

Zeit	Lernziele	Methodisch gegliederter Inhalt / Übungsbeschreibung	Organisation/Lernhilfen
(ca. 5Min.)	Pünktlichkeit, Bereitschaft für das Training.	Der Trainer begrüßt alle und gibt die Trainingsinhalte bekannt. Der Lehrer führt die Teilnehmerliste.	Golfclub, TN-Liste, Stift
(ca. 10Min.)	Anregung des HKS. Training der Koordinationsfähigkeiten.	<u>Aufwärmspiel: "Käferfußball"</u> Nach Fußballregeln mit kleinen Toren aus Pylonen und ohne Torwart. Feld ist mit Pylonen abgegrenzt. Mit dem Rücken zum Boden wird sich auf "allen Vieren" vorwärts bewegt. Der Ball darf nur mit dem Fuß oder Kopf gespielt werden.	Fußball, Pylonen, Golfplatz
(ca. 55Min.)	Sachkompetenz. Selbstständigkeit. Teamarbeit. Entfernungseinschätzung verbessern. Kenntnisse über eigene Schlagreichweite. Teamarbeit.	<u>Schlagreichweite errechnen:</u> Die Schüler bekommen alle einen Zettel und einen Stift in die Hand. Angehängt befindet sich ein Beispiel dafür, was auf dem Zettel stehen könnte.--> Zu zweit gehen die Schüler zu einer Abschlagmatte auf der Driving-Range. 1. Einschlagen: Die Schüler wechseln sich entsprechend ab. 2. Beginnend mit dem kürzesten Schläger (PW) soll ein Schüler volle Schwünge machen. Der Partner beobachtet den Schlag mit und wie weit der Ball fliegt. Von 8 Schlägen soll dann die ungefähre Weite des kürzesten Schlags und die des längsten Schlags auf dem Zettel des Spielers notiert werden. Als Entfernungseinschätzungen helfen auf der Driving-Range vorhandene Entfernungsmarkierungen. Anschließend ist der Teampartner mit dem PW dran. Danach wird der gleiche Vorgang mit dem Eisen 9 usw... wiederholt. Der Trainer/Lehrer hilft den Schülern dabei die Entfernungen einzuschätzen und unterstützt sie bei Problemen, ob es um die genaue Einschätzung oder um den Schlag/Schwung geht.	Aufgabenzettel, Stifte, Driving-Range, Golfbälle, Schläger
(ca. 10Min.)	Schlaglängen auf Papier haben und kennen. Motivation.	Mit den Zetteln in der Hand versammeln sich die Schüler bei Lehrer und Trainer. Diese geben ihnen nun die Aufgabe kurz zu den einzelnen Schlägern und Längen das "Mittel" der Schläge auszurechnen und zu notieren. Es wird erklärt, dass das Mittel die ungefähre Schlaglänge der Schüler ist, sie aber immer mit dem besten Schlag rechnen sollen.	
(ca. 10Min.)	Cool-Down, Spaß, Spielregeln einhalten, Teamarbeit. Verantwortung. Verlässlichkeit.	<u>Abschlusspiel: "Brennball"</u> Nach Brennballregeln in einem markierten Feld. Schutzfelder sind: Hula-Hoop-Reifen, Pylonen, Bänder etc..... <u>Hausaufgabe:</u> Der Lehrer gibt den Schülern als Aufgabe, den Zettel von dieser Trainings-einheit nächstes Mal wieder mit zu bringen!	Pylonen, Schaumstoffball, Reifen, Bänder, Seile