

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus: *Jonglage mit dem Diabolo*

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



I.38

Grundlegende Bewegungserfahrungen

Jonglage mit dem Diabolo – Zirkuspädagogik in der Grundschule

Lisa Schomburg und Dr. Hagen Wulff

Illustrationen: Katharina Friedrich



© RAABE 2021

© nito100/Getty Images Plus

Die Jonglage mit dem Diabolo ist eine Zirkusdisziplin und bietet für den regulären Unterricht, Pausen, Projektwochen, Schulfeste sowie die Freizeitgestaltung viele Anwendungsmöglichkeiten. Das Material bietet großes Potenzial für aktives Üben, Spielen und Ausprobieren. Auch als Ausgleich und zur Entspannung bzw. kognitiven Erholung während eines langen Lerntages ist die Jonglage mit dem Diabolo für Grundschulkindern geeignet.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufen:	2 bis 4
Dauer:	ca. 6 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Körperwahrnehmung, Konzentration, Geduld und Ausdauer, Rhythmusfähigkeit, Kreativität
Thematische Bereiche:	Zirkus, Jonglieren, Diabolo
Medien:	Übungskarten, Anleitungen

Was Sie zu diesem Thema wissen sollten

Das Kennenlernen und Üben mit dem Diabolo ermöglicht für die Schülerinnen und Schüler¹ neue Körper- und Materialerfahrungen. Hierfür ist keine allgemeine Sportlichkeit notwendig, wodurch sportlich unmotiviertere Kinder gleichermaßen Erfolgserlebnisse erzielen können. Um Frustration zu vermeiden, bietet es sich an, systematische Übungsreihen und Spiele zu nutzen. Mit den erlernten Grundtechniken kann daraufhin die Kooperation sowie das rhythmische und kreative Spielen gefördert werden, um ein hohes Maß an Motivation und Bewegungsfreude aufrechtzuerhalten.

Das Thema Diabolo-Jonglage bietet darüber hinaus die Möglichkeit, digitale Medien in Bewegungseinheiten einzubeziehen, da zahlreiche Lehrvideos im Internet zur Verfügung stehen (siehe Medienhinweise unten) oder von den Teilnehmenden selbst erstellt werden können, um Techniken zu vermitteln oder die Kompetenzentwicklung zu veranschaulichen.

Durch das Diabolo werden somit die Konzentrationsfähigkeit, koordinative Fähigkeiten, Geduld, Ausdauer, Fantasie, Kooperation, Rhythmus und Wahrnehmung gefördert.

Was Sie bei der Vorbereitung und Durchführung beachten sollten

Das Material

Das Diabolo besteht aus zwei doppelten Trichtern mit einer Verbindung in der Mitte. Gespielt wird es mit zwei Handstäben aus Holz oder Aluminium, die mit einer Schnur verbunden sind. Die Länge der Schnur sollte vom Boden bis zum Bauchnabel oder Solarplexus reichen, je nach Wohlbefinden. Diabolos gibt es in drei Größen: Die mittlere Variante ist für Kinder, die große für erwachsene Anfänger und die kleine für Fortgeschrittene. Das „Freilaufdiabolo“ ist eine zusätzliche Variante. Es erreicht beim Andrehen höhere Geschwindigkeiten, kann jedoch für einige Anfängertricks, wie z. B. den „Fahrstuhl“ (siehe M 8), nicht verwendet werden. Einsteigersets kosten ca. 30 Euro und können bei Spielzeugläden oder Sportartikelanbietern erworben werden.

Die Vorbereitung

Achten Sie bei der Vorbereitung darauf, dass für jedes Kind (und für Sie) ein Diabolo und ein Paar Stäbe vorhanden sind. Und überlegen Sie sich vorher, wie das Aufräumen des Materials ablaufen soll. Es ist wichtig, dass beim Üben Knoten entfernt werden, da das Diabolo ansonsten den Kontakt zu Schnur verliert und die Tricks nicht funktionieren. Weisen Sie die Schüler in der ersten Stunde darauf hin, dass die Schnur nicht verdreht oder verknotet sein darf. Zum Entdrehen der Schnur wird ein Stab in die Höhe gehalten und die Schnur sowie der zweite Stab sollten in der Luft hängen, bis sich der zweite Stab nicht mehr von allein dreht. Ermutigen Sie die Schüler, sich gegenseitig beim Entknoten zu helfen. In der eingesparten Zeit können Sie bei den Techniken helfen und die Schüler motivieren. Nach dem Üben dient das Aufwickeln der Schnur zur Lagerung des Materials. Üben Sie dieses am besten gemeinsam mit den Schülern (siehe M 2).

Ausreichend Platz

Die Übenden sollten ca. ein bis zwei Meter voneinander entfernt stehen und drei bis vier Meter Platz nach oben haben. Anfangs ist es normal, dass die Diabolos versehentlich in eine andere Richtung fliegen als erwartet. Besprechen Sie mit den Kindern ggf. vorab Verhaltensregeln und die gegenseitige Rücksichtnahme.

¹ Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im weiteren Verlauf nur noch „Schüler“ verwendet.

Entwickeln einer Choreografie und Aufführung

Nach dem Einüben der Techniken in den ersten drei bis vier Stunden dürfen sich die Kinder in Gruppen eine Choreografie überlegen, die später z. B. vor anderen Klassen, Eltern und Geschwistern, bei einem Schulfest o. Ä. präsentiert wird. Auch beim Aussuchen und Zusammenstellen von Musiktiteln werden die Kinder direkt einbezogen (alternative Musikvorschläge finden Sie unten bei den Medienhinweisen).

Welche weiteren Medien Sie nutzen können

- ▶ **Runde, Ralf:** *Das große Diabolo-Buch – Über 100 Tricks für Anfänger und Fortgeschrittene.* Dumont Buchverlag 2013.
- ▶ **Peter Sabine:** *Das Spiel mit der Schwerkraft – Jonglieren mit Bällen, Keulen, Ringen und Diabolo.* Falken Verlag 1998.
- ▶ <https://www.youtube.com/channel/UCyj7MTMlOwoJX7zfQ9f0TGg/playlists> (zuletzt abgerufen am 12.01.2021)
(JOKES Video)
- ▶ <https://www.youtube.com/c/TWJugglingfun/videos> (zuletzt abgerufen am 12.01.2021)
(TW-Juggling)

Musikvorschläge für die Choreografien

- Imagine Dragons: Evolve
- Highway: Bleeker
- Hometown: Cleopatrck
- PEACE & LOVE: VANT

Stundenübersichten

Legende

L: Lehrkraft

SuS: Schülerinnen und Schüler



Variationen/Differenzierung



Tipps/Hinweise



Gesprächsimpulse

1. Stunde

Thema: Materialerkundung

Einstieg: L fragt SuS, welche Vorerfahrungen sie mit dem Diabolo haben.

Aufwärmen

M 1 **Rastelli** / SuS führen das Spiel durch.

Hauptteil: L erklärt das Grundprinzip des Diabolos.



- Das Diabolo wird auf die Schnur gelegt. Durch Rotation (schnelles Drehen) hält es sich darauf.
- Voraussetzung: Keine Knoten und Verdrehungen in der Schnur. Dazu mit den SuS das Ausdrehen und Entknoten üben: Einen Stab hochhalten, den anderen in der Luft hängen lassen, bis er sich nicht mehr dreht.

M 2 **Aufwickeln der Schnur** / L erklärt, wie die Stäbe nach Gebrauch verstaut werden.

M 3 **Die Grundhaltung** / L erläutert die Grundhaltung.

M 4 **Das Andrehen** / L demonstriert das Prinzip des Andrehens.

Abschluss

M 5 **Tic Tac Toe** / SuS führen das Spiel durch.

Benötigt: 1 Diabolo pro Kind, 9 Reifen pro 2 Mannschaften

2. Stunde

Thema: Die Technik des Andrehens verbessern

Aufwärmen

M 6 **Diabolo-Kegeln** / SuS führen das Spiel durch.

Hauptteil: Die Grundhaltung aus der letzten Stunde wird wiederholt.

M 7 **Verbessern des Andrehens** / SuS üben und korrigieren sich paarweise.

M 8 **Der Fahrstuhl** / SuS erlernen einen ersten Trick.



Abschluss

M 9 **Diabolos auf Weltreise** / SuS führen das Spiel durch.

Benötigt: 1 Diabolo pro Kind, 6 Jonglier-/Holzkegel pro 2 Mannschaften

3. Stunde

Thema: Die Technik Werfen und Fangen üben

Aufwärmen

M 10 **Dosenwerfen** / SuS führen das Spiel durch.

Hauptteil:	SuS wiederholen einzeln oder mit Partner die Technik des Andrehens aus der vorherigen Stunde.
M 11	Werfen und Fangen / SuS wiederholen die mittelschweren bis schweren Übungen aus der letzten Stunde.
M 12	Zuwerfen / SuS üben das Zuwerfen mit Partner.
Abschluss	
M 13	Bewegungsmemory / SuS führen das Spiel durch.
Benötigt:	1 Diabolo pro Kind, ggf. 4 Hütchen, kleine Kästen/Bank



4. Stunde

Thema:	Die Technik „Über das Bein werfen“
Aufwärmen	
M 14	Transportstaffel / SuS führen die Staffel durch.
Hauptteil:	Wiederholen der gelernten Techniken.
M 15	Über das Bein werfen / SuS probieren die neue Technik aus.
Abschluss:	SuS dürfen einen Trick präsentieren.
	L weist auf das Einstudieren der Choreografien und die Präsentation in der kommenden Stunde hin. SuS können zu Hause Musik auswählen, die ihnen gefällt.
Benötigt:	1 Diabolo pro Kind



5./6. Stunde

Thema:	Eine Choreografie erstellen
Aufwärmen	
M 16	Wanderpokal / SuS führen das Spiel durch.
Hauptteil:	Einstudieren der Choreografien. Impulse: <ul style="list-style-type: none"> – Welche Tricks können zusammen oder einzeln gezeigt werden? – Wie können die Diabolos für eindrucksvolle Effekte genutzt werden (z. B. durchreichen, zurollen, sich mit dem Diabolo in der Hand drehen usw.). <p>Musikwünsche können aufgenommen und zusammengestellt werden. Oder es werden Musiktitel aus der Medienübersicht genommen (siehe Seite 3).</p>
M 17	Meine/Unsere Choreografie / SuS überlegen sich eine Choreografie und machen sich Notizen.
Abschluss:	Erste Präsentation und Würdigung der Choreografien.
	SuS erhalten in einer Folgestunde Zeit, ihre Choreografien weiterzuentwickeln und ggf. für eine Aufführung (vor anderen Klassen) zu üben.
Benötigt:	1 Diabolo pro Kind, Stifte, Musikanlage, ggf. Requisiten für die Aufführung



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus: *Jonglage mit dem Diabolo*

Das komplette Material finden Sie hier:

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

