

## TRAININGSEINHEIT BALLSCHULE GOLF



- Ballschule:** Säule A — Golfspezifisch gewichtete koordinative Basiskompetenzen
- Trainingsziel:** Verbesserung des Puttens und Chippens bezogen auf den Präzisionsdruck (Ergebnis)
- Aufgabe:** Führen Sie mit Ihrer Kindergruppe eine Trainingseinheit durch, welche im Kurzen Spiel die koordinative Basiskompetenz des Präzisionsdrucks bezogen auf das Ergebnis trainiert. Achten Sie insbesondere darauf, Übungs- und/oder Spielformen auszuwählen, welche das angestrebte Trainingsziel möglichst spielerisch-implizit erreichen.
- Dauer:** 60 Minuten
- Zielgruppe:** 4-8 Kinder im Alter von 8-10 Jahren
- Die Kinder sind bisher einige Male auf der Golfanlage gewesen. Sie haben alle Grundschläge kennengelernt. Die Grobform der einzelnen Techniken wird zum Teil noch nicht beherrscht.
- Die Kinder besitzen zum Teil keine Golf- bzw. Trainingsmaterialien.
- Anmerkung: Die in der Folge aufgeführten Übungsformen sind weitgehend an die Übungen aus dem Buch „DGV Ballschule Golf“ angelehnt, wurden jedoch vereinzelt an die jeweiligen Lernziele angepasst.*





ZEIT	LERNZIELE	METH. GEGLIEDERTER INHALT ÜBUNGSBESCHREIBUNG	ORGANISATION / LERNHILFEN	DID.-METH. KOMMENTAR FEHLERKORREKTUR
2	Interesse wecken Motivieren des Themas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Begrüßung</li> <li>- Gesundheitszustand kontrollieren</li> <li>- Vorstellen des Trainingsablaufes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainingsort reservieren und vorbereiten</li> <li>- Materialien vorbereiten</li> </ul>	Trainer erklärt
8-10	HKS anregen Steigern der Auge- Hand-Koordination mit Schwerpunkt auf die Wurfgenauigkeit	<p>1. „<b>Flag-Football</b>“ (DGV Ballschule Golf, Seite 83)</p> <p>Zwei Mannschaften spielen gegeneinander Football. Die Endzonen sind mit Pylonen markiert. Jedes Kind hat – in der Farbe seiner Mannschaft – ein Plastikband mit Klettverschluss um den Bauch gebunden. Vorrangig <u>durch Pass-Spiel</u> soll der Football in die Enzone des Gegners transportiert werden. Gelingt dies, erhält die Mannschaft einen Punkt. Körperkontakt ist nicht gestattet. Dafür dürfen alle Kinder ihren Gegnern das Plastikband „klauen“. Ein Kind, dessen Band weggenommen wurde, darf weiter fangen und werfen, sich aber nicht mehr von der Stelle bewegen. Bei Ballverlust der eigenen Mannschaft können die Kinder ihr Band wieder anbringen und normal mitmachen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Größen der Endzonen und des Spielfeldes nach Anzahl der Kinder festlegen</li> </ul> <p><i>Sonder-Regeln, welche das Pass-Spiel forcieren sollen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Maximal 3 Schritte mit dem Football, dann muss gepasst werden</li> <li>- Ball muss in der Endzone gefangen werden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 Soft-Football</li> <li>- 8 Pylonen</li> <li>- Flag-Football Bänder</li> </ul>	<p>Trainer achtet auf Sicherheit</p> <p>Trainer hält sich weitgehend zurück und fungiert nur als Schiedsrichter</p> <p>Trainer kann bei Ungleichgewicht der Teams ggf. beim unterlegenen Team mitwirken, bis ein Spielgleichstand erreicht wird</p>



ZEIT	LERNZIELE	METH. GEGLIEDERTER INHALT ÜBUNGSBESCHREIBUNG	ORGANISATION / LERNHILFEN	DID.-METH. KOMMENTAR FEHLERKORREKTUR
8-10	<p>Verbesserung des Zielens und Schlagens bezogen auf die Rechtwinkligkeit der Schlagfläche</p> <p>Spielen unter Präzisionsdruck bezogen auf das Ergebnis</p>	<p>2. „<b>Ab in die Mitte</b>“ (DGV Ballschule Golf, Seite 68)</p> <p>Die Kinder putten aus 1 und 3 m jeweils drei SNAG-Bälle auf die SNAG-Rollerama. Ein Treffer im gelben Zentrum gibt 1 Punkt, in der blauen Zone 3 Punkte, in der roten 5 Punkte. Wer nach den gesamt 6 Versuchen die wenigsten Punkte hat, gewinnt.</p> <p>Jeweils 2 Kinder stehen an einer Station und wechseln nach einer Serie. Während des Schlagens hilft der Partner beim Zählen und Bälle-Sammeln.</p> <p>Im zweiten Durchgang sollen 6 Bälle mit dem SNAG-Wedge vom Tee auf dasselbe Ziel geschlagen werden. Die Punktevergabe bleibt wie beschrieben.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SNAG-Rollerama</li> <li>- SNAG-Putter</li> <li>- SNAG-Wedge</li> <li>- SNAG-Abschlagmatte mit Tee</li> </ul>	<p>Trainer demonstriert die Übung</p> <p>Trainer kontrolliert und korrigiert <u>nur</u> größte Technikfehler wie z. B. ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Falsche Hand beim Greifen oben</li> <li>- Schieben statt Schlagen</li> </ul> <p><b>Bei zu wenig SNAG-Materialien müssen weitere SNAG-Übungen als Zirkeltraining arrangiert werden!</b> (z. B. Chip durch Hoola-Hoop-Reifen, gegen Klett-Wand u. ä.)</p>
8-10	<p>Verbesserung des Puttens unter Präzisionsdruck bezogen auf das Ergebnis</p>	<p>3. „<b>Golf-Wicki(nger)-Spiel</b>“ (DGV Ballschule Golf, Seite 107)</p> <p>Zwei Kinder stehen sich im Abstand von ca. 1-3 m gegenüber. Jedes Kind steht vor einer Reihe mit vier aufgeteeten Bällen (Abstand jeweils eine Putterbreite ca. 10 cm). Mit dem Schlachtruf „Hu-Hu-Hu“ spielen die Golf-Wickies den Spielball zuerst durch ihre Reihe und versuchen, nach und nach die vier generischen Bälle vom Tee zu schlagen. Wer zuerst alle Bälle der gegnerischen Tees getroffen hat, ist der Sieger.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Auf die genaue Ausführung achten (&gt; zuerst durch die eigene Reihe spielen)</li> <li>- Eigentreffer sind Treffer für den Gegner.</li> <li>- Die Spieler spielen fünf Durchgänge. Pro Spielgewinn gibt es einen Punkt.</li> <li>- Abstände je nach Könnensstufe anpassen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschieden farbige Bälle &gt; je 5 gleichfarbige Bälle pro Spieler</li> <li>- Tees</li> <li>- Putter in der Anzahl der Spieler</li> </ul>	<p>Trainer demonstriert das Spiel und erklärt die Regeln</p> <p>Trainer achtet auf Einhalten der Regeln</p> <p>Trainer motiviert</p>



ZEIT	LERNZIELE	METH. GEGLIEDERTER INHALT ÜBUNGSBESCHREIBUNG	ORGANISATION / LERNHILFEN	DID.-METH. KOMMENTAR FEHLERKORREKTUR
8-10	Verbesserung des Chippens unter Präzisionsdruck bezogen auf das Ergebnis	<p>4. „<b>Würfel-Stapel</b>“ (DGV Ballschule Golf, Seite 69)</p> <p>In 3 bis 5 m Entfernung sind Schaumstoff-Würfel gestapelt. Die Kinder schlagen fünf Golfbälle mit einem vorgegebenen Schläger, z. B. Eisen 7, und versuchen, die Würfel zu treffen. Jeder ball, der einen Würfel trifft, zählt einen Punkt. Wird ein Würfel zum Umfallen gebracht, erhält das Kind zwei Punkte.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Distanz dem Leistungsstand anpassen</li> <li>- Zurückprallen der Bälle muss gefahrlos sein</li> <li>- Mögliches Austauschen oder Ergänzen der Ziele durch andere Materialien, z. B. Pylonen, Kartons o. ä.</li> <li>- Ggf. Wechsel der Schläger &gt; Wedge</li> <li>- Bei kleineren Kindern ggf. Verwenden von Softbällen</li> <li>- Ziele unterschiedlich hoch aufbauen, um verschiedene Flughöhen zu provozieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schaumstoff-Würfel</li> <li>- Eisen 7 in der Anzahl der Spieler</li> <li>- Golfbälle</li> <li>- Ggf. Pylonen oder Kartons</li> <li>- Ggf. Wedges</li> <li>- Markierungsteller für Positions- bzw. Abspiel-Positionen (Abstand/Sicherheit)</li> </ul>	<p>Trainer erklärt das Spiel und die Regeln</p> <p>Trainer achtet auf Einhalten der Regeln</p> <p>Trainer motiviert</p>
10-15	<p>Vermittlung des Golf-Begriffs „Vorgabe/Handicap“</p> <p>Steigern der Schlagpräzision beim Passen und Schießen mit Schläger</p>	<p>5. „<b>Handicap</b>“ (DGV Ballschule Golf, Seite 98)</p> <p>Zwei Mannschaften spielen Hockey gegeneinander. Der Trainer bestimmt vorher, dass das vermeintlich schwächere Team einen Vorsprung von 3:0 erhält.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Torraum markieren, den Verteidiger nicht betreten dürfen</li> <li>- Spiel ohne Torwart, um das Toreschießen zu vereinfachen</li> <li>- Ausholbewegung aus Sicherheitsgründen begrenzen</li> <li>- Körperkontakt eingrenzen</li> <li>- Auf Untergrund achten (Rutschgefahr)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zwei Tore oder 4 Pylonen als Tore</li> <li>- Plastik-Hockeyschläger in zwei Farben zur Kennzeichnung der Teams</li> <li>- 2 Plastik-Hockeybälle</li> <li>- 4 flache Markierungen für Torraum</li> </ul>	<p>Trainer erklärt den Begriff „Vorgabe bzw. Handicap“</p> <p>Austoben nach ruhigem Hauptteil</p>
2-4	Kooperatives Verhalten	Aufräumen des Materials		
2	Motivieren zum eigenen Üben	Zusammenfassung, Motivieren zum eigenen Üben und Ausblick auf nächste Trainingseinheit		Trainer erklärt