

## Inhaltsverzeichnis

<b>VORWORT</b> .....	5
<b>EINLEITUNG</b> .....	7
<b>PSYCHOMOTORIK IM WALD</b> .....	9
<b>WAS IST PSYCHOMOTORIK?</b> .....	9
<b>BEWEGUNGSERFAHRUNGEN VON HEUTE</b> .....	10
<b>WARUM IN DEN WALD?</b> .....	12
<b>BEWEGT „DURCH“ DEN WALD</b> .....	14
<b>BEWEGUNGSANGEBOTE DURCH SEILSPIELGERÄTE</b> .....	16
<b>BEWEGUNGSERFAHRUNGEN AUF DEN SEILSPIELGERÄTEN IM WALD</b> .....	18
<b>UMGANG MIT SEILSPIELGERÄTEN IM WALD</b> .....	20
<b>REGELN FÜR DAS SPIELEN AUF DEN SEILSPIELGERÄTEN</b> .....	23
<b>PÄDAGOGISCHE GEDANKEN</b> .....	24
<b>MIT KINDERGRUPPEN IN DEN WALD</b> .....	27
<b>AUSRÜSTUNG</b> .....	29
<b>MATERIALKUNDE</b> .....	30
<b>SEILKUNDE</b> .....	33
<b>KNOTENKUNDE</b> .....	36
<b>KNOTENANLEITUNGEN</b> .....	39
<b>MAURERKNOTEN</b> .....	40
<b>ACHTKNOTEN</b> .....	41
<b>ACHTKNOTENSCHLAUFE</b> .....	42
<b>GESTECKTER ACHTKNOTEN</b> .....	43
<b>PALSTEK</b> .....	44
<b>SPROSSENLEITERKNOTEN</b> .....	46
<b>ANBINDEKNOTEN</b> .....	47
<b>SCHLAG</b> .....	48
<b>ANKERSTICH GELEGT</b> .....	49
<b>ANKERSTICH GESTECKT</b> .....	50
<b>DOPPELTER ANKERSTICH GELEGT</b> .....	51
<b>DOPPELTER ANKERSTICH GESTECKT</b> .....	52
<b>TRITTSCHLINGE</b> .....	53
<b>SELBSTSICHERUNG</b> .....	54
<b>SPANN-WICKEL-TECHNIK</b> .....	55
<b>SPANNEN EINES SEILES UM MEHRERE BÄUME</b> .....	57
<b>SEILSPANN-METHODE</b> .....	58
<b>GARDA-KLEMME</b> .....	59
<b>KLEMMHEIST</b> .....	60
<b>BAUMLEITER</b> .....	61
<b>BAU DER SCHAUKELSCHLINGE</b> .....	62
<b>AUFHÄNGUNG DER HÄNGEMATTE</b> .....	63
<b>SEILRUCKSACK</b> .....	64

<b>KONSTRUKTIONSTIPPS</b> .....	<b>65</b>
<b>DER WALDRUCKSACK</b> .....	<b>66</b>
<b>KRITERIEN FÜR EINEN GUTEN WALDPLATZ</b> .....	<b>66</b>
<b>GEEIGNETE BÄUME</b> .....	<b>66</b>
<b>STANDORTKONTROLLE</b> .....	<b>67</b>
<b>SICHERHEITSPUNKTE</b> .....	<b>68</b>
<b>ÖKOLOGISCHE GESICHTSPUNKTE</b> .....	<b>70</b>
<b>AUFBAUEN UND ABBAUEN</b> .....	<b>71</b>
<b>NACHSPANNEN DER SEILE</b> .....	<b>71</b>
<b>SPANNEN ÜBER KOPFHÖHE</b> .....	<b>72</b>
<b>HERUNTERSPPANNEN DER SEILE</b> .....	<b>72</b>
<b>SEILBEFESTIGUNG ÜBER EINE ASTGABEL</b> .....	<b>74</b>
<b>SEILBEFESTIGUNG ÜBER EINEM HOHEN AST</b> .....	<b>74</b>
<b>DIE BAUMLEITER</b> .....	<b>75</b>
<b>AUßENGELÄNDE VON KINDERGÄRTEN</b> .....	<b>77</b>
<b>SEILSPIELGERÄTE</b> .....	<b>79</b>
<b>SCHAUKELN UND SCHWINGEN</b> .....	<b>81</b>
<i>Waldschaukel</i> .....	<i>82</i>
<i>Schaukelschlinge</i> .....	<i>85</i>
<i>Riesenschaukel</i> .....	<i>86</i>
<i>Sechseckschaukel</i> .....	<i>88</i>
<i>Schnelle Schaukel</i> .....	<i>90</i>
<i>Baumkarussell</i> .....	<i>92</i>
<i>Doppelkarussell</i> .....	<i>94</i>
<b>BRÜCKEN</b> .....	<b>97</b>
<i>Piratenbrücke</i> .....	<i>98</i>
<i>Kreuzbrücke</i> .....	<i>100</i>
<i>Burmabrücke</i> .....	<i>102</i>
<i>Schaukelbrücke</i> .....	<i>105</i>
<i>Nepalbrücke</i> .....	<i>108</i>
<i>Wackelbrücke</i> .....	<i>110</i>
<i>Kletterweg „Berg und Tal“</i> .....	<i>112</i>
<i>Wechselbrücke</i> .....	<i>114</i>
<b>KLETTERELEMENTE</b> .....	<b>117</b>
<i>Klettergerüst</i> .....	<i>118</i>
<i>Spinnennetz in der Luft</i> .....	<i>120</i>
<i>Spinnennetz am Boden</i> .....	<i>122</i>
<i>Kletter-X</i> .....	<i>124</i>
<i>Baumleiter aus Seilen</i> .....	<i>126</i>
<i>Eichhörnchen-Dreieck</i> .....	<i>128</i>
<i>Kletterberg</i> .....	<i>130</i>
<i>Kletterwand</i> .....	<i>132</i>
<i>Bauanleitung: geknüpftes Kletternetz</i> .....	<i>135</i>
<i>Bauanleitung: geknüpfte Kletterwand</i> .....	<i>138</i>
<i>Sprossenleiter</i> .....	<i>141</i>

<b>RUTSCHEN, HÜPFEN &amp; BALANCIEREN.....</b>	<b>145</b>
<i>Purzelbäume.....</i>	<i>146</i>
<i>Waldseilbahn.....</i>	<i>147</i>
<i>Slackline.....</i>	<i>152</i>
<i>Hangel-Leiter.....</i>	<i>156</i>
<i>Wackelgang.....</i>	<i>158</i>
<i>Dschungelpfad.....</i>	<i>160</i>
<i>Begegnung auf dem Seil.....</i>	<i>162</i>
<i>Waldtrampolin.....</i>	<i>164</i>
<i>Waldhüpfer.....</i>	<i>166</i>
<i>Indianerpfad.....</i>	<i>168</i>
<i>Waldfähre.....</i>	<i>171</i>
<i>Wackelbären.....</i>	<i>174</i>
<b>HÄNGEMATTE, SCHAUKELTUCH &amp; REGENDACH.....</b>	<b>177</b>
<i>Hängematte.....</i>	<i>178</i>
<i>Regendach.....</i>	<i>181</i>
<i>Schaukeltuch.....</i>	<i>184</i>
<b>SPIELE MIT SEILEN.....</b>	<b>187</b>
<b>SPIELE IM SEILKREIS.....</b>	<b>188</b>
<b>AUFSTEHEN UND HINSETZEN.....</b>	<b>189</b>
<b>WACKELPUDDING.....</b>	<b>190</b>
<b>WALDKARUSSELL.....</b>	<b>191</b>
<b>KREISTAUZIEHEN.....</b>	<b>192</b>
<b>FORMEN IM SEILKREIS.....</b>	<b>193</b>
<b>SPIELE MIT DER SEILSONNE.....</b>	<b>194</b>
<b>KINDER AUF DER SEILSONNE.....</b>	<b>195</b>
<b>SEILSONNEN-TANZ.....</b>	<b>196</b>
<b>SEILSONNEN-MANDALA.....</b>	<b>197</b>
<b>SEILSONNEN-BLUME.....</b>	<b>198</b>
<b>SEILKINDER AUF DEM WALDBODEN.....</b>	<b>199</b>
<b>1,2,3 ... ICH HAB MEIN SEIL DABEI.....</b>	<b>200</b>
<b>SPIELAKTIONEN MIT SEILEN.....</b>	<b>203</b>
<b>SEILLABYRINTH IM WALD.....</b>	<b>204</b>
<b>SPINNENNETZ IM WALD.....</b>	<b>205</b>
<b>ENTDECKUNGSREISE.....</b>	<b>206</b>
<b>WALDGEBURTSTAG.....</b>	<b>207</b>
<b>BEWEGT DURCH DEN WALD.....</b>	<b>208</b>
<b>ELTERNABEND IM WALD.....</b>	<b>209</b>
<b>DANK.....</b>	<b>212</b>
<b>LITERATUR.....</b>	<b>213</b>