

# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Das Sportspiel Juggen kennenlernen - Spiele mit und ohne Ball*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



II.27

Spiele mit und ohne Ball

**Mit Pomfren und Jugg – das Sportspiel Juggen kennenlernen**

Christian Grottel und Franziska Sachse, Leipzig



Das Sportspiel Juggen wird seit über einem Jahrhundert in der DDR gespielt und ist heute, aber abgesehen von den Regeln und der Ausstattung, in der Intensivarbeit von anderen Sportarten für Juggen beschrieben. Die Freizeitsport fördert die sozialen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler und bietet somit ein großes Potenzial für den Sportunterricht oder die Arbeitsgemeinschaft in der Grundschule.

**KOMPETENZPROFIL**

**Klassenstufe:** 3 bis 4  
**Dauer:** bis 30 Minuten  
**Kompetenzen:** Spielregeln verstehen und umsetzen; sich im Spiel orientieren; Regeln verstehen und sich an sie halten; Spielregeln in einer Freizeitsportart einsetzen  
**Thematische Bereiche:** Spielregeln, Orientierung im Spielbereich von Juggen  
**Medien:** Übungs- und Stammbücher, Spielbeschreibungen

## II.27

### Spiele mit und ohne Ball

# Mit Pompfen und Jugg – das Sportspiel Jugger kennenlernen

Christian Gustedt und Franziska Sachse, Leipzig



© RAABE 2021

Foto: Christian Gustedt

Das Sportspiel Jugger wirkt auf den ersten Blick wie eine wilde Prügelei mit Waffen. Aber dahinter stecken klare Regeln und sehr viel Taktik. In der Unterrichtseinheit werden Übungen sowie Spielformen für Jugger beschrieben. Die Trendsportart fördert die sozialen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler und bietet somit ein großes Potenzial für den Sportunterricht oder die Arbeitsgemeinschaft im Ganztagesangebot in der Grundschule.

---

#### KOMPETENZPROFIL

<b>Klassenstufen:</b>	3 und 4
<b>Dauer:</b>	ca. 8 Unterrichtsstunden
<b>Kompetenzen:</b>	Spielidee und Spielregeln verstehen und umsetzen; sich im Spiel verständigen, Rücksicht nehmen und sich fair verhalten; Spielfähigkeit in einer Trendsportart erlernen
<b>Thematische Bereiche:</b>	Spielen, Kämpfen, Erlernen der Basistechniken von Jugger
<b>Medien:</b>	Übungs- und Stationskarten, Spielbeschreibungen

---

## Was Sie zu diesem Thema wissen sollten

### Die Basics

Wenn der Schiedsrichter am Rand laut „3, 2, 1, Juggen!“ ruft, rennen fünf Spielerinnen und Spieler los, wobei vier von ihnen waffenähnliche Geräte in der Hand halten. Sie laufen aufeinander zu und einer versucht, den gegnerischen Spieler mit den Geräten abzuschlagen. Dieser weicht aus und trifft im Gegenzug den Angreifenden. Dies ist eine charakteristische Spielszene aus dem Sportartspiel Juggen. Für einen unbeteiligten Beobachter wirkt es vielleicht nicht wie eine Sportart, sondern eher wie eine Prügelei mit Waffen. Bei genauerer Betrachtung wird jedoch klar, dass hinter dem Spiel klare Regeln und sehr viel Taktik stecken. Diese noch recht unbekannte Sportart wird in Deutschland zunehmend populärer und findet neben dem Spielen in öffentlichen Parks auch Anwendung in verschiedenen Projekten in der Schule.

Es handelt sich um ein Ballspiel, bei dem eine Vereinigung von Einzel- und Teamsportarten stattfindet. Gespielt wird nach außergewöhnlichen Regeln. Da mit dem Spiel in der Regel Jugendliche und Erwachsene und nicht Kinder im Grundschulalter angesprochen werden, soll sich die vorliegende Unterrichtseinheit genau mit dieser Personengruppe beschäftigen. Aufgrund der verschiedenen Elemente des Spiels werden von den Spielern verschiedene Fähigkeiten gefordert, denn neben den motorischen spielen beim Juggen auch die sozialen eine entscheidende Rolle. Die Spieler müssen Team-Player sein, um ihr eigenes Team zum Sieg zu führen. Zudem fangen alle auf dem gleichen (Anfänger-)Level an.

### Hintergrund und Ursprung

Juggen hat seinen Ursprung in dem australischen Spielfilm „Juggen – Kampf der Besten“, dessen Drehbuch 1978 von David Webb Peoples geschrieben wurde. Er wollte einen Sport erfinden, bei dem die Spieler keine Superstars sind, sondern eher mit ihrem Sport durch die Lande ziehen, um Geld für ihren Lebensunterhalt zu verdienen. Dafür mischte er Elemente aus verschiedenen Sportarten wie Basketball, Football, aber auch Fechten und Rugby mit kriegerisch wirkenden Schlägern und Kleidung. Außerdem vermischte er Geschicklichkeit und Strategie sowie Aggression miteinander und entwickelte daraus das Spiel Juggen, das heute in ungefährlicher Form betrieben wird.

Der Film handelt von einer Juggermannschaft, die auf der Reise regionale Mannschaften zum Juggen herausfordert. Gekämpft wird um einen Hundeschädel, dessen Form auf den heutigen „Jugg“ übertragen wurde. Dieser musste im Film auf eine Stange hinter der gegnerischen Partei gesteckt werden. Auch die Bezeichnung des „Läufers“ als „Qwik“ wurde in das heutige Spiel übertragen.

Es wird behauptet, dass die Deutschen die Ersten waren, die die Idee für das Spiel aus dem Film übernahmen. Das erste Spiel fand 1992 im Tiergarten in Berlin statt und 1995 wurde das erste Turnier ausgetragen. Schließlich entwickelten die deutschen Spieler ein einheitliches Regelwerk, das für die Gründung der Juggen-Liga (2003) notwendig war. Seitdem steigt die Anzahl der Juggermannschaften in Deutschland stetig an. Auch in den Schulen findet das Spiel immer mehr Anwendung, insbesondere in Form von Projekten oder Arbeitsgemeinschaften.

## Was Sie bei der Vorbereitung und Durchführung beachten sollten

### Die Pompfen und der Jugg

Beim Juggen kommt es zwischen den Spielern der beiden gegnerischen Mannschaften zu Duellen mit den außergewöhnlichen Spielgeräten, den sogenannten Pompfen. Der taktische und effektive Umgang mit ihnen ist neben dem Teamspiel beim Juggen existenziell, um der gegnerischen Mannschaft das Erzielen von Punkten zu verwehren. Da Pompfen in den herkömmlichen Sportgeschäften

noch nicht erhältlich sind, müssen diese entweder selbst hergestellt, geliehen oder im bisher einzigen Online-Shop gekauft werden (siehe Medienhinweise).

Im Folgenden sollen die Pompfen näher vorgestellt (siehe **M 1/Abb. 1**) sowie die verschiedenen Positionen erläutert werden. Es wird zwischen sechs verschiedenen Pompfen unterschieden.

- Die längste Pompfe stellt der „Q-Tip“ dar. Dieser kann mit beiden Enden geschlagen oder gestochen werden. Der große Vorteil der Pompfe ist, dass sie eine hohe Reichweite hat.
- Eine weitere Pompfe ist der „Stab“, der von allen Pompfen am leichtesten zu führen und universell einsetzbar ist, denn er eignet sich sowohl zur Abwehr als auch zum Angriff. Dadurch, dass die Hände beim Greifen weit auseinanderliegen, kann die Pompfe zum Abwehren fest gegriffen werden.
- Im Gegensatz dazu ist die „Langpompfe“ zur Abwehr weniger geeignet, weil sie aufgrund ihrer Länge nicht so stabil gehalten werden kann. Auf der anderen Seite ist sie aber gut zum Stechen geeignet, weil sie sehr schnell geführt werden kann. Bei allen Pompfen gilt, dass sich die Spitze idealerweise in die Richtung des Gegners richtet.
- Eine anspruchsvoll zu spielende Pompfe stellt die „Kurzpompfe“ dar, welche entweder in Verbindung mit dem Schild oder als „Doppelkurzpompfe“ verwendet wird. Das Schild wird dabei jedoch nicht zum Angreifen eingesetzt und eine Berührung mit ihm zählt nicht als Treffer. Beides zusammen ist im Vergleich zu den anderen Pompfen anstrengend zu spielen. Wenn beide Geräte jedoch gut beherrscht werden, kann ihr Einsatz sehr effektiv sein. Wichtig ist, dass sich der Spieler nicht hinter dem Schild versteckt, denn schließlich dient es zur aktiven Abwehr des Gegners. Dadurch, dass mit der Kurzpompfe nur eine geringe Reichweite erzielt werden kann, wodurch der Spieler vom Gegner leicht herausgestochen werden kann, ist der Pompfer mit dem Schild im Gegensatz zu anderen Pompfern mehr auf seine Teamkameraden angewiesen.
- Die letzte und eine gefährliche Pompfe stellt die Kette dar, die von den Spielern Übung und Kondition erfordert. Am Ende der Kette befindet sich eine Schaumstoffkugel, die nur geschwungen, nicht geworfen werden darf. Nur die Berührung mit der Kugel am Gegner zählt als Treffer, die Berührung mit der Kette allein nicht. Die Kette muss beim Spielen nicht zwingend verwendet werden und kann durch andere Pompfen ersetzt werden. Es darf jedoch in jeder Mannschaft höchstens ein Spieler eine Kette besitzen. Ein guter Kettenspieler zeichnet sich dadurch aus, dass er in der Lage ist, zwischen den Drehgeschwindigkeiten sowie Hoch- und Tiefschwung zu wechseln. Aber auch die Fähigkeit, in der Reichweite zu variieren, macht den Spieler für die Gegner gefährlich.

Abschließend kann gesagt werden, dass jedes Spielgerät seine eigene Besonderheit aufweist und sich viele Einsatzmöglichkeiten ergeben. Dies führt dazu, dass die Spieler Präferenzen ausbilden und im Spiel einen sicheren Umgang mit den Pompfen zeigen.

### Spielstrategien

Juggen ist ein Mannschaftssport, der von Techniken und Strategien sowie der Kommunikation im Team lebt. Der Spielverlauf zeichnet sich durch die Aufstellung an der Grundlinie, das Anlaufen nach dem Startsignal, das Zusammentreffen in der Spielfeldmitte und das Punkten aus. Hierfür gibt es einige geeignete Strategien. Nach dem Startsignal ist es sinnvoll, wenn die Pompfer in einer Linie laufen und der Läufer (Qwik) ihnen geschützt folgt. Hierbei können sich die Pompfer während des Anlaufens kreuzen, um das gegnerische Team zu verwirren (siehe **M 1/Abb. 2**). Eine beliebte Strategie ist außerdem, dass die Kette den Läufer schirmt und sich beide Spieler gemeinsam über das Spielfeld bewegen. Während der Kettenmann seine Pompfe (Ball an einer Kette) über seinen Kopf schwingt, bewegt sich der Läufer eng am Kettenmann.

### Das Regelwerk

Wer juggern möchte, muss die außergewöhnlichen Regeln und den Spielablauf verstehen: Bei dem Spiel treten zwei Mannschaften mit jeweils fünf Spielern und bis zu drei Auswechselspielern gegeneinander an. Das Ziel besteht darin, den Spielball (Jugg) im gegnerischen Tor, dem sogenannten „Mal“, zu platzieren. Beim Juggen wird zwischen zwei Hauptpositionen unterschieden. Zum einen in die vier Pompfer, die mit den stabähnlichen Spielgeräten, den Pompfen, ausgestattet sind, und zum anderen in die Läufer. Der Läufer, auch „Qwik“ genannt, hat als einziger Spieler in der Mannschaft die Berechtigung, den Jugg aufzunehmen, zu tragen und im Mal zu platzieren. Sobald dies geschehen ist, erhält die Mannschaft einen Punkt. Als Spielfeld kann ein Basketballfeld genutzt werden. Im Freien (z. B. Rasenfläche des Sportplatzes) sollte das Spielfeld 30 x 15 Meter groß sein. Die Male werden jeweils zwei Meter von der Stirnseite zur Spielfeldmitte entfernt aufgestellt.

Der Jugg wird vor Beginn des Spiels in der Mitte des Felds platziert. Bevor das Spiel beginnt, suchen sich die Pompfer eine beliebige Pompfe aus, mit der sie spielen möchten. Außerdem stellen sich die Mannschaften an den Stirnseiten des Spielfelds auf. Sobald die beiden Teams bereit sind, hebt der Läufer der jeweiligen Mannschaft die Hand, sodass der Trommler sich bereit macht. Dieser hat die Aufgabe, während des Spiels im 1,5-Sekunden-Takt zu schlagen. Ein Spiel dauert 150 Trommelschläge. Diese Dauer kann jedoch variieren, je nachdem, auf welche Zeit man sich einigt. Auf das Startsignal „3, 2, 1, Juggen!“ sprinten beide Teams zur Mitte, um den Jugg aufzunehmen. Wenn die Teams aufeinandertreffen, kommt es zu Duellen zwischen den Spielern. Sobald ein Spieler von einer Pompfe am Körper oder an der Kleidung berührt wird, muss er für fünf Trommelschläge abknien, d. h., er muss für diese Zeit mit mindestens einem Knie den Boden berühren. Falls ein Spieler von dem Kettenball getroffen wird, muss er acht Schläge abknien. Treffer am Kopf oder an der Hand sind ungültig. In dem Fall, dass sich beide Gegner gleichzeitig treffen, müssen beide die Zeit abknien. Auch wenn ein Spieler einen anderen aus der eigenen Mannschaft trifft, zählt dies als ein gültiger Treffer. Auf die gleiche Weise verhält es sich mit dem Läufer: Sobald dieser von einer Pompfe oder der Kette getroffen wird, muss er den Jugg fallen lassen und die jeweiligen Schläge abknien. Der Läufer ist nicht dazu berechtigt, einen Pompfer anzugreifen.

Sobald der Jugg aus dem Spielfeld geworfen wird, wird das Spiel normal fortgesetzt. Der Jugg wird von einem Gegenspieler zurückgeholt und an die Stelle auf der Spielfeldbegrenzung gelegt, an der er das Spielfeld verlassen hat. Wenn ein Spieler mit einer Pompfe die Spiellinie übertritt, muss er für fünf Trommelschläge abknien.

Sobald der Jugg von einer Mannschaft im Mal versenkt wurde und für den Bruchteil einer Sekunde lang unberührt stecken bleibt, erhält diese einen Punkt und die beiden Teams stellen sich wieder an den Stirnseiten des Felds auf. Nur an dieser Stelle des Spiels ist es möglich, sowohl die Positionen und Pompfen als auch die Auswechselspieler zu tauschen. Nach Ablauf einer zuvor festgelegten Spielzeit werden die Punkte gezählt. Das Team mit den meisten Punkten gewinnt. Falls beide Mannschaften den gleichen Punktestand haben, wird um den „Golden Jugg“ gespielt. Dies erfolgt ohne weitere Zeitbegrenzung und diejenige Mannschaft, die den nächsten Punkt erzielt, gewinnt das Spiel.

### Was machen Sie, wenn ...

- ... Kinder Angst vor den Pompfen haben?

Die Kinder können sich erst einmal sanft mit den Pompfen antippen (z. B. aus dem Gleichgewicht bringen). Stellen Sie nochmals für alle klar, dass Kopftreffer verboten sind und nur mit den dick gepolsterten Schlagflächen getippt werden darf.



- ... einzelne Kinder die Spielregeln nicht verstehen oder sich nicht daran halten?

Lassen Sie die Kinder die Spielregeln in eigenen Worten wiederholen und beziehen Sie sie immer in die Veränderung und Anpassung der Regeln an die Lerngruppe mit ein. Besprechen Sie mit ihnen, dass ein Spiel nur funktioniert und zu einem „guten“ Spiel wird, wenn alle die gleichen Chancen und Spaß daran haben.

- ... keine Jugger-Ausrüstung vorhanden ist?

Alternativen: Schwimnudeln, Sprungseil mit Softball in einem Beutel (als Pompfe), Rugbyball/aus Pappmaschee selbst gebastelter „Hundekopf“ (als Jugg), Eimer (als Male).

### Welche weiteren Medien Sie nutzen können

- ▶ **Wickenhäuser, Ruben Philipp:** *Jugger. Das Praxisbuch. Zauberfelder, Braunschweig 2014.*  
*Grundlagenliteratur zum Jugger mit zahlreichen Übungsvorschlägen.*
- ▶ **Wickenhäuser, Ruben Philipp (Hg.):** *Ran an die Pompfe! Pädagogische Chancen einer neuen Sportart. Ludwigsfelder Verlagshaus, Ludwigsfelde 2014.*  
*Zahlreiche Einzelartikel zum Spiel Jugger.*
- ▶ <https://pompfenshop.de>

## Stundenübersicht

### Legende

SuS: Schülerinnen und Schüler

L: Lehrkraft



Differenzierung/Variationen



Tipps/Hinweise



Sicherheitshinweis

### 1./2. Stunde

**Thema:** Was ist Juggen? – Erste Bewegungs- und Spielerfahrungen sammeln

**Aufwärmen:** Die SuS führen das Spiel „Steh', Bock! – Lauf, Bock!“ durch: Sie verteilen sich auf einem Spielfeld (30 x 15 Meter). Mehrere Fänger erhalten eine Pompfe. Die Aufgabe der Fänger ist es, die anderen SuS mit der Pompfe anzutippen. Jeder Getroffene muss sich für 5 Sekunden abknien und sie sichtbar mit den Fingern herunterzählen. Danach darf er wieder am Spielgeschehen teilnehmen. Nach einer gewissen Zeit wechseln die Fänger.

Kopftreffer sind verboten!



#### Hauptteil

**M 2** **Pompfenduell** / SuS führen einen Zweikampf mit Pompfen durch.

**M 3** **Pompfe und Jugg** / SuS spielen eine Abwandlung des Spiels „Schwarz-Weiß“.

**M 4** **Pompfänger** / SuS führen das Spiel durch.



**Abschluss:** SuS tauschen sich aus, wie das Antippen mit der Pompfe für sie war. (Haben sie Angst verspürt und wenn ja, wie kann damit beim nächsten Mal umgegangen werden?)

**Benötigt:** 4 Pylonen zur Spielfeldbegrenzung, 1 Stoppuhr, 1 Pompfe/Schwimmnudel pro Kind

### 3./4. Stunde

**Thema:** Kennenlernen der Spielregeln

**Aufwärmen:** Die SuS führen das Spiel „Hüpfender Kreis“ durch: Sie werden in 3 gleich große Gruppen eingeteilt. Die Gruppen stellen sich jeweils in einem Innenstirnkreis auf und ein Kind stellt sich in die Mitte. Es dreht nun die Pompfe mit Kette (bzw. Springseil mit Beutel, in dem ein Ball ist) im Kreis um sich herum. Die anderen müssen über die Kette springen, ohne sie zu berühren. Wenn jemand die Kette berührt, tauscht er die Position mit dem Kind im Kreis. Jeder sollte einmal drankommen. Dies kann dadurch erfolgen, indem ein Getroffener einen Spieler bestimmt, der noch nicht in der Mitte stand.

#### Hauptteil

**M 5** **Die Juggen-Spielregeln** / SuS lernen die Spielregeln kennen.

**M 6** **Juggen-Vertrag** / SuS unterschreiben einen Vertrag zum Fair Play.

**M 7** **Finde den Qwik** / SuS führen das Spiel durch.

**M 8** **Jugg ins Mal** / SuS führen eine Pendelstaffel durch.

**Abschluss:** SuS führen das Spiel „Seitenwechsel“ durch: Je 2 Gruppen à 6 Spieler stellen sich an einer Längsseite des Spielfelds auf. Nun versuchen die Teams, geschlossen auf die andere Seite des Spielfelds zu gelangen. Hierbei kommt es zu Duellen. Es gelten die Zweikampfgeln (siehe M 5).

Kopftreffer sind verboten!



**Benötigt:** 8 Pylonen zur Spielfeldbegrenzung, 1 Jugg pro Spielfeld, 4 Male, 1 Pompe pro Kind, Stifte, ggf. zusätzliche Pylonen und Bananenkartons

## 5./6. Stunde

**Thema:** Juggen spielen – weiterführende Bewegungs- und Spielformen erleben

**Aufwärmen:** Die SuS führen das Spiel „Verzaubern und entzaubern“ durch: Einige Fänger werden mit Parteibändern gekennzeichnet. Die anderen verteilen sich frei auf dem Spielfeld (30 x 15 Meter). Die Aufgabe der Fänger ist, die anderen SuS anzutippen. Getroffene werden in eine Brücke (hohe Liegestützposition) verzaubert. Mitspieler können sie befreien, indem sie unter der Brücke hindurchkrabbeln. Gelingt es den Fängern, alle SuS zu verzaubern? Nach einiger Zeit wechseln die Fänger.

### Hauptteil

**M 9** **Läuferdurchbruch** / SuS spielen das Spiel.

**M 10** **Wir spielen Juggen** / SuS spielen Juggen nach den kennengelernten Regeln (M 5) und Fair Play (siehe Vertrag M 6).

**Abschluss:** SuS führen das Spiel „Pompfenkickern“ durch: 3–4 SuS erhalten eine Pompe und stellen sich auf eine der markierten Linien, die in einem Spielfeld (30 x 15 Meter) parallel zueinander verlaufen. Die anderen SuS befinden sich auf einer Seite (Grundlinie) des Spielfelds. Auf ein Startsignal hin versuchen diese SuS, auf die andere Seite zu gelangen. Dabei dürfen sie nicht von den Pompfen getroffen werden. Die Pomper dürfen sich nur auf ihrer Linie nach rechts und links bewegen. Die Treffer werden von den SuS selbst gezählt. Nach einer bestimmten Anzahl von Durchgängen (z. B. 5) wechseln die Rollen. Welche Gruppe hat die meisten Treffer erzielt?

Kopftreffer sind verboten!



**Benötigt:** 4 Pylonen zur Spielfeldbegrenzung, 1 Jugg und 2 Male pro Spielfeld, 4 Pompen pro Team, Parteibänder, 1 Stoppuhr

## 7./8. Stunde

**Thema:** Spielerischer Ausklang – Wettkämpfen in Form eines Turniers

**Aufwärmen:** Die SuS führen das „Ampelspiel“ durch: In einem Spielfeld (30 x 15 Meter) werden 3 farbige Reifen (rot, gelb, grün) dicht aneinander ausgelegt. Es werden 2 gleich große Teams gebildet. Team A befindet sich im Spielfeld,



Team B (Fänger) steht in einer Reihe am Spielfeldrand. Auf ein Startsignal hin läuft der Erste von Team B mit einer Pompfe in das Spielfeld und versucht, einen Spieler von Team A anzutippen. Gelingt dies, rennt er zu seinem Team zurück und reicht die Pompfe an den Nächsten weiter usw. Jeder Spieler aus Team B muss einen Schüler aus Team A antippen. Wenn ein Feldspieler angetippt wurde, stellt er sich in den roten Reifen. Er wechselt in den gelben Reifen, sobald der nächste Mitspieler angetippt wurde usw. Nach Verlassen des grünen Reifens darf der Spieler wieder am Spiel teilnehmen.

Gestoppt wird die Zeit, bis der letzte Fänger zu seinem Team zurückgelaufen ist. Danach werden die Rollen getauscht. Welche Gruppe konnte alle gegnerischen Spieler schneller antippen?

Kopftreffer sind verboten!



### Hauptteil

#### M 11

**Jugger-Turnier** / SuS spielen den „Jugger-Champion“ in einem Turnier aus.

#### Abschluss:

Siegerehrung, Reflexion der Trendsportart Jugger.



- *Hat euch das Spiel Jugger Spaß gemacht?*
- *Haben sich alle fair verhalten und an die Spielregeln gehalten?*
- *Möchtet ihr das Spiel in weiteren Sportstunden nochmals spielen?*
- *Was könnte man verbessern?*

#### Benötigt:

3 farbige Reifen (rot, gelb, grün), 4 Pylonen zur Spielfeldbegrenzung, 1 Jugg und 2 Male pro Spielfeld, mehrere Pompfen pro Team, 1 Stoppuhr

# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Das Sportspiel Juggen kennenlernen - Spiele mit und ohne Ball*

Das komplette Material finden Sie hier:

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



II.27

Spiele mit und ohne Ball

**Mit Pomfren und Jugg – das Sportspiel Juggen kennenlernen**

Christian Grottel und Franziska Sacher, Leipzig



Das Sportspiel Juggen wird seit über einem Jahrhundert in der DDR gespielt und ist heute, aber abgesehen von den Regeln und der Spielweise, in der Intensivarbeit von den Kindern und Jugendlichen für das Sportunterricht oder die Schulsportstunden ein beliebtes Spiel. Die Spielweise fördert die sozialen Kompetenzen der SchülerInnen und Schüler und bietet somit ein großes Potential für den Sportunterricht oder die Schulsportstunden in der Grundschule.

**KOMPETENZPROFIL**

**Klassenstufe:** 3 bis 4  
**Dauer:** bis 30 Minuten  
**Kompetenzen:** Spielregeln verstehen und umsetzen; sich im Spiel orientieren; Regeln verstehen und sich an sie halten; Spielregeln in einer Handlungssituation anwenden  
**Thematische Bereiche:** Spielregeln, Orientierung im Spielbereich, Spielregeln, Übungs- und Stationskarten, Spielbeschreibungen