

I.57

Grundlegende Bewegungserfahrungen

Leicht und luftig – Einführung in die Tuchjonglage

Alexander Butte

Illustrationen: Anke Fröhlich



© RAABE 2024

© brightstars/Stock/Getty Images Plus

Sie sind bunt und fliegen leicht durch die Luft: Chiffontücher haben Aufforderungscharakter und spezifische Flugeigenschaften. Die Schülerinnen und Schüler erkunden diese zunächst, bevor sie sich Schritt für Schritt an die „Kaskade“, das Jonglieren mit drei Tüchern, wagen. Als Abschluss bietet sich eine Vorführung an, bei der die Kinder ihre Bewegungskünste zeigen können.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufen:	1 bis 4
Dauer:	4 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Rhythmusfähigkeit und Auge-Hand-Koordination schulen, die visuelle Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, das eigene Bewegungsrepertoire erweitern, sich körperlich ausdrücken und Bewegung gestalten
Thematische Bereiche:	Gestalten, Darstellen, Jonglieren, Koordination
Medien:	Anleitungen, Übungs- und Stationskarten

Was Sie zu diesem Thema wissen sollten

Das Jongliertuch als Unterrichtsgegenstand

Das Jonglier- oder Chiffontuch ist aus einem leichten schwebenden Material. Es ist gleichzeitig Greif- und Flugobjekt und wirkt somit auch vorbereitend auf den Umgang mit weiteren Jongliergeräten wie Bälle, Ringe oder Keulen.

Die Inhalte dieser Unterrichtseinheit sind wichtige Beiträge zur Schulung der Wahrnehmung und des Koordinationsvermögens. Da die Tücher langsam fliegen, können sich die Kinder leicht darauf einstellen. Sie können die Flugbahnen der Tücher beobachten und ihre Flugeigenschaften erkunden. Die bunten Tücher regen die Kinder dazu an, kreativ zu werden und eigene Bewegungsmuster einzubringen.

Das Jonglieren überkreuz

Die Tücher werden mit Daumen, Zeige- und Mittelfinger gegriffen und mit dem ganzen Arm nach schräg oben geführt. Mit einer schnellen Streckung des Handgelenks wird das Tuch in die Luft gezogen (mit der rechten Hand nach links oben und mit der linken Hand nach rechts oben – jeweils unter dem schon in der Luft befindlichen Tuch, siehe Zielübung bei M 4). Etwa auf Schulterhöhe lässt man das Tuch los und wartet, bis es den höchsten Punkt erreicht hat. Dann wirft man das Tuch aus der anderen Hand. Die Tücher lässt man nacheinander in die Hände zurücksinken und greift sie erst, wenn sie etwa auf Bauchhöhe angekommen sind.

Was Sie bei der Vorbereitung und Durchführung beachten sollten

Sie sollten sich bereits im Vorfeld in die Thematik einarbeiten und das Jonglieren mit drei Tüchern beherrschen. Die Kinder benötigen immer wieder konkrete authentische Bewegungsvorbilder.

Die Zielsetzung des Unterrichtsvorhabens sollte den Kindern von Anfang an bekannt sein. Einen besonderen Anreiz kann die Aussicht auf eine kleine Vorstellung am Ende der Unterrichtseinheit sein, bei der die Kinder ihre Bewegungskünste zeigen und sich kreativ einbringen können.

Es hat sich in der Praxis bewährt, einen „Tücherpool“ anzulegen. In einer großen Tüte oder in einem Karton können bis zu 50 Tücher aufbewahrt werden. Sie sind leicht zu transportieren und lassen sich sogar auf eine Klassenfahrt mitnehmen.

Der Jonglierunterricht kann von der Sporthalle in die Aula oder in einen großen Raum verlegt werden. Der Gebrauch im Freien bietet sich aufgrund windiger Wetterverhältnisse nicht an.

Kinder binden sich die Tücher gern mal an Handgelenke oder um den Kopf und machen dazu Knoten in die Tücher. Hier ist Vorsicht geboten bzw. gegebenenfalls ein Verbot notwendig, denn schnell kann es passieren, dass die Tücher einreißen und unbrauchbar werden.

Was machen Sie, wenn ...

- ... die Kinder auf den Tüchern ausrutschen?
Oft lassen die Kinder die Tücher aus Unachtsamkeit auf dem Boden liegen. Schnell rutscht man darauf aus und kann sich verletzen. Vereinbaren Sie mit den Schülerinnen und Schülern, dass alle Tücher nach Gebrauch wieder in einen Karton, Korb oder eine Tüte zurückgelegt werden.
- ... sich die Kinder bei zu langen Erklärungs- und Übungsphasen langweilen?
Um die Bewegungsfreude und Motivation der Kinder aufrechtzuerhalten, legen Sie immer wieder kleine Pausen ein. Sammeln Sie die Kinder im Kreis und lassen Sie Zwischenergebnisse demonstrieren. So lernen die Schülerinnen und Schüler, die Leistungen der anderen zu würdigen und von Anfang an vor „Publikum“ aufzutreten.

- ... Kinder noch Probleme beim Jonglieren mit drei Tüchern haben?
Diese Kinder dürfen einen Lernschritt zurückgehen und zunächst nur mit einem oder zwei Tüchern jonglieren bzw. die Vorübungen (siehe M 4) wiederholen. Sie müssen so viel Zeit bekommen, wie sie für ihren eigenen Lernprozess benötigen. Bestärken Sie diese Kinder immer wieder – Frust sollte nicht aufkommen.
- ... die Kinder bestimmte Farben bei den Tüchern haben wollen?
Stellen Sie gegebenenfalls kleine Tüten bereit. Jedes Kind hat dann immer sein eigenes Jonglierset mit drei Tüchern nach Wunsch. Diese Vorgehensweise fördert den schnellen Einstieg und das zügige Agieren im Unterricht. Auch können die Kinder das Set mit nach Hause nehmen und die Übungszeit erhöhen.

Welche weiteren Medien Sie nutzen können

- **Butte, Alexander:** Bewegungskünste und Zirkus in Schule und Verein. Pohl-Verlag, Celle 2009. 3. Aufl.
Dieses Buch bietet allen, die einen Kinderzirkus gründen, in der Schule Zirkuskünste ausprobieren oder mit Kindern einen Zirkusnachmittag veranstalten möchten, eine anschauliche Hilfestellung mit vielen Fotos und Zeichnungen.
- **Oberschachtsiek, Bernd:** Jonglieren und mehr: Handbuch Bewegungskünste. Meyer & Meyer Sport, 2009. 2. überarb. Aufl.
Das Buch wendet sich an Lehrkräfte und an alle, die sich das Jonglieren selbst beibringen wollen. Es zeigt, wie man Kunststücke erfindet, übt, gestaltet und zu Nummern und größeren Auführungen zusammenfügt. Didaktisch und methodisch aufgearbeitet führt es auf spielerische Weise in die verschiedenen Jonglagetechniken mit Tellern, Tüchern, Bällen, Diabolos, Keulen und Ringen ein.
- www.pappnase.de [zuletzt abgerufen am: 28.02.2024]
Bei dieser Adresse können Jongliertücher und ganze Jongliersets für die Schule bestellt werden.

Auf einen Blick

Legende:

L: Lehrkraft; SuS: Schülerinnen und Schüler



Variation/Differenzierung



Hinweis/Tipp



Gespräch/Impuls

1. Stunde

Thema: Es fliegt so leicht – Die Eigenschaften der Tücher erkunden

Einstieg: „Schwänzchen jagen“: Die SuS stecken sich jeweils ein Tuch hinten in den Hosenbund. Sie versuchen, die Tücher der anderen Kinder zu jagen, ohne ihr eigenes zu verlieren. Wer kein Tuch mehr hat, scheidet aus.

Hauptteil:



In der Mitte liegen die bunten Tücher. L fragt die SuS, was man damit alles machen kann.



Jedes Kind erhält nun ein Tuch und soll es erkunden. Mögliche Ideen:
 – Das Tuch hochwerfen und wieder fangen (auch mal mit dem Kopf/Knie/Rücken usw.).
 – Das Tuch in Schlangenlinien, Wellen, Kreisen usw. über dem Kopf oder seitlich vom Körper schwingen.
 Anschließend präsentieren die SuS ihre Ideen.

M 1 **Tuchwanderung im Kreis** / Die SuS führen die Aufgaben in der Gruppe durch.

Abschluss: „Tuch-Jagd“: Die SuS stehen im Kreis. Zwei gegenüberstehende Kinder haben je ein Tuch in der Hand und werfen es auf Kommando zum rechten Nachbarkind weiter. Ein Tuch soll das andere einholen.

Benötigt: 1 Chiffontuch pro Kind

2. Stunde

Thema: Erst eins ... - Jonglieren mit einem Tuch

Einstieg: Die SuS laufen sich mit ihren Tüchern warm, indem sie sie über dem Kopf flattern lassen (Arme abwechseln, zwischendurch kurz in die Hocke gehen, beim Begegnen sich die Hände schütteln, sich einmal um die eigene Achse drehen usw.).

Hauptteil: L informiert die SuS über das Thema der Unterrichtseinheit:



In den nächsten Stunden wollen wir mit Tüchern jonglieren. Heute fangen wir mit einem Tuch an.

M 2 **Mit einem Tuch jonglieren** / Die SuS führen die Übungen einzeln und zu zweit aus.

Abschluss: Es finden eine Reflexion und eine Präsentation statt.

Benötigt: 1 Chiffontuch pro Kind

3. Stunde

Thema: ... dann zwei – Jonglieren mit zwei Tüchern

Einstieg: „Achtung Ampel“: Die SuS bewegen sich mit einem Tuch frei durch die Halle. L hält im Wechsel ein rotes, grünes und gelbes Tuch hoch. Jedes Tuch steht für eine bestimmte Übung, die die SuS ausführen sollen.

Rot: Tuch, ohne festzuhalten, am Körper transportieren.

Gelb: Tuch an einer Ecke fassen und flattern lassen.

Grün: Tuch auf einem Bein stehend hochwerfen und wieder fangen.

Hauptteil:

M 3 **Mit zwei Tüchern jonglieren** / Die SuS führen die Übungen an Stationen durch.

Abschluss: Reflexion und Präsentation

„Ein Gespenst geht um“: Die SuS setzen sich im Schneidersitz auf den Boden, legen sich ihr Tuch auf den Kopf und schließen die Augen. L nimmt nun einem Kind vorsichtig das Tuch weg und legt es in die Mitte. Dieses Kind wiederum nimmt dem nächsten Kind das Tuch weg usw., bis alle Tücher in der Mitte liegen.

Benötigt: 2 Chiffontücher pro Kind

4. Stunde

Thema: ... und nun drei – Jonglieren mit drei Tüchern

Einstieg: Die SuS binden sich ihr Tuch um die Hüfte und lassen diese kreisen, traben auf der Stelle, springen hoch, machen Hampelmänner usw.

Hauptteil:

M 4 **Die Kaskade erlernen** / L führt die Vorübungen und die Zielübung Kaskade gemeinsam mit den SuS durch.

M 5 **Jonglieren mit drei Tüchern – So klappt's!** / Die SuS führen die Zielübung nun selbstständig durch.

M 6 **Kaskade zu zweit** / Die SuS führen die Zielübung zu zweit durch.

M 7 **Mit drei Tüchern jonglieren** / Die SuS führen die Übungen an Stationen durch.

Abschluss: Präsentation und gegenseitiges Feedback.

Benötigt: 3 Chiffontücher pro Kind

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Einführung in die Tuchjonglage

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](https://www.school-scout.de)

