

# 1. Klausur, 29.09.2014, 3-stündig, LK Sport, 13f

## Vorbemerkungen

**Achte bei Deinen Ausführungen auf die Rechtschreibung, den Ausdruck, das Verwenden von Fachbegriffen und eine saubere äußere Form. Fasse Dich kurz und vermeide Wiederholungen. Beziehe Dich auf das gegebene Material M1 bis M4 und beachte die unten dargestellten Operatoren. Die Darstellungsleistung umfasst 20 % der gesamten Klausurleistung.**

**Beschreiben:** Strukturen, Sachverhalte oder Zusammenhänge unter Verwendung der Fachsprache in eigenen Worten wiedergeben.

**Einordnen:** Mit erläuternden Hinweisen in einen genannten Zusammenhang einfügen.

**Erläutern:** Nachvollziehbar und verständlich veranschaulichen.

**Darstellen:** Erkannte Zusammenhänge, Sachverhalte und Arbeitsverfahren strukturiert und fachsprachlich einwandfrei wiedergeben.

**Herausarbeiten:** Aus den direkten und indirekten Aussagen eines Textes einen Sachverhalt, eine Position erkennen und darstellen.

**Erörtern:** Ein Beurteilungs- oder Bewertungsproblem erkennen und darstellen, unterschiedliche Positionen und Pro- und Kontra-Argumente abwägen und mit einem eigenen Urteil als Ergebnis abschließen.

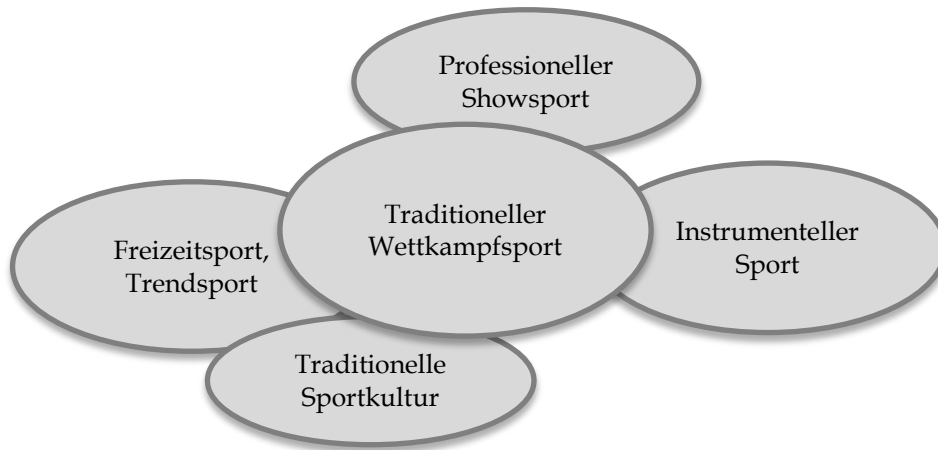
## Aufgabenstellungen

Klettern ist eine Fortbewegungsart, die heutzutage hauptsächlich als Sport und Freizeitbeschäftigung am Fels oder in der Halle in unterschiedlichen Varianten betrieben wird. Zumeist werden dabei im Fels bestimmte Kletterrouten durchklettert. Üblicherweise wird der Kletternde von seinem Kletterpartner mit einem Seil gegen Absturz gesichert. Während beim alpinen Klettern das Erreichen des Gipfels im Vordergrund steht, akzentuiert das Sportklettern das Überwinden hoher technischer Schwierigkeiten auf kurzen Strecken.

1. **Beschreibe** das differenzierte Sportmodell nach LAMPRECHT u. STAMM (**M1**) unter besonderer Berücksichtigung der vier konstitutiven Elemente von Sport und **ordne** das Klettern in das differenzierte Sportmodell **ein**. (22P)
2. **Erläutere** die für das Klettern benötigten konditionellen Anforderungen (**M2**). (10P)
3. **Stelle** die Gesundheitsauffassung des Salutogenese-Modells **dar** und **arbeite** auf der Basis der Zitate von Profikletterern (**M3**) begründend **heraus**, inwieweit das Klettern nach der salutogenetischen Sichtweise als „gesund“ bezeichnet werden kann. (24P)
4. **Erörtere** unter Abwägung der Pro- und Contra-Argumente, ob „Klettern“ in den Sportartenkanon des Schulsports eingeführt werden sollte. Beziehe Dich bei deinen Ausführungen auf die Zitate der Profikletterer (**M3**) und die sechs pädagogische Perspektiven von Schulsport in NRW (**M4**). (24P)

## Materialanhang

### M1: Differenziertes Sportmodell



### M2: Grundbewegungen beim Sportklettern

Kennzeichnend für das Klettern sind höchste Anstrengungen beim Hochziehen und Hochdrücken des Körpers zum nächsten Griff sowie länger andauernde Anstrengungen beim Halten der erreichten Position. Die Routen der Kletterwände haben unterschiedliche Schwierigkeitsgrade. Ein wenig geübter Kletterer wird sich eine nicht ganz so steile

5 Wand mit größeren und relativ nah beieinander liegenden Griffen und Tritten auswählen. Ein guter Kletterer wird solche Routen bevorzugen, die nur sehr kleine Tritte und Griffe aufweisen und die zudem weit auseinander angebracht sind. Für diese Routen sind oft ausgeprägte Streck- und Beugebewegungen der Extremitäten notwendig. In vielen Kletterhallen besteht auch die Möglichkeit, Überhänge zu überwinden.

### M3: Zitate von Profikletterern

„Mein Leben ist ein einziges Streben nach körperlichem und seelischem Wohlbefinden in einer natürlichen Umgebung und mit enthusiastischen Menschen, die Energie auf andere übertragen. In fröhlicher und gut gelaunter Atmosphäre teile ich gerne schöne Geschichten auf Fotos oder in Filmen mit anderen. Im Sport ist Bouldern (Klettern ohne Kletterseil) mein Schwerpunkt, aber auch Sportklettern und Bergsteigen nehmen einen wichtigen Platz in meinem Leben ein. Klettern ist die natürlichste Bewegungsart. Dank meines Sports lebe ich in den schönsten Flecken der Erde, um immer wieder etwas Neues zu entdecken. Ich bin süchtig nach Klettern.“ (Antony Lamiche)

10 „Ich liebe die Herausforderung mit mir selbst und mit der Natur, aber nicht mit anderen Kletterern. Mein größtes Problem ist es, zwischen der Gefahr und der Suche nach Schwierigkeiten das richtige Gleichgewicht zu finden. Es ist wie ein Spiel, bei dem es darum geht, wie ich diese Kombination beurteile und nicht um die Frage, warum ich mein Leben riskiere. Ich gehe ein hohes Risiko ein aber mit einer großen Selbstkontrolle. Diese Beherrschung in einer nicht beherrschbaren Umgebung ist nicht einfach zu realisieren. Das gilt ganz besonders für meine Herangehensweise im Himalaya. Dort musst du

15 schnell sein und meistens auf Sicht klettern, wobei die Abschnitte immer anspruchsvoller werden. Für mich ist dies der Weg zur Höchstleistung. (...) Um eine Solobegehung in Rekordzeit zu bewältigen, benötige ich eine gute Technik in Fels und Eis und vor allem

Ausdauer. Ich trainiere täglich und lege beim Laufen oder Skiwandern jedes Mal 1600 Höhenmeter zurück. (...) Meine wichtigste Inspirationsquelle ist mein Wissensdurst.  
20 Wissen bedeutet Freiheit. Um dieses Wissen zu erlangen, musst du lernen. Um frei zu sein, musst du dich sicher fühlen und um sicher zu sein, musst du hart trainieren. Um ein Allround-Kletterer auf hohem Niveau zu werden, musst du die Aktivität von Grund auf verstehen, du musst eine Leidenschaft für den Sport entwickeln und vor allem musst du akzeptieren, zuweilen wieder Schüler oder Anfänger zu sein, um weiter zu lernen. Das  
25 gilt für alle komplementären und verschiedenen Disziplinen, auch wenn es um ein einziges Ziel geht: den Erfolg.“ (Ueli Steck)

„Tag für Tag überwinde ich mein Handicap. Es ist wunderbar. Das Resultat ist jedenfalls umwerfend. Ich danke dem Klettersport. Ich wurde, so hieß es anfangs, mit dem Rubin-stein-Taybi-Syndrom (genetisch bedingte Erkrankung, die mit moderater geistiger Be-  
30 hinderung und körperlichen Missbildungen einhergeht) geboren. Mittlerweile hat sich die Diagnose geändert, es soll etwas anderes sein, eine mutierende Krankheit sagen sie in Erwartung der offiziellen Analysen.“ (Philippe Ribière)

„Ich bin sehr gesellig und die Menschen um mich herum sind mir wirklich wichtig. Ich  
35 kann nicht zu einem Wettkampf gehen, nur um zu gewinnen und alles andere vergessen. Bei einem guten Wettkampf entwickelt sich eine positive Dynamik zwischen den Teilnehmern, Veranstaltern und Zuschauern. Das Ziel eines Wettkampfs ist normalerweise, den anderen zu schlagen und als Sieger aus dem Wettkampf hervorzugehen. Da ich eine starke Achtung für die anderen empfinde, ihnen dabei helfe, besser zu werden oder sogar  
40 an meiner Stelle zu gewinnen, stehe ich vor einem gewissen Widerspruch.“ (Said Belhaj)

„In der freien Natur sein und zu klettern gehört für mich einfach zum Leben. Anfangs kletterte ich in Routen ohne Bohrhaken. Ich machte schnell Fortschritte und hatte Schwierigkeiten Routen im traditionellen Stil zu finden. Heute gibt mir das Sportklettern die  
45 Möglichkeit, meine körperliche Kraft auf die Probe zu stellen und gleichzeitig nicht darauf zu verzichten, mit Freunden im Freien zu sein.“ (Steve McClure)

„Klettern ist Sport. Gegenüber anderen Sportlern ist es arrogant zu behaupten, es sei  
50 mehr. Als Sport beinhaltet das Klettern jedoch die großartige Chance, jenseits der körperlichen Leistung eine phantastische Natur zu erleben, in interessante Länder zu reisen, mit Freunden im Café herumzuhängen und sich nicht von Trainern oder Offiziellen sagen lassen zu müssen, was man zu tun hat. Insofern wird der Sport auch zu einem Lebensstil.“ (Wolfgang Güllich)

#### **M4: Pädagogische Perspektiven von Schulsport**

**(A) Wahrnehmungsfähigkeit verbessern - Bewegungserfahrung erweitern:** Durch vielfältige Bewegungsaufgaben und durch vielfältiges Ansprechen aller Sinne soll die Wahrnehmungsfähigkeit verbessert, die Sinne geschärft und allgemeine Lernfähigkeit gefördert werden. Den eigenen Körper und die eigene Belastungsfähigkeit einschätzen  
5 zu können, ist von Bedeutung für die Entwicklung des Körper- und Selbstbildes. Auch die Entwicklung koordinativer Fähigkeiten kann diesem Bereich zugeordnet werden.

**(B) Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten:** Die Ausdrucksmöglichkeiten des Körpers zu erproben und zu reflektieren gehören in diesen Bereich. Der Unterricht

10 trägt dazu bei, das individuelle Bewegungsrepertoire zu erweitern: Mit der Bewegung spielen, sich über Bewegung ausdrücken, mittels der Bewegung mit anderen kommunizieren und Bewegungsideen gestalten. [...]

**(C) Etwas wagen und verantworten:** Die Wahrnehmung der eigenen Fähigkeiten und Grenzen in herausfordernden Situationen mit unsicherem Ausgang ist eine wichtige Erfahrung. Durch die Hinführung zu bewusstem und umsichtigem Abwägen von Wagnissen wird die Fähigkeit zur realistischen Selbsteinschätzung weiterentwickelt [...].

20 **(D) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen:** Eine wichtige Aufgabe besteht darin, die Lern- und Leistungsbereitschaft zu fördern, eine positive Einstellung zur Anstrengung entwickeln, sich Leistungsanforderungen stellen und die eigene Leistungsfähigkeit verbessern. Lernen bedeutet Leistung, bedeutet Erweiterung der Handlungsmöglichkeiten [...]. Leistung sollte abhängig von individuellen Voraussetzungen gesehen werden. Die Erfahrung des individuellen Leistungsfortschritts hat Vorrang vor dem Vergleich mit den Leistungen anderer und Leistung in der Gruppe kann als wichtiger Bestandteil des Leistungsgedankens verstanden werden.

30 **(E) Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen:** Im Unterricht bieten sich vielfältige Anlässe zu kooperieren und Wettkämpfe spannend, fair und verantwortungsvoll zu regeln. Kooperatives Verhalten sollte durch entsprechende Aufgabenstellungen gefördert werden [...].

35 **(F) Gesundheit, Wohlbefinden, Fitness fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln:** Ziel ist es, die Gesundheit als ein Zusammenwirken physischer, psychischer, sozialer und ökologischer Faktoren begreifbar zu machen und den Schülerinnen und Schülern den Zusammenhang zwischen sportlichem Handeln und Gesundheit aufzuzeigen. Wohlbefinden auch im Unterricht ist ein wesentliches Ziel eines gesundheitsorientierten Sportunterrichts (salutogenetischer Ansatz).

## Materialgrundlagen

**M1:** LAMPRECHT, M., H. STAMM: Sport zwischen Kultur, Kult und Kommerz. Seismo Verlag, Zürich 2002.

**M2:** eigener Text

**M3:** Domain des Bergsportausrüsters Petzl: [www.petzl.com/de/Sport/Petzl-Team](http://www.petzl.com/de/Sport/Petzl-Team) (28.09.14)

**M4:** Modifiziert nach [www.sportunterricht.de/tischtennis/paedpers2.html](http://www.sportunterricht.de/tischtennis/paedpers2.html) (28.09.14)

# Bewertungsbogen für

1		Max	
	<p><b>Beschreibung des Differenzierten Sportmodells</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sportliche Bewegung</b> ist bei allen Sportbereichen gegeben. (3P)</li> <li>• Der <b>Leistungsaspekt</b> ist beim Wettkampfsport und Showsport voll erfüllt, beim Expressiven Sportmodell nur teilweise bis gar nicht, in der traditionellen Sportkultur und beim instrumentellen Sport je nach Ausrichtung teilweise bis gar nicht. (3P)</li> <li>• <b>Normen und Regeln</b> gibt es vor allem im Wettkampfsport, im Showsport, teilweise im Freizeitsport, Trendsport und der traditionellen Sportkultur, nicht aber im instrumentellen Sport und auch in Teilen des Erlebnissports. (3P)</li> <li>• <b>Unproduktivität</b> besteht vor allem im Wettkampfsport, im expressiven Sportmodell und in der traditionellen Sportkultur, nicht aber im Profi- und Gesundheitssport. (3P)</li> <li>• Die Übergänge sind fließend und überlappend. Es ist zukünftig sogar eine Entkopplung der Bereiche denkbar. (2P)</li> </ul> <p><b>Zuordnung des Kletterns</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Klettern als professioneller Showsport (vgl. Hochglanzaufnahmen und Videos von kommerziellen Sportausrüstern). (2P)</li> <li>• Sportklettern als Wettkampfsport an Kletterwänden (seit 1980er Jahren). (2P)</li> <li>• Sportklettern als Freizeitsport und Erlebnissport ohne Leistungsorientierung und Regelvorgaben. (2P)</li> <li>• Sportklettern als Gesundheitssport (Fitness, Wohlbefinden, Kohärenzsinn, Gesundheitsressourcen). (2P)</li> </ul>	22 (I-II)	
2		Max	
	<p>Für das Klettern hauptsächlich benötigten <b>konditionellen Anforderungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Maximalkraft:</b> Diese größtmögliche Kraft bei maximaler willkürlicher Kontraktion benötigt der Kletterer in statischer Arbeitsweise der Muskulatur zum Halten des eigenen Körpergewichts an der Wand. Die positiv dynamische Arbeitsweise (konzentrisch, überwindend) ermöglicht ihm ein Hochziehen an den Griffen sowie ein Hochdrücken von den Tritten. (4P)</li> <li>• <b>Kraftausdauer:</b> Die Ermüdungswiderstandsfähigkeit des gesamten Organismus bzw. einzelner Teilsysteme spielt beim Kletterer hauptsächlich im Bereich der Arm- und Fingermuskulatur eine bedeutende Rolle, da er sein gesamtes Körpergewicht an den Griffen halten bzw. sich hochziehen muss, insbesondere an Stellen mit Überhängen. (4P)</li> <li>• <b>Beweglichkeit:</b> Diese umfasst sowohl die Gelenkigkeit (Struktur des Gelenks) als auch die Dehnungsfähigkeit (Muskeln, Sehnen, Bänder). Der Kletterer sollte im Bereich der Schulter- und der Oberschenkelmuskulatur (Adduktoren) beweglich sein, damit er auch weit auseinander liegende Griffe und Tritte erreichen kann. (2P)</li> <li>• Auch weniger zentrale konditionelle Fähigkeiten wie <b>Aktionsschnelligkeit, Schnellkraft</b> oder <b>Reaktivkraft</b> sowie Ausdauer (als Reinform) können genannt werden und führen bei entsprechender Erläuterung zu Bewertungspunkten.</li> </ul>	10 (II)	

<b>3</b>		<b>Max</b>	
	<p><b>Merkmale des Salutogenese-Modells: (12P)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stressoren sowie Schutzfaktoren haben gesundheitliche Auswirkungen.</li> <li>• Gesundheits-Krankheits-Kontinuum löst Dichotomie ab.</li> <li>• Kohärenzsinn stärken: Leben ist verstehbar, zu bewältigen und sinnvoll.</li> <li>• Starke Berücksichtigung der Schutzfaktoren für das Wohlbefinden.</li> <li>• Reduzierung von negativ belastenden Stressoren, soweit wie möglich.</li> <li>• Stärkung von Widerstandsressourcen.</li> <li>• Erklären des Zusammenhangs.</li> </ul> <p><b>Analyse des Kletterns in Hinblick auf das Salutogenese-Modell: (8P)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Körperlich Widerstandsressourcen schaffen:</b> Z. 22-23: Ich benötige vor allem Ausdauer. Ich trainiere jeden Tag; Z. 1: „Streben nach körperlichen Wohlbefinden“; Z. 45: körperliche Kraft auf die Probe stellen (2P)</li> <li>• <b>Psychische Ressourcen stärken:</b> Z. 1: „seelisches Wohlbefinden“; Wissen bedeutet Freiheit (Kohärenzsinn, Ueli Steck); Z. 28: „Tag für Tag überwinde ich mein Handicap.“ (Stimmungsmanagement) (2P)</li> <li>• <b>Soziale Ressourcen erweitern:</b> Z. 2: „mit enthusiastischen Menschen“ zusammen sein; Ueli Steck: anderen im Wettkampf helfen (2P)</li> <li>• <b>Negative Ressourcen reduzieren:</b> Überwinden eines Handicaps (Philippe Ribière), Klettern als Lebensstil ohne Normen und Regeln (Z. 51) (2P)</li> </ul> <p><b>Begründetes Ergebnis zu „Ist Klettern gesund?“ aus Salutogenese-Sicht: (4P)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stabilisierung der mehrdimensionalen Gesundheit, da Klettern Ressourcen sowohl gegen körperliche, geistige und soziale Stressoren schafft. (2P)</li> <li>• Voraussetzung: Keine neue Stressoren schaffen (Wettkämpfen mit Showcharakter oder durch Verletzungen bei falscher Risikoeinschätzung). (2P)</li> </ul>	<b>24 (I-II)</b>	

<b>4</b>		<b>Max</b>	
	<p><b>Pro-Argumente:</b></p> <p>PP A: Gute Technik im Fels (Ueli Steck)  PP B: Allround-Kletterer, komplementäre Disziplinen (Steve McClure)  PP C: Grenzerfahrungen, Risikoeinschätzung (Ueli Steck)  PP D: Verbesserung der physischen Komponenten durch Training (Ueli Steck)  PP E: Wettkampf als Miteinander-Gegeneinander (Said Belhaj)  PP F: vgl. Aufgabe 2</p> <p><b>Contra-Argumente:</b></p> <p>PP A: Künstliches Klettern kompensiert körperliche Schwächen  PP B: Klettern ist Teil des normierten Turnens und besitzt keinen Neuwert  PP C: Vollkommene Absicherung verhindert „wirkliche“ Grenzerfahrungen  PP D: Klettern in der Schule ist aufwendig mit geringen Wiederholungszahlen  PP E: Gegeneinander-Wettkämpfen widerspricht dem Miteinander beim Helfen  PP F: Gesundheitsrisiken bei mangelnder physischer Vorbereitung</p>	<b>24 (III)</b>	

<b>Summe Aufgabe 1</b>	<b>22</b>	
<b>Summe Aufgabe 2</b>	<b>10</b>	
<b>Summe Aufgabe 3</b>	<b>24</b>	
<b>Summe Aufgabe 4</b>	<b>24</b>	
<b>Darstellungsleistung (Benutzung der Fachsprache)</b>	<b>5</b>	
<b>Darstellungsleistung (Ausdruck)</b>	<b>5</b>	
<b>Darstellungsleistung (Rechtschreibung und Zeichensetzung)</b>	<b>5</b>	
<b>Darstellungsleistung (Äußere Form, Lesbarkeit)</b>	<b>5</b>	
<b>Gesamtpunktzahl</b>	<b>100</b>	
<b>Note (in Punkten) 1 = 100-85; 2 = 84-70; 3 = 69-55; 4 = 54-40; 5 = 39-20; 6 = &lt; 20</b>		