

# Übungen Hausaufgabe DGV Ballschule Golf Fortbildung

## Übung 1 – Next Level

Zielsetzung: spielerisch durch verschiedene Put-Übungen führen. Wettkampfbedingungen erzeugen.

### **Material:**

- Jedes Kind einen Putter und einen Ball
- Seile
- Hütchen
- Tees

### **Spielidee**

Spielaufbau:

- Aus Seilen und Hütchen wird ein Bär oder ein ähnliches Tier aufgebaut, welches sichtlich mehrere Felder hat, welche „angespielt“ werden können. Je nach Altersgruppe kann dieses Tier größer oder kleiner ausfallen bzw. näher oder weiter entfernt sein. Es ergeben sich somit 6 Felder
- Man baut weitere 6 Übungen auf und um das Putting Grün auf. Bspw.:
  - Ein langer 10 Meter Put in ein kleines Feld
  - Zwei Felder - dazwischen ein Break – Die Felder müssen sowohl von „unten“ als auch von „oben“ mit nur einem Versuch getroffen werden
  - 5 x 1-Meter Puts nacheinander
  - 2 Up and Downs
  - Zonen putten
- Die Kinder müssen nun, um zu den richtigen Aufgaben zu kommen, diese erst freischalten, indem sie die passenden Felder bei dem „Bären“ (Beine, Bauch, Kopf) treffen

### **Hinweise:**

Je nach Altersstruktur müssen die Aufgaben angepasst werden

### **Variation:**

- Der Ball kann in den Bären geputtet werden / rollt werden / mit verschiedenen Bällen geputtet werden / mit verschiedenen Bällen gerollt werden
- Die nachfolgenden „freigeschalteten“ Level können individuell angepasst werden

Paulina Brand

## Übung 2 – Kein kurzer Put

Zielsetzung: Keine Puts mehr zu kurz lassen

### **Material:**

- Bag
- Bälle
- (Bindfaden + Schere)

### **Spielidee**

5 Loch auf den Platz

Jeder Put, der zu kurz gelassen wurde (10cm Radius), muss reingepustet werden

### **Hinweise:**

Sollte nicht mitten in der Mittagshitze gespielt werden

### **Variation:**

Kann auch mit einem Bindfaden und abschneiden des Fadens gespielt werden

### Übung 3 – Tennis putten

Zielsetzung: Genauigkeit und Längenkontrolle steigern

#### **Material:**

- Putter
- Schaumstoffball
- Kleine Zielkreise

#### **Spielidee**

Es wird ein kleines „Tennis“ Feld aufgebaut. Die Größe sollte angemessen zur Körpergröße der Kinder gewählt werden. Auf diesem Feld werden zwei kleine Zielkreise an den Positionen der Spieler beim Doppel aufgebaut (Team 1 blau; Team 2 grün). Als Netz in der Mitte wird ein Seil auf den Boden gelegt.

- Die Spieler stellen sich nun in den Zielkreis. Diesen dürfen sie nicht verlassen
- Der Schaumstoffball wird nun geputtet
- Ziel ist es, den Ball an eine Stelle zu putten, an der keiner Spieler mehr dran kommt ohne seinen Kreis zu verlassen
- Der Ball darf erst zurück geputtet werden, wenn er zum Stehen gekommen ist.

#### **Variation:**

Das Feld kann beliebig vergrößert werden.

Die Kinder können ihre Positionen beliebig vorher wählen

