

Arbeitsauftrag

Wir lernen Jonglieren!

Sieh dir folgende Videos dazu an!

<https://www.youtube.com/watch?v=3V6D2PyFEKM>

<https://www.youtube.com/watch?v=OJJzputuJHo>

Mit Tüchern ist es einfacher, da diese langsamer fallen!

Alternativ zu einem Chiffontuch könnt ihr folgende Materialien/Gegenstände verwenden:

- Plastiktüte
- Gefrierbeutel (ab 3 Liter)
- sehr dünne Spültücher
- Zeitungspapier



Mittwoch:

Vorübung 1 + 2 mit Tuch

Vorübung 1 + 2 mit Ball oder einem ähnlichen Gegenstand

→ Schaffst du 30s fehlerfrei zu bleiben?

Donnerstag:

Vorübung 1 + 2 mit Tuch + Ball

Übung „richtig Jonglieren“ mit Tuch (10 min)

Freitag: Vorübung 1 + 2 mit Tuch + Ball, Übung „richtig Jonglieren“ mit Tuch (10 min)

Vorübung 1

1



Mit einem Ball fängst du an

2



Werfe ihn schräg nach oben

3



Fange ihn mit
der anderen Hand

4



Wiederhole das auf
der anderen Seite

Komplette Anleitung auf
spielelux.de

Vorübung 2

1



Je einen Ball pro Hand

2



Starte mit deiner
schwachen Hand

3



Werfe den zweiten Ball
unter dem ersten durch

4



Fange beide Bälle
nacheinander

Komplette Anleitung auf
spielelux.de

Richtig Jonglieren

1



Starte mit 2 Bällen in deiner starken Hand

2



Werfe nur einen auf die andere Hand

3



Werfe den Ball unter dem ersten durch

4



Wiederhole das auf der anderen Seite genauso

Komplette Anleitung auf spielelux.de

„Die Kaskade“



Das fertige Jonglagemuster heißt „Kaskade“ & sieht aus wie eine liegende, langegestreckte 8.

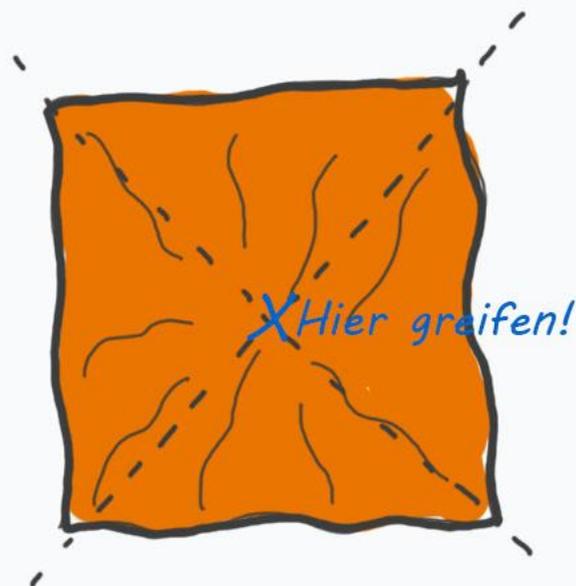


Die liegende 8

Jeder Ball folgt genau dieser Bahn.

Komplette Anleitung auf spielelux.de

Tücher richtig halten



Komplette Anleitung auf
spielelux.de

Vorübung 1

1



Mit einem Tuch fängst du an

2



Wirf es schräg nach oben

3



Fange es mit
der anderen Hand

4



Wiederhole das auf
der anderen Seite

Komplette Anleitung auf
spielelux.de

Vorübung 2

1



Je einen Tuch pro Hand

2



Starte mit deiner schwachen Hand

3



Wirf das zweite Tuch unter dem ersten durch

4



Fange beide Tücher nacheinander

Komplette Anleitung auf spielelux.de

Richtig Jonglieren

1



Starte mit 2 Tüchern in deiner starken Hand

2



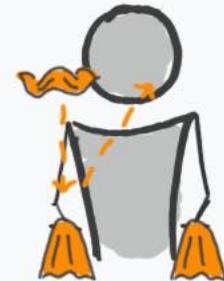
Wirf nur eins auf die andere Hand

3



Wirf das Tuch unter dem ersten durch

4



Wiederhole das auf der anderen Seite genauso

Komplette Anleitung auf spielelux.de