

Mit Seilen bewegt im Wald

Text: Rey Silvia / sp
Fotos: Rey Silvia



Kinder spielerisch vielfältige Bewegungserfahrungen machen lassen
Knoten lernen
Zusammen bauen – zusammen spielen: Sozialkompetenzen trainieren



Was macht die Faszination von Seilen aus? Es ist die Möglichkeit, mit ihnen Hindernisse zu queren und Höhen zu überwinden, welche uns sonst verborgen bleiben. Was macht die Faszination von Seilkonstruktionen für Kinder aus? Es ist der natürliche Bewegungsdrang, welcher Kindern eigen ist und an Seilspielgeräten spielerisch erprobt und ausgelebt werden kann. Also, nichts wie los in den Wald, in unser perfektes, sinnliches und natürliches Übungsgelände!

Die Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten

Der Wald bietet uns beste Voraussetzungen: Hohe Bäume für die Waldschaukel aus einem Seil und einem alten Feuerwehrschauch, welche die Kinder geniesserisch an einer langen Leine baumeln, drehen, schwingen lässt – Kopf nach unten und die Baumwipfel fahren Karussell – welch sinnliches Erlebnis! Der Spieltyp Waldschaukel lässt sich variieren. Mit dem Spannseil werden zwei Bäume verbunden und für die Schaukel zwei Seile eingeknotet. Für die Sitze werden stabile Holzstöcke verwendet: Je nach Länge des Stockes und mit einem zusätzlichen dritten Seil wird aus einer Einer- eine Zweierschaukel.



Kletterelemente erfordern etwas mehr Knotenkenntnis, Übung und Zeit. Ihre Variationen sind vielfältig: Für das *klassische Netz im Schachbrettmuster* wird das Spannseil zwischen zwei Bäume horizontal hin und her und in der Höhe variierend, gespannt. In die Spannseile werden anschliessend die vertikalen Verbindungsseile eingeknüpft. So entstehen die regelmässigen Zwischenräume.

Für das *Spinnennetz* wird das Spannseil horizontal um mehrere Bäume und zurück zum Ausgangspunkt gespannt. Ein weiteres Spannseil wird kreuz und quer geführt. In die Spannseile werden anschliessend die vernetzenden Seile dicht eingeknüpft. Über die Löcher der Kletterelemente kann nun horizontal geklettert werden – ein Spinnennetz ist entstanden. Und wie bewegt sich gleich nochmal die Spinne auf dem Netz, um nicht an ihren Fäden kleben zu bleiben? Eine gute Gelegenheit, Fachwissen über Spinnen und Netzbau in Theorie und Praxis zu verknüpfen. Bewegung im Setting Natur führt zu nachhaltigem Lernen.

Dreidimensionale Netze entstehen, wenn die Seile von unten nach oben ansteigend und um mehrere Bäume hoch und wieder herunter gespannt werden, sodass verschiedene Ebenen entstehen. In die Spannseile werden anschliessend die vernetzenden Seile kreuz und quer eingeknüpft.

Etwas entfernt wird die Slackline zwischen zwei Bäume gespannt. Hier trifft Konzentration auf Gleichgewicht und Körperspannung. Für jüngere Kinder kann hoch über und parallel zur Slackline ein Führungsseil mit lose herunter hängenden Seilen gespannt werden. So finden sie Halt. Die Slackline soll den Fähigkeiten der Kinder angepasst werden. Es braucht wenig, um sich zwischendurch auch einmal zurückziehen zu können – die Hängematte ist ein zuverlässiger Begleiter und mit wenigen Knoten schnell montiert.

Kompetenzen, Benefits

Die kognitive Entwicklung der Kinder basiert auf ihren erlebten Bewegungserfahrungen.

Risikokompetent...

Eine wichtige Voraussetzung für lustvolles Bewegen und Bespielen der Seilspielgeräte ist, die Konstruktionen den Fähigkeiten und dem Alter der Schüler anzupassen. Die Kinder sollen sich selbständig auf und in den Konstruktionen

bewegen können, Risiken durch Ausprobieren ab- und einschätzen lernen. Kinder bringen unterschiedlich ausgebildete grobmotorische Fähigkeiten mit in die Schule. Sie trainieren ihre Muskelspannung wenn sie sich an Seilen von A nach B hangeln, schulen ihre Körperwahrnehmung und ihr Gleichgewicht, denn Seilkonstruktionen bleiben immer auch in gespanntem Zustand beweglich, nicht nur weil sie von mehreren Kindern gleichzeitig bespielt werden.

Selbstbewusst...

Abwechslungsreiche Seilkonstruktionen lassen vielfältige Bewegungserfahrungen zu, lassen Kinder Selbstvertrauen gewinnen, ängstliche Kinder mit der Zeit zu mutigen Kindern werden.

und sozialkompetent!

Das gemeinsame Spiel auf Seilkonstruktionen fördert den Dialog der Kinder untereinander. Hüpfen und gleichzeitig ruhig am Seil hängen – das geht nicht zusammen. Kompromisse müssen gefunden werden: «Du kannst erst hüpfen und dann darf ich meins ausprobieren».

Variationen

Schülerinnen und Schüler der Unterstufe interessieren sich vorwiegend für das Spielen an den Seilspielgeräten. Hier bin ich es, die das Knoten-Knowhow, die Kraft für's Seile spannen mitbringt und die Konstruktionen aufbaut. Jüngere Kinder bauen mit Seilen eigene „Konstruktionen“ und entwickeln Rollenspiele. Mit zunehmendem Alter und Interesse der Kinder können sie aber auch mit einbezogen werden, indem sie erste Knoten lernen.

Ziel 1: Den Kindern spielerisch vielfältige Bewegungserfahrungen ermöglichen

Ziel 2: Kreativität und Fantasie der Kinder anregen

Schülerinnen und Schüler der Mittelstufe können Knoten erlernen und sie an eigenen Konstruktionen einsetzen. Seile spannen erfordert Kraft – hier können Schüler prima zeigen, welche Kräfte in ihnen stecken. Klar, dass etwas Abenteuerlust seinen Platz haben muss: Eine Hängebrücke über einen Graben gespannt, erhöht den Erlebnisfaktor, eine Seilleiter zwischen zwei eng zusammen stehenden



Bäumen lässt Höhe überwinden, den Baum erklettern. Seilkonstruktionen bauen ist ein Gruppenprozess mit der Konstruktion als gemeinsames Ziel. Dies setzt Dialog, gegenseitige Hilfe bei den Knoten und den fachgerechten Aufbau der Konstruktion voraus.

→ **Ziel:** Zusammenarbeit von Mädchen und Jungs

Sicherheit und Material

Sämtliche Konstruktionen werden mit neun verschiedenen Knoten gebaut. Die Konstruktionen stehen und fallen mit der richtigen Knotentechnik – der passende Knoten, korrekt geknüpft, richtig eingesetzt, garantiert den Erfolg der Konstruktion, denn nicht zuletzt liegt der Bau aller Seilspielgeräte – Schaukeln, Brücken, Kletterelemente und Seilbahnen in der Verantwortung des Erbauers. Sicherheit gilt ebenso für das verwendete Material. Mit dem passenden Seilmaterial geht das Knüpfen und wieder lösen nach Belastungen leicht. Es werden (statische) Kunststoffseile in zwei verschiedenen Dicken mit rauer Oberfläche verwendet. Seile aus Kunststoff trocknen schnell und halten bei sachgemässer Behandlung mehrere Jahre.

Hat man die Knoten einmal gelernt und weiss, wann welcher Knoten eingesetzt wird, lässt die regelmässige Anwendung der Seilkonstruktionen die Schülerinnen und Schülern viel Spass an der Bewegung mit Seilen im Wald erfahren!

Literatur

- **Schaukelfee & Klettermax – Seilspielgeräte für Kinder**, Alexandra Schwarzer, 2. Auflage 2011, ISBN 978-3-86805-876-5. Das Buch enthält Sicherheitstipps, Materialkunde, Knotenkunde und viele Anleitungen – inkl. der beschriebenen – zum Bau von Seilkonstruktionen für Kinder im Wald.
- **Kinder in Bewegung – Impulse für offene Bewegungssettings im Unterricht**, Dominique Högger, ISBN 978-3-908024-19-4
- **Internet:** Den gewünschten Knoten auf Google eingeben oder unter dem Stichwort «Knoten lernen pdf»

Autorin

Silvia Rey ist selbständige Natur- und Umweltfachfrau, Naturpädagogin und Rangerin i.A. (www.kinder-im-wald.ch). Sie lebt im Naturpark Thal.

So sehen die Knoten aus:

Maurerknoten: Dieser Anfangsknoten spannt auf „Zug“, das andere Seilende mache ich am nächsten Baum mit der Spannwickeltechnik fest oder führe es zu einem dritten Baum und mache es dort wieder mit der Spann-/Wickeltechnik und einem ganzen Schlag fest. Der Maurerknoten kommt seitwärts am Baum zu liegen, nur so klemmt er sich beim Ziehen fest.

Spann-/Wickeltechnik: Mit der Spann-/Wickeltechnik spanne ich das Seil von einem Baum zum zweiten und weiteren Bäumen.

Ganzer Schlag: Der ganze Schlag ist ein Sicherungsknoten und deshalb grundsätzlich auf einen andern Knoten als Abschluss zu verwenden.

Halber Schlag: Der halbe Schlag ist ebenfalls ein Sicherungsknoten - ich verwende ihn mindestens 3-fach als Abschluss der Spann-/Wickeltechnik



1) Maurerknoten - seitwärts am Baum liegend



4) halber Schlag: Das rote Seil habe ich zur Illustration mitgeführt. Hier würden jetzt zusätzlich nochmals zwei halbe Schläge folgen



7) Achterknoten



2) Spann-/Wickeltechnik



5) Doppelt gesteckter Ankerstich



8) doppelt gelegter Ankerstich



3) Ganzer Schlag



6) Einfach gesteckter Ankerstich



9) Sackstich

Doppelt gesteckter Ankerstich: Mit dem doppelten gesteckten Ankerstich knote ich den Stock in die kurzen Seite (Zweierschaukel)

Einfach gesteckter Ankerstich: Mit dem einfach gesteckten Ankerstich knüpfe ich die Seile der Zweierschaukel ins Spannseil ein

Achterknoten: Die Hängematte befestige ich mit dem Achterknoten am kurzen Seil.

Doppelt gelegter Ankerstich: Mit dem doppel gelegten Ankerstich knüpfe ich die beiden kurzen Seile für die Hängematte ins Spannseil.

Sackstich: Mit dem Sackstich kann ich ein Seil zu einer Schlinge verknöten. Dieser Knoten zieht sich zu und ist nach einer Belastung schwer zu lösen. Ich verwende den Knoten, um die losen Enden des Seils zu verknöten, nachdem ich sie durch den Feuerwehrschlauch geführt habe.

Bauanleitungen

Einfache Waldschaukel aus einem alten Feuerwehrschlauch

Material:

- 1 Stück Feuerwehrschlauch ca. 1m lang
 - 1 Karabiner und ein Seil Ø 8-12 mm, ca. 3m lang
- Knoten: Sackstich



1. Das 3-m-Seilstück doppelt legen, durch den Feuerwehrschlauch führen und die losen Enden mit einem Sackstich zuknöten.
2. Nun einen Karabiner durch die beiden Schlaufen führen.

Zweierschaukel für zwei Kinder

Im Bild eine Einerschaukel

Material:

- 1 Spannseil Ø12mm, 12m lang,
- 3 kurze Seile Ø 8 mm, 3 m lang
- 1 stabiler, dicker, langer Holzstecken als Schaukelsitz

Knoten: Maurerknoten, Spann-/Wickeltechnik, einfacher Schlag, einfach gesteckter Ankerstich, doppelt gesteckter Ankerstich, ganzer Schlag



1. Spannseil von Baum 1 zu Baum 2 spannen: Baum 1: Maurerknoten, Baum 2: Spann-/Wickeltechnik und 3 halbe Schläge
2. Die drei kurzen Seile links, rechts und mittig am Schaukelstecken anknüpfen: Seil 1 bis Seil 3: Doppelter gesteckter Ankerstich und ein ganzer Schlag als Sicherungsknoten
3. Nun die drei Seilenden der kurzen Seile ans Spannseil anknüpfen: Seil 1 bis Seil 3: Einfacher gesteckter Ankerstich und ein ganzer Schlag als Sicherungsknoten.

Hängematte - am Spannseil zwischen zwei Bäume gehängt

Material:

- 1 Spannseil Ø 12mm, 12m lang,
- 2 kurze Seile Ø 8 mm, 3 m lang
- Hängematte

Knoten: Maurerknoten, Spann-/Wickeltechnik, halber Schlag, Achterknoten, doppelt gelegter Ankerstich, ganzer Schlag



1. Spannseil von Baum 1 zu Baum 2 spannen: Baum 1: Maurerknoten Baum 2: Spann-/Wickeltechnik und 3 halbe Schläge
2. Zwei kurze Seile ins Spannseil knöten: Die Seile doppelt nehmen und mit dem doppelt gelegten Ankerstich ins Spannseil knüpfen.
3. Nun die Hängematte befestigen: Die kurzen Seilenden je durch die beiden Schlaufen der Hängematte führen und mit einem Achterknoten und einem ganzen Schlag als Sicherungsknoten abschließen.
4. Durch Auseinanderschieben der beiden am Spannseil befestigten Knoten kann die Hängematte in der Höhe verstellt werden.

* Für weitergehende Konstruktionen empfehle ich den Besuch einer entsprechenden Weiterbildung. In einem Tag erarbeitet man sich das Knotenwissen und ein Repertoire an Seilspielgeräten - von der Waldschaukel übers Kletternetz bis zur Seilbahn - nebst vielen Variationsmöglichkeiten