

Wilfried Dewald • Wolfgang Mayr • Klaus Umbach

# **Berge voller Abenteuer**

Mit Kindern unterwegs

*Mit 41 Abbildungen*

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

*Wilfried Dewald*, Gymnasiallehrer, päd. Leiter der Jugendbildungsstätte des DAV in Bad Hindelang/Allgäu, Vater von zwei Söhnen

*Wolfgang Mayr*, Fotograf, staatl. geprüfter Berg- und Skiführer, stellv. Leiter der Jugendbildungsstätte des DAV in Bad Hindelang/Allgäu, Vater zweier Töchter

*Klaus Umbach*, Diplom-Sozialpädagoge, Praxisleiter der Fachakademie für Sozialpädagogik in Rottenbuch (Obb.), Vater von zwei Kindern

Cover unter Verwendung einer Zeichnung von Barbara Kroll, Freising

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://dnb.ddb.de>> abrufbar.

ISBN 10: 3-497-01769-8 ISBN 13: 978-3-497-01769-0

ISSN 1612-8966

© 2005 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in Germany

Reihenkonzeption Umschlag: Oliver Linke, Augsburg

Satz: Fotosatz Reinhard Amann, Aichstetten

Druck und Bindung: Friedrich Pustet, Regensburg

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: [www.reinhardt-verlag.de](http://www.reinhardt-verlag.de) Mail: [info@reinhardt-verlag.de](mailto:info@reinhardt-verlag.de)

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Einleitung</b> .....	11
<b>2</b>	<b>Mit Kindern ins Gebirge</b> .....	13
2.1	Körperliche und geistig-seelische Voraussetzungen bei Kindern	14
2.1.1	Körperliche Entwicklung .....	16
2.1.2	Geistige Entwicklung .....	18
2.2	Besonderheiten im Erleben von Kindern .....	19
2.3	Erleben und Lernen .....	22
2.3.1	Der erlebnispädagogische Ansatz .....	22
2.3.2	Lernfelder .....	23
2.3.3	Ökologisches Lernen im Gebirge .....	25
2.4	Motivation .....	25
2.4.1	Motivationshilfen .....	27
2.4.2	Spiele .....	28
	<i>Naturerfahrungsspiele</i> .....	28
	<i>Spiele mit der Ausrüstung</i> .....	33
	<i>Kooperations- und Abenteuerspiele</i> .....	34
2.5	Tourenplanung mit Kindern .....	36
2.5.1	Ideen der Kinder berücksichtigen .....	36
2.5.2	Zeitraumen .....	37
2.5.3	Flexibel planen und Zeitbedarf abschätzen .....	37
2.5.4	Tourengliederung .....	38
2.5.5	Pausen .....	39
2.5.6	Ernährung unterwegs .....	39
2.5.7	Planungshilfen, Orientierung, Wetter und besondere Gefahren	40
2.6	Führungstechnische Hinweise .....	42
2.6.1	Allgemeines .....	42
2.6.2	Spezielle Führungstechnik .....	44
	<i>Die Dreierschlinge als behelfsmäßige Anseilmethode</i> .....	45
	<i>Sichern am verkürzten Seil</i> .....	47

	<i>Geländerseil</i> .....	49
	<i>Fixseil</i> .....	50
	<i>Zusätzliche Hinweise</i> .....	51
<b>3</b>	<b>Allgemeine Ausrüstung</b> .....	<b>52</b>
3.1	Kinderausrüstung .....	52
3.1.1	Bekleidung .....	52
3.1.2	Rucksack .....	53
3.1.3	Schuhe .....	55
3.1.4	Wichtige Kleinigkeiten .....	56
3.2	Ausrüstung für Familiengruppen .....	57
3.2.1	Tragehilfen .....	57
3.2.2	Der „gewichtige“ Rest .....	58
<b>4</b>	<b>Bergwandern</b> .....	<b>61</b>
4.1	Voraussetzungen .....	61
4.1.1	Vor dem ersten Mal .....	61
4.1.2	Kraxenkinder unterwegs .....	62
4.2	Methodische Tipps .....	65
4.2.1	Subalpines Gelände .....	65
4.2.2	Hochalpines Gelände .....	66
4.2.3	Besondere Reize .....	68
4.2.4	Ökologische Besonderheiten .....	68
4.3	Sicherungstechniken .....	69
4.3.1	Führungstechnische Hinweise zum richtigen und sicheren Gehen mit Kindern im Gebirge .....	69
4.3.2	An die Hand nehmen .....	70
4.4	Besonderheiten beim Bergwandern im Winter .....	71
4.4.1	Ausrüstung .....	71
4.4.2	Methodische Tipps .....	72
4.4.3	Ökologische Besonderheiten .....	73
4.5	Pädagogischer Rahmen .....	73

<b>5</b>	<b>Klettern</b> .....	75
5.1	Klettern als natürliche Bewegung .....	76
5.2	Spezialausrüstung zum Klettern mit Kindern .....	78
5.2.1	Kinderklettergurt .....	78
5.2.2	Bergsteigerhelm .....	79
5.2.3	Kinderkletterschuhe .....	79
5.2.4	Sicherungsgeräte .....	79
5.3	Das heiße Eisen I: Hüftgurt mit oder ohne Brustgurt .....	80
5.3.1	Brust oder Keule .....	80
5.3.2	Risiken .....	81
5.3.3	Schlussfolgerungen .....	83
5.4	Das heiße Eisen II: Mit oder ohne Helm .....	83
5.5	Anseilmethoden für Kinder .....	84
5.6	Grundsätzliches zur Sicherungstechnik: Drei-Bein-Logik .....	85
5.7	Klettern an der künstlichen Wand .....	87
5.8	Klettern im Klettergarten .....	90
5.9	Alpines Felsklettern .....	90
5.10	Klettersteige .....	91
5.11	Ablassen und Abseilen .....	94
5.11.1	Ablassen .....	94
5.11.2	Abseilen .....	95
	<i>Allgemeines</i> .....	95
	<i>Sicherungsmethoden</i> .....	96
	<i>Intervention</i> .....	98
	<i>Duoabseilen</i> .....	100
5.12	Klettern und Naturschutz .....	100
5.13	Pädagogischer Rahmen .....	103
5.13.1	Klettern .....	103
5.13.2	Klettersteige .....	105
5.13.3	Abseilen und Ablassen .....	105

<b>6</b>	<b>Hochtouren mit Kindern</b> .....	108
6.1	Der kindliche Organismus bei Hochtouren und altersabhängige Belastungsfähigkeit .....	108
6.2	Allgemeine Tipps für die Durchführung von Hochtouren mit Kindern .....	109
6.3	Zum ersten Mal auf dem Gletscher .....	110
6.4	Ausrüstung für Hochtouren und Gletscherbegehungen .....	113
6.5	Pädagogischer Rahmen .....	113
<b>7</b>	<b>Skitouren und Snowboardtouren</b> .....	116
7.1	Spezielle Ausrüstung .....	117
7.1.1	Tourenbindung .....	117
7.1.2	Steigfelle .....	119
7.1.3	Zusätzliche spezielle Ausrüstung .....	120
7.2	Allgemeine Voraussetzungen .....	121
7.3	Alleine mit der Kindergruppe unterwegs? .....	122
7.4	Tipps zur Durchführung .....	123
7.4.1	Bevor es losgeht ... ..	123
7.4.2	Aufstieg .....	124
7.4.3	Das Schönste an der Skitour sind die Pausen ... ..	127
7.4.4	... aber manchmal ist die Abfahrt am schönsten .....	130
7.4.5	Snowboard .....	131
7.4.6	Hinweise zur Ökologie .....	134
7.4.7	Pädagogischer Rahmen .....	135
<b>8</b>	<b>Schneeschuhwandern</b> .....	138
8.1	Zur Ausrüstung .....	138
8.2	Tipps zur Durchführung .....	139
8.3	Pädagogischer Rahmen .....	141
<b>9</b>	<b>Mountainbike</b> .....	142
9.1	Grundsätzliches .....	142
9.2	Zur Ausrüstung .....	142

9.3	Zur Durchführung .....	144
9.4	Umweltgefahr Fahrrad? .....	146
9.5	Pädagogischer Rahmen .....	147
<b>10</b>	<b>Bachbettwandern und Canyoning</b> .....	<b>149</b>
10.1	Ausrüstung .....	149
10.2	Besondere Anforderungen .....	152
10.3	Rechtliche Besonderheiten .....	154
10.4	Ökologische Aspekte .....	155
10.5	Pädagogischer Rahmen .....	155
<b>11</b>	<b>Vom Abenteuer im Gebirge</b> .....	<b>157</b>
11.1	Biwak .....	157
11.1.1	Biwak im Sommer .....	157
11.1.2	Biwak im Winter .....	160
	<i>Schneehöhlen</i> .....	161
	<i>Iglus</i> .....	163
11.1.3	Biwak: Pädagogischer Rahmen .....	165
11.2	In der Höhle .....	166
11.2.1	Ausrüstung .....	167
11.2.2	Wichtige Verhaltensregeln .....	167
11.2.3	Höhle: Pädagogischer Rahmen .....	168
11.2.4	Zur Ökologie .....	169
11.3	Seilaufbauten .....	169
11.3.1	Seilaufbauten: Pädagogischer Rahmen .....	171
11.3.2	Sicherheitstechnik .....	171
11.3.3	Ökologie .....	172
<b>12</b>	<b>Der Weg ins Gebirge</b> .....	<b>173</b>
12.1	Umwelt- und sozialverträglicher Tourismus – der „sanfte“ gegen den „harten“ Weg .....	173
12.2	Praktische Hilfen für „sanfteres Reisen“ .....	174

<b>13</b>	<b>Übernachten im Gebirge</b> .....	177
13.1	Warum und wo? .....	177
13.2	Übernachtungsformen und Planungshilfen .....	178
13.2.1	In Hütten .....	179
13.2.2	Im Zelt .....	182
13.2.3	In Talherbergen .....	182
<b>14</b>	<b>Verantwortung und Rechtsfragen</b> .....	183
14.1	Aufsichtspflicht bei Kindern .....	183
14.2	Sorgfaltspflichten .....	185
14.3	Garantenstellung / Garantenpflicht .....	185
14.4	Rechtliche Folgen eines Bergunfalles .....	186
14.4.1	Strafrecht und Zivilrecht .....	186
14.4.2	Allgemeines zu Versicherungsfragen .....	187
<b>15</b>	<b>Notfälle bei Bergtouren mit Kindern</b> .....	188
15.1	Körperliche Unterschiede zwischen Kindern und Erwachsenen, typische Verletzungsmuster bei Kindern .....	189
15.2	Notfall im Gebirge – was tun? .....	190
15.2.1	Verhalten bei Bergunfällen .....	190
15.2.2	Das alpine Notsignal .....	192
15.2.3	Die Unfallmeldung .....	192
15.2.4	Verhalten der Gruppenleitung in Krisen .....	193
15.2.5	Rucksackapotheke und Notfallset für Gruppen .....	195
	<b>Anhang</b> .....	197
	Adressen .....	197
	Angebote der Alpenvereine .....	204
	Buchtipps für unterwegs .....	206
	Literatur .....	207
	Bildnachweis .....	210
	Sachregister .....	211