

DGV-Ballschule Golf

Paderborn
23. November 2019



Die aktuelle Situation



22. November 2019

<http://www.tagesschau.de/jugendliche-bewegung-101.html>



<https://www.zdf.de/nachrichten/heute/who-studie-jugendliche-bewegen-sich-laut-einer-studie-zu-wenig-100.html>

<https://www.sueddeutsche.de/gesundheit/sport-empfehlung-jugendliche-1.4691606>



Die aktuelle Situation



„Mehr Bewegung für mehr Kinder!“

Kinder mit
Bewegungs-
mangel



Talentierte
Kinder

Werner Schmidt:

Wegfall Straßenspielkultur
Weniger freies Spielen
Frühspezialisierung
Mediatisierung

...

Blacky Schwarzer:

Spaß, Freude &
Begeisterung
Beste Trainer in der
Kindheit & Jugend

...

Ballschule: Prinzipien



**Ziele
(Wozu?)**

**Ziele
(Wozu?)**

Die Leitsätze und Prinzipien
der Ballschule Heidelberg:

Vielseitigkeit
„Kinder sind Allrounder
und keine Spezialisten!“

Freudbetontheit
„Spielen macht
den Meister!“

Entwicklungsgemäßheit
„Kinder sind keine
verkleinerten
Erwachsenen!“

**Spielerisch-
unangeleitetes
Lernen**
„Probieren geht
über Studieren!“

**Inhalte
(Was?)**

**Methoden
(Wie?)**



Gliederung



➤ **Ballschule:**
Das ABC des Spielenslernens

➤ **DGV Ballschule Golf:**
Das ABC für Golfanfänger

A: Koordinative Basiskompetenzen

B: Technische Basiskompetenzen

C: Technische Basiskompetenzen (Golf)





Ballschule: Das ABC des Spielenslernens



Ballschulprogramme



Stufe 5

Ballschule:
sportspielspezifisch



Fußball, Handball,
Volleyball, **Golf...**

Stufe 4

Ballschule:
sportspielgerichtet



Torschuss-/Wurf-/
Rückschlagspiele

8 – 11 Jahre

Stufe 3

Ballschule: ABC des Spielens
sportspielübergreifend

6 – 8 Jahre
Ballschule

Stufe 2

Ballschule:
Kindergartenkinder

3 – 6 Jahre
Mini-Ballschule

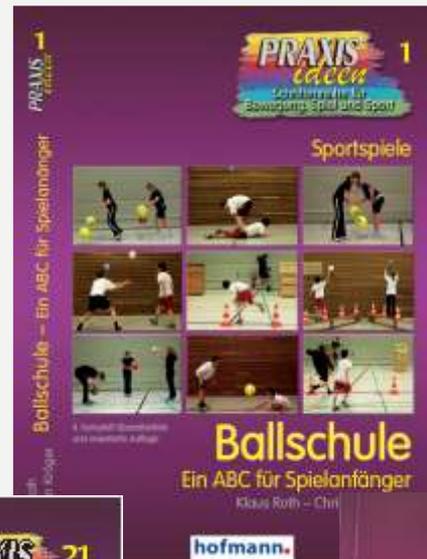
Stufe 1

Ballschule:
Kleinkinder

1.5 – 3 Jahre



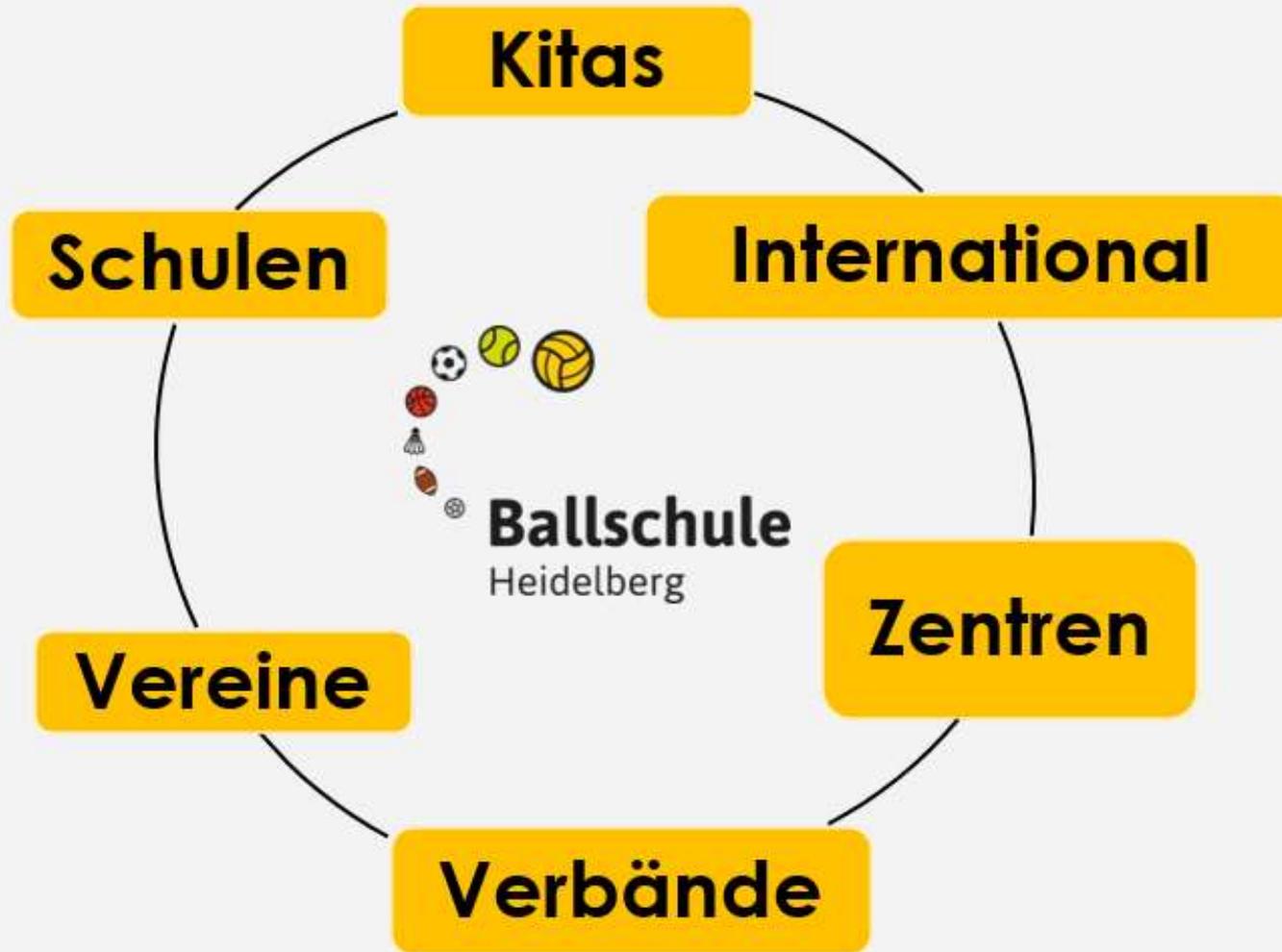
Programme: Stufen 2 bis 4



Programme: Stufen 2 bis 4



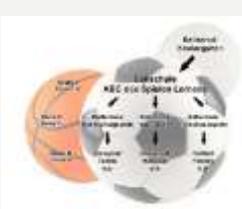
Kooperationen



Kooperationen: national



Seit 2002 ≈
950 Kooperationen



Kooperationen: international



Landeszentren

- **Österreich** (Wien)
- **Schweiz** (Luzern)
- **NL** (Eindhoven)
- **USA** (Atlanta)
- **Brasilien** (Belo Horizonte)
- **China** (Peking)
- **Japan** (Tokyo, Nara)
- **Anfragen:** Chile, Mexiko, Mozambique, Türkei, Iran, Äthiopien



Aus- / Fortbildungen



Seit 1998 ≈
500 Ausbildungen

Seit 1998 ≈
15.000 Ballschulleiter

Seit 1998 ≈
350.000 Ballschulkinder

DAS ORIGINAL
seit 1998



Vision
Bewegungskinder



Ballsschule: Das Konzept



Ballschule: Prinzipien



**Ziele
(Wozu?)**

**Ziele
(Wozu?)**

Die Leitsätze und Prinzipien
der Ballschule Heidelberg:

Vielseitigkeit
„Kinder sind Allrounder
und keine Spezialisten!“

Freudbetontheit
„Spielen macht
den Meister!“

Entwicklungsgemäßheit
„Kinder sind keine
verkleinerten
Erwachsenen!“

**Spielerisch-
unangeleitetes
Lernen**
„Probieren geht
über Studieren!“

**Inhalte
(Was?)**

**Methoden
(Wie?)**



Ziele



- **Vielseitigkeit** bedeutet in der Ballschule **nicht**, dass verschiedene Sportspiele additiv angeboten werden
- In den Programmen wird ein breites Fundament an **entwicklungsgemäßen Basiskompetenzen** vermittelt, die in vielen Spielen benötigt werden!

Ziele: Mini-Ballschule (Stufe 2)



A: Phylogenetische Basiskompetenzen



ROLLEN & DREHEN
HÜPFEN & SPRINGEN
WERFEN & FANGEN
KICKEN & STOPPEN
SCHLAGEN & STOPPEN
PRELLEN & DRIBBELN

B: Technische Basiskompetenzen



FLUGBAHN ERKENNEN
LAUFWEGE ERKENNEN
LAUFWEG BESTIMMEN
SPIELPUNKT BESTIMMEN
BALLBESITZ KONTROLLIEREN
BALLABGABE KONTROLLIEREN

C: Koordinative Basiskompetenzen



BALLGEFÜHL
ZEITDRUCK
PRÄZISIONSDRUCK
KOMPLEXITÄTSDRUCK
ORGANISATIONSDRUCK
VARIABILITÄTSDRUCK



B: Spielpunkt bestimmen



C: Präzisionsdruck



Ziele: Ballschule (Stufe 3)



B: Taktische Basiskompetenzen



ANBIETEN & ORIENTIEREN
BALLBESITZ SICHERN (INDIVIDUELL)
BALLBESITZ SICHERN (KOOPERATIV)
ÜBERZAHL HERAUSSPIELEN
LÜCKE ERKENNEN
ABSCHLUSSMÖGLICHKEIT NUTZEN

B: Koordinative Basiskompetenzen



BALLGEFÜHL
ZEITDRUCK
PRÄZISIONSDRUCK
KOMPLEXITÄTSDRUCK
ORGANISATIONSDRUCK
VARIABILITÄTSDRUCK



C: Technische Basiskompetenzen



FLUGBAHN ERKENNEN
LAUFWEGE ERKENNEN
LAUFWEG BESTIMMEN
SPIELPUNKT BESTIMMEN
BALLBESITZ KONTROLLIEREN
BALLABGABE KONTROLLIEREN



Ballschule: Inhalte



Ziele
(Wozu?)

Ziele
(Wozu?)

Die Leitsätze und Prinzipien
der Ballschule Heidelberg:

Vielseitigkeit
„Kinder sind Allrounder
und keine Spezialisten!“

Freudbetontheit
„Spielen macht
den Meister!“

Entwicklungsgemäßheit
„Kinder sind keine
verkleinerten
Erwachsenen!“

**Spielerisch-
unangeleitetes
Lernen**
„Probieren geht
über Studieren!“

**Inhalte
(Was?)**

Methoden
(Wie?)



Ballschule: Inhalte



Dopamin-Zauberformel:

Spielen mit:

unerwarteten Erfolgserlebnissen →

Dopamin → **Freude** →

hohe Lernbereitschaft/-erfolge

- Spiele in der Ballschule müssen viele **unerwartete Erfolgserlebnisse** bringen!

Inhalte: Baustein-Spiele



Säule A: Reitturnier

Sportgeräte	Spielmaterialien	Komplexität: I bis II
		
A: Hüpfen & Springen	B: Krafteinsatz steuern	
E: Geometrische Muster erkennen		



Jedes Kind klemmt sich einen Schläger oder einen Aquastick als kleines Pferdchen zwischen die Beine und hält es mit beiden Händen fest. Die Kinder galoppieren (hüpfen bzw. springen) durch den Raum. Mithilfe von Linien und Hütchen werden verschiedene Parcours aufgebaut: Viereck, Dreieck, Kreis, eine Acht usw., die in unterschiedlichen „Gangarten“ zu bewältigen sind.

Hinweise:

- Stallboxen (Kastenteile) zum „Verschnaufen“ (Trinkpause) können von den Reitern selbstständig aufgesucht werden.
- Die Fortbewegungsarten können durch Klatschen der Erzieherin oder mithilfe einer Holztrommel rhythmisiert werden.

Variationen:

- Bewältigung eines Sprungparcours: Als Hindernisse werden Aquasticks oder andere Materialien (Sitzkissen usw.) ausgelegt (II). Wer schafft es, ohne ein Hindernis zu berühren? Wer schafft es in der kürzesten Zeit?
- Die Kinder bauen selbst einen Sprungparcours (II).

Säule A: High-T-Ball

Sportgeräte	Spielmaterialien	Komplexität: II bis III
		
A: Schlagen	A: Kicken & Fangen	B: Positionen erkennen
E: Ideenvielfalt produzieren	F: Regeln einhalten	D: Instruktionen verstehen



Mit Hütchen werden zwei gleich große, rechteckige Spielfelder markiert. In der Mitte wird eine erhöhte Turnbank aufgestellt (oder ein Seil gespannt). Zwei Mannschaften aus je drei Kindern werden gebildet. Die Kinder des Teams A werfen sich einen Ball zu. Ein Kind wirft dann – möglichst überraschend – den Ball mit der Hand über die Bank (Schnur). Die Kinder auf der anderen Seite (B) versuchen, den Ball zu fangen. Wenn er auf den Boden fällt, erhält Team A einen Punkt. Jetzt schlägt Team B und Team A muss den Ball fangen usw.

Hinweis:

- Zum Spielen werden abwechselnd verschiedene, vor allem weiche Bälle verwendet.

Variationen:

- Das Spiel kann mit kleinen Tennisschlägern durchgeführt werden (III).
- Es wird mit dem Fuß gespielt (III).
- Zwei Bälle werden gleichzeitig verwendet (III).

Ballschule: Methoden



Die Leitsätze und Prinzipien
der Ballschule Heidelberg:

Ziele
(Wozu?)

Vielseitigkeit
„Kinder sind Allrounder
und keine Spezialisten!“

Freudbetontheit
„Spielen macht
den Meister!“

Inhalte
(Was?)

Ziele
(Wozu?)

Entwicklungsgemäßheit
„Kinder sind keine
verkleinerten
Erwachsenen!“

**Spielerisch-
unangeleitetes
Lernen**
„Probieren geht
über Studieren!“

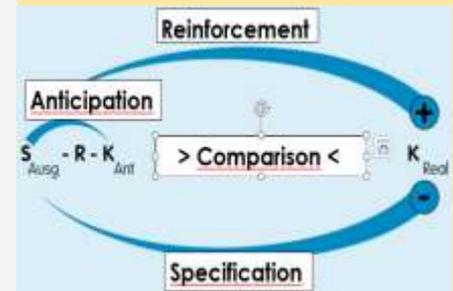


Methoden
(Wie?)

Methoden: implizites Lernen



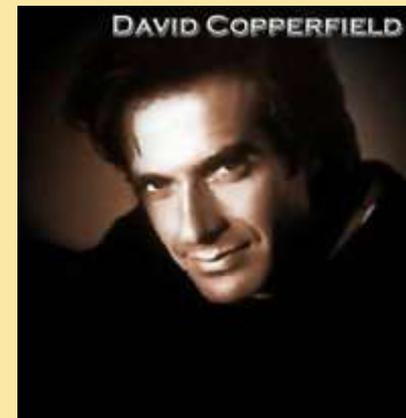
Man kann „nebenbei“,
spielerisch lernen, ohne
dass man es weiß
und ohne dass man sich
anstrengt!



Methoden: Implizites Lernen



Instruktionen und **Korrekturen** (explizites Lernen) eines Übungsleiters können sogar **stören!**



Instruktionen: Fehlhandlungen



Instruktionen: Fehlhandlungen





DGV-Ballschule Golf



Ballschulprogramme



Stufe 5

DGV-Ballschule Golf

Stufe 4

Ballschule:
sportspielgerichtet

Torschuss-/Wurf-/
Rückschlagspiele

8 – 11 Jahre

Stufe 3

Ballschule: ABC des Spielens
sportspielübergreifend

6 – 8 Jahre
Ballschule

Stufe 2

Ballschule:
Kindergartenkinder

3 – 6 Jahre
Mini-Ballschule

Stufe 1

Ballschule:
Kleinkinder

1.5 – 3 Jahre



DGV-Ballschule Golf



ABSCHLAG SCHULE

Ballschule Heidelberg

DAS ORIGINAL seit 1998

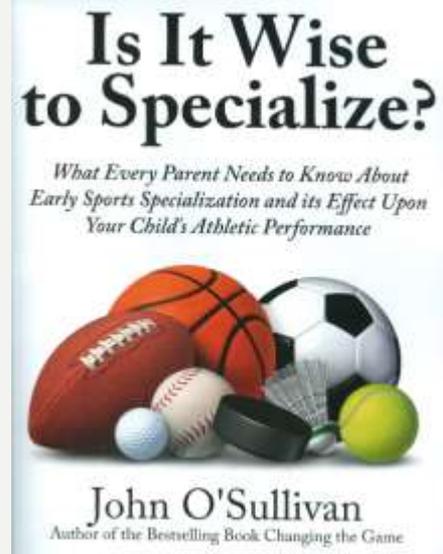
Talententwicklung



Empirische Befundlage (Expertiseforschung)

International erfolgreiche Sportler:

- haben **später** mit dem sportart-spezifischen Training begonnen
- waren häufiger **Quereinsteiger**
- haben **mehr Sportarten** betrieben
- haben **mehr gespielt** als **geübt**



DGV-Ballschule Golf



Klaus Roth

Kapitel 3: Ballschule Golf (Stufe 4) Ziele, Inhalte & Methoden

Einführung: Ballschule & Golf?
Einordnung der Ballschule Golf
Ballschul-Leitlinien (Stufe 4)
Ziele: das ABC für Golfanfänger

- A: Golfspezifisch gewichtete koordinative Basiskompetenzen
- B: Sportspielgerichtete technische Basiskompetenzen
- C: Golfspezifische technische Basiskompetenzen

Inhalte & Methoden
Zusammenfassung



DGV-Ballschule Golf



Marc Müller-Daigusch

Kapitel 5

Säule A: Golfspezifisch gewichtete koordinative Basiskompetenzen



Wolfgang Birkle

Kapitel 6

Säule B: Sportspielgerichtete technische Basiskompetenzen



Domink Müller-Lingelbach

Kapitel 7

Säule C: Golfspezifische technische Basiskompetenzen



DGV-Ballschule Golf



Säule A: BELASTUNGSDRUCK – PHYSISCH		
Voll schwer	I	S. 92
Speed Golf light	II	S. 93
Seitsprung-Golfer	II	S. 94
Mir wird übel	III	S. 95
Säule A: BELASTUNGSDRUCK – PSYCHISCH		
Schätz' mal	I	S. 96
Die Nervensägen	II	S. 97
Handicap	II	S. 98
Ende gut, alles gut	III	S. 99
Säule B: SITUATIONSMITTELS AUFNEHMEN UND VERARBEITEN		
Golf-Biathlon	I	S. 104
Golf-Athletik-Spiel	II	S. 105
Golf-Reaktionsschlag	II	S. 106
Golf-Wickel(nge)l-Spiel	III	S. 107
Säule B: ABSTÄNDE EINSCHÄTZEN		
Golf-Doppelpass	I	S. 108
Golf-Dart-Spiel	I	S. 109
Golf-Rhythmus-Pendel-Reihe	II	S. 110
Das rollende Golfloch	III	S. 111
Säule B: BEWEGUNGSMITTELS AUFNEHMEN UND VERARBEITEN		
Golf-Ampelspiel	I	S. 112
Golf-Zweischlag-Spiel	II	S. 113
Golf-Achterschwünge „weiss-blau“	II	S. 114
Short Backswing → Long Distance	III	S. 115

Säule B: KÖRPERWINKEL EINSCHÄTZEN UND ANSTEUERN		
Lang-Kurz-Griff-Schlag	I	S. 116
Schiefe Ebene-Golfspiel	II	S. 117
Einbein-Golfschwung	II	S. 118
Golf-Rola-Bola	III	S. 119
Säule B: SCHLAGDISTANZEN ANSTEUERN		
Paracelsus Golf-Putt	I	S. 120
Golf-Fourball-Startliner	II	S. 121
Golf-Dosierungs-Spiel	II	S. 122
Golf-Punktlandungs-Spiel	III	S. 123
Säule B: SCHLAGWINKEL ANSTEUERN		
Sandwedge versus Putter-Spiel	I	S. 124
Golf-Tunnel-Spiel	II	S. 125
Der rollende Golfspieler	II	S. 126
Gegengleich-Golf	III	S. 127
Säule B: TREFFQUALITÄT HERSTELLEN		
lip & looping Putts	I	S. 128
Golf-Target-Spiel	II	S. 129
Golf-Spitzen-schlag	II	S. 130
Golf-Maulwurf-Spiel	III	S. 131
Säule B: SCHLAGTECHNIK ANPASSEN		
Golf-Bowling-Spiel	I	S. 132
Golf-Chip-Spiegelbild-Spiel	II	S. 133
Der Golfwürfel ist gefallen	II	S. 134
Golf-Kurven und -Höhen-Spiel	III	S. 135

Säule C: PUTT		
3 Gewinnt	I	S. 140
Einmal um die Welt	II	S. 141
Putt-Kompass	II	S. 142
Perlenputten	III	S. 143
Säule C: CHIP		
9 Loch Chip & Putt	III	S. 144
Alle Schläger in der Tasche	II	S. 145
Werfen vs. Chippen	II	S. 146
Felderjagd	III	S. 147
Säule C: PITCH/WEDGE		
Ins Ziel treffen	I	S. 148
Baseball-Pitch	II	S. 149
Eimerjagd	II	S. 150
Par Saver	III	S. 151
Säule C: BUNKER		
Hochsprung	I	S. 152
Schlage das Tee	II	S. 153
Mach den Sevel	II	S. 154
Sandrakete	III	S. 155
Säule C: LOB		
Selber fangen!	I	S. 156
Break 18 Lob	II	S. 157
Eisen 6 Lob	II	S. 158
Da kommst du nie drüber!	III	S. 159

DGV-Ballschule Golf



SITUATIONSWISSEN AUFNEHMEN UND VERARBEITEN

Golf-Athletik-Spiel

Golfequipment

Putter, Golfbälle,
Kindergolfbälle

Spielmaterialien / Sportgeräte



Komplexitätsstufe II

Variationen I, II, III

SITUATIONSWISSEN
AUFNEHMEN UND VERARBEITEN

GESCHWINDIGKEITS-/ZEITDRUCK

PUTT

PRÄZISIONSDRUCK –
KOMPLEXITÄT



SPIELIDEE

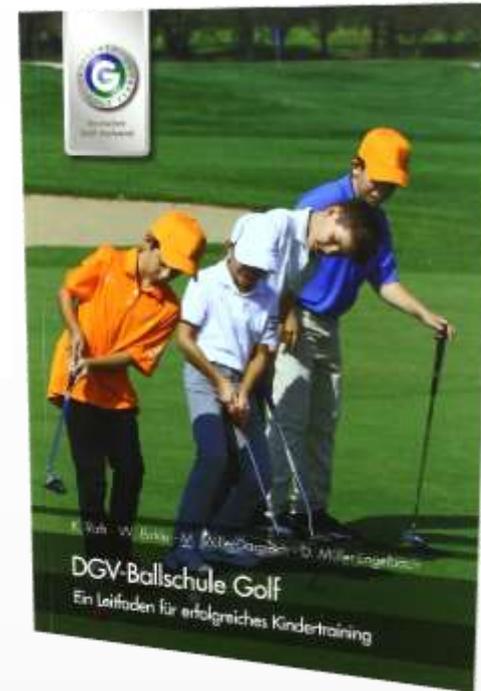
Zwei bis vier Kinder versammeln sich auf dem Putting-Grün. Nach Bekanntgabe der Reihenfolge (Spieler 1, 2, 3...) besteht für die Kinder die Aufgabe darin, einen 20 bis 25 m Putt in einen Korridor (Quadrat aus drei Toursticks) zu spielen. Nachdem das Kind geputtet hat, führt es eine Kniebeuge so aus, dass die kompletten Handflächen das Grün berühren. Danach sprintet es Richtung Korridor. Der Putt ist erfolgreich, wenn das Kind seinen rollenden Ball im Korridor erreicht. Jedes Kind hat fünf Versuche. Wer schafft die meisten Putts?

HINWEISE

- Auf die genaue Ausführung (Qualität Kniebeuge/Handfläche) achten
- Grüngeschwindigkeit (Abstand verändern) feststellen
- Auf ein Übungsgrün ausweichen (Belastung Rasenfläche!)
- Kann auch Indoor (Sporthalle) durchgeführt werden

VARIATIONEN

- Abstände je nach Könnensstufe anpassen (vergrößern = leichter, verkürzen = schwerer) (I, II, III)
- Zwei gegen Zwei im Team (Wer ist zuerst im Korridor?) (III)
- Mit einem Kindergolfball putten (rollt langsamer = leichter) (I)



Kontakt:

Prof. Dr. Klaus Roth
Institut für Sport und Sportwissenschaft
der Universität Heidelberg
Im Neuenheimer Feld 720
69120 Heidelberg
Tel.: 06221/544642/43
Fax: 06221/544346
Email: Klaus.Roth@issw.uni-heidelberg.de

www.ballschule.de

www.visionbewegungskinder.de

<https://www.facebook.com/visionbewegungskinder>



Vision
BewegungsKinder
Vision Bewegungskinder gGmbH



DGV BALLSCHULE GOLF

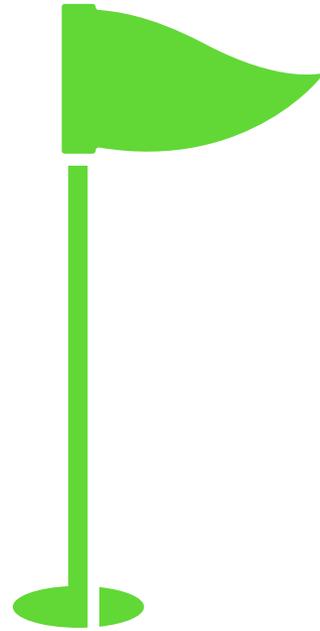
DGV-Jugendgolf-Kongress 2019
Marc Müller-Dargusch





ABSCHLAG SCHULE





Säule A

**Golfspezifisch gerichtete
koordinative Basiskompetenzen**



- **Präzisionsdruck - Ergebnis (Ziel)**
- **Präzisionsdruck - Ausführung (Ablauf)**
- **Komplexitätsdruck (Sukzessiv)**
- **Organisationsdruck (Simultan)**
- **Situationsdruck (Variabilität)**
- **Geschwindigkeits-/Zeitdruck (Ablauf)**
- **Physischer Belastungsdruck**
- **Psychischer Belastungsdruck**

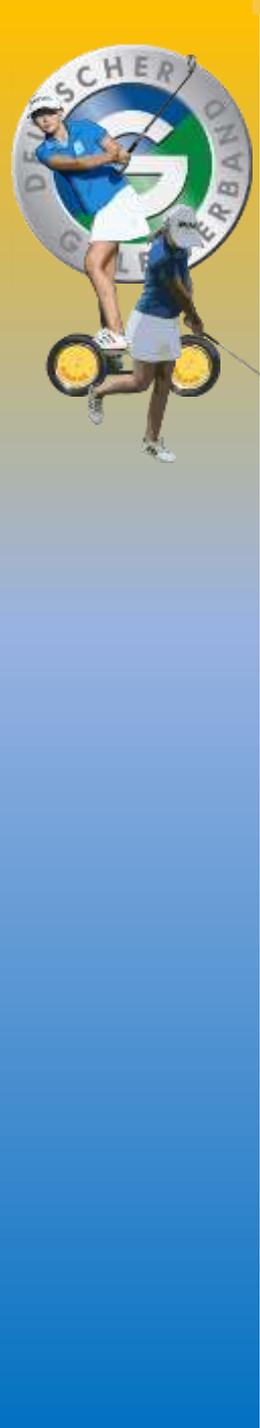


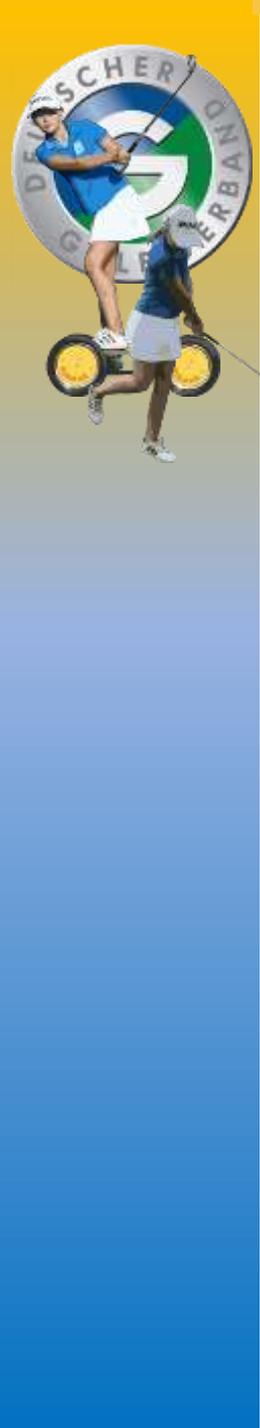
2 Teams — 1 Ball



3 Teams — 2-3 Bälle — 3 Tore



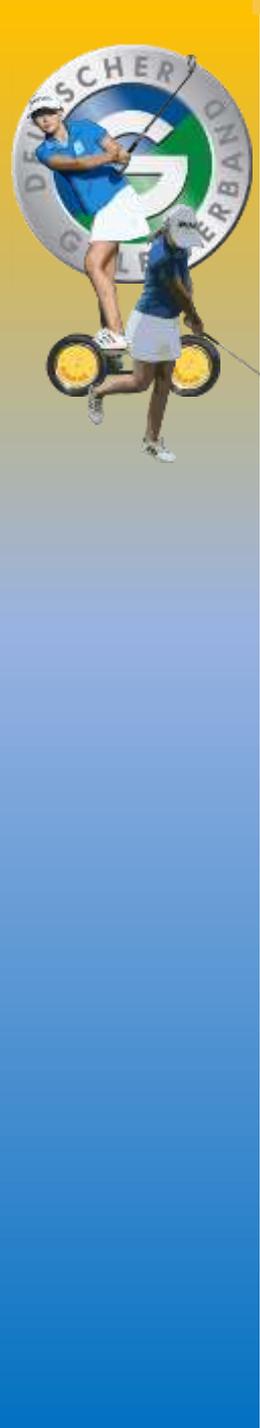






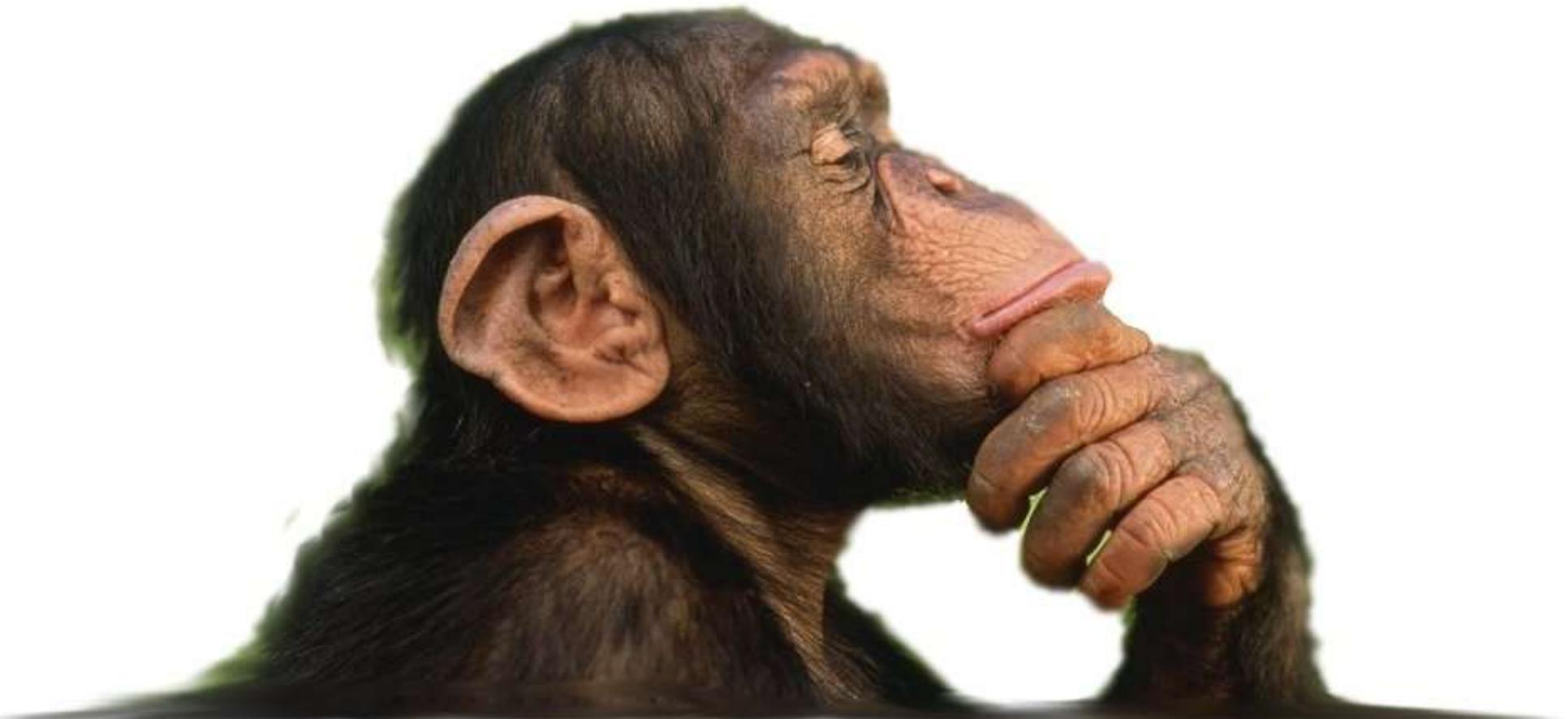
Kompetenztransfer







WARUM ?





DANKE!



DGV-BALLSCHULE GOLF
DGV-Jugendgolf-Kongress Paderborn 2019

DGV-BALLSCHULE GOLF SÄULE B



**DGV-Jugendgolf-
Kongress 2019**
Dr. Wolfgang Birkle



DGV-BALLSCHULE GOLF

DGV-BALLSCHULE GOLF
DGV-Jugendgolf-Kongress Paderborn 2019



Säule B

**Sportspielgerichtete technische
Basiskompetenzen**



Tab. 8: Sportspielgerichtete technische Basiskompetenzen

(Roth, 2015; Müller, 2015)

Technische Basisanforderungen	Definition: Basiskompetenzen (sportspielgerichtet)
SITUATIONSINFORMATIONEN AUFNEHMEN UND VERARBEITEN (EXTERNALER FOKUS)	Technische Basiskompetenz, die das Vermögen beschreibt, relevante Informationen zu den situativen Bedingungen zu sammeln und in die Entscheidungsprozesse einfließen zu lassen.
ABSTÄNDE EINSCHÄTZEN (EXTERNALER FOKUS)	Technische Basiskompetenz, die das Vermögen beschreibt, Distanzen und andere räumliche Parameter präzise einzuschätzen.
BEWEGUNGSINFORMATIONEN AUFNEHMEN UND VERARBEITEN (INTERNALER FOKUS)	Technische Basiskompetenz, die das Vermögen beschreibt, die Aufmerksamkeit bewusst auf Knotenpunkte der eigenen Bewegungsausführung zu lenken.
KÖRPERWINKEL EINSCHÄTZEN UND ANSTEUERN (INTERNALER FOKUS)	Technische Basiskompetenz, die das Vermögen beschreibt, verschiedene Körperstellungen/Amplituden präzise fühlen, halten und einstellen können.
SCHLAGDISTANZEN ANSTEUERN	Technische Basiskompetenz, die das Vermögen beschreibt, Ballflug- und Ballrolllängen präzise festzulegen bzw. zu regulieren
SCHLAGWINKEL ANSTEUERN	Technische Basiskompetenz, die das Vermögen beschreibt, die Schwungbahn, Schlagrichtung u. Flugbahn des Balles präzise festzulegen
TREFFQUALITÄT HERSTELLEN	Technische Basiskompetenz, die das Vermögen beschreibt, den Ball optimal (mittig) und präzise zu treffen.
SCHLAGTECHNIK ANPASSEN	Technische Basiskompetenz, die das Vermögen beschreibt, die Schlagsausführung präzise an die situativen Bedingungen anpassen.



DGV-BALLSCHULE GOLF SÄULE B

Methodische Grundformel



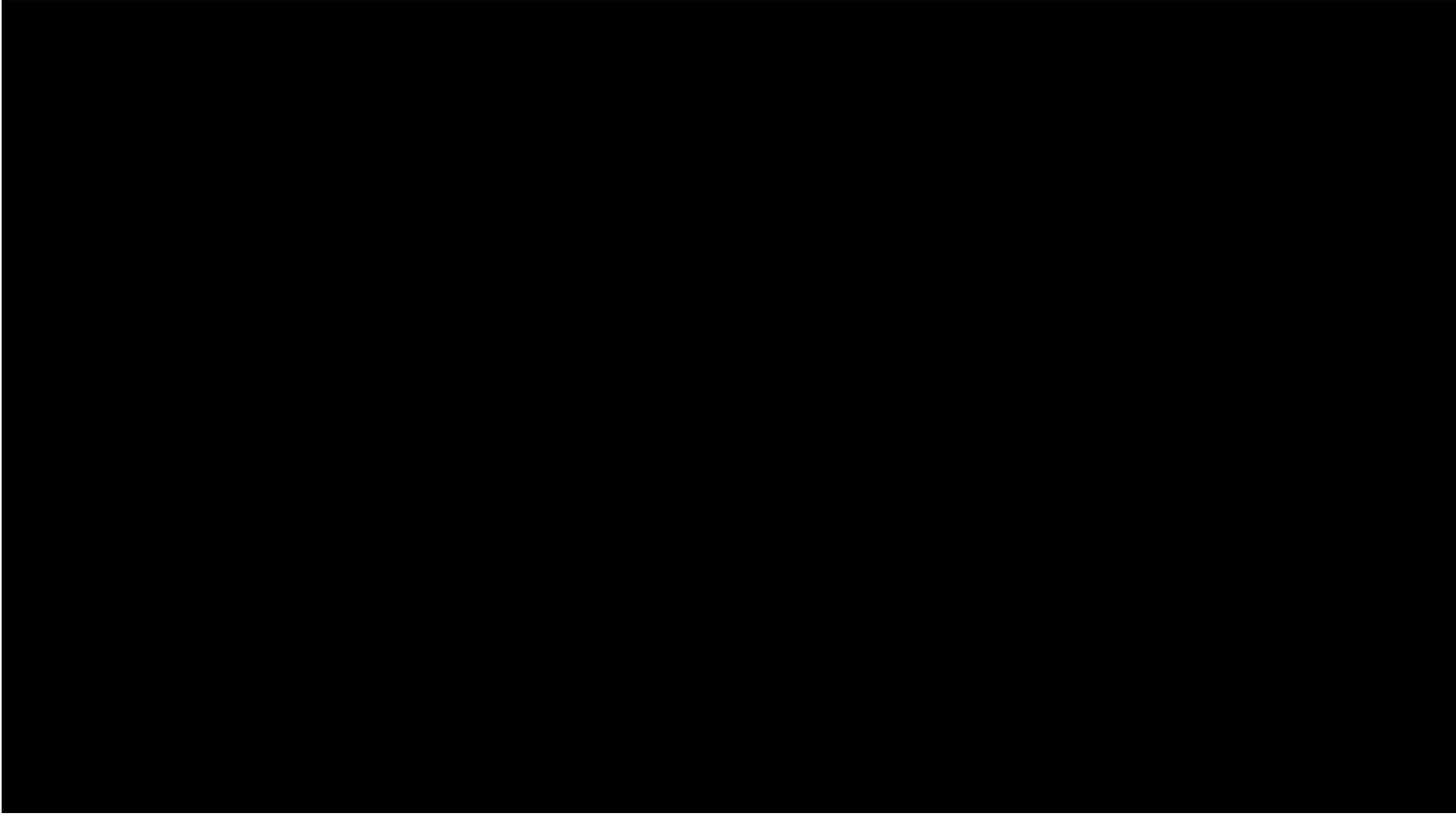
**Schulung der
sportspielgerichteten
technischen
Basiskompetenzen**

= **schwierige Technikbestandteile**
+
**einfache (allgemeine) koordinative
Anforderungen**



DGV-BALLSCHULE GOLF SÄULE B

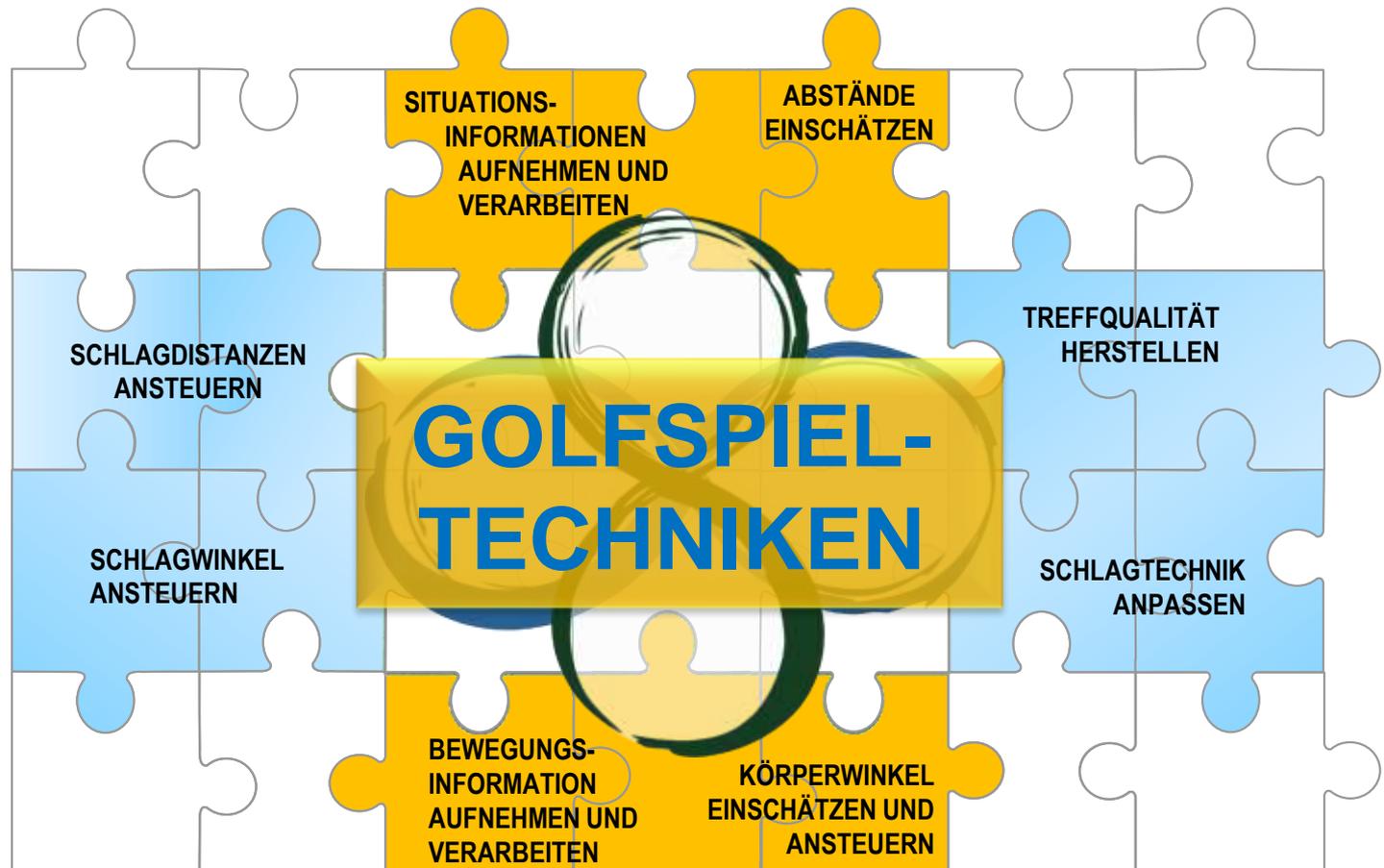
DGV-BALLSCHULE GOLF
DGV-Jugendgolf-Kongress Paderborn 2019





DGV-BALLSCHULE GOLF SÄULE B

DGV-BALLSCHULE GOLF
DGV-Jugendgolf-Kongress Paderborn 2019





DGV-BALLSCHULE GOLF SÄULE B

BALLSCHULE GOLF IN DEN GOLFVEREINEN

- Ballschule Golf als wichtiger und unverzichtbarer Baustein des Golflernens für die jüngeren Jahrgänge im Ganzjahrestraining.
- Abwechslungsreiche und motivierende Spiel- und Übungsformen für alle Übungsbereiche auf der Golfanlage und ebenso sehr gut geeignet für das Indoortraining (Sporthalle).
- Workshop Ballschule Golf für Golfvereine in den verschiedenen Landesgolfverbänden.



MÜNCHENER GOLF CLUB
seit 1910

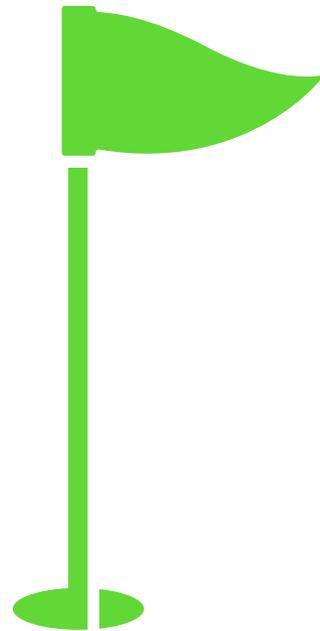


DGV-BALLSCHULE GOLF
DGV-Jugendgolf-Kongress Paderborn 2019

DGV-BALLSCHULE GOLF SÄULE C



**DGV-Jugendgolf-
Kongress 2019**
**Dominik Müller-
Lingelbach**

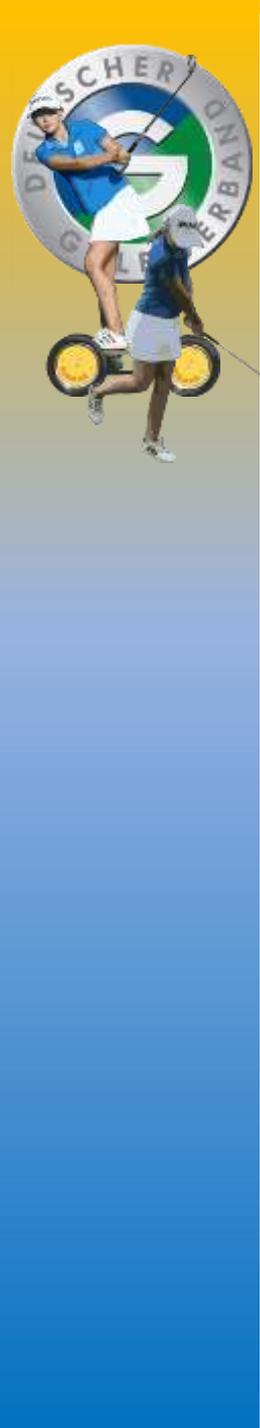


Säule C

**Golfspezifische technische
Basiskompetenzen**



- **Putt**
- **Chip**
- **Pitch/Wedge**
- **Bunker**
- **Lob**
- **Eisen/Hybrid**
- **Fairwayholz**
- **Drive**



Golf ist einfach!









DVD
VIDEO

18
PROGRAMS

**LEARN GOLF
FROM THE PROS!**

FEATURING RENOWNED TEACHER
WALLY ARMSTRONG

WITH: **FRED COUPLES**

DAVIS LOVE III

DONNA WHITE

TOM KITE

GARY McCORD

BILLY CASPER

AND MANY MORE!

**THE ULTIMATE
GOLF LEARNING
EXPERIENCE**



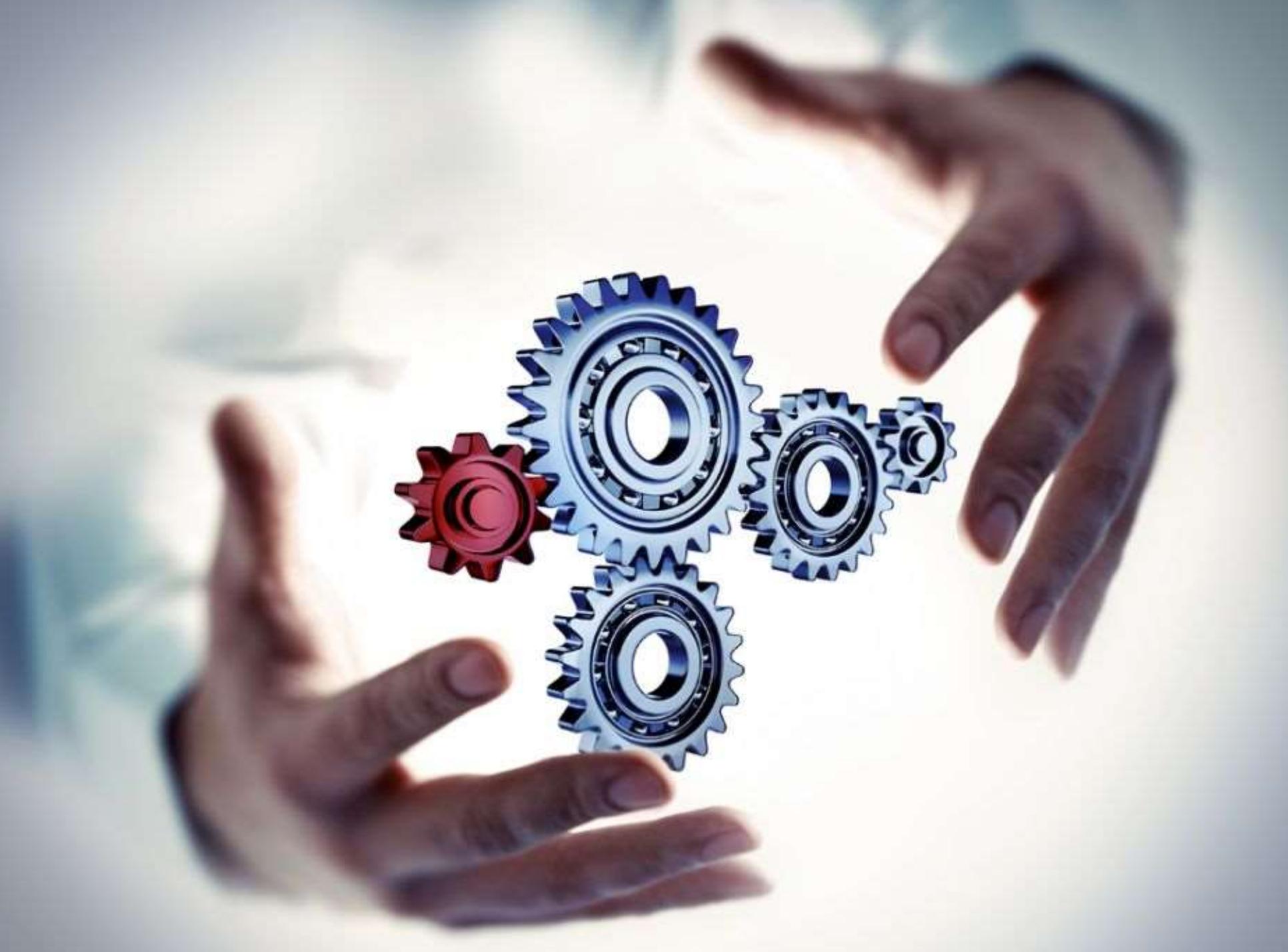






75







K. Roth · W. Birkle · M. Müller-Dargusch · D. Müller-Lingelbach

DGV-Ballschule Golf

Ein Leitfaden für erfolgreiches Kindertraining