

# Lektion

## Die Kinder entdecken das Golfspiel I

Während dieser Einstiegslektion lernen die Kinder mit spielerischen Übungsformen einzulochen und entdecken die Basics des Golfspiels.

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer: 100 Minuten

Stufe: 5.–6. Klasse

Alter: 10–11 Jahre




### Lernziele

- Augen-Hand-Koordination
- Dosierung, Gefühl

**Bemerkung:** Die Übungen dieser Lektion können einzeln, zu zweit oder in der Gruppe durchgeführt werden.

**Hinweis:** Golfbälle werden ausschliesslich auf Golfplätzen verwendet. Ausserhalb von offiziellen Golfanlagen (Spielwiese, Nahe bei Gebäuden, etc.) dürfen die Übungen aus diesem Monatsthema nur mit weichen Bällen, mit Schaumstoff-Bällen, Tennis-Bällen etc. durchgeführt werden.

**Quelle:** Bovet, C., Chazeau, D., Egger, B., Kressig, P., Meier, M.: «Golf – spielend lernen». ASG. 2012

	Thema / Aufgabe / Übung / Spielform	Organisation / Skizze	Material
Aufwärmen	<p>20' <b>Golfplatzarchitekt</b>  <b>Ziele:</b> Golfkenntnisse, Kreativität, Reaktion, Orientierung.  <b>Vorbereitungszeit:</b> 5 Minuten.</p> <p>Die Kinder bauen ein Golfloch mit verschiedenfarbigen Hütchen, Wasserhindernisse, «out of bounds», Bunker usw. Die Leitenden erzählen eine Geschichte. Wird ein Golfbegriff wie z. B. «Bunker» genannt, laufen alle zu dieser Zone. Wer zuerst ankommt, bekommt einen Punkt.</p> <p><b>Variationen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf der Übungsanlage.</li> <li>• Auf einem «richtigen» Golfloch (Golfplatz).</li> <li>• Jedes Kind hat 5 oder mehr Leben. Der Letzte verliert eines.</li> </ul>		Hütchen, Seile, Fahne, usw.
Learning	<p>60' <b>Feeling</b>  Einen 2-m-Putt wählen. Diesen nur mit der linken, der rechten Hand oder mit verbundenen Augen spielen. Einen Taktmesser für den Rhythmus einsetzen. Das so entwickelte Gefühl in die Puttbewegung einbauen.</p> <p><b>Variationen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Je 3 bis 5 Bälle.</li> <li>• 5 Bälle pro Übung, gefolgt von 5 normal gespielten Bällen.</li> <li>• Auch lange Putts.</li> <li>• Nach einem mit geschlossenen Augen gespielten Putt sagen, ob er zu kurz oder zu lange war.</li> </ul>		Tees, Augenbinde, Taktmesser, Golfbälle
Learning	<p><b>Würfel</b>  <b>Ziele:</b> Distanzgefühl, Gefühl und Rhythmus, Nichtwiederholbarkeit.  <b>Vorbereitungszeit:</b> 5 Minuten.</p> <p>In 4 m Distanz, 6 Zonen von 50 cm bis 1 m Länge aufzeichnen. Links und rechts jeder Zone ein Hütchen platzieren. Mit einem Würfel wird die Zone bestimmt, in welche man puttet. Für jede erfüllte Aufgabe erhalten die Kinder die gewürfelte Zahl als Punkte.</p> <p><b>Variationen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wer schafft zuerst 20 Punkte?</li> <li>• Jeder kann 5 oder 10 Mal würfeln, wer erreicht die meisten Punkte?</li> <li>• Als Teamwettkampf.</li> </ul>		Golfbälle, Tees oder Hütchen

	Thema / Aufgabe / Übung / Spielform	Organisation / Skizze	Material
Learning	<p><b>Kompass</b>  <b>Ziele:</b> Ausrichtung, Pendel und Weg des Schlägerkopfs, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.  <b>Vorbereitungszeit:</b> 3 Minuten.</p> <p>12 oder 16 Tees/Hütchen in Form eines Sterns in verschiedenen Abständen um das Loch stecken (50 cm, 1, 1,5 und 2 m). Die Bälle in vorgegebener Reihenfolge einlochen.</p> <p><b>Variationen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zuerst nur die innersten 4 Bälle einlochen (50 cm), dann jene in 1 m Entfernung usw.</li> <li>• Um die Schwierigkeit zu erhöhen, die 4 Bälle im ersten Kreis nacheinander einlochen, bevor man weiterspielt.</li> <li>• Als Test: 1 Ball pro Tee spielen. Wer locht die meisten Bälle ein?</li> <li>• Als Wettkampf zu zweit: Wer gewinnt?</li> <li>• Mindestens 2 Bälle hintereinander einlochen, bevor man zur nächsten Distanz geht.</li> </ul>		<p>Golfbälle,                  Tees oder Hütchen</p>
Playing	<p>20' <b>Minigolf</b>  <b>Ziele:</b> Ausrichtung, Distanzgefühl, Green lesen und Visualisierung, Nichtwiederholbarkeit, Golfregeln.  <b>Vorbereitungszeit:</b> 15 Minuten.</p> <p>Ein Minigolf-Loch mit Hütchen oder Kreide markieren. Je nach Niveau Dogleg, Hindernisse, Break usw. einbauen. Wenn der Ball über die Outlinie rollt, wird er mit einem Strafschlag vom Übertretungsort aus weitergespielt.</p> <p><b>Variation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Als Zweierteam: Abwechslungsweise putten, bis der Ball im Ziel ist.</li> </ul>		<p>Tees, Schnur, Kreide,                  Hütchen, Frisbee,                  Golfbälle</p>