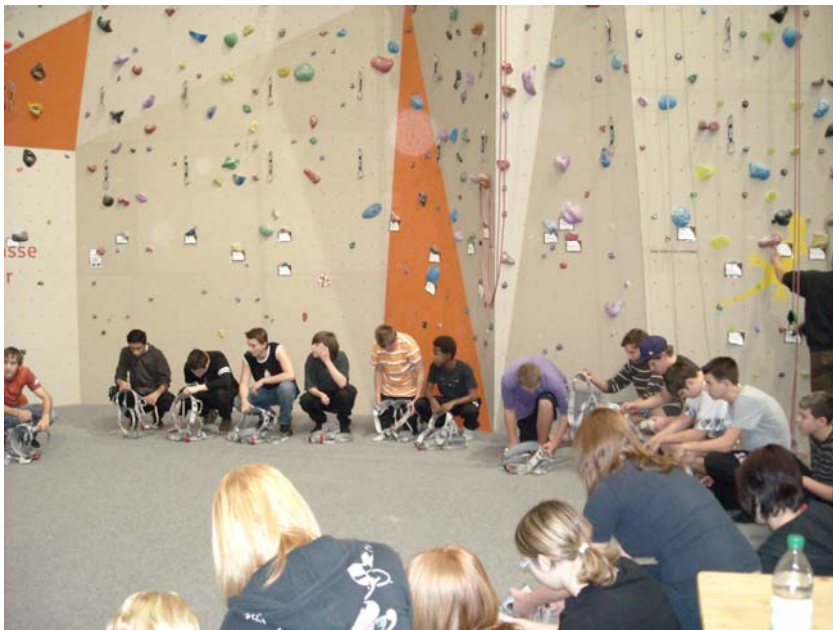
Aus wissenschaftlicher Sicht ist der pädagogische Wert des Kletterns in der Schule unbestritten, aber es macht den Schülern/innen vor allen Dingen auch noch Spaß und sie gehen mit einer großen Motivation und Konzentration an die Sache heran, wie unter anderem auch die Bilder zeigen.

Was den sportlichen Aspekt angeht, müssen die Schüler/innen beim Klettern hohe motorische Anforderungen bewältigen, bei denen ein großes Maß an Gleichgewicht, Beweglichkeit und Körperkraft verlangt wird.

Dabei erleben Sie persönliche Grenzsituationen, wie zum Beispiel das Überwinden der Höhenangst.

Auch soziale Aspekte kommen nicht zu kurz, so ist das absolute Vertrauen zu den beiden Mitschüler/in nötig, weil diese die Seilsicherung beim Klettern und das Ablassen aus großer Höhe übernehmen. Jeder Schüler/in muss aber auch beim Partnersichern Verantwortung übernehmen, dazu gehören schon vor dem Klettern die Material- und Knotenkontrolle und während des Kletterns das absolut zuverlässige Sichern des/r Mitschüler/in.

Unsere beiden Klassen waren diesbezüglich so vorbildlich, das sogar die teilnehmenden Lehrer sich von den Schülern sichern ließen. All das natürlich unter der Aufsicht des geschulten Trainerpersonals des Cube-Trainerteams der Kletterhalle in Wetzlar.



Die Trainer erklären das Anlegen der Sicherungsurte

Die 42 Schüler/innen der Klassen R9B und R10B wurden dort von 3 Trainern in einem 2 stündigen Einführungskurs zunächst in die Sicherungstechnik und in die grundlegenden Klettertechniken eingewiesen. Material, wie Kletterschuhe, Klettergurte und Sicherungsmaschinen wurden von dem Trainerteam zur Verfügung gestellt und beim praktischen Einsatz demonstriert.

Dann durften 3er-Gruppen im Toprope (die Seilsicherung erfolgt über eine Umlenkung stets von oben) sich an den unterschiedlich schweren Wandbereichen der Kletterhalle selbständig unter Aufsicht des Cube-Trainerteams und der betreuenden Lehrer Fr. Reiche, Hr. Ruppel und Hr. Claus versuchen.



Saskia und Kader beim Sichern

An den unterschiedlich steilen Wandbereichen der Halle sind am Wandfuß die Namen und die Kletterschwierigkeiten der Kletterrouten angebracht (in Wetzlar beginnen die



Kader in Siegerpose nach erfolgreichem Durchstieg

Schwierigkeitsgrade bei Grad 3 und gehen bis zum Grad 10 der so genannten UIAA-Schwierigkeitsskala). Dabei darf der Kletterer nur die aufgeschraubten Griffe einer bestimmten Farbe als Haltepunkt oder als Tritte zur Fortbewegung nutzen. Hr. Claus kletterte 3 unterschiedlich schwere Routen vor, an denen sich jeder nach seinen Fähigkeiten messen konnte. Bei der schwierigsten Kletterroute z.B. war die Sportnote 1 mit Stern der Anreiz, entsprechend motiviert versuchten sich hier die Schüler/innen.

Oft sind beim Klettern Schüler/innen, die in den typischen Ballsportarten im Sportunterricht nicht so motiviert sind, die leistungsfähigsten. So zum Beispiel bei den Mädchen der Klasse R10B erreichten Kader oder Tori die Umlenkung einer der schweren Routen. Sie wurde unterwegs euphorisch angefeuert und erhielten tosenden Applaus und Jubel bei Erreichen der Umlenkung.



Tori klettert erfolgreich nur an schwarzen Griffen und Yvonne versucht sich nur an lila Griffen