

**Fachtagung: Heterogenität und Vielfalt -
Auf dem Weg zum inklusiven Schulsport
in Brandenburg, 05.12.2014 in Blossin**

Jonglieren leicht gelernt... - ohne „Zirkusperfektion“...

Musik bildet eine erhebliche Unterstützung beim Lernprozess. Die Differenzierung erfolgt durch eigene Entscheidung jedes methodischen Schrittes ob er gelingt oder nicht, so geht man ein oder eventuell mehrere Schritte wieder zurück. Der Lernerfolg bei jedem Einzelnen steht im Vordergrund.

Jonglieren mit Tüchern: Fallgeschwindigkeit von Tüchern testen
Im Kreis stehend mit re. werfen li. fangen, li. werfen re. fangen
Nach re. werfen von li. Nachbarn fangen, auch nach li. den Ablauf
Senkrecht werfen, nach li. oder re. auf Zuruf weitergehen und fangen
2 Tücher jonglieren
3 Tücher jonglieren, von innen nach außen & außen nach innen

Jonglieren mit Bällen : Im Kreis stehend hat jeder einen Ball, jeder erinnert sich an Tricks....
Die Tricks gegenseitig vorstellen und ausprobieren
Wurftechnik mit einem Ball in Stirnhöhe li.-re. im Wechsel
Zu zweit nebeneinander, Ball in Außenhand, synchron werfen
Wie oben jedoch Platzwechsel auf 8, 4, 2,

Gegenüber stehend an Linie hat einer beide Bälle und wirft sie nacheinander ab. Einmal tippen lassen dann fängt Partner die Bälle – Wechsel
Allein rollen von 2 Bällen am Boden gegen eine Wand
Allein rollen der 2 Bälle auf schiefer Ebene (Matte)
Allein werfen der 2 Bälle tippen lassen fangen
Allein werfen der 2 Bälle fangen, mal mit re. starten, mal mit li.
Versuchen die beiden Bälle hintereinander zu werfen und zu fangen
Zu zweit gegenüber stehend mit 3 Bällen
Einer hat 3 Bälle und wirft sie nacheinander vor sich senkrecht hoch
Der Partner lässt sie jeweils einmal tippen und fängt sie
Wie eben nur ohne Auftippen (Zerlegung von: Werfen & Fangen)
Allein rollen von 3 Bällen am Boden gegen eine Wand
Allein rollen der 3 Bälle auf schiefer Ebene (Bewegungsmuster vom Ablauf her verinnerlichen)
Im Stand die 3 Bälle versuchen hintereinander zu jonglieren

Test verschiedener Bälle, Erweiterung der Trickkiste.... Üben am gut gelungenen methodischen Punkt, erst dann einen Schritt weiter

Viel Spaß mit rohen Eiern....