

# Stufenentwicklung vom beaufsichtigten zum selbständigen Sichern beim Klettern in Abhängigkeit von kognitiven, sozialen und motorischen Kompetenzen



<b>Kognitive Kompetenz</b>	Der Teilnehmer erfasst den Sicherungsvorgang, hat das notwendige Wissen für die jeweilige Sicherungsstufe und ein entsprechendes Maß an Konzentration, dass ein dem Sicherungsniveau angepasstes aufmerksames Sichern ermöglicht.		
	<b>Sichern mit Aufsicht</b>		<b>Sichern ohne Aufsicht</b>
	<b>Sichern unter Kontrolle</b>	<b>Sichern mit Betreuung</b>	<b>Sichern ohne Kontrolle und Betreuung</b>
<b>Wissen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN versteht die grundsätzliche Gefahr des Absturzes und das daraus resultierende Risiko</li> <li>- TN versteht den Sicherungsvorgang</li> <li>- TN versteht das Bremshandprinzip</li> <li>- TN versteht Anweisungen des Trainers</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kennt den Partnercheck</li> <li>- TN versteht die 3-Bein-Logik</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 Anforderungen unterschiedlicher Rahmenbedingungen und Situationen</li> <li>- TN kann Risiko unterschiedlicher Rahmenbedingungen und Situationen einschätzen</li> <li>- TN kennt eigene und fremde Handlungskompetenz</li> </ul>
<b>Wahrnehmung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN hat für das eigene Handeln ein Bewusstsein</li> <li>- TN nimmt Aktionen des Partners wahr</li> <li>- TN nimmt Anweisungen des Trainers wahr</li> <li>- TN kann sich auf einen einzelnen Sicherungsvorgang konzentrieren</li> <li>- TN hat genügend Aufmerksamkeit für Übungsformen</li> <li>- TN kann reflektieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN nimmt Gefahren und Fehler wahr</li> <li>- TN hat Bewusstsein für das eigene Handeln und Konsequenzen</li> <li>- TN nimmt eigene und fremde Emotionen wahr</li> <li>- TN hat Konzentration über mehrere Sicherungsvorgänge</li> <li>- TN kann Ablenkungen widerstehen</li> <li>- TN erkennt Konzentrationsverlust und sich daraus ergebende Konsequenzen</li> <li>- TN kann eigenes Sicherungsverhalten, mögliche Defizite korrekt einschätzen</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> <li>- TN hat Konzentration für jeden Sicherungsvorgang</li> <li>- TN kann Verhalten des Partners beobachten und simultan immer korrekt sichern</li> <li>- TN erkennt Verlust von Bewegungsqualität</li> <li>- TN erkennt Müdigkeit und Kraftverlust und handelt dementsprechend</li> </ul>
<b>Lernstufe</b>	<b>Grobe Bewältigung</b>	<b>Automatisieren</b>	<b>Variable Beherrschung</b>

# Stufenentwicklung vom beaufsichtigten zum selbständigen Sichern beim Klettern in Abhängigkeit von kognitiven, sozialen und motorischen Kompetenzen



<b>Soziale Kompetenz</b>	Der Teilnehmer kann sich in die Seilschaft einfügen und je nach Sicherungsstufe wirkungsvoll mit dem Partner und Trainer zusammenarbeiten.		
	<b>Sichern mit Aufsicht</b>		<b>Sichern ohne Aufsicht</b>
	<b>Sichern unter Kontrolle</b>	<b>Sichern mit Betreuung</b>	<b>Sichern ohne Kontrolle und Betreuung</b>
<b>Kommunikation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN hält Kontakt zum Kletterpartner</li> <li>- TN achtet auf Kommunikation mit dem Trainer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN führt Partnercheck korrekt durch</li> <li>- TN führt Kommandos korrekt aus</li> <li>- TN hält permanent Kontakt zum Kletterpartner</li> <li>- TN hält Gebote und Verbote des Trainers 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 und Verbote aussprechen</li> </ul>
<b>Emotion</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kann eigene Emotionen wahrnehmen</li> <li>- TN hat ein Gefühl für das Können und die Emotionen des Partners</li> <li>- TN anerkennt die Rolle des Trainers</li> <li>- TN kann Korrekturen akzeptieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kann eigenes Sicherungsverhalten korrekt einschätzen und erkennt mögliche Defizite</li> <li>- TN erkennt Probleme des Kletterpartners</li> <li>- TN hat Vertrauen zum Kletterpartner</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN erkennt Fehler und spricht sie an</li> <li>- TN reagiert flexibel und situationsangepasst auf die jeweilige Situation</li> <li>- TN antizipiert Probleme des Kletterpartners und reagiert vorausschauend</li> <li>- TN kann Fähigkeiten des Kletterpartners einschätzen und eigenes Verhalten anpassen</li> </ul>
<b>Lernstufe</b>	<b>Grobe Bewältigung</b>	<b>Automatisieren</b>	<b>Variable Beherrschung</b>

# Stufenentwicklung vom beaufsichtigten zum selbständigen Sichern beim Klettern in Abhängigkeit von kognitiven, sozialen und motorischen Kompetenzen



<b>Motorische Kompetenz</b>	Der Teilnehmer verfügt in der jeweiligen Sicherungsstufe über die notwendige motorischen Kompetenz, um die entsprechende Sicherungssituation erfolgreich zu bewältigen.		
	<b>Sichern mit Aufsicht</b>		<b>Sichern ohne Aufsicht</b>
	<b>Sichern unter Kontrolle</b>	<b>Sichern mit Betreuung</b>	<b>Sichern ohne Kontrolle und Betreuung</b>
<b>Kondition</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN verfügt über ausreichend Handkraft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN kann Partner 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 kann eigene Kondition richtig einschätzen, Dauer und Schwierigkeit der Kletteraktivitäten sowie Ruhephasen selbständig bestimmen</li> </ul>
<b>Koordination</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN bewältigt Seilhandling mit Hilfe</li> <li>- TN kann verschiedene Abläufe mit Pausen und Anweisung aneinanderreihen</li> <li>- TN hat den Falltest bewältigt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TN führt den Partnercheck korrekt aus</li> <li>- TN sichert korrekt im Toprope und Vorstieg</li> <li>- TN lässt Partner korrekt ab</li> <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 verändert eigene Sicherungsposition und Körperhaltung je nach Sicherungssituation</li> <li>- TN kann verschiedene Abläufe vermischen</li> <li>- TN kann spontan reagieren</li> </ul>
<b>Lernstufe</b>	<b>Grobe Bewältigung</b>	<b>Automatisieren</b>	<b>Variable Beherrschung</b>