



**Programm für 13- bis
16-jährige Mädchen**

DGV-Mädchen-Golfcamp

Handbuch für Trainer und Jugendverantwortliche



Mädchen Golf
Camp



Einleitung	4 - 5
Checkliste	6 - 7
Testimonial Isi Gabsa	8 - 9
Teambuilding	10 - 11
Kennenlern-Bingo	12 - 13
Schneller Wechsel	14 - 15
Stab-Transport	16 - 17
Kommunikation mit Seil	18 - 19
Driving Range	20 - 21
Golfequipment	22 - 23
Sicherheit	24 - 25
Griff und Bewegungsumfang	26 - 27
Range-Training Teil 1	28 - 29
Körperdrehung und 2-Hebel-Technik	30 - 31
Range-Training Teil 2	32 - 33
Korridor-Challenge	34 - 35
Einbeinschlag	36 - 37

Puttinggrün	38 - 39
Griff und 1-Hebel-Technik	40 - 41
Stationstraining Teil 1	42 - 43
Körperhaltung und Ballposition	44 - 45
Stationstraining Teil 2	46 - 47
Kurzplatz	48 - 49
Turnier	50 - 51
Siegerehrung	52 - 53
Starke Mädchen	54 - 55
Der geheime Weg	56 - 57
Unterschiede Mädchen und Jungen	58 - 59
Starke Socke	60 - 61
Stop and Go	62 - 63
Abschluss	64 - 65
Feedbackzettel	66 - 67
Prävention von sexualisierter Gewalt	68 - 69
Schutzmaßnahmen	70 - 73
Checkliste	74 - 75
Impressum	76 - 77

Das Mädchen-Golfcamp Teil 2 unterstützt Trainer und Trainerinnen dabei, Mädchen im Alter von ca. 13 bis 16 Jahren für den Golfsport zu gewinnen. Dabei bringen bereits golfende Mädchen ihre nichtgolfenden Freundinnen mit auf die Anlage und erleben gemeinsam den Golfsport. Im Mittelpunkt stehen golftechnisches Training, Teambuilding und Maßnahmen, um Mädchen zu stärken.

Ziel ist es, Golfanlagen zu ermutigen ein spezielles Angebot für ältere Mädchen anzubieten, ihnen zu zeigen wie sie in der Pubertät zu sich selbst finden können und der Golfsport sie dabei unterstützt. Vorurteile und Barrieren sollen abgebaut werden, damit Mädchen ermutigt sind ihre eigene Meinung zu entwickeln und zu vertreten, und durch den Sport positiv gestärkt werden.

Gesetzlich sind Frauen und Männer, und damit auch Mädchen und Jungen, gleichgestellt. In der Praxis wird das leider häufig nicht konsequent umgesetzt und Mädchen haben kaum die gleichen

Chancen und Möglichkeiten wie Jungen. Beim Sport sind Mädchen im Vergleich zu Jungen in allen Altersgruppen unterrepräsentiert. Sie fangen später mit dem Sport an als Jungen und brechen auch früher wieder ab. Die aktuellen Mitgliederzahlen im Golf zeigen, dass sich jugendliche Mitglieder etwa aus 2/3 Jungen und nur 1/3 Mädchen zusammensetzen.

Mädchen nehmen sportliche Angebote längst nicht so intensiv wahr, wie sie es könnten, obwohl Sport enormes Potenzial bietet, Mädchen zu fördern.

Wie ist das Mädchen-Golfcamp aufgebaut?

Das Mädchen-Golfcamp besteht aus einem 7-stündigen Programm, das aus drei Hauptbausteinen besteht: Teambuilding, Golf und Stärkung von Mädchen. Das ausgearbeitete Programm kann als 1- oder 2-Tagesveranstaltung durchgeführt werden.

**Der Golf-Teil baut aufeinander auf.
Alle anderen Übungen können wahlweise durchgeführt werden.**

Welche Materialien werden benötigt?

Das Handbuch enthält alle Grundlagen für Trainer und Jugendverantwortliche. Darin sind detaillierte Ablaufpläne, Checklisten und Schutzmaßnahmen zur Prävention sexualisierter Gewalt enthalten. In den jeweiligen Übungsplänen sind neben der Beschreibung, Lernziele, Zeitangaben, die Materialien der einzelnen Übungen und mögliche Fragen für ein Feedback nach der Übung aufgelistet. Die Materialien beschränken sich auf das Einfachste, um eine unkomplizierte Durchführung zu erzielen. Zusätzlich stellt der Deutsche Golf Verband Werbematerialien und Geschenke für die Teilnehmerinnen zur Verfügung.

Informationen zur Bestellung des Materials und alle weiteren Unterlagen rund um das Mädchen Golfcamp sind zum Nachlesen online zu finden unter:

www.golf.de/serviceportal/sport →
Nachwuchssport → Mädchen-Golfcamp



Wie sieht der Tagesablauf aus?

9.15 Uhr	Ankommen und Anmeldung
9.30 Uhr	Beginn mit Begrüßung und Vorstellungsrunde
9.45 Uhr	Teambuilding (ca. 45 Minuten)
10.30 Uhr	Driving Range und Puttinggrün (ca. 105 Minuten)
12.30 Uhr	Mittagspause
13.30 Uhr	Kurzplatz (ca. 90 Minuten)
15.00 Uhr	Starke Mädchen (ca. 90 Minuten)
16.30 Uhr	Abschlussspiel / Feedback / Ausgabe Geschenke
16.45 Uhr	Ende

Checkliste

	Vorbereitung	Notizen
<input type="checkbox"/>	Termin festlegen	
<input type="checkbox"/>	Verantwortliche Person / Organisationsteam festlegen	
<input type="checkbox"/>	Flyer anpassen und verteilen (inkl. Einverständniserklärung für Fotos)	
<input type="checkbox"/>	Anmeldeliste erstellen	
<input type="checkbox"/>	Platz und Trainingsbereiche reservieren	
<input type="checkbox"/>	Inhalte und Spiele vorbereiten / drucken	
<input type="checkbox"/>	Abstimmung mit der Gastronomie	
<input type="checkbox"/>	Frühzeitige Bestellung der Materialien beim DGV	
<input type="checkbox"/>	Alternative bei schlechtem Wetter planen	

	Am Tag vor der Veranstaltung	Notizen
<input type="checkbox"/>	Goodie-Bags packen	
<input type="checkbox"/>	Namensschilder drucken	
<input type="checkbox"/>	Ablauf mit Organisationsteam / Trainern besprechen	

	Am Tag der Veranstaltung	Notizen
<input type="checkbox"/>	Pavillon / Tische aufbauen	
<input type="checkbox"/>	Urkunden verteilen / Fotos machen	
<input type="checkbox"/>	Abbau und Aufräumen	
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		

	Nach der Veranstaltung	Notizen
<input type="checkbox"/>	Fotos veröffentlichen	
<input type="checkbox"/>	Nachbericht an den DGV senden	
<input type="checkbox"/>	Zeitungsartikel erstellen / auf der Clubhomepage berichten	
<input type="checkbox"/>	Danke-Mail an alle Teilnehmerinnen bzw. deren Eltern (ggf. Hinweis auf Jugendtraining geben)	
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		



Bildquelle: DGV/Stebi



VIEL SPASS AM GOLFSPORT

Isi Gabsa

Deutsche Profitourspielerin
und Mitglied des National Team Germany

Geboren am: 07.06.1995

Geburtsort: München

Tourspielerin seit: 2013

Interessen: Kochen, Kino und Rennrad fahren

„Golf ist meine Berufung. Mit Hingabe, Disziplin und viel Spaß am Spiel über ich meinen Beruf als Golf Professional auf der Ladies European Tour und der Symetra Tour aus. Außerdem bin ich sehr stolz darauf als Mitglied des Golf Teams Germany mein Land weltweit vertreten zu dürfen.“

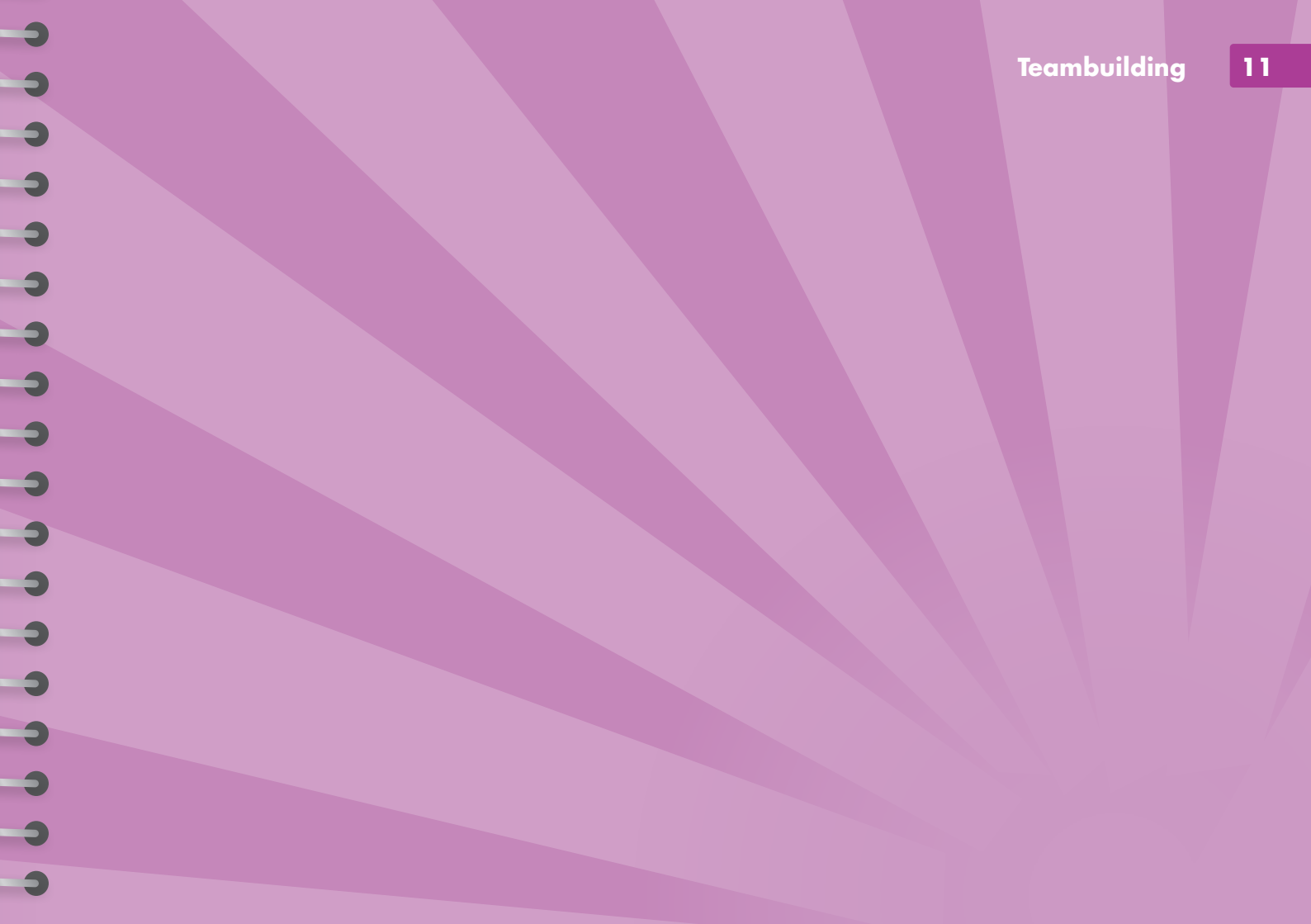


„Von klein auf war ich vom Golfsport fasziniert und ich habe jede freie Minute auf dem Golfplatz verbracht.“

„Am meisten Spaß hatte ich am Turnierspielen und schon sehr früh war für mich klar, diesen Sport will ich zu meinem Beruf machen.“

„Ich wünsche viel Erfolg und Spaß bei eurem Mädchen-Golfcamp. Bleibt dabei und lasst euch von den Jungs nicht unterkriegen.“

TEAM- BUILDING





Material

Je Teilnehmerin ein Blatt Papier (alle die gleiche Farbe) und Stifte

Beschreibung

Jede Teilnehmerin schreibt die Buchstaben ihres Vornamens untereinander auf ein Blatt Papier. Der Trainer sammelt alle Blätter ein und mischt diese. Danach zieht jede Teilnehmerin ein Blatt und „sucht“ das passende Mädchen. Wenn jede Teilnehmerin ihr eigenes Blatt Papier hat, schreibt sie zu jedem Buchstaben ihres Vornamens eine Eigenschaft auf. Im Anschluss stellt sich jede selbst vor.

Zeit

10 Minuten

Feedback

„Jetzt haben wir euch und ein paar eurer persönlichen Eigenschaften kennengelernt. Jede von uns ist EINMALIG. Jede sieht anders aus und kann andere Sachen gut. Und es ist toll, dass wir so verschieden sind.“

Lernziel

- ✓ Kennenlernen der Teilnehmerinnen
- ✓ Kommunikation untereinander fördern



Beschreibung

Die Teilnehmerinnen stellen sich in zwei Reihen gegenüber auf und beobachten das gegenüberstehende Team hinsichtlich des Aussehens. Beide Reihen drehen sich um und eine Reihe macht eine Veränderung an sich (z.B. Cappy absetzen). Dann schauen sich beide Reihen wieder an und die Veränderung wird gesucht. Danach wird gewechselt.

Zeit

15 Minuten

Feedback

„Ist euch das schwer gefallen? Wem ist viel oder wenig aufgefallen?
Waren es große oder kleine Unterschiede?“

Lernziel

- ✓ Aufmerksamkeit und Wahrnehmung
- ✓ Interaktion untereinander fördern



Material

Vier Stäbe, mind. zwei Bälle und je Teilnehmerin ein Stirnband

Zeit

15 Minuten

Beschreibung

Die Teilnehmerinnen werden in zwei Teams aufgeteilt. Paarweise werden die Enden zweier Stäbe festgehalten. Die Stäbe werden parallel zueinander gehalten und die Bälle in die Mitte auf die Stäbe gelegt. Die Paare transportieren die Bälle über eine definierte Strecke durch einen Parcours. Fällt der Ball zu Boden wird am Start bzw. am Wendepunkt wieder neu angefangen. Nach einem erfolgreichen Durchgang wird das Paar von den nächsten beiden Mädchen abgelöst. Ziel ist es, die Staffel als erstes Team zu absolvieren.

Eine zweite Runde kann mit unterschiedlichen Aufgaben durchgeführt werden (z.B. stumm oder blind)

Feedback

„War es einfach? Was war das Erfolgsgeheimnis der Teams? Wahrnehmung ist total wichtig: hören, sehen, schmecken, riechen, spüren, usw. Einige Merkmale sind sehr ausgeprägt (z.B. bei Menschen mit Behinderung). Was findet ihr am Wichtigsten?“

Lernziel

- ✓ Kooperation und Abstimmung untereinander
- ✓ Teamgeist
- ✓ Wettkampf



Material

Je Team ein langes Seil und je Teilnehmerin ein Stirnband

Beschreibung

Alle Teilnehmerinnen verdecken Ihre Augen mit dem Stirnband und halten das Seil an einer beliebigen Stelle fest. Der Trainer gibt ein Kommando in welche Form das Seil gebracht werden soll (z.B. Viereck, Kreis, Herz, etc.).

Die Teilnehmerinnen versuchen über Kommunikation das Seil in die Form zu bringen. Zur Kontrolle wird das Seil abgelegt und die Stirnbänder dürfen abgenommen werden. Je nach Teilnehmerzahl können zwei Teams gebildet werden.

Zeit

15 Minuten

Feedback

„Was war schwierig? Warum hat es gut oder weniger gut geklappt?“

Lernziel

- ✓ Teambuilding
- ✓ Kommunikation

DRIVING RANGE



Material

Schläger des Trainers (Putter, Wedges, Eisen, Hölzer), Bälle und Tees

Zeit

5 Minuten

Beschreibung

Die Golferinnen nennen das für das Golfspiel notwendige Equipment und der Trainer erklärt grundlagenorientierte Informationen zu den unterschiedlichen Schlägern. Dabei zeigt der Trainer visuell die Unterschiede. Die Teilnehmerinnen werden durch induktive Fragestellung eingebunden (vom Einzelfall auf das Allgemeine).

- Putter: Der Ball wird ähnlich dem Minigolf mit möglichst wenigen Schlägen durch Rollen des Balles auf dem Grün ins Loch gespielt.
- Wedges und Eisen: Aufgrund der verschiedenen Schaftlängen und Lofts („Schräge“ der Schlagflächen) fliegt der Ball unterschiedliche Distanzen.
- Hölzer: Der Schläger, der überwiegend am Abschlag gespielt wird.
- Tees: Eine Abschlagshilfe erleichtert das Treffen des Balles am Abschlag.

Lernziel

- ✓ Kennenlernen des Golfequipments
- ✓ Interesse wecken



Beschreibung

Der Trainer erklärt und demonstriert eindringlich Gefahren durch Schläger und fliegende Bälle. Sicherheitsregeln werden aufgestellt:

- Abstand halten
- Hinter der Abschlagslinie bleiben
- Schläger bei Nichtverwendung ablegen
- Wartezone einhalten
- Ausruf „Fore“ üben
- usw.

Siehe auch „DGV-Kindergolfabzeichen“: Handbuch für Trainer und Jugendverantwortliche / Fragenkatalog / Bronze

Zeit

2 Minuten

Lernziel

- ✓ Erlernen grundlegender Sicherheitsaspekte



Beschreibung

Der Trainer wählt eine erfahrene Golferin aus, die einige Schläge als Demonstration für die Nichtgolferinnen vormacht, und weist auf erste ausgewählte Technikelemente hin. Der Einsatz von induktiver Fragestellung ist möglich.

- Griff: Die Zielhand befindet sich oben, die rechte und linke Hand liegen ohne Lücke aneinander und der Daumen ist leicht versteckt (10-Finger- oder Baseball-Griff).
- Ausholbewegung und Durchschwung: Der Schläger wird erst über der einen Schulter und beim Durchschwung über der anderen geschwungen.
- Bewegungsfluss: Der Schwung erfolgt ohne Pause.
- Endposition: Der hintere Fuß befindet sich auf der Spitze, der Bauchnabel zeigt zum Ziel und der Schläger ist hinter dem Rücken.

Anschließend positioniert der Trainer eine Golferin und eine Nichtgolferin im Abschlagsbereich und wiederholt die Sicherheitsregeln. Es erfolgt das Austeilen der Schläger und Bälle und der Trainer erläutert die weitere Organisation (zzgl. 2 Minuten).

Zeit

5 Minuten

Lernziel

- ✓ Kennenlernen des Grundschwungs mit dem Eisen 7
- ✓ Berücksichtigung der Basiskompetenzen Griff und Bewegungsumfang
- ✓ Erlernen der Grobform des Griffs



Beschreibung

Nach dem Kommando „Feuer frei“ schlagen die Teilnehmerinnen abwechselnd 3-5 Bälle mit vollem Schwung. Tees dienen als Bewegungshilfe.

Der Trainer wechselt von Station zu Station und korrigiert ggf. das Setup. Außerdem werden die Mädchen gelobt und motiviert. Die Sicherheitsregeln werden zu jeder Zeit eingehalten.

Zeit

15 Minuten

Lernziel

- ✓ Erlernen des Grundschwungs mit dem Eisen 7



Beschreibung

Nach einem ersten Feedback weist der Trainer auf ausgewählte Technikelemente hin. Die Technik wird durch den Trainer oder mit Hilfe einer Golferin demonstriert. Der Einsatz von induktiver Fragestellung ist möglich.

- Körperdrehung: Zuerst wird der Rücken zum Ziel gedreht, danach die Brust.
- Arm-Handgelenk-Einsatz beim Ausholen und Durchschwingen: Der linke Arm und Schläger bilden beim Rechtshänder im Ausholen ein „L“ (2-Hebel-Technik).

Zeit

5 Minuten

Lernziel

- ✓ Kennenlernen des Grundschwungs mit dem Eisen 7
- ✓ Berücksichtigung der Basiskompetenzen Körperdrehung und 2-Hebel-Technik



Beschreibung

Die Teilnehmerinnen schlagen abwechselnd 3-5 Bälle mit vollem Schwung. Tees dienen als Bewegungshilfe.

Der Trainer wechselt von Station zu Station und korrigiert ggf. die Technikelemente Körperdrehung, 2-Hebel-Bewegung, Endstellung und Bewegungsfluss. Außerdem werden die Mädchen gelobt und motiviert. Die Sicherheitsregeln werden zu jeder Zeit eingehalten.

Anschließend sammeln die Teilnehmerinnen die Bälle im 20-Meter-Bereich vor den Abschlägen, während der Trainer die Korridor-Challenge vorbereitet (zzgl. 5 Minuten).

Zeit

15 Minuten

Lernziel

- ✓ Erlernen des Grundschwungs mit dem Eisen 7



Material

8 Hütchen

Beschreibung

Auf der Driving Range wird ein 30 Meter breiter Korridor aufgebaut, der mit Hilfe von 8 Hütchen in unterschiedliche Zonen eingeteilt wird. Die Zonen haben unterschiedliche Punktwerte. Die Golferin spielt 5 Bälle ohne Tee und die Nichtgolferin 5 Bälle mit Tee. Der Trainer erklärt die Challenge, achtet auf die Einhaltung der Regeln und motiviert die Gruppe.

Welches Team (Golferin und Nichtgolferin) schafft es am meisten Punkte zu sammeln? Die Aufgabe kann beliebig oft wiederholt werden.

Zeit

10 Minuten

Lernziel

- ✓ Festigen des Grundschwungs mit dem Eisen 7 mit Wettkampfbedingung



Beschreibung

Die Teilnehmerinnen schlagen jeweils 10 Bälle auf einem Bein. Die Nichtgolferinnen schlagen dabei vom Tee. Pro Schlag sind zwei Punkte zu erreichen. Für jeden Schlag, bei dem der Einbeinstand für ca. 2 Sekunden gehalten werden kann, erhält das jeweilige Mädchen einen Punkt. Für Bälle, die eine vorgegebene Länge oder Richtung haben, gibt es einen zweiten Punkt. Die Ergebnisse der beiden Partnerinnen (Golferin und Nichtgolferin) werden addiert.

Der Trainer achtet auf die Einhaltung der Regeln und lobt bei korrekter Ausführung die vorher geübten Bewegungselemente.

Anschließend werden die Materialien eingesammelt und der Standort zum Puttinggrün gewechselt (zzgl. 5 Minuten)

Zeit

10 Minuten

Lernziel

- ✓ Festigen des Grundschwungs mit dem Eisen 7 mit Wettkampfbedingung

PUTTINGGRÜN





Material

Putter, Bälle

Zeit

5 Minuten

Beschreibung

Der Trainer zeigt und erklärt den Putter, die Grundidee des Schlages und die Verhaltensregeln zur Schonung des Grüns.

Die Nichtgolferinnen lernen die Putt-Technik durch die Golferinnen, die einen Ball von einer ausgewählten Position auf ein Loch spielen. Der Trainer lenkt währenddessen mit Hilfe eines Kindes die Aufmerksamkeit auf folgende Schwerpunkte. Der Einsatz von induktiver Fragestellung ist möglich.

- Griff: Der bereits gelernte Griff wird angewandt.
- 1-Hebel-Technik: Die Pendelbewegung erfolgt aus den Armen und Schultern. Das Ausholen und Durchschwingen ist gleich lang und im gleichen Tempo. Ein Bremsen soll vermieden werden.

Anschließend werden die Putter und je ein Ball für die Nichtgolferinnen ausgeteilt (zzgl. 3 Minuten).

Lernziel

- ✓ Kennenlernen des Putters und der Putt-Technik
- ✓ Berücksichtigung der Basiskompetenzen Griff und 1-Hebel-Technik
- ✓ Vermittlung Sinn des Golfspiels



Beschreibung

Die Teilnehmerinnen sollen drei Stationen bewältigen. Je Station wird aus drei Entfernungen (1 Meter, 3 Meter, 5 Meter) aufs Loch geputtet. Die Mädchen starten mit 1 Meter. Der Ball wird so lange gespielt, bis er im Loch ist. Danach folgt das gleiche Prinzip aus 3 und 5 Metern. Die Kinder addieren die Schläge der 3 Bälle und versuchen sich bei einem nächsten Durchgang an dieser Station zu steigern, bis der Trainer den Stationswechsel vorgibt.

Die Golferinnen spielen zusammen mit den Nichtgolferinnen an einer Station, um sich gegenseitig zu zählen. Der Trainer motiviert, kontrolliert und korrigiert die folgenden ausgewählten Technikelemente.

- 1-Hebel-Technik: Der Einsatz des Handgelenkes ist zu vermeiden.
- Distanzkontrolle: Der Bewegungsumfang und die Regulierung des Schwungtempos ist zu beachten.

Zeit

10 Minuten

Lernziel

- ✓ Erlernen der Putttechnik
- ✓ Erste Erfahrungen bezogen auf Distanzkontrolle



Beschreibung

Nach einem ersten Feedback weist der Trainer auf weitere ausgewählte Technikelemente hin:

- Körperhaltung: Der Kopf bzw. die Augen befinden sich über dem Ball.
- Ballposition: Beim Rechtshändler befindet sich der Ball links.
- Schlägerschaft: Der Schlägerschaft ist senkrecht, damit ein flacher Eintreffwinkel erzielt wird.

Der Trainer demonstriert, erklärt und setzt induktive Fragestellung ein. Außerdem motiviert und lobt er die Teilnehmerinnen.

Zeit

3 Minuten

Lernziel

- ✓ Erlernen der Putt-Technik bezogen auf die Körperhaltung und Ballposition



Beschreibung

Die Teilnehmerinnen putten wiederum an den Stationen und der Trainer korrigiert und unterstützt bei den neu erlernten Technikelementen:

- Griff
- 1-Hebel-Bewegung
- Körperhaltung
- Ballposition

Anschließend fasst der Trainer die wichtigsten Punkte zusammen und gibt einen Ausblick auf das Spielen auf dem Kurzplatz. Der Trainer erläutert die weitere Organisation (Mittagessen) und die Teilnehmerinnen sammeln das Material ein (zzgl. 10 Minuten).

Zeit

10 Minuten

Lernziel

- ✓ Erlernen und Stabilisieren der Putttechnik

KURZPLATZ



Material

Schläger, Putter, ggf. Linkshandschläger, Bälle, Scorekarten, Bleistifte

Beschreibung

Der Trainer teilt die Teilnehmerinnen in Flights ein und stellt sicher, dass jeder Flight ausreichend Schläger und Bälle hat.

Jedes Team soll sich einen lustigen Teamnamen ausdenken. Bevor abgeschlagen wird, übt der Trainer mit den Teilnehmerinnen das „Fore“. Es kann nacheinander vom 1. Abschlag oder gleichzeitig von allen Abschlägen abgeschlagen werden. Die Golferinnen übernehmen die Schläge bis aufs Grün und die Putts werden von den Nichtgolferinnen gespielt. Währenddessen unterstützt der Trainer die Teilnehmerinnen auf dem Platz.

Zeit

80 Minuten

Lernziel

- ✓ Kennenlernen des Spielens auf dem Platz



Beschreibung

Der Trainer errechnet mit den Teilnehmerinnen die Scores. Nur die ersten Scores werden genannt, um die hinteren Plätze nicht zu demotivieren. Im Anschluss werden die Materialien eingesammelt.

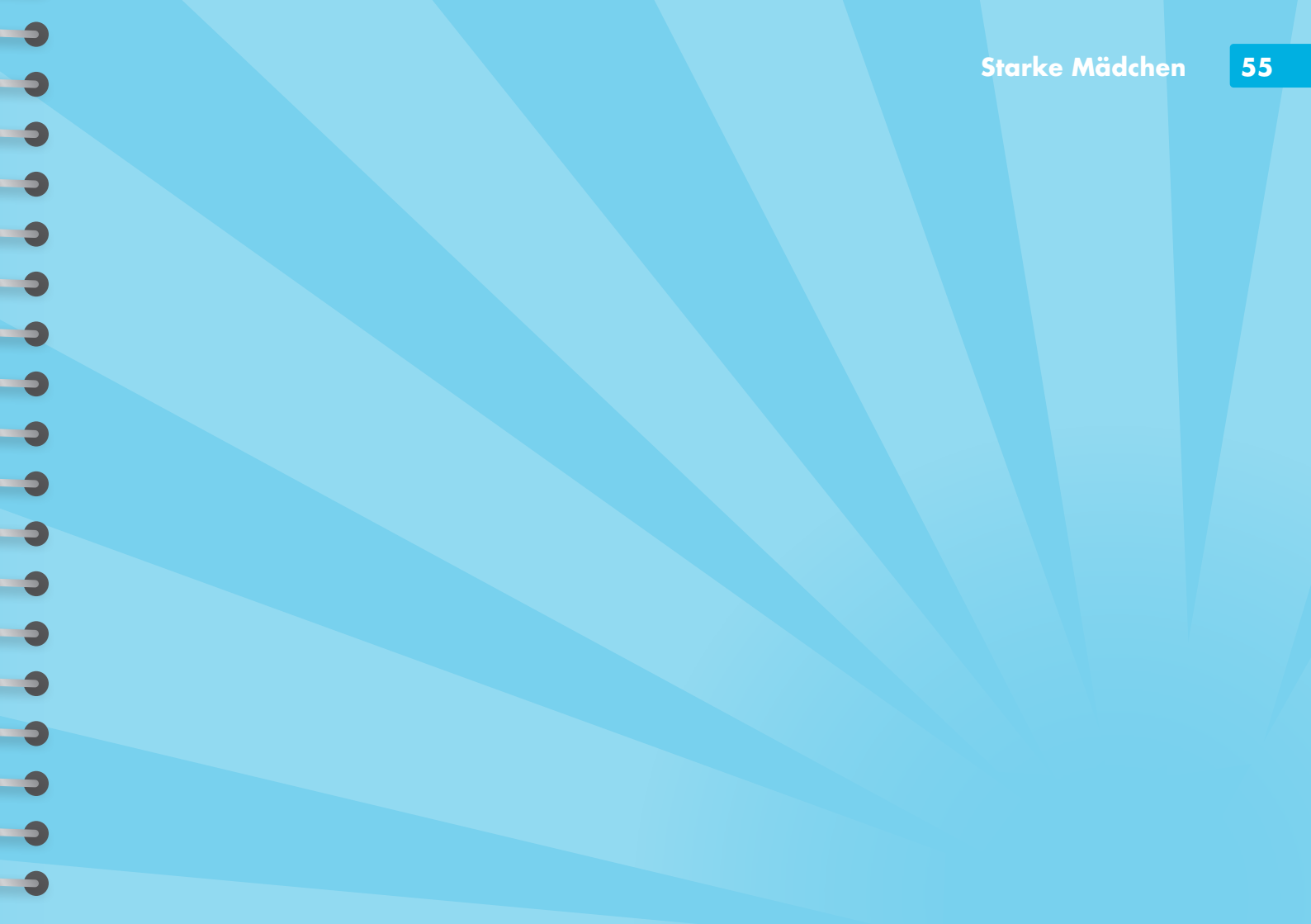
Zeit

10 Minuten

Lernziel

- ✓ Kooperatives Verhalten

STARKE MÄDCHEN





Material

Stirnbänder

Beschreibung

Die Teilnehmerinnen gehen zu zweit zusammen. Eine Teilnehmerin verdeckt die Augen mit dem Stirnband, die Andere führt die blinde Teilnehmerin einen beliebigen Weg entlang. Unterwegs lässt die „Sehende“ die „Blinde“ sieben Dinge ertasten. Die blinde Teilnehmerin versucht sich den Weg zu merken. Am Ende wird das Stirnband abgelegt und versucht den Rückweg anhand der ertasteten Dinge zu finden. Im Anschluss werden die Rollen getauscht.

Zeit

15 Minuten

Feedback

„Konntet ihr euch gut vertrauen? Habt ihr alles erkannt? Wo gab es Probleme?“

Lernziel

- ✓ Aufmerksamkeit
- ✓ Konzentration
- ✓ Vertrauen



Material

Zwei Plakate und Stifte

Zeit

15-20 Minuten

Beschreibung

Die Gruppe wird in zwei Teams geteilt und voneinander getrennt. Beide Teams schreiben Eigenschaften zu einer bestimmten Gruppe auf ein Plakat (männliche Sportler sind... / weibliche Sportlerinnen sind...). Nach einer bestimmten Zeit werden die beiden Gruppen zusammengebracht und die Plakate gemeinsam durchgeschaut.

- Gibt es Ähnlichkeiten? Welche Wörter treffen auf alle zu?
- Gibt es interessante Unterschiede? Welche Wörter sind nur auf einem Plakat?
- Können wir mit gutem Gewissen behaupten, dass sich unsere Vorstellungen von Sportlern und Sportlerinnen zum Teil unterscheiden?
- Haben Jungen und Mädchen unterschiedliche Bedürfnisse?
- Haben wir Vorurteile? Wie beeinflussen sie unser Verhalten?

Feedback

„Jede von euch hat bestimmt schon einmal schöne aber auch schwierige Situationen erlebt: In der Schule, im Sport oder in der Familie. Welche Situationen waren das? Wie kann jedes Mädchen oder jede Frau in solchen Situationen stark sein?“

Lernziel

- ✓ Unterschiede bewusst machen
- ✓ Vorurteile ablegen
- ✓ Stärken erkennen unabhängig vom Geschlecht



Material

Je Teilnehmerin Stifte, kleine Zettel und eine Socke

Zeit

20-25 Minuten

Beschreibung

Jede Teilnehmerin erhält eine Socke, einen Stift und einen kleinen Zettel. Die Teilnehmerinnen gehen zu zweit oder zu dritt zusammen und erzählen sich von positiven oder negativen Erfahrungen. Alle Teilnehmerinnen schreiben ihre Erfolgserlebnisse, auf die sie besonders stolz sind, auf und stecken die Zettel in die Socke. Im zweiten Schritt schreiben die Teilnehmerinnen Komplimente, Tipps oder Hilfestellungen auf und stecken diese der Freundin in die Socke.

Feedback

„Sind euch Situationen eingefallen?

Konntet ihr euch gegenseitig unterstützen und Komplimente machen?

Steckt die Socke ein, sie soll euch begleiten. Und wenn ihr einen schlechten Tag habt, dann könnt ihr euch ein Kompliment oder eine positive Erinnerung aus der Socke ziehen.“

Lernziel

- ✓ Feedback
- ✓ Selbstreflexion
- ✓ Komplimente machen



Beschreibung

Die Teilnehmerinnen gehen zu zweit zusammen und stellen sich im Abstand von ca. 5 Meter gegenüber auf. Ein Mädchen winkt das andere Mädchen soweit zu sich heran, bis die Distanz als richtig und angenehm empfunden wird. In einem zweiten Durchgang wird die Distanz absichtlich zu nah gelassen und durch Gestik gesteuert (z.B. lächeln oder Ernst schauen, Arme ausstrecken, Stopp rufen etc.).

Zeit

10-15 Minuten

Feedback

„Ist es euch leicht oder schwer gefallen?
Waren die Grenzen unterschiedlich?
Jede Person hat eigene Grenzen — und das ist gut so.“

Lernziel

- ✓ Grenzen kennenlernen
- ✓ Grenzen zeigen und kommunizieren

ABSCHLUSS



Material

Zettel, Klebeband und Stifte

Beschreibung

Jede Teilnehmerin hat einen Zettel auf dem Rücken kleben. Die Teilnehmerinnen gehen herum und schreiben auf den Zettel: gemeinsam Erlebtes, Botschaften, Feedback, Wünsche fürs Wochenende etc..

Zeit

10-15 Minuten

Lernziel

- ✓ Feedback
- ✓ Reflexion des Erlebten

PRÄVENTION VON SEXUALI- SIERTER GEWALT

Die nachfolgenden Inhalte im Bereich Prävention von sexualisierter Gewalt stammen aus: „SAFE SPORT - Ein Handlungsleitfaden zum Schutz von Kindern und Jugendlichen vor Grenzverletzungen, sexualisierter Belästigung und Gewalt im Sport“

Deutsche Sportjugend, 2020

Schutz vor sexualisierter Gewalt

Der Schutz von Kindern und Jugendlichen vor Missbrauch muss in allen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens garantiert sein. Auch der organisierte Sport ist aufgerufen, Schutzbefohlenen ein sicheres Umfeld zu geben, da vor allem unseren Golfanlagen sehr viele junge Menschen anvertraut werden.

Der Deutsche Golf Verband möchte allen Kindern und Jugendlichen einen sicheren Platz zur Ausübung des Sports bieten und sieht es als gesellschaftliche Aufgabe an, alles zu tun, um Kinder und Jugendliche vor sexualisierter Gewalt in jeder Form zu schützen. Getreu dem Motto „Kindswohl ist nicht verhandelbar“ übernehmen wir Verantwortung für den Schutz der Kinder und Jugendlichen. Wir möchten allen Eltern ein beruhigtes Umfeld für Ihre Kinder bieten und Sicherheit im Verband schaffen, in dem wir eine offene Teamkultur und Verbandsstruktur fördern.

Kultur des Hinsehens etablieren

Im organisierten Golfsport haben die Verantwortlichen in sehr verschiedenem Umfang pädagogischen Einfluss auf die trainierenden Kinder und Jugendlichen. Verantwortliche in den organisierten Verbänden und Vereinen des Golfsports dürfen nicht wegschauen. Sie sind aufgefordert, gemeinsam eine „Kultur der Aufmerksamkeit und des Hinsehens“ zu entwickeln und zu leben. Der aktive Schutz von Kindern und Jugendlichen muss in den Verbänden und Clubs verankert sein.

„Der Deutsche Golf Verband e.V. verurteilt jegliche Form von Gewalt, unabhängig davon, ob sie körperlicher, seelischer oder sexualisierter Art ist.“

Ihre Aufgabe als Golfanlage

Nehmen Sie die Aufgabe an und sorgen Sie für den Schutz der Kinder und Jugendlichen. Bei der Planung und Entwicklung eines Schutzkonzepts kann es hilfreich sein, sich als Sportverein folgende Fragen zu stellen:

- Wie wollen Sie in Ihrem Golfclub zukünftig mit dem Schutz von Heranwachsenden vor sexualisierter Gewalt umgehen?
- In welchen Bereichen haben Sie weiteren Informationsbedarf? Bei wem und wie können Sie sich Informationen einholen?
- Welche Herausforderungen könnten bei der Umsetzung der einzelnen Maßnahmen auf Sie zukommen? Bei wem können Sie sich Unterstützung holen?
- Was ist Ihnen bei der Umsetzung von Schutzmaßnahmen besonders wichtig?
- Wie können sich Akteure des Clubs (Mitarbeitende, Trainer, Kinder und Eltern) an dem Entwicklungsprozess beteiligen?
- Gibt es in Ihrem Club bereits Personen, die sich gut mit dem Thema auskennen und die Sie bei ihrem Vorhaben aktiv unterstützen könnten?

Prävention

Zur Prävention zählen alle Maßnahmen, die geeignet sind, sexualisierte Gewalt zu vermeiden. Es ist davon auszugehen, dass eine wirksame Prävention darin besteht, dass in den Sportverbänden und -vereinen ein Klima herrscht, in dem die Thematik „sexualisierter Gewalt“ offen angesprochen wird. Kein Präventionskonzept kann die Gefahr der sexualisierten Gewalt in Sportverbänden und -vereinen generell verhindern. Präventionsarbeit im Sport dient dazu, eine Sensibilisierung in den Sportverbänden und -vereinen zu erreichen und eine Kultur des Hinsehens und der Aufmerksamkeit zu fördern. Fachliche Unterstützung kann insbesondere bei Fachberatungsstellen angefragt werden.

1. Eine Vereinskultur des Hinsehens und der Beteiligung entwickeln
 - Sexualisierte Gewalt enttabuisieren
 - Kinder und Jugendliche stärken
 - Eltern in die Präventionsarbeit einbeziehen
 - Trainer und Trainerinnen in die Präventionsarbeit einbeziehen
2. Einen formalen Rahmen und klare Regeln zur Prävention von sexualisierter Gewalt schaffen
 - Verankerung im Leitbild, Satzung und Vereinsordnung
 - Benennung von Beauftragten
 - Erarbeitung von gemeinsamen Verhaltensregeln
 - Eignung von Mitarbeitenden überprüfen (erweitertes polizeiliches Führungszeugnis)

3. Präventionsnetzwerke und Kooperationen aufbauen
 - Aufbau eines lokalen Netzwerks
 - Teamarbeit und kollegiale Beratung
4. Wissen und Handlungskompetenz zum Umgang mit sexualisierter Gewalt entwickeln



Weitere Informationen finden Sie unter:

<https://serviceportal.dgy-intranet.de/verband/integriaet/sexualisierte-gewalt.cfm>

<input type="checkbox"/>	Der Clubvorstand sollte sich über die Bedeutung des Themas austauschen.
<input type="checkbox"/>	Eine Positionierung des Vorstands ist sinnvoll, um die Offenheit des Vereins zu verdeutlichen. Eine entsprechende Passage sollte in die Satzung aufgenommen werden.
<input type="checkbox"/>	Es sollte ein/e Beauftragte/r benannt werden, der/die bereit ist, sind in das Thema Kinder- und Jugendschutz einzulesen, sich im Rahmen von Veranstaltungen der Verbände fortzubilden und die den Vereinsmitgliedern als Vertrauensperson zur Verfügung steht. Um die Beauftragten zu schützen hat es sich bewährt, in einem Team von mindestens zwei Personen zusammenzuarbeiten. Die namentliche Benennung ist wichtig, weil damit dokumentiert wird, dass diese die Unterstützung des Clubs hat.
<input type="checkbox"/>	Diese Person/en sollte allen Vereinsmitgliedern bekannt sein <ul style="list-style-type: none">• Vorstellung innerhalb der unterschiedlichen (Trainings-)gruppen• Aushang der Kontaktdaten

<input type="checkbox"/>	Die Beauftragten sollten Kontakt zu externen Stellen (z.B. Kinderschutzbund) aufnehmen, um Interventionspläne abzusprechen und unabhängige Beratungen einholen zu können.
<input type="checkbox"/>	Informieren Sie als Vorstand die ehrenamtlichen und hauptberuflichen Mitarbeitenden Ihres Vereins darüber, dass Sie sich dem Thema widmen möchten und verdeutlichen Sie, dass dies auch zu deren Schutz geschehen soll.
<input type="checkbox"/>	Überprüfung der Situationen im Golfclub (Risikoanalyse), welche sexualisierte Gewalt begünstigen könnten. <ul style="list-style-type: none"> • Umkleiden • Licht • Fahrten zum Turniere/ Trainingslager • keine Gespräche in geschlossenen Räumen
<input type="checkbox"/>	Ehrenkodex (Selbstverpflichtungserklärung) abstimmen und von allen Mitarbeitenden einfordern (auch Eltern, wenn diese in der Betreuung involviert sind)
<input type="checkbox"/>	Fordern Sie das erweiterte polizeiliche Führungszeugnis von allen Mitarbeitenden ein.
<input type="checkbox"/>	Informieren Sie die Kinder über ihre Rechte.

IMPRESSUM

Herausgeber

Deutscher Golf Verband e.V.
Kreuzberger Ring 64 65205 Wiesbaden
Tel.: (06 11) 9 90 20-0 · Fax: (06 11) 9 90 20-170
info@dgv.golf.de · www.golf.de/serviceportal



Copyright

Deutscher Golf Verband e.V.
Veröffentlichung der Beiträge ist – Quellenangabe vorausgesetzt – ausdrücklich erwünscht,
um Übersendung eines Beilegexemplars wird gebeten!

Gestaltung und Druck

O.D.D GmbH & Co. KG Print + Medien, Bad Kreuznach
1. Auflage, Februar 2024

Deutscher Golf Verband e.V.

Kreuzberger Ring 64 · D-65205 Wiesbaden

Telefon: +49 (0) 6 11 / 9 90 200 · Telefax: +49 (0) 6 11 / 9 90 20 170

E-Mail: info@dgv.golf.de

www.golf.de/serviceportal

