



Freie und Hansestadt Hamburg
Behörde Schule und Berufsbildung
- Referat Schulsport -

Fachausschuss Golf:

Johannes Stief

Mobil: 0157/51614150

Mail: stief@amheidberg.de

Schulgolfbeauftragter:

Peter Lau

Tel: 42887303

Mobil: 0177/3477483

Mail: pela.hamburg@web.de

Jugendtrainer HGV:

Hendrik Beins

Mobi: 0174/7078763

Mail: beins@hanseatic.eagels.de

Demonstrationsaufgabe:

Spieltechnik:

Im Golf gibt es keine ideale Schwungbewegung, sondern die Bewegungen sind individualisiert und den körperlichen Voraussetzungen des Spielers / der Spielerin angepasst. Basierend auf der Erfahrung eigener motorischer Grundlagen entwickelt jeder seinen eigenen funktionalen Bewegungsablauf. Wichtig dabei ist, dass dieser zielführend zur Bewältigung der Schlagaufgabe ist.

Abschlag:

1. Setup (Ansprechposition aus der viel Energie entwickelt werden kann)
2. Rückschwung (maximale Oberkörperdrehung am Ende des Rückschwungs)
3. Treffmoment (passender Dynamischer Loft und Angle of Attack, maximale Schlägerkopfgeschwindigkeit beim Treffen des Balles)
4. Durchschwung (ausbalanciertes Finish)

Schläger: Holz vom Tee
Aufgabe: Den Ball möglichst weit schlagen
Versuche: 5 Schläge

Schlag ins Grün:

1. Setup (ausbalancierte Ansprechposition)
2. Rückschwung (Oberkörperdrehung, Winkelverhalten der Handgelenke, Gewichtsverlagerung, öffnen der Schlagfläche)
3. Treffmoment (dynamischer Loft, Angle of Attack, Mittigkeit des Treffens und Schlägerkopfgeschwindigkeit)
4. Durchschwung (ausbalanciertes Finish)

Schläger: Eisen vom Gras
Aufgabe: Den Ball möglichst genau auf verschiedene Ziele schlagen
Versuche: 5 Schläge

Um das Grün:

1. Setup (funktionale Ansprechposition passend zur Schlagaufgabe)
2. Rückschwung (Rückschwunglänge passend zur Schlagaufgabe, Winkelverhalten der Handgelenke, Oberkörperdrehung)
3. Treffmoment (Angle of Attack, dynamischer Loft, Bounce passend zur Schlagaufgabe)
4. Durchschwung (ausbalanciertes Finish)
5. Schlägerwahl (passend zur Schlagaufgabe, Balllage und Flug-Roll Verhältnis)

Schläger: Freie Schlägerwahl
Situation: Der Ball liegt 10 - 20 m vor dem ebenen Grün im Gras oder im Bunker.
Aufgabe: Den Ball möglichst nah an das Loch spielen.
Versuche: 5 (nach jedem Ball wird die Position geändert)

Putten:

- 1. Setup (Griff, Körperstellung, Augenlinie, Verbindung mit dem Loch)
- 2. Bewegung (Rhythmus, Energieaufladung, Pendelbewegung)

Schläger: Putter

Situation: Der Ball liegt 10 m vor dem Loch auf einem ebenen Grün.

Aufgabe: Den Ball möglichst nah an das Loch putten.

Versuche: 5

5 *Notenpunkte* werden erreicht, wenn die Beobachtungsschwerpunkte in Ansätzen automatisierte Strukturmerkmale und variable Bewegungsbestandteile erkennen lassen, die auf eine gewisse Stabilität der angewandten Techniken hinweisen und diese zielführend zur Bewältigung der Schlagaufgaben sind.

Drivelänge: unter 100m

Schlag ins Grün: Ziel ist unter 60m entfernt, Ball liegt außerhalb eines 30 Meter Durchmesser Kreises um das Ziel

Um das Grün: Entfernung zum Loch über 8m

Putten: Entfernung zum Loch über 4m

11 *Notenpunkte* werden erreicht, wenn die Beobachtungsschwerpunkte in hohem Maße automatisierte Strukturmerkmale und variable Bewegungsbestandteile erkennen lassen, die auf eine gute Stabilität der angewandten Technik hinweisen und diese zielführend zur Bewältigung der Schlagaufgaben sind.

Drivelänge: über 150m

Schlag ins Grün: Ziel über 100 Meter entfernt Ball liegt in einem 30 Meter Durchmesser Kreises um das Ziel

Um das Grün: Entfernung zum Loch unter 5m

Putten: Entfernung zum Loch unter 2m

Wettkampfaufgabe:

Der Schüler spielt drei Bahnen (im Durchschnitt Paar 4) nach Auswahl des Prüfers. Das Ergebnis kann sich nach folgender Vorgabe ergeben (je nach Loch-Auswahl des jeweiligen Platzes) und dem Handicap des Schülers.

Bewertung:

Score	Note	Score	Note	Score	Note
17	15	23	9	29	3
18	14	24	8	30	2
19	13	25	7	31	1
20	12	26	6		
21	11	27	5		
22	10	28	4		

Reflexion:

Im Reflexionsgespräch können u.a. ein Good-Better-How, sowie die für das Golfspiel relevanten Biomechanischen Prinzipien und Treffmomentfaktoren abgefragt werden.

Zu den reflexiven Anteilen während der Wettkampfaufgabe:

Das Resultat hängt in erster Linie von den gefällten Entscheidungen auf der Spielbahn ab. Das Einschätzen der Chancen und Risiken der Spielbahnen bildet die Basis für die individuelle Spielplanung, die Equipmentauswahl und der Festlegung von Schlag- und Landezonen auf den Spielbahnen (Platzarchitektur: Lage des Grüns und der Fahne. Schwierigkeiten in Landezonen, Bunker, Seen und Vegetation. Art des Fairways, Auszonen, Hanglagen und Wellen.)

- 1. Orientierung:** Wie liegt das Loch, die Bunker und andere Hindernisse (Entfernungen)?
- 2. Analyse:** Länge & Par des Lochs, erforderliche Schlaglängen, Wind und Wettereinfluss.
- 3. Planung:** Tee-Position, Lage des Balles, erwartete Landezone
- 4. Schlagmanagement:** Abschlag auf das Fairway sichern. Nächster Schlag und Schläger zum Grün mit einplanen.
- 5. Realisation:** Den Ball in eine Zielzone spielen, wo er am besten weitergespielt werden kann und dein bester Schlag eingesetzt werden kann.

Der Schüler kann während des Spieles vor/nach jedem Schlag Auskunft geben über:

1. Seine Grundtaktik, wie er das Loch anspielen will (u.a. Gelände, Längen, Witterungsverhältnisse)
2. Schlägerwahl
3. ev. Schlagvarianten

Eine ausreichende Leistung (05 Punkte) wird im Theoretischen erreicht, wenn die Erläuterungen der technischen/taktischen / methodischen Prinzipien und/oder der Analysekriterien umgangssprachlich im Wesentlichen richtig sind.

Eine gute Leistung (11 Punkte) ist im Theoretischen erreicht, wenn die Erläuterungen differenziert und verständlich formuliert werden, die technischen/taktischen/ methodischen Prinzipien und/oder die Analysekriterien fachlich eindeutig dargestellt werden.

Bewertungsbogen:

Das Prüfungsergebnis setzt sich folgendermaßen zusammen: Technik einzeln, Spiel doppelt.

Name Prüfling: _____

Prüfer : _____

Punkte : _____

Note : _____

Koreferent: _____

Punkte : _____

Note : _____

Vorsitz : _____

Punkte gesamt : _____

Note gesamt: _____