

Schriftliche Ausarbeitung der B-Trainer-Lehrprobe

Name: Veronica Fischer



Thema Nr. 3 : **Verbessern Sie die Chipfertigkeit unter besonderer Berücksichtigung der Distanzkontrolle**

Zeit	Lernziele	Methodische gegliederter Inhalt/ Übungsbeschreibung	Organisation/ Lernhilfen	Did.-method. Kommentar Fehlerkorrektur
3 min.	Begrüßung Story Line	<p>Begrüßung der Mannschaft und Einführung in das Thema</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zeitpunkt Ende April • Vorbereitung auf das erste Mannschaftswettpiel Anfang Mai • Der Platz (GC Eichenried) auf dem der Wettkampf gespielt wird, zeichnet sich durch sehr große Grüns aus. • Intensive Trainingseinheit zur Distanzkontrolle im 		<p>Der Trainer möchte der TE ein bestimmtes Thema zuweisen und den Schülern zeigen, dass diese TE sinnvoll in deren Trainingsplan integriert ist. Die Schüler fühlen sich somit gut aufgehoben und schenken dem Trainer das notwendige Vertrauen.</p>
8 min.	Anregung HKS	<p><u>Kartenlauf:</u> Vorbereitung: Es werden zwei Farben eines Kartenspiels verdeckt an der einen Seite des Spielfeldes ausgelegt. Die Schüler stehen in 2 Gruppen am anderen Ende des Spielfeldes und erhalten durch Losentscheid eine der 2 Asse. Auf Kommando beginnt das Spiel. Der jeweils Erste der Gruppe läuft auf die gegenüberliegende Spielfeldseite und dreht eine beliebige Karte um. Ist sie von seiner Farbe, darf er sie mitnehmen. Ist die Karte nicht von seiner Farbe, dreht er sie wieder um. Er sprintet zurück zu seiner Gruppe, schlägt per Handschlag ab und der nächste Läufer darf starten. Das wiederholt sich in jeder Gruppe so lange, bis alle Karten einer Farbe gesammelt wurden (2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, Bube, Dame, König und Ass). Sieger ist die Mannschaft, welche zuerst alle Karten ihrer Farbe komplett hat. Der Schwierigkeitsgrad kann angepasst werden, in dem alle Karten nach einander gesucht werden müssen, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, Bube, Dame, König und Ass.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kartenspiel • Hütchen zum markieren des Spielfeldes 	<p>Lehrer achtet auf Einhaltung der Spielregeln. Trainer beobachtet des weiteren ob ein taktisches Verhalten der Jugendlichen vorhanden ist.</p>

Schriftliche Ausarbeitung der B-Trainer-Lehrprobe

Name: Veronica Fischer



Thema Nr. 3 : **Verbessern Sie die Chipfertigkeit unter besonderer Berücksichtigung der Distanzkontrolle**



Zeit	Lernziele	Methodische gegliederter Inhalt/ Übungsbeschreibung	Organisation/ Lernhilfen	Did.-method. Kommentar Fehlerkorrektur
1 min.	Erholung	Kurze Trinkpause		

Schriftliche Ausarbeitung der B-Trainer-Lehrprobe

Name: Veronica Fischer



Thema Nr. 3 : **Verbessern Sie die Chipfertigkeit unter besonderer Berücksichtigung der Distanzkontrolle**


Zeit	Lernziele	Methodische gegliederter Inhalt/ Übungsbeschreibung	Organisation/ Lernhilfen	Did.-method. Kommentar Fehlerkorrektur
8 min.	Aktivierungsprogramm	<p><u>Übung 1:</u> Die Ausgangsstellung ist eine aufrechte Körperhaltung. Ein Schläger wird mit beiden Händen von unten gegriffen und locker hängen gelassen. Nun beugt sich der Oberkörper nach vorne und beide Arme strecken sich nach oben, bis sie eine Verlängerung des Oberkörpers bilden. Die Knie gehen dabei leicht in die Beuge. Anschließend kehrt man in die Ausgangsstellung zurück.</p> <p><u>Übung 2:</u> Hier ist die Ausgangsstellung eine leichte Schrittstellung, bei der der vordere Fuß auf der Hacke steht. Der Oberkörper ist so weit vorgebeugt, dass der von unten gegriffene Golfschläger an die Knie angelegt werden kann. Jetzt wird das Körpergewicht auf den vorderen Fuß verlagert, der dabei auf den Boden abrollt. Zusätzlich werden die Arme und der Oberkörper nach vorne oben gestreckt, bis die Arme wiederum eine Verlängerung des Oberkörpers bilden. Der hintere Fuß bleibt die ganze Zeit am Boden. Man wechselt zwischen dieser Haltung und der Ausgangsstellung.</p>	<p>Übung 1:</p>  <p>Übung 2:</p> 	<p>Der Lehrer achtet auf die richtige Ausführung und Haltung, z.B. bei Übung 1 ist es sehr wichtig auf einen geraden Rücken in der Oberkörperbeugung zu achten.</p> <p>Die Übungen werden vom Lehrer einmal vorgemacht um sicher zu gehen, dass die Übung richtig verstanden wurde.</p>

Schriftliche Ausarbeitung der B-Trainer-Lehrprobe

Name: Veronica Fischer



Thema Nr. 3 : **Verbessern Sie die Chipfertigkeit unter besonderer Berücksichtigung der Distanzkontrolle**

Zeit	Lernziele	Methodische gegliederter Inhalt/ Übungsbeschreibung	Organisation/ Lernhilfen	Did.-method. Kommentar Fehlerkorrektur
		<p><u>Übung 3:</u> Wieder wird der Schläger von unten gegriffen und die Arme werden senkrecht über den Kopf ausgestreckt. Das rechte Bein wird vor das linke gekreuzt. Aus dieser Haltung wird der Oberkörper so weit nach links gekippt, bis ein leichtes Ziehen zu spüren ist. Danach kehrt der Oberkörper wieder in die aufrechte Position zurück. Zunächst wird dieses Übung zehnmal wiederholt, bevor das gekreuzte Bein gewechselt und die andere Richtung gedehnt wird.</p>	<p>Übung 3:</p> 	
5 min.	Einschlagen	<p>Spieler schlagen sich auf vorgegebene Ziele ein</p> <ul style="list-style-type: none"> • langer Chip • Chip vom Vorgrün • Chip aus dem Semirough • Standart Chip <p>Alle Übungen sollen immer mit der vollen Routine ausgeführt werden!!!</p> <p>Bälle werden für jede Übung gedropt!!!</p>	Hütchen zum markieren der Stationen	<p>Trainer beobachtet die Schüler und macht sich Notizen, z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlägerwahl • Bewegungsumfang • Bewegungsrythmus • Bewegungsintensität • ETW • Routine

Schriftliche Ausarbeitung der B-Trainer-Lehrprobe

Name: Veronica Fischer



Thema Nr. 3 : **Verbessern Sie die Chipfertigkeit unter besonderer Berücksichtigung der Distanzkontrolle**

Zeit	Lernziele	Methodische gegliederter Inhalt/ Übungsbeschreibung	Organisation/ Lernhilfen	Did.-method. Kommentar Fehlerkorrektur
3 min.	Erklärung Testbogen	Der Testbogen wird erklärt und evtl. auftretende Fragen werden geklärt	Testbogen	Lehrer geht auf Fragen und Verständnisprobleme ein.
20 min.	Ist-Stand-Analyse	<p><u>Station 1 - Flug-Roll-Verhältnis:</u> Es werden drei Chip, aus unterschiedlichen Richtungen auf ein ca. 20 Zielfeld gespielt. Es soll auf dem Testbogen eingezeichnet werden, wo der Ball aufgekomen ist und an welcher stelle der Ball liegen geblieben ist.</p> <p><u>Station 2 - Längenkontrolle:</u> Es werden 5 Bälle in ein Zielfeld, dass ca. 5 - 10 m entfernt ist gechippt. Die Spieler sollen den ersten Chip ans Ende des Feldes spielen und jeden weiteren Chip kürzer als den ersten. Im Testbogen wird eingetragen wie viele Chips hintereinander gespielt wurden ohne den vorherigen zu überholen.</p> <p><u>Station 3 - Schlägerwahl:</u> Es wird in ein Zielfeld gechippt aus einer Entfernung von 10 m, 20m, und 30 m entfernt sind. Im Testbogen soll jeweils eingetragen werden, mit welchem Schläger gespielt wurde und wie weit der Ball entfernt vom Zielfeld liegt.</p> <p><u>Station 4 - Lehrerstation:</u> An der Lehrerstation werden verschiedene Spielsituationen vorgegeben z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chip mit unterschiedlichen Längen, bis zu 30 Meter • Chip von einer Kahlstelle <p>• Alle Übungen sollen immer mit der vollen Routine ausgeführt werden!!! • Bälle werden für jede Übung gedropt!!!</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zielkreise - Freesbie • Hütchen • Ballmarker • Testbogen • Stifte • eigene Bälle • Maßband 	

Schriftliche Ausarbeitung der B-Trainer-Lehrprobe

Name: Veronica Fischer



Thema Nr. 3 : **Verbessern Sie die Chipfertigkeit unter besonderer Berücksichtigung der Distanzkontrolle**

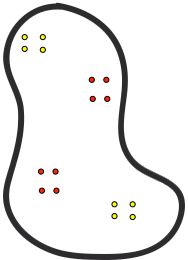
Zeit	Lernziele	Methodische gegliederter Inhalt/ Übungsbeschreibung	Organisation/ Lernhilfen	Did.-method. Kommentar Fehlerkorrektur
5 min.	Auswertung des Test	<p>Die Testbögen der Spieler werden ausgewertet. In der zwischen Zeit Spielen die Schüler ein kleines Shoot Out</p> <p>Shoot Out: Alle spielen gemeinsam ein Loch. Derjenige, der die Aufgabe am schlechtesten erfüllt, erhält 0 Punkte, der Dritte 1 P, der Zweite 2 P , der Dritte 3 P. Es wird immer ein neues Loch ausgewählt. Die Schüler spielen das Spiele, solange bis der Trainer fertig ist.</p>	Testbögen	Trainer wertet die Testbögen aus uns teilt jedem Spieler bereits gedanklich Übungen und Stationen zu.
25 min.	Prognose	<p><u>Falsche Schlägerwahl:</u> Es wird auf einen Zielkreis mit unterschiedlichen Schläger aber der selben Intensität gespielt um herauszufinden, mit welchem Schläger das beste Ergebnis erzielt wird.</p> <p><u>Schlechter Rhythmus:</u> Um den Rhythmus des Spielers zu schulen, kann zur Hilfe ein Metronom benutzt werden.</p> <p><u>Schlechter ETW:</u> Sollte der Spieler einen schlechten ETW haben, wird hinter dem Ball ein Tourstick gelegt, der nicht berührt werden darf.</p> <p><u>Schlechte Differenzierung:</u> Leiter Chippen, es müssen so viel wie mögliche Bälle in einen Korridor gespielt werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Metronom • Tourstick 	

Schriftliche Ausarbeitung der B-Trainer-Lehrprobe

Name: Veronica Fischer



Thema Nr. 3 : **Verbessern Sie die Chipfertigkeit unter besonderer Berücksichtigung der Distanzkontrolle**

Zeit	Lernziele	Methodische gegliederter Inhalt/ Übungsbeschreibung	Organisation/ Lernhilfen	Did.-method. Kommentar Fehlerkorrektur
		<p><u>Bewegungsumfang:</u> Durch differenzielles Lernen soll der Spieler herausfinden welcher Bewegungsumfang am geeignetsten ist, um die Distanz konstant zu kontrollieren. z.B. ganz weit ausholen und am Ball stoppen ganz wenig ausholen und weit durchschwingen. (Schüler soll die Extreme spüren, um so den optimalen Mittelweg, zu finden)</p>		
<p>10 min.</p>	<p>Abschlusspiel</p>	<p><u>Schiffe versenken:</u> Es werden jeweils 2 Team a 2 Spieler gebildet. Jedes der Team bekommt ein Lieboard mit dessen Hilfe ein Rechteck (Schiff) am Grün abgesteckt wird. Es werden pro Team jeweils zwei Rechtecke (Schiffe) abgesteckt. Die Schiffe sollten so platziert werden, dass es für das gegnerische Team schwierig ist, das Rechteck zu treffen, z.B. in eine Hanglage. Das gegnerische Team muss nun versuchen das Rechteck (Schiff) zu treffen. Der Ball muss im Rechteck (Schiff) zum liegen kommen. Es ist für die Spieler frei zu wählen von welcher Stelle der Schlag ausgeführt wird. Es darf nur nicht geputtet und vom Vorgrün gespielt werden. Wenn ein Team ein gegnerisches Schiff getroffen, wird dies mit einem Ballmarker markiert. Gewonnen hat das Team das zu erst beide Schiffe versenkt hat.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • 2 Lieboards • Ballmarker, verschiedene Farben 	<p>Lehrer achtet auf die korrekte Ausführung des Spiels. Es werden eventuell Ratschläge gegeben zur besseren Ausführung.</p>

Schriftliche Ausarbeitung der B-Trainer-Lehrprobe

Name: Veronica Fischer

Thema Nr. 3 : **Verbessern Sie die Chipfertigkeit unter besonderer Berücksichtigung der Distanzkontrolle**

Zeit	Lernziele	Methodische gegliederter Inhalt/ Übungsbeschreibung	Organisation/ Lernhilfen	Did.-method. Kommentar Fehlerkorrektur
2 min.	Resumee, Ausblick und Verabschiedung	<ul style="list-style-type: none">• kurze Wiederholung des Inhalts der Trainingseinheit• jeden Schüler nochmals auf dessen Schwäche und Übung zum Verbessern ansprechen.• Hausaufgaben für die nächste TE erteilen.• Ausblick auf die nächsten TE`s mit Bezug auf zukünftige Wettkämpfe(roter Faden Story Line)• Schüler verabschieden		

Schriftliche Ausarbeitung der B-Trainer-Lehrprobe

Name: Veronica Fischer

Thema Nr. 3 : **Verbessern Sie die Chipfertigkeit unter besonderer Berücksichtigung der Distanzkontrolle**

Zeit	Lernziele	Methodische gegliederter Inhalt/ Übungsbeschreibung	Organisation/ Lernhilfen	Did.-method. Kommentar Fehlerkorrektur

Schriftliche Ausarbeitung der B-Trainer-Lehrprobe

Name: Veronica Fischer

Thema Nr. 3 : **Verbessern Sie die Chipfertigkeit unter besonderer Berücksichtigung der Distanzkontrolle**

Zeit	Lernziele	Methodische gegliederter Inhalt/ Übungsbeschreibung	Organisation/ Lernhilfen	Did.-method. Kommentar Fehlerkorrektur