

Fuss-Jonglierball

Material:

- altes Kleidungsstück
- Nähnadel und Nähfaden
- alte Nylonsocken oder kleiner Ballon
- Sand zum Füllen

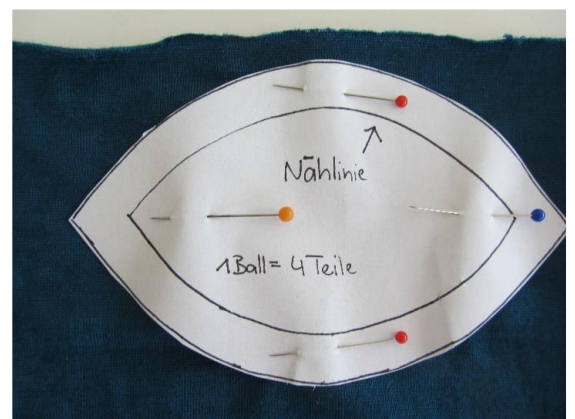
Ziele:

- Du stellst einen Fuss-Jonglierball her.
- Du übst einen Trick mit dem Fuss-Jonglierball.
- Du filmst dich beim Ausüben deines Tricks. Toll wäre es, wenn du dieses Video an andrea.estermann@schule-meggen oder silvia.breschan@schule-meggen.ch schicken kannst.



Herstellen

1. Lade das Schnittmuster herunter und drucke es aus. Schneide die Grundform aus.
2. Du findest sicher ein altes Kleidungsstück, das du zerschneiden darfst!
→ bevor du weiter machst, musst du deine Eltern fragen, ob du das gewählte Kleidungsstück verwenden darfst!
→ wirf die Resten nicht gleich fort, vielleicht kannst du sie für andere Aufträge / Ideen brauchen.
3. Stecke das Muster auf die Rückseite deines Stoffes und schneide 4 gleich grosse Teile zu.
→ hast du keine Stecknadeln, so fahre mit einem Bleistift, Frixion-Pen oder Farbstift dem Schnittmuster nach.



4. Schneide nun beim Papiermuster der Nählinie entlang.
5. Lege das Papier mittig auf Rückseite deiner Teile und zeichne mit einem Bleistift, Frixion-Pen oder Farbstift die Nählinie ein.



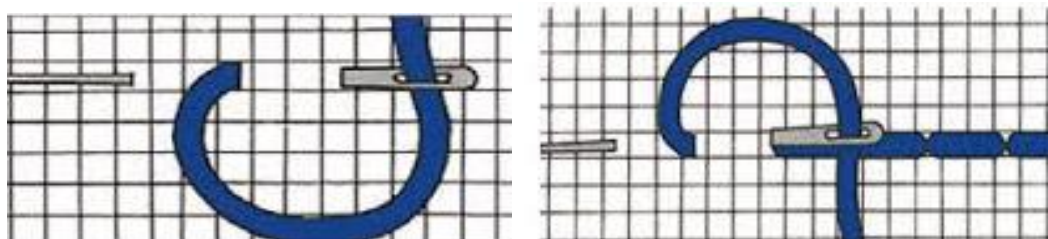
6. Lege zwei Teile mit der schönen Seite aufeinander. Nähe mit kleinen Steppstichen von Hand eine Seite zusammen, genau von Ecke zu Ecke.

→ Nähfaden immer doppelt nehmen, dann kannst du am Anfang, anstatt einen Knoten zu machen, die Nadel durch die Schlaufe ziehen. Wenn du nicht weisst, wie das geht, machst du einen Raketenknoten.

([Videohilfe](#))



Steppstich:



Weisst du noch nicht genau wie, hilft dir diese [Videoanleitung](#)

→ Am Schluss den Faden **IMMER** vernähen: 3-4 Stiche am selben Ort und danach noch einen Knoten machen. Sonst kann dein Ball wieder aufgehen.

7. Du hast nun bereits einen halben Ball. Öffne die die genähten Teile und stecke den 3. Teil an eine Seite des bisher genähten halben Balles. Wieder schöne auf schöne Seite. Nähe ebenfalls von Ecke zu Ecke mit dem Steppstich zusammen.



8. Wiederhole Schritt 8 und nähe den 4. Teil an.

9. Nun legst du die offenen Kanten des Teil 1 und Teil 4 aufeinander, wieder schöne auf schöne Seite. Nähe den Ball bis zu 1/3 zu. Vernähe das Fadenende.



10. Wende den Ball.

11. Nimm einen alten Nylonsocken und befülle ihn mit Sand. Achte darauf, dass du nicht zu viel Sand einfüllst. Der Ball sollte gut zur Hälfte gefüllt sein. Mache einen Knoten in den Strumpf und schneide den Rest ab. Lege den Nylonstrumpf durch die Öffnung in den Ball.

→ Hast du keinen alten Nylonstrumpf zur Hand, kannst du auch einen Ballon füllen und oben einen Knoten machen.

12. Nähe die Öffnung zu. Möglichst schön. Du kannst dazu den Überwindlingsstich nehmen. Diese [Video-Anleitung](#) hilft dir dabei.



Super! Du hast es geschafft! Dein Fuss-Jonglierball ist fertig!

13. Bei diesen vier Links findest du Tipps und Tricks zum Fuss-Jonglieren. Schau sie dir an und probiere, ob du den Ball jonglieren kannst.

<https://www.youtube.com/watch?v=jG3J7oeMwIE>

https://www.youtube.com/watch?v=s3_X-0OK-LU

<https://www.youtube.com/watch?v=e3XpEZlvc9o>

<https://www.youtube.com/watch?v=W6cSzqtlq30>

14. Studiere einen Trick ein. Du kannst auch selbst einen erfinden. Wenn du magst, mach ein Kurzvideo, das dich beim Jonglieren zeigt und schicke es bis zum 30. April an andrea.estermann@schule-meggen.ch oder silvia.breschan@schule-meggen.ch

Wir sind gespannt auf deine Kunststücke!

Quellen:

Bilder von E. Meier/TG Buchrain, Junghanswolle.ch, Griselda Machwerk, Burda Style, Hilfreich TV.de, Phil Morrison, ElementalFootbags, DCTrikz521