



## Ausbildung der Lehrkräfte in Rheinland-Pfalz

### Kurs 1: „Klettern an künstlichen Kletteranlagen“ (2 Tage)

<b><u>1. Tag</u></b>			
<u>Einheit</u>	<u>T / P</u>	<u>Inhalt</u>	<u>Zeitansatz (UE)</u>
1.1	T	Formalitäten, Organisation, Ziele, Überblick	0,5
1.2	P	Allg. und spez. Erwärmung	1,0
1.3	P	<b><u>Klettertechnik (I) Grundelemente</u></b> <i>Fußtechnik, Steigetechnik (meth. Reihe)</i>	1,5
1.4	P	Klettertechnik Grundelemente <i>Spielformen, Boulderspiele</i>	1,0
1.5	P	<b><u>Sicherungstechnik I</u></b> <i>Gurtsysteme, Einbinden (Gesteckter Achter), Partnersicherung (Tubeprinzip, SMART)</i>	1,0
1.6	P	<b><u>Sicherungstechnik II</u></b> <i>Toprope (Sichern, Ablassen) Partnercheck, Kommandos, Gefahrenmomente</i>	2,0
1.7	T	<b><u>Sicherungstechnik III</u></b> <i>Wdh.: Gefahrenmomente beim Toprope-Klettern Sicherungsverhalten</i>	1,0
1.8	T	Literatur Künstliche Kletteranlagen (Typen, Normen)	1,0
			<b>9,0</b>



## Ausbildung der Lehrkräfte in Rheinland-Pfalz

### Kurs 1: „Klettern an künstlichen Kletteranlagen“ (2 Tage)

<u>2. Tag</u>			
<u>Einheit</u>	<u>T / P</u>	<u>Inhalt</u>	<u>Zeitansatz (UE)</u>
1.9	P	<b><u>Sicherungstechnik II (Wdh.)</u></b> <i>Toprope (Sichern, Ablassen)</i> <i>Partnercheck, Kommandos, Gefahrenmomente</i>	2,0
1.10	P	<b><u>Klettertechnik (II) Aufbauelemente</u></b> <i>frontal, eingedreht</i> <i>dynamisch,</i>	1,5
1.11	T	Verletzungsprophylaxe	0,5
1.12	P	<b><u>Sicherungstechnik IV</u></b> <i>Sichern mit HMS (Einf.)</i> <i>Sichern mit GriGri (Einf.)</i>	1,5
1.13	P	<b><u>Sicherungstechnik V</u></b> <i>Toprope-Klettern: Falltest (Stufen 1-4)</i>	1,5
1.14	P	<b><u>Hallengebirge</u></b> <i>Klettern in der Sporthalle</i>	2,0
			<b>9,0</b>



## Ausbildung der Lehrkräfte in Rheinland-Pfalz

### Kurs 2: „Felsklettern: Vorstieg - Gruppenbetreuung - Sicherheit“ (3 Tage)

<u>1. Tag</u>			
<u>Einheit</u>	<u>T / P</u>	<u>Inhalt</u>	<u>Zeitansatz (UE)</u>
2.1	T	Formalitäten, Organisation, Ziele, Überblick	
2.2	T	Klettersport in der Schule (Didaktik) <i>Ziele, Inhalte</i> <i>Methodik: Lernzonenmodell</i>	1,0
2.3	P / T	<b><u>Kletterschein Toprope</u></b> <i>Abnahme (Einstiegsvor. Kurs 2)</i>	2,0
2.4	P	<b><u>Sicherungstechnik VI</u></b> <b><u>Einführung in das Vorstiegsklettern</u></b> <b>Methodische Reihe</b> - <i>clippen, hüftnahes Einh., Seilführung, Umlenker</i> - <i>Spotten, Sichern, Ablassen, Kommandos</i>	4,0
2.5	T	Sicherungstechnik VII <i>Gefahrenmomente beim Vorstiegs-Klettern</i> <i>Sicherungsverhalten</i>	1,0
2.6	P	<b><u>Geländeabsicherung</u></b> <i>Fixseil, Geländerseil</i> <i>Vernähte Bandschlinge, Ankerstich</i> <i>Sackstichknoten, Mastwurfknoten</i>	1,0
			<b>9,0</b>



## Ausbildung der Lehrkräfte in Rheinland-Pfalz

### Kurs 2: „Felsklettern: Vorstieg - Gruppenbetreuung - Sicherheit“

(3 Tage)

<u>2. Tag</u>			
<u>Einheit</u>	<u>T / P</u>	<u>Inhalt</u>	<u>Zeitansatz (UE)</u>
2.7	T	Sicherungsverhalten (Theorie)	1,0
2.8	P	Vorstieg an Naturfelsen I <b><u>Methodik der Vorstiegsschulung</u></b> (methodische Reihe) „clippen“ Seilführung Zwischensicherungen Selbstsicherung (Mastwurf)	3,0
2.9	P / T	Vorstieg an Naturfelsen II <b><u>Umbau an der Umlenkung</u></b> (Toprope einrichten) „spitz“ bzw. „stumpf“ Abgelassen werden	2,0
2.10	P / T	Vorstieg an Naturfelsen III <b><u>Mobile Zwischensicherungen (Demo)</u></b>	1,5
2.11	P / T	Vorstieg an Naturfelsen IV <b><u>Abseilen</u></b> Einführung, methodische Reihe (Sicherung von oben bzw. von unten)	1,5
			<b>9,0</b>



## Ausbildung der Lehrkräfte in Rheinland-Pfalz

### Kurs 2: „Felsklettern: Vorstieg - Gruppenbetreuung - Sicherheit“ (3 Tage)

#### 3. Tag

<u>Einheit</u>	<u>T / P</u>	<u>Inhalt</u>	<u>Zeitansatz (UE)</u>
2.12	P / T	Toprope an Naturfelsen I <u>Toprope einrichten</u> <i>Fixpunkte</i> <i>Material</i> <i>Verlängerung (Karabiner bzw. vernähte Bandschlinge u. Ankerstich)</i>	2,0
2.13	P / T	Toprope an Naturfelsen II <u>Toprope-Betrieb</u> <i>Vorbereitung,</i> <i>Geländebeurteilung,</i> <i>Geländeabsicherung</i> <i>(Absperrseil, Geländerseil, Fixseil)</i> <i>Organisation ( z.B. Helm etc.)</i> <i>Selbstsicherung (Mastwurf)</i> <i>Seilkommandos</i>	5,0
2.14	T / P	Toprope an Naturfelsen III <u>Risikofaktoren, Szenarien</u>	1,0
2.15	T / P	Toprope an Naturfelsen IV <u>Verhalten (indiv./ Gruppe)</u> <i>Pädagogik (z.B. Umweltbaustelle)</i>	1,0
			<b>9,0</b>



## Ausbildung der Lehrkräfte in Rheinland-Pfalz

### Kurs 3: „Schulsport Felsklettern“ (3 Tage)

<b><u>1. Tag</u></b>			
<u>Einheit</u>	<u>T / P</u>	<u>Inhalt</u>	<u>Zeitansatz (UE)</u>
3.1	T	Individuelle Interessen, Schwerpunkte (Erhebung)	0,5
3.2	P	<b><u>Update Sicherungstechnik</u></b> Toprope -Klettern	2,0
3.3	T	<b><u>Bewegungslehre I</u></b>	0,5
3.4	P	<b><u>Klettertechnik</u></b> (Bouldern)	2,0
3.5	T	<b><u>Bewegungslehre II</u></b> <i>Kybernetisches Lernmodell</i>	0,5
3.6	P	<b><u>Techniktraining</u></b> <i>Geländeanalyse, Bew.planung, Bew.steuerung</i> <i>Komplexübungen</i>	2,0
3.7	P	<u>Einbinden (Alternative)</u> <b><i>Doppelter Bulinknoten</i></b>	0,5
3.8	T	<b><u>Selbständiges Sichern und Aufsichtspflicht</u></b> <i>DAV-Empfehlung</i>	1,0
			<b>9,0</b>



## Ausbildung der Lehrkräfte in Rheinland-Pfalz

### Kurs 3: „Schulsport Felsklettern“ (3 Tage)

<u>2. Tag</u>			
<u>Einheit</u>	<u>T / P</u>	<u>Inhalt</u>	<u>Zeitanatz (UE)</u>
3.9	P / T	Toprope an Naturfelsen I <b><u>Toprope einrichten</u></b> <i>Fixpunkte</i> <i>Material</i> <i>Verlängerung (Karabiner bzw. vernähte Bandschlinge u. Ankerstich)</i>	2,0
3.10	P / T	Toprope an Naturfelsen II <b><u>Toprope-Betrieb</u></b> <i>Vorbereitung,</i> <i>Geländebeurteilung,</i> <i>Geländeabsicherung</i> <i>(Absperrseil, Geländerseil, Fixseil)</i> <i>Organisation ( z.B. Helm etc.)</i> <i>Selbstsicherung (Mastwurf)</i> <i>Seilkommandos</i>	4,0
3.11	T / P	Toprope an Naturfelsen III <b><u>Risikofaktoren, Szenarien</u></b>	1,0
3.12	P	<b><u>Abseilen mit Selbstsicherung</u></b> <i>(Kurzprusik)</i>	1,0
3.13	T	<b><u>Recht u. Versicherung</u></b>	1,0
			<b>9,0</b>



## Ausbildung der Lehrkräfte in Rheinland-Pfalz

### Kurs 3: „Schulsport Felsklettern“ (3 Tage)

<u>3. Tag</u>			
<u>Einheit</u>	<u>T / P</u>	<u>Inhalt</u>	<u>Zeitansatz (UE)</u>
3.14	T	<b>„Sanftes Klettern“</b> <i>Verhaltensregeln, Ethik</i>	1,0
3.15	P / T	<b>Prüfung</b> <i>Lehrdemonstrationen</i>	6,0
		Feedback	1,0
			<b>8,0</b>

Summe: **71 UE**