

1.  
Bewegen und  
Ausprobieren

2.  
Spielen und  
Üben lernen



# Jugendgolf-Kongress

**golf.SPIELEN: Ball -Bewegung - Begeisterung**  
22. und 23. November 2019 in Paderborn

## Workshop Rahmentrainingskonzeption RTK Entwicklungsstufen 1 + 2

Dr. Wolfgang Birkle | Malte Magerkurth

1.  
Bewegen und  
Ausprobieren

2.  
Spielen und  
Üben lernen



# Jugendgolf-Kongress

**golf.SPIELEN: Ball -Bewegung - Begeisterung**

22. und 23. November 2019 in Paderborn

**Workshop Rahmentrainingskonzeption  
RTK Entwicklungsstufen 1 + 2**

Dr. Wolfgang Birkle | Malte Magerkurth

1.  
Bewegen und  
Ausprobieren

2.  
Spielen und  
Üben lernen



# Jugendgolf-Kongress

## DAS PRINZIP DER EINHEIT VON WETTKAMPF, TRAINING UND FÖRDERUNG



Abb. 1.3: Einheit von Wettkampf, Training und Förderung



# Jugendgolf-Kongress

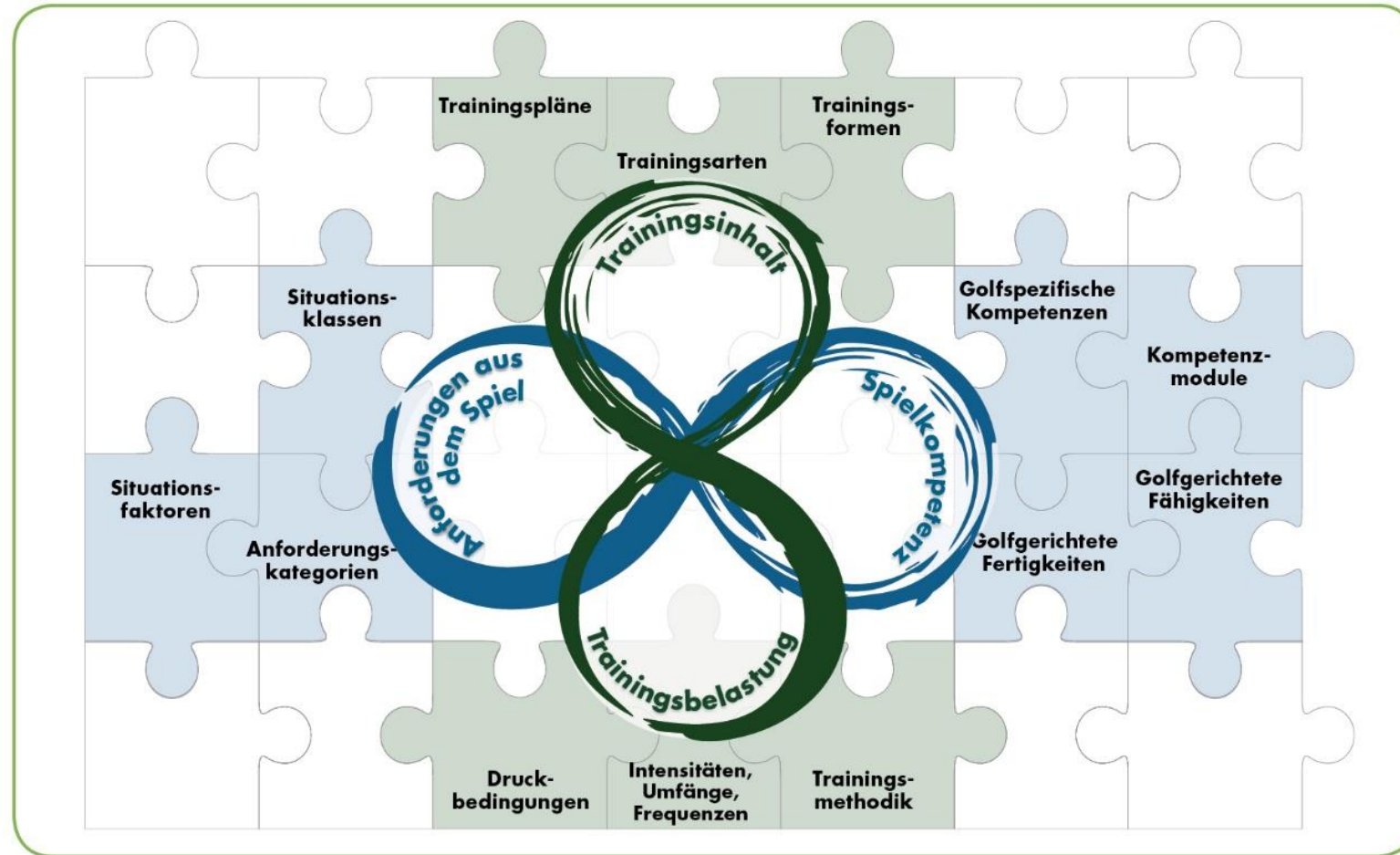


Abb. 4.5: Erweitertes Modell der Leistungssteuerung

1.  
Bewegen und  
Ausprobieren

2.  
Spielen und  
Üben lernen



# Jugendgolf-Kongress

## Bewegen und Ausprobieren

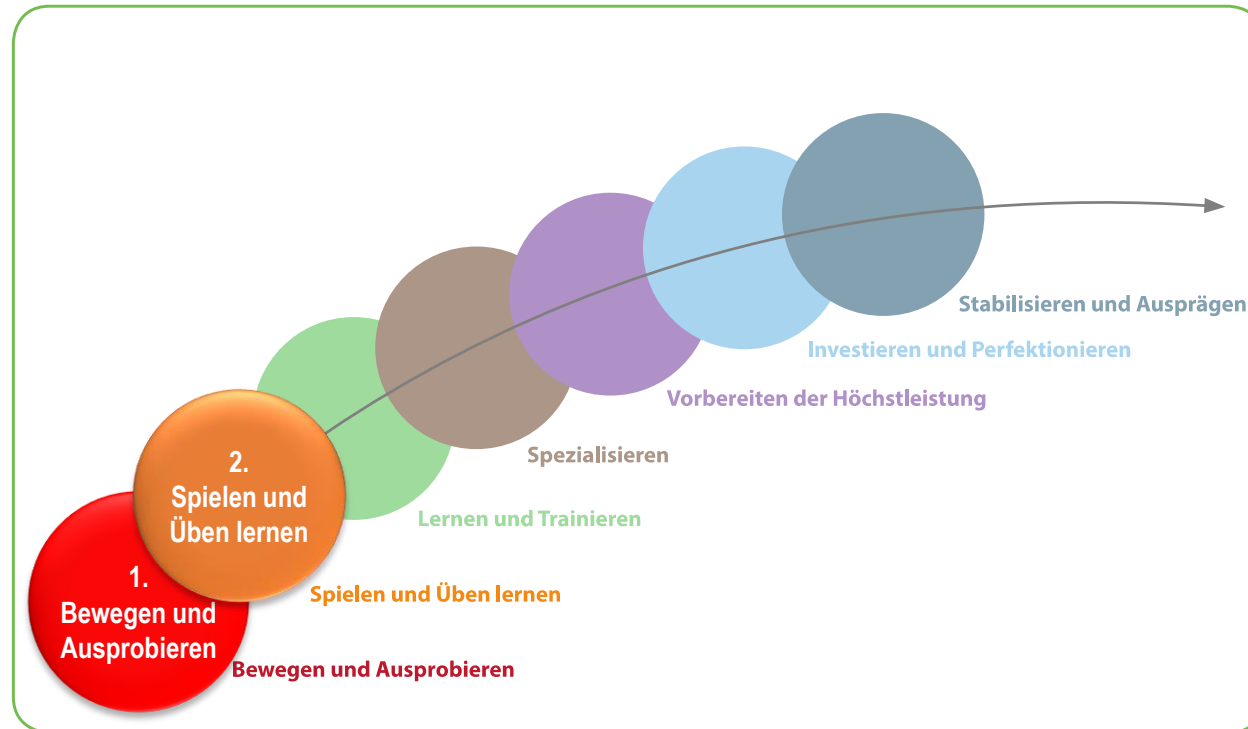


Abb. 7.1: Entwicklungsstufen in der DGV-RTK



# Bewegen und Ausprobieren

## Charakterisierung

- Bereits im sehr jungen Alter werden Kinder im Sportverein betreut (z.B. Bambinis) und machen dort **erste sportliche Erfahrungen**
- **Spaß und Freude am Bewegen** stehen hier im Fokus
- In der GA sollten verschiedene **Bewegungs- und Spielformen** angeboten werden
- Die golfspezifische Ausbildung und die Entwicklung läuft unter dem Motto **Bewegen und Ausprobieren**
- **Quantität steht hier vor Qualität**





# Bewegen und Ausprobieren

## Golftechnik

- Die Golftechnik spielt eine deutlich **untergeordnete Rolle**
- Zuerst müssen die **fundamentalen Bewegungsfertigkeiten** vermittelt werden
- **Laufen, Springen, Balancieren, Rollen, Werfen** etc. bilden die Grundlagen der späteren Golftechnik





# Bewegen und Ausprobieren

## Kondition

- Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit werden **spielend vermittelt**
- **Schnelle Entwicklung, aber auch sehr individuelle Verläufe**
- Spiele mit **hohem Aufforderungscharakter** beeinflussen die Entwicklung der Kinder positiv



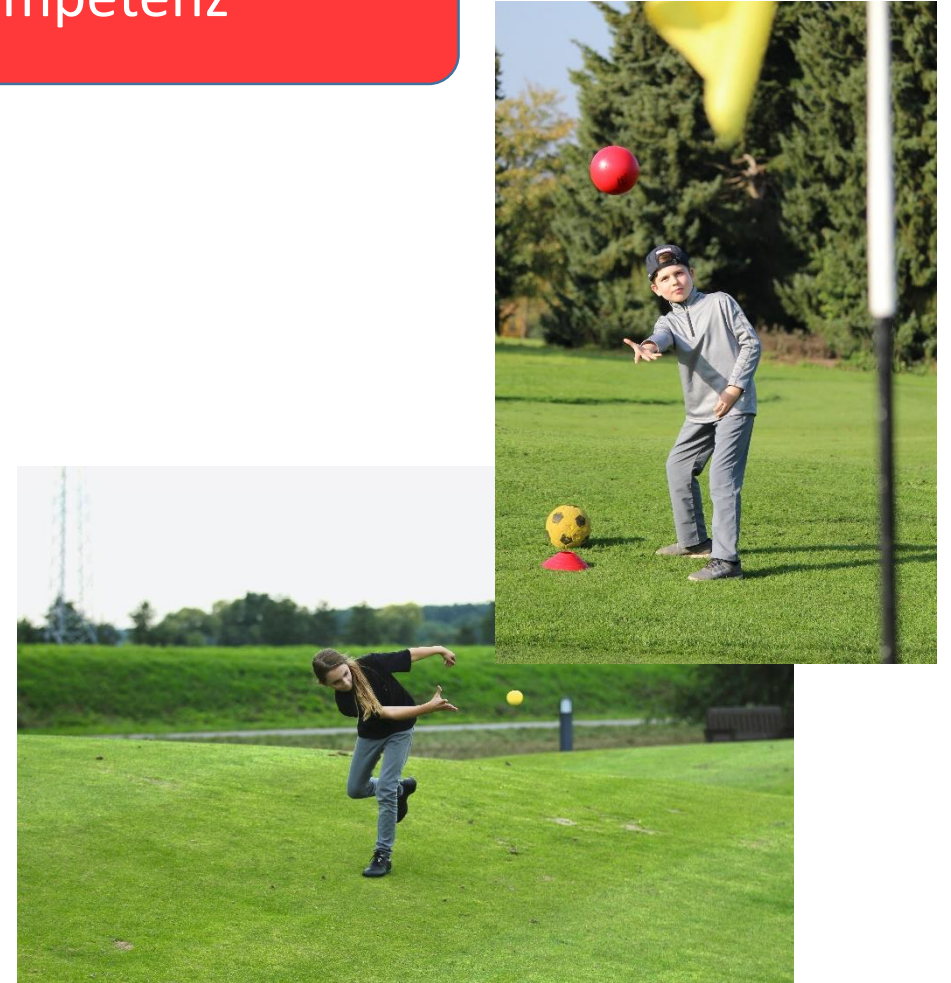




# Bewegen und Ausprobieren

## Psyche & Soziale Kompetenz

- Die große **Fantasie** der Kinder kann genutzt werden um **Übungen abzuwandeln** und zu individualisieren
- **Kindgerechte und Bildhafte Sprache** verwenden
- Kinder **überschätzen ihre Fähigkeiten**, daher Rücksicht bei der Aufgabenwahl
- **Trainer fungieren als starke Vorbilder**





# Bewegen und Ausprobieren

## Leistungssteuerung

- Kinder sollen angeregt werden vielseitige Bewegungsangebote wahrzunehmen
- **Eigene Spielideen** können entwickelt werden
- **Lust am Ausprobieren** stellt die beste Grundlage für eine sportive Zukunft da





## Bewegen und Ausprobieren

### Wettkampfsteuerung

- In diesem Alter sollte noch **kein Wettkampf** stattfinden

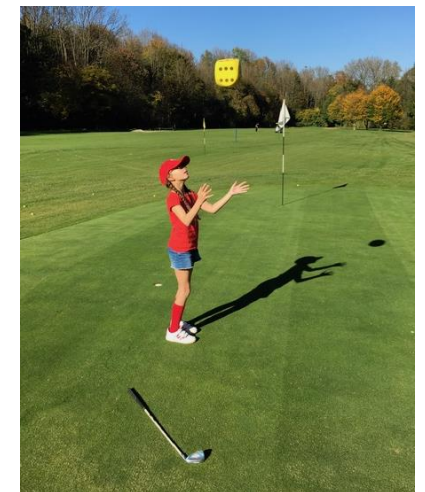




# Spielen und Üben lernen

## Charakterisierung

- Wichtige **Entwicklungsstufe** (zügiges Lernen im GL-Training) zum Erwerb der Fähig- und Fertigkeiten (für den späteren Athleten)
- **Breite GA in mehreren Sportarten** (Vielseitigkeit u. gute Bewegungskoordination)
- Im **Idealfall sehr gute Rahmenbedingungen** (homogene Gruppen u. kooperative Spielformen)





# Spielen und Üben lernen

## Leistungssteuerung

- **Spielen lernen** - erste Erfahrungen mit Antizipation, allgem. Taktikverständnis,, Mitbewerbern, Sieg & Niederlage. – **Sportspielübergreifende Ziele** werden nach und nach in ein **golfgerichtetes Spielverständnis** gelenkt.
- **Üben lernen – Ursache-Wirkungszusammenhänge** und Belastungsnormative **erleben** und **einordnen**, Trainingsreize spüren und differenzieren, Anregungen zum **Selbstmotiv** und **eigenkreativem Training**.





# Spielen und Üben lernen

## Golftechnik

- Im **GL-Training** gilt es, **absolute Basics und Grundkenntnisse** zu vermitteln. Das **vorrangige Ziel** sollte sein, dass auf den **Komponenten aufgebaut** und zu **jeder Zeit zurückgegriffen** werden kann (**Verinnerlichung**). Siehe anhand des Beispiels der **fünf Grundbewegungen** des Schwunges (Rotation, Translation, Elevation, Winkel- und Entwickeln der Handgelenke und Rotation der Unterarme).





# Spielen und Üben lernen

## Wettkampfsteuerung

- **Selten** können Kinder in dieser Altersstufe mit gewinnen und verlieren umgehen. Spielerische Konfrontationen z.B. Matchplay sind fehl am Platz.
- In diesem Alter geht es um **Spaß am Spiel** und die **Förderung von Freund- und Mannschaften** (Teamgeist).
- Im Verlauf der **Wettspiele** müssen die Eltern, **Trainer und Funktionäre außen vor bleiben**. Die „**Good, Better, How Analyse**“ zur **Lenkung und Nachbereitung** als erste **Rückmeldung (RA)** nach einem Wettspiel.





# Spielen und Üben lernen

## Psyche & Soziale Kompetenz

- **Wiederholter Einsatz von Gedächtnisstützen**  
(Aufschreiben von Keywords, Gestalten von Eselsbrücken, Nutzen bildhafte Sprache und Einsatz von Metaphern.)
- Für alle **Übungsinstruktionen** gilt: so klar wie möglich und so kurz wie möglich. („was ist zu tun“).
- **Vormachen und demonstrieren** ist **wirksamer** als erklären und beschreiben.







# Spielen und Üben lernen

## Kondition

- Sammeln von **polysportiven Erfahrungen (Allrounder)** und die ständige **Erweiterung der Bewegungsbibliothek.**
- **Trainingsfenster „Schnelligkeit (golfspezifisch)“**
- **Festigung der motorischen Fertigkeiten** und die ständige **Weiterentwicklung der golfspezifischen Fähigkeiten.**

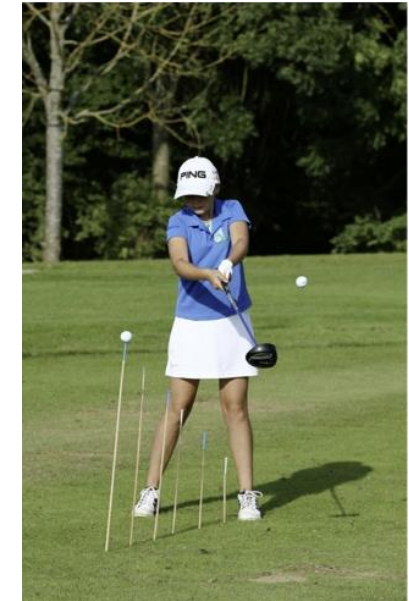




## Spielen und Üben lernen

### Koordination

- Die **extrem hohe Lernfähigkeit** in dieser **Entwicklungsstufe** in ihrer ganzen Breite **ausnutzen**.



# Übergang/Transfer der Entwicklungsstufe 1 zu 2 an Praxisbeispielen im Techniktraining

BEWEGEN UND AUSPROBIEREN

SPIELEN UND ÜBEN LERNEN



1.  
Bewegen und  
Ausprobieren

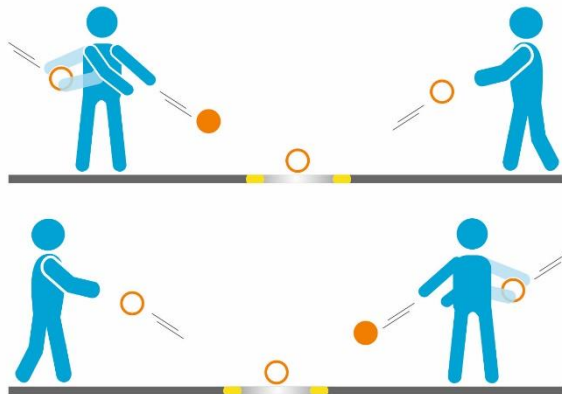
2.  
Spielen und  
Üben lernen



## BEWEGEN UND AUSPROBIEREN



## SPIELEN UND ÜBEN LERNEN



**Nach unten und nach vorne.....!!!**

1.  
Bewegen und  
Ausprobieren

2.  
Spielen und  
Üben lernen



BEWEGEN UND AUSPROBIEREN



SPIELEN UND ÜBEN LERNEN



1.  
Bewegen und  
Ausprobieren

2.  
Spielen und  
Üben lernen



BEWEGEN UND AUSPROBIEREN



SPIELEN UND ÜBEN LERNEN



1.  
Bewegen und  
Ausprobieren

2.  
Spielen und  
Üben lernen



## BEWEGEN UND AUSPROBIEREN

## SPIELEN UND ÜBEN LERNEN



1.  
Bewegen und  
Ausprobieren

2.  
Spielen und  
Üben lernen



# Jugendgolf-Kongress



**Fragen?**