



BOULE – EIN ÜBUNGSPARCOURS

Vorbemerkungen/Ziele

In Boule-Spielgruppen ist es oft üblich, dass in Übungssituationen nur die Standardsituationen „Wirf die Kugel so nah wie möglich an das Schweinchen heran!“ oder „Triff die gegnerische Kugel!“ praktiziert werden.

In diesem Stundenmodell wird ein Parcours mit sieben verschiedenen Stationen vorgestellt, der den TN abwechslungsreiches Werfen und Üben abverlangt.

Der Parcours kann auch in die Halle verlegt werden, indem statt Kugeln Kirschkernsäckchen zum Werfen verwendet werden.

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG (10 Minuten)

⊙ Pro TN 1 Kugel

- Die TN gehen kreuz und quer und begrüßen sich voneinander stehend mit bouletypischen Begriffen (z. B. tete a tete; racle; doublette; triplete; sur place; Schweinchen usw.) und tauschen dabei die Kugeln untereinander aus.
- Am Platz stehend werden folgende Übungen durchgeführt:
 - Dosierte Schwungübungen mit dem kugelhaltenden Arm in verschiedene Richtungen
 - Die Kugel mit einer Hand hochwerfen und fangen.
 - Die Kugel von einer Hand in die andere Hand werfen und fangen (Abstand allmählich vergrößern).

SCHWERPUNKT (55 Minuten)

● Boule-Übungsparcours

Die TN werden in Kleingruppen mit maximal 4 TN aufgeteilt. Wie in einem Zirkel führen die Gruppen an den Stationen Aufgaben aus. Die Gruppen können mit einem Wertungsblatt die einzelnen Ergebnisse und die Gruppenergebnisse festhalten, wobei jede/r TN über 6 Würfe verfügt.

1. Station: „Gasse“

Die Kugel wird durch eine Gasse geworfen.

Wertung: Jede hindurchgeworfene Kugel zählt 1 Wertungspunkt.

2. Station: „Barriere“

Die Kugel wird über eine Barriere geworfen, ohne dass sie anschließend die hintere Barriere berührt.

Wertung: Jede Kugel, die das schafft, zählt 1 Wertungspunkt.

Rahmenbedingungen

Zeit: 90 Minuten

Teilnehmer/innen (TN): max. 24

Material: pro TN mind. 2 Boule-Kugeln, Stäbe, Seilchen und Markierungshütchen

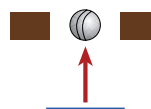
Ort: ebenerdiger Platz im Freien

Absichten und Hinweise

- ⊙ Die verschiedenen bouletypischen Begriffe werden wiederholt und bei Bedarf vom Partner bzw. von der Partnerin erläutert.
- ⊙ Der Schultergürtel wird beweglich gemacht.
- ⊙ Entwicklung eines Bewegungsgefühls für die Beschaffenheit der Kugel, Sensibilisierung für die verschiedenen Wurfstellungen der Hand
- ✔ Der Abwurfpunkt bei allen Stationen wird festgelegt und markiert.

WERTUNGSBLATT	
Name:	
Station	Punkte
»Gasse«	
»Barriere«	
»Schuss«	
»Felder-Kurzstanz«	
»Felder-Ferndistanz«	
»Dartse«	
»Treffpunkt«	
Gesamt	

- ⊙ Zielwurf an platzierten Kugeln vorbei



- ⊙ Hochportée



Stundenverlauf und Inhalte

3. Station: „Schuss“

Die Kugel wird gegen eine andere Kugel geworfen.

Wertung: Jede Kugel, die direkt oder indirekt trifft, zählt 1 Wertungspunkt.

4. Station: „Felder-Kurzdistanz 6-8 Meter“

Die Kugel wird in eins der Felder geworfen.

Wertung: Jedes Feld, das mit 1 Kugel besetzt ist, zählt 1 Wertungspunkt.

5. Station: „Felder-Ferndistanz 8-10 Meter“

Die Kugel wird in eins der Felder geworfen.

Wertung: Jedes Feld, das mit 1 Kugel besetzt ist, zählt 1 Wertungspunkt.

6. Station: „Darts“

Das Zielfeld ist in 6 Segmenten unterteilt. Die Segmente sind von 1 bis 6 durchnummeriert, wobei das Segment im Zentrum 6 Punkte erhält. Die Kugel wird solange (max. 6 Würfe) in eins der Felder geworfen, bis mindestens 10 Zielpunkte erzielt wurden.

Wertung: Das Feld, in der die Kugel liegen bleibt, zählt entsprechend viele Zielpunkte. Wenn mindestens 10 Gesamtpunkte erzielt wurden, wird gewertet:

- 6 Würfe benötigt = 1 Wertungspunkt
- 5 Würfe benötigt = 2 Wertungspunkte
- 4 Würfe benötigt = 3 Wertungspunkte
- 3 Würfe benötigt = 4 Wertungspunkte
- 2 Würfe benötigt = 6 Wertungspunkte

7. Station: „Treffpunkt“

Die Kugel wird direkt auf 6 verschiedene Ziele geworfen.

Wertung: Jeder direkt getroffene Gegenstand zählt 1 Wertungspunkt.

SCHWERPUNKTABSCHLUSS (5 Minuten)

Die Ergebnisse auf den Wertungsblättern werden in der Kleingruppe zusammengezählt und mit denen der anderen Gruppen verglichen.

AUSKLANG (20 MINUTEN)

- **Spiel 2 gegen 2 (Doublette)**
- ⊙ Die TN bilden Gruppen mit je vier Personen.

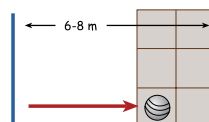
Jede Kleingruppe vereinbart, wer gegen wen spielt und wie viele Kugeln (max. 3) pro TN verwendet werden.

Absichten und Hinweise

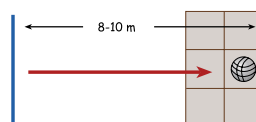
- ⊙ Zielwurf auf eine fremde Kugel



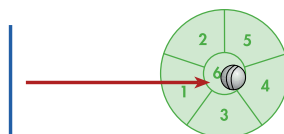
- ⊙ Zielwurf an ein nah gelegenes Schweinchen



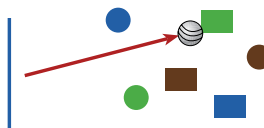
- ⊙ Zielwurf an ein entfernt gelegenes Schweinchen



- ⊙ Zielwerfen



- ⊙ Wurf „auf Eisen“



- ⊙ Auswertung der Gruppenergebnisse

- ⊙ Die geübten Wurftechniken werden im Spiel angewendet.
- ✔ Das Spiel wird bis 7 Siegpunkte durchgeführt oder bis die 20 Minuten vorbei sind.

● = Inhalt, ⊙ = Organisation, ⊙ = Absicht, ✔ = Hinweis