

Priloznik



mladinska

GOLF

IZKAZNICA



Priročnik je pripravljen z namenom, da bi s pomočjo dejavnosti v okviru mladinske golfske osebne izkaznice podprli seznanitev mladih z golfom. Aktivnost se lahko odvija v klubih, športnih centrih in šolah. Izvajajo ga profesionalni učitelji golfa in drugi ustrezno usposobljeni posamezniki. Pripravili smo ga zato, da bi ponudili različne možnosti predstavitve golfa ter da bi zagotovili stimulacijo učenja, ki temelji na eksperimentalni osnovi, s pomočjo iger in aktivnosti.

Vsebina

IGRE

Izbor iger, ki jih lahko uporablja vaditelj, omogoča, da učenci utrjujejo svoje sposobnosti in se seznanijo s kriteriji mladinske golfske osebne izkaznice na **zabaven** način. Igre so razdeljene na **patanje, čipanje, pič udarce in dolgo igro**.

Patanje

Čipanje in Pič udarci

Dolga igra

VAJE

Izbor vaj, ki jih lahko uporablja vaditelj, pomaga učencem razvijati posebne sposobnosti s pomočjo eksperimentalnega učenja. Učencem je omogočeno utrjevanje sposobnosti in učenju na temelju pridobljenih izkušenj. Poudarek naj bo na izkušnjah igranja in izvajanja, NIKAKOR pa ne na tehničnih sposobnostih.

Vaje so razdeljene na patanje, čipanje, pič udarce in dolgo igro, ki spodbuja pridobitev posebnih sposobnosti - ciljanje, prijem, igralni položaj, postavitve, izvedba in kontrola.

PREDLAGANO PLANIRANJE TEČAJEV

Predlagamo 15 učnih ur: 5 za »puttanje«, 5 za kratko igro, 5 za dolgo igro.

Priročnik poudarja naj učne ure temeljijo na **zabavi in aktivnostih**. Predlagane so najprimernejše igre in vaje. Vaditelj lahko izbere različne učne ure, ki jih izvede v več tednih, da učenci osvojijo kriterije mladinske golfske izkaznice.

primer:

Prvi teden	- učne ure patanja 1
Drugi teden	- učne ure kratke igre 1
Tretji teden	- učne ure kratke igre 3
Četrty teden	- učne ure patanja 3
Peti teden	- učne ure dolge igre 1

Vaditelji naj si s pomočjo tega priročnika sami pripravijo načrt učnih ur.



STRAN

2-12

13-28

29-43

1. igra

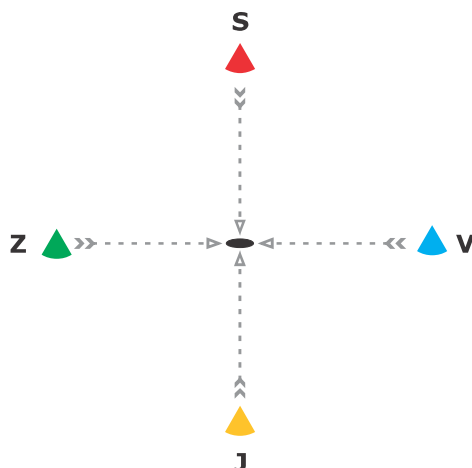
Patanje

Ciljanje

Navigator

Ali lahko patate s smeri severa, juga, vzhoda in zahoda?

- OPREMA** Žogice, paterji.
- POSTAVITEV** Štiri žogice položimo na točke na severu, jugu, vzhodu in zahodu v oddaljenosti približno ene dolžine ročaja od luknje.
- DEJAVNOST** Vsak igralec poskuša vsako žogico po vrsti udariti v luknjo ali z njo zadeti cilj, dokler ni vse udaril v luknjo. Ko je udaril vse štiri žogice v luknjo, jih položi za eno dolžino paterja in eno dolžino ročaja od luknje, in tako dalje. Igralci v skupini lahko začnejo z igro na katerikoli točki in nadaljujejo v smeri urnega kazalca.
- SPREMEMBE** **Lažje:** - Začnemo bližje in dovolimo več zgrešenih poskusov.
Težje: - Igramo na pobočju in če učenec zgreši, se vrnejo na začetek.



2. igra

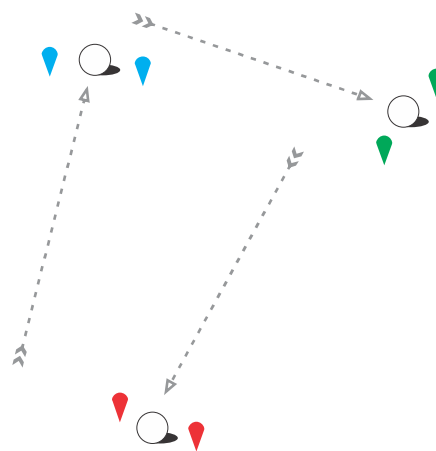
Patanje

Ciljanje

Oster strelec

Koliko zadetkov lahko dosežete?

- OPREMA** Klinčki, žogice, paterji.
- POSTAVITEV** Na zelenico ali na kakšno drugo površino za patanja položimo dva klinčka ali označevalca 6-10 cm narazen. Za moštveno aktivnost položimo po površini za patanje več skupin klinčkov.
- DEJAVNOST** Igralci poskušajo doseči zadetek s kotaljenjem žogice skozi vratca, ki smo jih označili s klinčki ali označevalci »mesto zadetka«.
- SPREMEMBE** **Lažje:** - Igralci se pomaknejo bližje tarči, klinčke postavimo bolj narazen.
Težje: - Igralci se pomaknejo dlje od tarče, vratca so ožja.



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

3. igra

Patanje

Ciljanje

Varuh časa

Odigramo 12 ur golfa v nekaj minutah

OPREMA Klinčki ali stožci, žogice, paterji.

POSTAVITEV Označimo več urnih številčnic s stožci, papirjem ali drugimi ustreznimi označevalci. Cilje (stožci, vrečice, luknje za golf, ipd.) postavimo v sredo vsake številčnice. Skupino razdelimo v moštva in vsako pošljemo na eno številčnico. Moštva se postavijo v vrsto pri točki, ki označuje uro ena. Vsaki skupini damo eno palico in vsakemu igralcu po eno žogico.

DEJAVNOST Prvi igralec pata žogico proti cilju. Če ga zadenejo, se postavijo na številko 2. Če zgrešijo, ostanejo pri številki 1 in se postavijo zadaj v vrsto. Nato pata drugi igralec, nato tretji, in tako naprej. Igralci se ne morejo premakniti naprej po urah, dokler ne zadenejo cilja. Prvi igralec, ki opravi krog do ure 12, zmagaja.

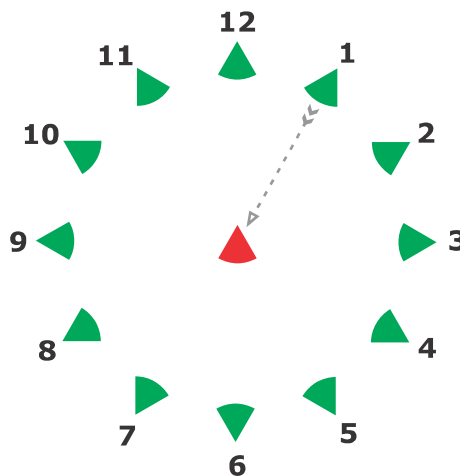
SPREMEMBE

Lažje:

- Zmanjšamo velikost urne številčnice.
- Ko eden od igralcev v ekipi zadane cilj, se vsa ekipa pomakne v krog na drugo uro.
- Zmanjšamo število točk v številčnici in uporabljamo le četrte urne točke.

Težje:

- Povečamo velikost številčnice.
- Postavimo številčnico na neravno tla.
- Če igralci zgrešijo na katerikoli točki, gredo nazaj na začetek.



4. igra

Patanje

Ciljanje

Korak nazaj

Za zmago trikrat zaporedoma zadeti luknjo

OPREMA Žogice, paterji

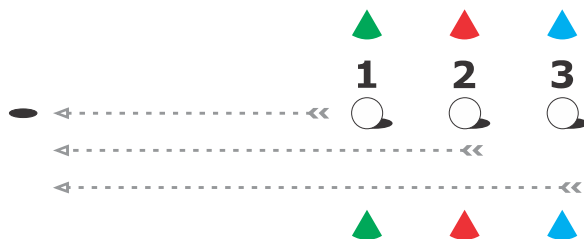
POSTAVITEV Tri žogice položimo na razdalji ene, dveh in treh dolžin paterja od luknje ali cilja. Označevalce za žogice postavimo enega za drugim.

DEJAVNOST Začnemo z žogico, najbližjo luknji/cilju. Igralci poskušajo udariti žogico v luknjo in se prestavijo k naslednji žogici, če so bili uspešni. Zmagovalec je tisti, ki je prvi zaporedoma zadel vse tri luknje. Moštva z dvema ali s tremi igralci se lahko menjavajo pri udarjanju, igralci lahko tudi igrajo posamezno.

SPREMEMBE

Lažje: - Če igralec zgreši, lahko nadaljujejo pri zgrešeni točki in se ne vračajo na prvo.

Težje: - Igrajo iz večje razdalje z več žogicami v vrsti.



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

5. igra

Patanje

Ciljanje

Kazen z izločitvijo

Ali lahko obvladujemo svoj značaj?

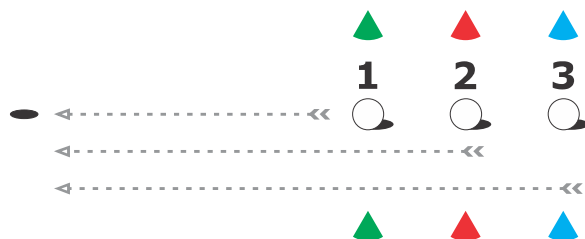
OPREMA Žogice, paterji.

POSTAVITEV Prvega igralca postavimo za dolžino paterja od luknje/cilja.

DEJAVNOST Igralci igrajo na izpadanje, začnejo na oddaljenosti enega puterja od luknje/cilja in izpadejo, če zgrešijo. Ko vsi odigrajo z oddaljenosti enega paterja, se premaknejo nazaj za dve dolžini puterja itd., dokler ne ostane en sam igralec.

Če je potrebno, lahko vajo izvajamo na več luknjah.

SPREMEMBE **Lažje:** - Igralcem damo tri priložnosti.
Težje: - Začnemo dlje od luknje in s putom ciljamo na klinček ali drugi manjši predmet.



6. igra

Patanje

Ciljanje/kontrola

Balinanje

Igra za enostavno obvladovanje daljave pri patanju

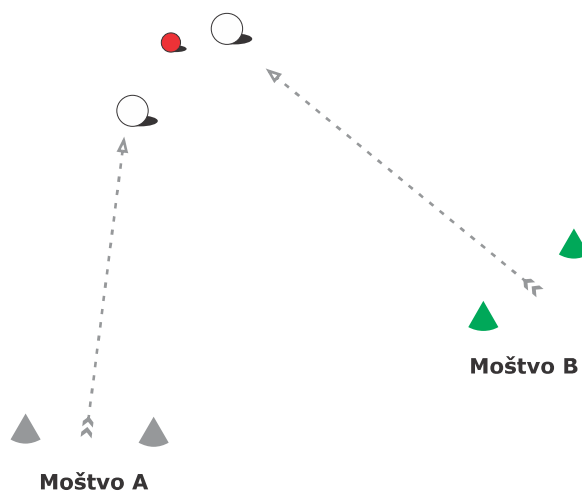
OPREMA Žogice, paterji in ustrezni balinčki

POSTAVITEV Za balinčka uporabljamo svetlo pobarvane žogice ali klinčke. Skupino razdelimo v moštva po štiri. Vsako moštvo potrebuje pater in vsak igralec dobi po eno žogico. Vsako moštvo označi svoje žogice, da se razlikujejo od nasprotnikovih.

DEJAVNOST Igralci znotraj moštva menjaje patajo svoje žogice. Vse žogice, ki so bliže balinčku, prinesejo moštvu točke. Tisto moštvo, ki najprej zbere 21 točk, zmagaja.

SPREMEMBE

Lažje: - Balinčka položimo bliže moštvom.
Težje: - Balinčka položimo dlje vstran, uporabimo ovire in jih postavimo okoli balinčka.
- Igramo na nagnjeni površini, tako da morajo igralci presojudati prelome, linijo in hitrost.



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

7. igra

Patanje

Kontrola

Do roba

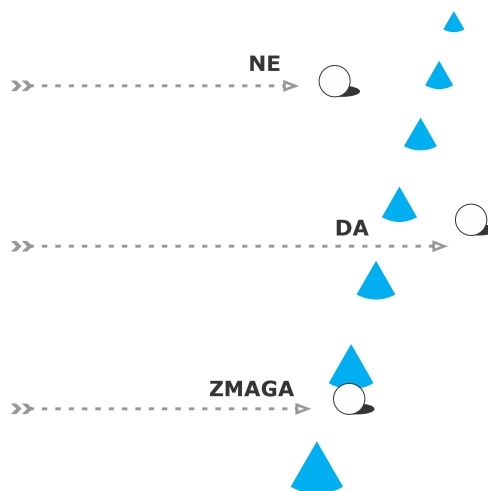
Igra za testiranje sposobnosti presoje daljave

OPREMA Vrvica ali črta, napravljena s kredo, klinčki, žogice in pater.

POSTAVITEV Črto označimo z vrvico/kredo/klinčki ipd. ali pa uporabimo rob zelenice kot ciljno linijo.

DEJAVNOST Igralci patajo žogico čim bližje ciljni liniji, da ne bi pri tem prestopili 'rob stene'. Moštvo ima lahko določeno število žogic, zmagovalec pa je lahko moštvo z največjim številom žogic, ki so najbližje cilju.

SPREMEMBE **Lažje:** - Igralci patajo bližje cilju.
Težje: - Igralci patajo dlje od cilja.
 - Postavimo prepovedana območja in ovire.
 - Določilo kazenske točke za prehode prek roba.



8. igra

Patanje

Kontrola

Lestve

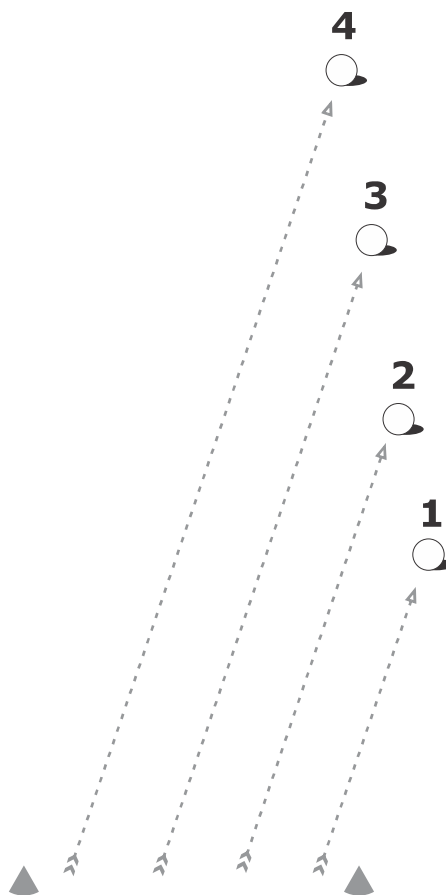
Po eno stopničko naenkrat

OPREMA Žogice, pater.

DEJAVNOST Igralci položijo prvo žogico dva ali tri metre vstran in poskušajo vsako nadaljnjo žogico udariti tako, da se kotali mimo naslednje, dokler niso vse žogice v vrsti. Idealno je, da so vse žogice enako oddaljene ena od druge.

SPREMEMBE

Lažje: - Moštvo pata na zelo kratki razdalji.
 - Uporabimo stožce/klinčke za označitev stopničk.
Težje: - Prvi pat se kotali bolj daleč vstran.
 - S klinčki označimo zaključni prostor.



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

9. igra

Patanje

Kontrola

Slalom

Patanje skozi vrata za prvo mesto

OPREMA Klinčki, žogice, paterji.

POSTAVITEV V ostro zlomljeni liniji po igrišču postavimo vratca. Po zelenici/površini položimo klinčke/označevalce 6 do 10 cm narazen. Klinčki/označevalci so lahko za vsaka vratca drugačne barve.

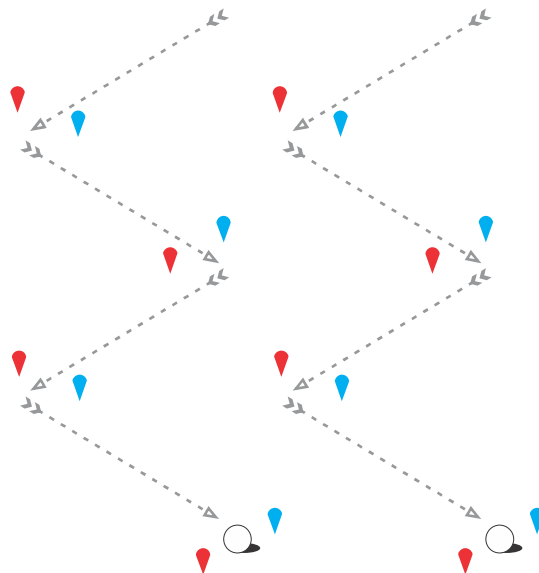
DEJAVNOST Igralci skušajo odigrati igrišče s čim manjšim številom udarcev. Moštva lahko izvajajo udarce izmenoma, moštvo z najmanjšim številom udarcev je zmagovalec.

SPREMEMBE

Lažje: - Širša vratca in manjše število vratc.

Težje: - Oblikujemo 'območja zunaj igrišča out' s kazenskimi udarci, udarci na izpadanje itd.

- Vratca postavimo blizu robov zelenice.



10. igra

Patanje

Kontrola

Kača

Posebne zvijače za patanje.

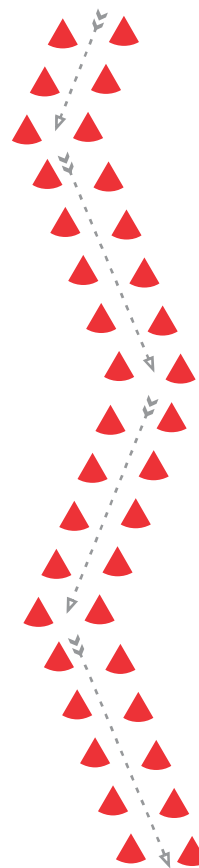
OPREMA Klinčki ali stožci, žogice.

POSTAVITEV Na površini za patanje označimo vijugasto igrišče.

DEJAVNOST Igralci moštva izmenoma poskušajo in patajo žogico po igrišču in si prizadevajo, da se ne dotaknejo stranic kače vse do konca igrišča. Zmaga moštvo, ki je prvo prišlo do konca 'kače'.

SPREMEMBE **Lažje:** - Širša 'kača'.

Težje: - Ožja 'kača'.



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

11. igra

Patanje

Čipanje

Pič udarci

Ciljanje/kontrola

Volovsko oko

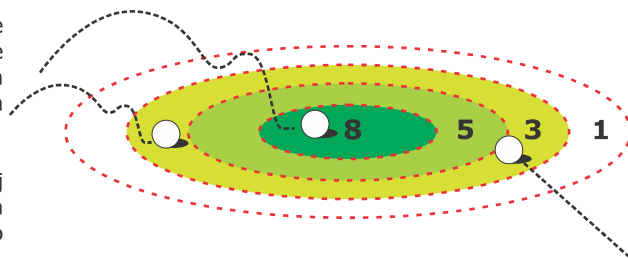
Vadba igranja na cilj

OPREMA Klinčki in stožci, palice za čipanje in pič udarce, žogice.

POSTAVITEV Klinčke ali stožce uporabimo za oblikovanje cilja v obliki volovskega očesa, najprimerneje je na sredi zelenice ali druge odprte površine. Učence razdelimo v moštva in jih enakomerno razporedimo ob isti strani cilja, tako da v glavnem igrajo v isto smer.

DEJAVNOST Igralci patajo, čipajo ali igrajo pič udarce v cilj in dobijo točke glede na zadetke različnih delov cilja. Zmaga moštvo, ki dobi najvišje število točk glede na določeno število udarcev ali v določenem času.

SPREMEMBE **Lažje:** - Moštva so razporejena bližje cilju.
- Volovska očesa so velika.
Težje: - Moštva so razporejena dlje od cilja.
- Velikost cilja zmanjšamo.
- Na cilju ni krogov.



12. igra

Čipanje

Pič udarci

Ciljanje/kontrola

Baliranje II

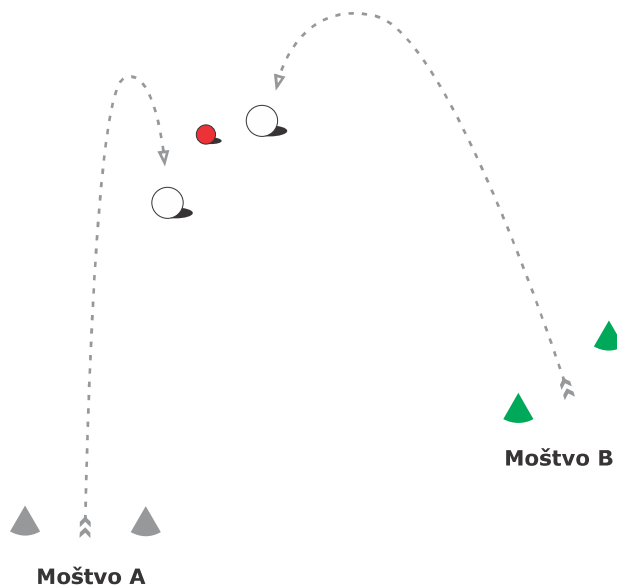
S čipanjem bližamo žogico balinčku

OPREMA Palice za čipanje, žogice, stožci/barvaste žogice, nogometna žoga. To igro lahko igramo na prostem. Z označevalci določimo začetne točke za vsako moštvo.

POSTAVITEV Skupino razdelimo v moštva (po možnosti z enakim številom igralcev). Vsaki skupini damo eno palico. Vsak igralec dobi dve, tri ali štiri žogice (igralci morajo svoje žogice označiti, da jih ločijo od žogic drugih igralcev v skupini). Vsaki skupini damo rumeno žogico/nogometno žogo/stožec, ki ga uporabijo za balinčka.

DEJAVNOST Vodje položijo balinčka na ustrezno oddaljenost od začetne točke. Igralci po vrsti čipajo svoje žogice čim bližje balinčku, dokler ne porabijo vseh. Igralec, katerega žogica je najbližja balinčku, dobi točko za vsako žogico, ki je bližja v primerjavi z nasprotnikovo. Igralec z največjim številom točk, doseženih v določenem času ali številom dobljenih žogic, zmaga.

SPREMEMBE **Lažje:** - Moštvo se premakne bližje balinčku.
Težje: - Povečamo razdaljo do cilja.
- Uporabimo nagnjeno območje.
- Vključimo 'ovire' in "out".



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

13. igra

Čipanje

Pič udarci

Ciljanje/kontrola

'Potovanje na otok'

OPREMA Obroči, stožci, palice za čipanje in pič udarce.

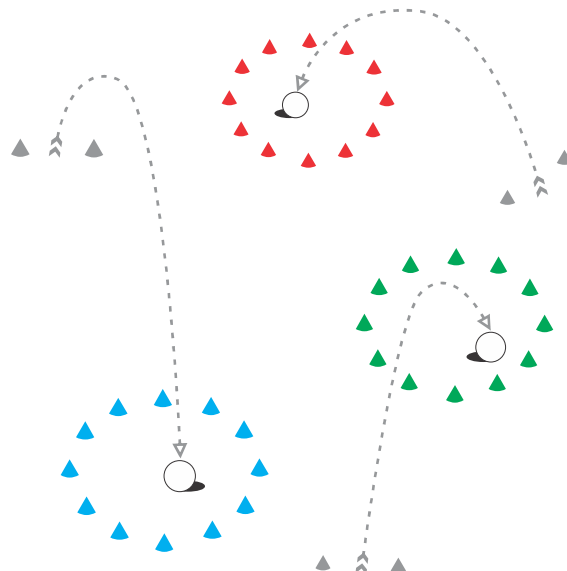
POSTAVITEV Z obroči ali stožci na zelenici napravimo nekaj otokov. Igralce razdelimo v moštva.

DEJAVNOST Prvi igralec v vsakem moštvu poskuša "čipniti žogico z udarjališča na otok.

Če mu to uspe, se celotno moštvo premakne na ta otok in naslednji igralec v moštvu nato poskuša čipniti žogico na naslednji otok.

Če ga igralec zgreši, potem to poskuša storiti naslednji igralec, dokler eden od članov moštva ne uspe.

SPREMEMBE **Lažje:** - Otoki so bližje skupaj.
Težje: - Otoki so bolj narazen.
- Postavimo ovire, kot so: bunkerji, voda.



14. igra

Čipanje

Pič udarci

Ciljanje/kontrola

Srečen pristanek

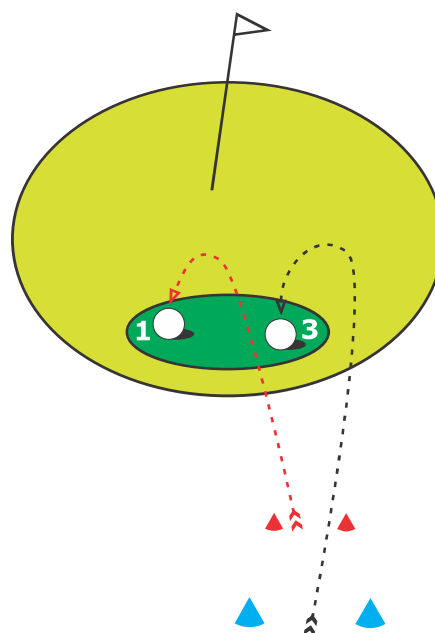
OPREMA Obroči, stožci ali vrvi, palice za čipanje, žogice.

POSTAVITEV Moštva poravnamo ob vrsti označevalcev/klinčkov. Na koncu vsake vrste položimo obroč. Na različne razdalje vstran od obročev položimo stožce ali klinčke.

DEJAVNOST Prvi igralec v vsakem moštvu poskuša čipniti žogico z udarjališča v obroč (pristanek). Če je uspešen, naslednji igralec moštva poskuša isto z naslednjega udarjališča, in tako naprej, dokler moštvo ne konča te igre z vseh udarjališč. Če je poskus neuspešen, se mora naslednji igralec postaviti nazaj na začetek.

SPREMEMBE **Lažje:** - Večje pristajalne točke, manj udarjališč.

Težje: - Manjše pristajalne točke, več udarjališč.
- Moštvo gre nazaj na začetek pristajalne točke, če zgreši.



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

15. igra

Čipanje

Pič udarci

Kontrola

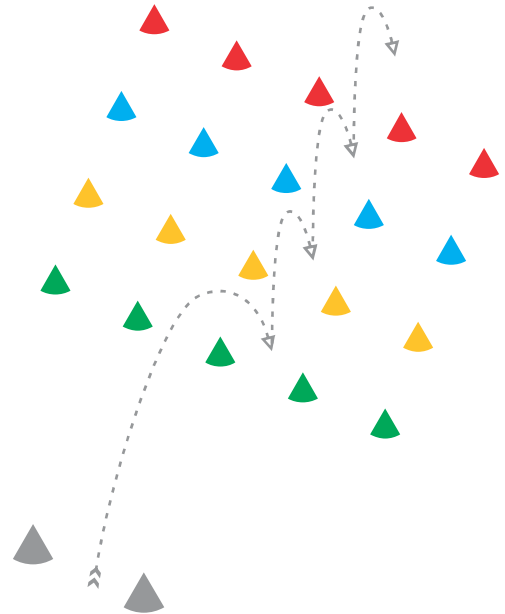
Preskok ovir

OPREMA Stožci, palice za čipanje in pič udarce, žogice.

POSTAVITEV S stožci postavimo nekaj 'ovir za preskoke'. Uporabimo stožec za označitev začetka igrišča, označimo varno območje za neigralce in učence razdelimo v moštva. Moštva postavimo v vrsto na začetni točki. Prvim igralcem damo palico in žogico.

DEJAVNOST Igralci poskušajo po vrstnem redu preskočiti 'ovire', preskočiti morajo vsako ograjo in pristati preden napadejo naslednjo. Ko vsi igralci preskočijo vse 'ovire', se moštvo usede.
Prvo moštvo, ki se usede, je zmagalo.

SPREMEMBE **Lažje:** - Zmanjšamo število ovir.
- Povečamo razdaljo med ovirami.
Težje: - Povečamo število 'ovir'.
- Zmanjšamo razdaljo med 'ovirami'.
- Igralci, ki zadenejo 'oviro' in je ne uspejo preskočiti, gredo nazaj na začetek.



16. igra

Pič udarci

Kontrola

Mehak pristanek

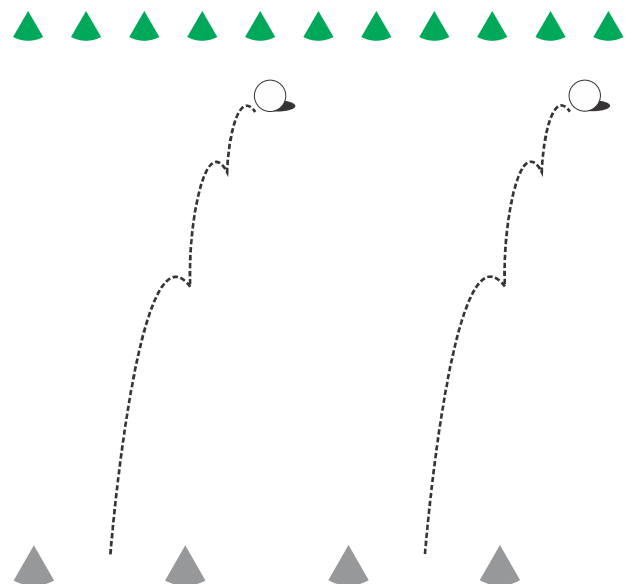
Ali lahko kontroliramo kotaljenje?

OPREMA Klinčki, palice za pič udarce, žogice.

POSTAVITEV Linijo na območju pristanka žogic označimo z vrvico, klinčki, označevalci, stožci, itd. Označimo območje za udarjanje.

DEJAVNOST Igralci poskušajo po vrsti udariti žogico, da bi se ustavila čim bližje liniji. Nagrada je pet, tri ali ena točka za najboljše tri udarce.

SPREMEMBE **Lažje:** - Otroci naj najprej mečejo žogico in nato nadaljujejo s kratkimi udarci.
- Zmanjšamo razdaljo do tarče.
Težje: - Povečamo razdaljo do tarče.
- Pič udarci prek bunkerja ali druge ovire.



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

17. igra

Pič udarci

Dolga igra

Kontrola

Čez reko

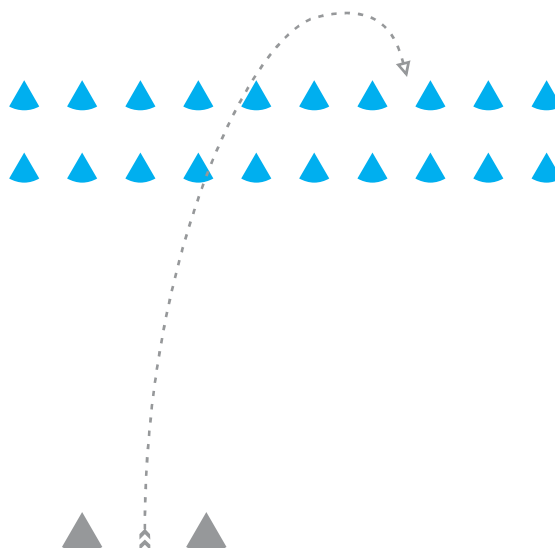
Igra, pri kateri ne želimo napraviti pljuska!

OPREMA Modri stožci, palice za čipanje ali pič udarce, žogice.

POSTAVITEV Postavimo dve vrsti modrih stožcev, da oblikujemo 'reko', oddaljeno približno 20 do 23 metrov od udarjališča. Moštva postavimo za udarjališči.

DEJAVNOST Moštveni igralci po vrsti udarjajo žogico čez reko. Celotno moštvo potrebuje najmanj deset žogic, ki zaporedoma pristanejo na drugi strani reke. Če žogica pristane v reki, moštvo začne znova.

SPREMEMBE **Lažje:** - Moštva stojijo blizu reke.
- Manjše število žogic za uspeh.
Težje: - Moštva stojijo dlje v stran od reke.
- Višje število žogic, udarjenih prek reke.



18. igra

Dolga igra

Ciljanje

Čistina

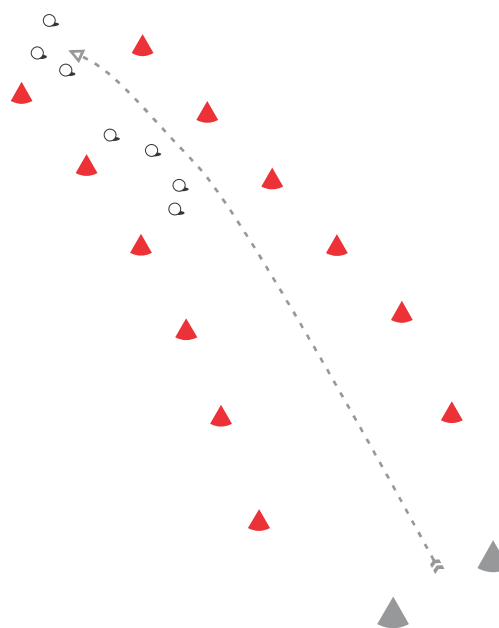
Kdo udari najbolj naravnost?

OPREMA Stožci, žogice, palice.

POSTAVITEV Na vadbeni površini s stožci označimo 'čistino'. Za 'čistino' označimo udarjališče.

DEJAVNOST Moštveni igralci po vrsti poskušajo z območja udarjališča udarjati svoje žogice na 'čistino'. Zmaga moštvo z največ žogicami na 'čistini'.

SPREMEMBE **Lažje:** - Širše 'čistine'.
Težje: - Ožje 'čistine', območja zunaj igrišča "out" in ovire (npr. voda).



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

19. igra

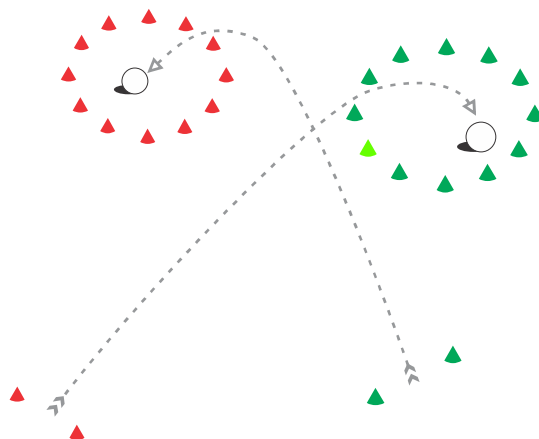
Dolga igra

Ciljanje/kontrola

Napadanje zelenice

Kako natančni smo lahko?

- OPREMA** Stožci, palice, žogice.
- POSTAVITEV** Na vadbeni površini s stožci označimo več baz. Označimo udarjališče.
- DEJAVNOST** Moštvo po vrsti poskuša 'bombardirati' nasprotnikove zelenice s pristajanjem žogic v označenem območju. Prvo moštvo, ki doseže deset točk, zmagaja.
- SPREMEMBE** **Lažje:** - Večje zelenice.
Težje: - Manjše zelenice in bolj oddaljene.



20. igra

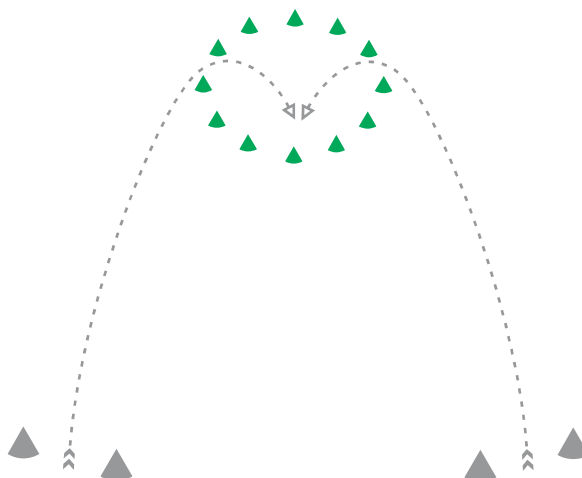
Dolga igra

Ciljanje/kontrola

Žogice v krogu

Preizkus natančnosti

- OPREMA** Stožci, žogice, palice.
- POSTAVITEV** Na vadbenem območju s stožci ali drugimi označevalci označimo krog. Za vsako moštvo označimo udarjališče in varno območje za neigralce.
- DEJAVNOST** Vsak igralec poskuša igrati tako, da bi žogice pristale v krogu, za kar pridobi točke za svoje moštvo. Moštva udarjajo izmenoma, vsak član udarja dvakrat. Moštvo z največ točkami je zmagovalec.
- SPREMEMBE** **Lažje:** - Povečamo velikost krogov ali pa jih označimo bolj skupaj.
Težje: - Zmanjšamo obseg krogov ali pa jih premaknemo bolj narazen.
- Za zaustavljene žogice v krogu nasprotnega moštva damo bonus točke.
- V sredino vsakega kroga položimo stožec ali obroč ter podelimo bonus točke za zadetek stožca.



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

21. igra

Dolga igra

Ciljanje/kontrola

'Tiger in Monty'

Izkaži se v borbi najboljših

OPREMA Stožci, črke, palice, žogice.

POSTAVITEV Dve moštvi, eno se imenuje na primer Tiger, drugo pa Monty, postavimo za udarjališči. Označimo varna območja za neigralce. Stožce postavimo približno 25 m ali 55 m od udarjališča.

DEJAVNOST Vsak igralec menjaje poskuša udariti žogico čez ciljno linijo, za vsak uspešen poskus dobi eno črko iz imena svojega moštva, na primer T. Zmagovalec je moštvo, ki prvo zbere vseh pet črk imena svojega moštva.

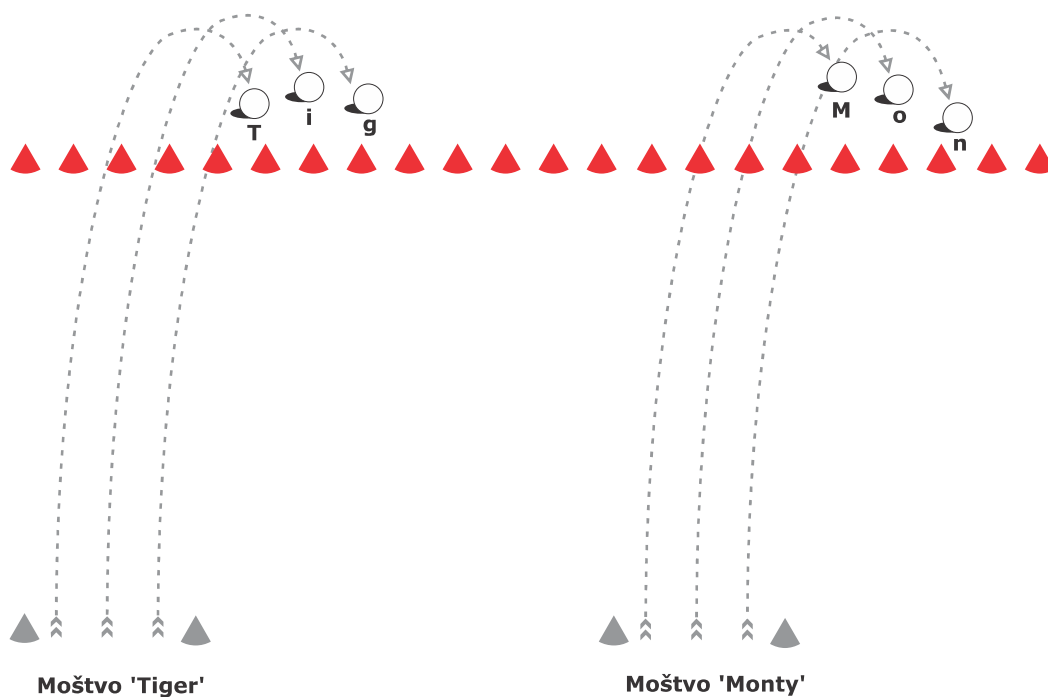
SPREMEMBE **Lažje:** - Moštva so bližje cilji liniji.
Težje: - Moštva so bolj oddaljena od ciljne linije, dodamo cilje vzdolž linije.



Monty - Colin Montgomerie



Tiger - Tiger Woods



Preden začnemo:
Ne pozabimo označiti varnostnih območij za neigralce.

P1 'Poravnajmo ime'

Sposobnost: patanje

Kategorija: ciljanje

Pridobitev pravilnega ciljanja lica palice.

Učenci naj uporabijo ime izdelovalca, natisnjenega na žogici, kot puščico ali linijo, s katero žogico poravnajo v smer, v kateri jo nameravajo udariti, pater pa usmerijo pravokotno na to linijo. Za učence je lahko tudi koristno, da s črnim markirnim svinčnikom poudarijo linijo.



P2 'Črta s kredo'

Sposobnost: patanje

Kategorija: ciljanje

Pravilno usmerjanje lica paterja in zaznavanja ciljne linije.

S kredo začrtana linija ali linija, narejena iz klinčkov, v smeri luknje/cilja omogoča učencu opazovati pot udarca in položaja lica paterja ob koncu udarca, da lahko kontrolira smer.



P3 'Sledi'

Sposobnost: patanje

Kategorija: ciljanje/ akcija

Pravilna poravnava telesa in poti gibanja palice.

Na vsako stran žogice položimo vzporedno s ciljno linijo po eno palico, učenci naj preverijo ali je linija njihovega telesa vzporedna s temi linijami in potjo udarca.



P4 'Klinček na licu'

Sposobnost: patanje

Kategorija: ciljanje

Pravokotno držanje lica palice skozi celoten udarec.

Uporabimo plastelin ali kaj podobnega, da z njim pritrdimo golfski klinček blizu sredine lica glave paterja. Učenec naj med zamahom paterja nad držanjem palice (ali po drugače narejeni liniji) opazuje položaj lica palice skozi celoten udarec.



P5 'Ploskniti in držati'

Sposobnost: patanje

Kategorija: prijem

Obvladovanje rutine pravilnega prijema in tehnike za patanje.

Učenci začenjajo z držanjem rok na obeh straneh držaja in nato tlesknejo z dlanmi, obrnjenimi ena proti drugi, po ročaju. Z roko, ki je najdlje vstran od cilja, podrsajo navzdol, zaprejo prste, palca sta obrnjen navzdol po sredi držaja. Pri tem morajo paziti, da so roke pri miru in tesno skupaj.



P6 'En korak, dva koraka'

Sposobnost: patanje

Kategorija: prijem

Osvajanje pravilnega stojišča in položaja žogice pri patanju.

Učenci začnejo vajo tako, da stojijo z nogami skupaj in usmerjenimi proti žogici. Nogo, najbližjo cilju, pomaknejo za eno dolžino glave palice proti cilju. Nogo, ki je bolj oddaljena od cilja, premaknejo za dve glavi palice vstran od cilja.



P7 'Spuščen pogled'

Sposobnost: patanje

Kategorija: drža

Pravilna drža za patanje in dobra poravnava pogleda.

Učenec se postavi v položaj, pripravljen za udarec žogice. Vzamemo žogico in jo položimo med oči. Ko jo spustimo, naj le-ta pristane blizu igralčeve žogice. S tem pokažemo, ali so oči neposredno nad linijo žogice.



P8 'Nadlakti in ramena'

Sposobnost: patanje

Kategorija: izvedba

Pridobitev občutka za pravilen pat udarec.

Učenci začnejo s ploskom dlani in udarcem z uporabo nadlakti in ramen. Spodnji del telesa naj ostane pri miru. To daje učencu občutek, da uporablja nadlakti in ramena za kontroliranje udarca namesto spodnjega dela rok in zapestij.



P9 'Iskalec poti'

Sposobnost: patanje

Kategorija: izvedba

Opazovanje pravilne poti udarca.

Držaj palice položimo na tla in nad njim zamahnemo s paterjem. Glava palice naj med zamahom nazaj ostane nad njim ali malo znotraj držaja, pri zamahu naprej pa nad njim in pravokotno na držaj.



P10 'Potisnjeni pat'

Sposobnost: patanje

Kategorija: izvedba

Razvijanje občutka za pravokotno lego lica palice skozi trk do zaključka.

Učenec se postavi manj kot za dolžino paterja od luknje. Brez, da bi zamahnil nazaj, udari s paterjem naprej in žogico v luknjo. Zadrži zaključni položaj z licem paterja nad luknjo.



P11 'Brez kukanja'

Sposobnost: patanje

Kategorija: izvedba

Držanje glave v enakem položaju.

Kovanec ali označevalec žogic položimo pod žogico. Učenec naj po udarcu žogice še naprej gleda kovanec. Ta način pomaga obdržati konsistentno pot zamaha in stika.



P12 'Zaznava preloma'

Sposobnost: patanje

Kategorija: izvedba

Ciljanje s pomočjo neke točke pri 'branju' linije pata po nagnjenem terenu.

Učenec naj si predstavlja nameravano linijo pata, pri čemer upošteva nagnjenost zelenice in potrebno hitrost. Učenci naj si izberejo točko na zelenici na mestu, kjer menijo, da se bo na svoji poti proti luknji prelomila linija kotaljenja žogice, in jo zaznamujejo s klinčkom. Učenci potem lahko vadijo patanje proti markerju in opazujejo rezultate.



P13 'Kotalkanje'

Sposobnost: patanje

Kategorija: obvladovanje

Razvijanje občutka za obvladovanje osnovne daljave pripatanju.

Učenci vadijo kotaljenje žogice proti cilju kot pri balinanju, da bi s tem razvili občutek za dolžino zamaha, s katerim dosežejo zahtevano daljavo.



P14 'Gledanje cilja'

Sposobnost: patanje

Kategorija: obvladovanje

Učenec uporablja svojo domišljijo za razvoj občutka za obvladovanje dolžine pata.

Učencu se pripravi za udarec srednje dolgega pata do cilja. Pred udarcem pata naj učenci gledajo do cilja. Med neposrednim gledanjem cilja naj zamahnejo in udarijo pat.



P15 'Tik tak klinčki'

Sposobnost: patanje

Kategorija: obvladovanje

Razvoj enakomernega ritma udarca in obvladovanje razdalje.

Na vsaki strani žogice enakomerno postavimo nekaj klinčkov (na primer tri na vsako stran). Klinčke uporabimo za označitev 'tik' in 'tak' udarca. Učenec naj razvije enak ritem in občutek za kratke udarce kratkih patov in dolge udarce za daljše pate. To bi lahko uporabljali v povezavi s stopničkami (spodaj).



CP1 'Začrtamo pot'

PC1 L1

Sposobnost: čipanje

pič udarci PC1

dolga igra L1

Kategorija: ciljanje

Pravilno ciljanje z licem palice.

Učenec naj držaj palice redno polaga vzporedno na žogico v smeri cilja ali ob kakšni drugi liniji, kar mu pomaga pri preverjanju, ali je sprednji vodilni del roba glave palice postavljen pod pravim kotom.



CP2 'Plosk in drža navzdol'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: držanje

Učenje pravilnega rutinskega prijema in tehnike za čipanje.

Učenci začnejo z držanjem rok na vsaki strani držaja palice, plosknejo po njem z dlanmi, ki so obrnjene ena proti drugi. Z roko, najbolj oddaljeno od cilja, podrsnejo navzdol, zaprejo prste, palca sta obrnjena navzdol po sredini držaja, roke morajo biti ves čas tesno skupaj.



CP3 'Spustimo držaj'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: držanje

Nagovor žogice v pravilnem položaju.

Učenec naj se pripravi na udarec, nato pa spusti palico iz rok. Palica bi morala pasti in udariti notranji del stegna, če so bile roke pravilno postavljene v odnosu na telo. Spuščena palica bi morala pasti v pravilen položaj.



CP4 'Noge naprej'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: stojišče

Med čipanjem omejimo gibanje spodnjega dela telesa.

Učenec naj postavi nogo bližje zastavici za pol stopala nazaj, pri tem naj bodo noge tesno skupaj. Učenec obe nogi obrne proti cilju v kotu približno 30°, ali tako, da se telo bolj obrne proti cilju. S tem preprečimo, da se teža med zamahom prenese in omogoči boljše opazovanje cilja.



CP5 'Žogica pod peto'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: stojišče/ izvedba

Razvoj občutka za pravilno razporeditev teže.

Učenec naj se postavi v položaj, pripravljen za udarec žogice. Nato položi žogico pod peto noge, ki je bolj oddaljena od cilja, kar mu pomaga, da prenese več teže na nogo, ki je bližje cilju. Tak položaj naj učenec obdrži skozi ves zamah. Če ima učenec s tem stalne težave, naj dvigne bolj oddaljeno peto nad žogico in jo drži v tem položaju med celotnim potekom udarca.



CP6 'Dežnik'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: stojišče/ izvedba

Razvoj občutka za pravilno razporeditev teže.

Dežnik ali staro palico zapičimo v tla ob učenčevi nogi, ki je bližje cilju. Učenec naj izvede udarec tako, da ostaneta bok in noga blizu dežnika ali držaja palice. To naj bi učenec pomagalo pridobiti stalno razporeditev teže med potekom celotnega udarca.



CP7 'Palica zadaj'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: izvedba

Razvoj pravilnega kota napada in stika.

Učenec se postavi v položaj, v katerem je pripravljen udariti žogico. Nato položimo drugo palico približno 30 cm za žogico. To naj bi spodbudilo dober stik z žogico, ko mora učenec udariti navzdol, obenem pa prepreči 'zajem' žogice.



CP8 'Trik ob rokavu'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: izvedba

Skozi celoten udarec obdržati trdna zapestja.

Učenec se pripravi za normalen čip udarec in nato potisne preostali del ročaja pod rokav puloverja, ali pa ga trdno drži ob spodnjem delu rok. Ko izvaja udarec, naj vseskozi zadrži položaj ročaja. Mnogi učenci težijo k temu, da uporabljajo zapestje in poskušajo žogico zajeti v zrak in ne ravno nasprotno; izvesti spuščajoči udarec s trdnim zapestjem.

Ne pozabimo učencem razložiti, da tak način uporabljajo samo pri vadbi, ker je v poteku normalne igre to



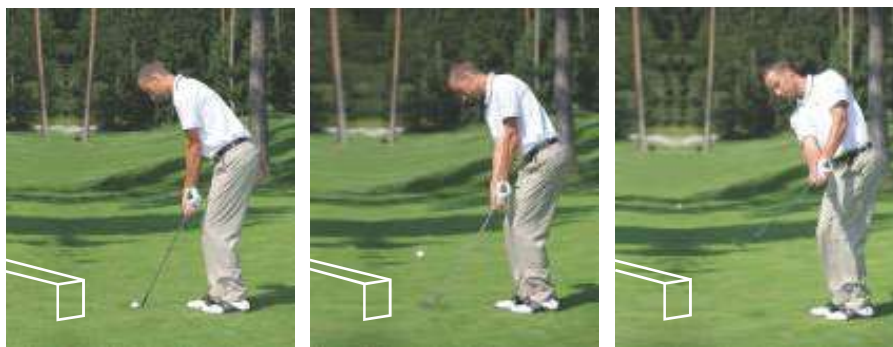
CP9 'Pod klopjo'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: izvedba

Pravilna izvedba in tehnika za čipanje.

Učenec naj si predstavlja, da mora udariti žogico pod (ali prek) neko namišljene klopi. To zahteva pravilno pripravo in izvedbo (padajoč stik).



CP10 'Podrgniti travo'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: izvedba/ kontrola

Razvoj pravilnega kota napada in stika.

Učenec naj izvede nekaj vadbenih zamahov, pri čemer podrgne travo v smeri žogice in nazaj. To podrsavanje po travi naj ponavlja z žogico na liniji.



CP11 'Žogica beži pred klinčkom'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: kontrola

Razvoj stalnega središčnega stika.

Klinček položimo na zunanjo stran žogice, pustimo dovolj prostora za središčni stik na licu palice. Igralec naj čip ali pič udarec žogice izvaja ne da bi udaril klinček, pri tem naj obdrži koordinacijo rok in oči.



CP12 'Žogice v krogu'

Sposobnost: čipanje

Kategorija: kontrola

Osredotočenje na pristajalno točko pri čipanju.

V oddaljenosti enega ali dveh korakov na zelenici postavimo klinčke v krog, uporabimo obroč ipd.. Učenci naj začnejo s podlaktjo metati žogico, da razvijejo občutek za zahtevano daljavo. Nato preidejo na čipanje s palico, učenci udarjajo žogico v krog in opazujejo, kolikokrat z različnimi palicami zadenejo točko pristanka in daljavo kotaljenja.



PC1 'Začrtajmo pot' glej C1

Sposobnost: pič udarci

Kategorija: ciljanje

PC2 'Plosk in drža navzdol' glej L5-7

Sposobnost: pič udarci

Kategorija: prijem

Osvojitev rutine pravilnega prijema in tehnike za pič udarce.

Učenci začnejo z držanjem rok na vsaki strani držaja in nato plosknejo po držaju z dlanmi, ki so obrnjene ena proti drugi. Bolj oddaljeno roko podrsajo navzdol, zaprejo prste, palca sta obrnjena navzdol po sredini držaja. Pri tem morajo biti roke ves čas tesno skupaj. Glej L5, L7, L7 za podrobnosti vaje.



PC3 'Spustimo držaj'

Sposobnost: pič udarci

Kategorija: prijem

Nagovor žogice v pravilnem položaju.

Učenec se pripravi na izvedbo udarca, nato pa spusti palico iz rok. Palica bi morala pasti in udariti sprednji notranji del stegna, če so bile roke v pravilnem položaju v odnosu na telo.

**Spuščen držaj
bi moral
pasti v
pravilen
položaj.**



PC4 'Enaki koraki'

Sposobnost: pič udarci

Kategorija: stojišče

Pravilno stojišče in položaj žogice za izvedbo pič udarca.

Učenec stoji skupaj z nogami, obrnjenimi v smeri žogice. Noge naj premakne narazen v enaki razdalji na vsako stran žogice, da so zunanji deli nog v širini ramen, žogica pa je v sredini stojišča.



PC5 'Obrat in ciljanje'

Sposobnost: pič udarci

Kategorija: ciljanje

Pravilno kroženje telesa, obdržati podaljšek nadlakti v zamahu naprej.

Učenec naj roko, ki je bolj oddaljena od cilja, usmeri na žogico, roko, ki je bližje cilju, pa drži na hrbtu. Napravi naj poln zamah nazaj in naprej, pri tem pa zadrži zamah naprej nekaj sekund v zaključnem položaju, da lahko preveri, če roka kaže v smeri cilja, če je teža na prednji nogi in če je telo obrnjeno v smeri cilja.



PC6 'Dvig desne pete'

Sposobnost: pič udarci

Kategorija: izvedba

Opazovanje gibanja teže skozi celoten udarec.

Ob koncu zamaha učencem nekaj sekund zadrži zaključni položaj, da bi preveril, ali je njegova bolj oddaljena noga oprta na prste.



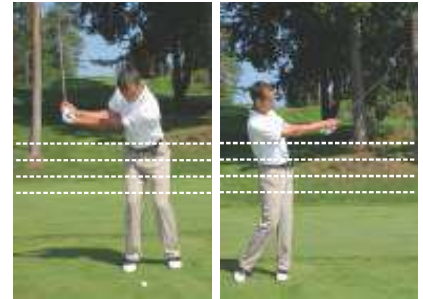
PC7 'Police'

Sposobnost: pič udarci

Kategorija: kontrola

Razvijanje občutka za kontroliranje dolžine zamaha, da bi s tem kontrolirali dolžino leta žogice.

Učenec naj si predstavlja nekaj 'polic' na različnih višinah v odnosu na telesne dele, npr. v višini stegna, pasu, reber, prsi in ramen. Vadi naj zamahovanje z rokami na vsaki taki višini police (zamah nazaj in naprej) in opazuje dolžino letenja žogice.



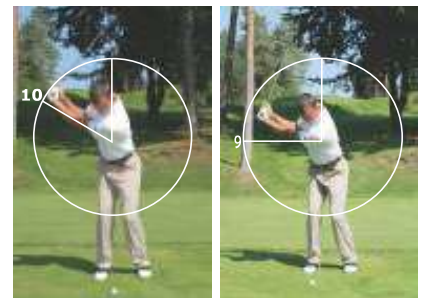
PC8 'Urni udarci'

Sposobnost: pič udarci

Kategorija: kontrola

Razvijanje občutka za kontroliranje dolžine zamaha, da bi s tem kontrolirali dolžino leta žogice.

Učenec naj si predstavlja, da je znotraj urne številčnice in da zamahuje s celimi rokami v višini določene točke na uri (npr. ob desetih, ob devetih...). Učenci naj opazujejo stalnost dolžine leta žogice.



zapiski

L1 'Začrtajmo pot'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: ciljanje

Držanje pravilne poravnave.

Učenec naj vedno polaga držaj palice ali drugo ravno linijo vzporedno z žogico in ciljno linijo, s čimer lahko kontrolira ciljanje lica palice in vzporedno poravnavo telesa.



L2 'Čez kovanec'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: ciljanje

Prepoznavanje ciljne linije in preverjanje poravnave lica palice.

Učenec naj položi kovanec malo pred žogico (znotraj učenčevega zunanjšega vidnega polja) kot vmesno točko med žogico in ciljem. Tako postavitve lahko uporablja med vadbo za preverjanje poravnave. Na igrišču se lahko za iste namene izkoristi šop trave ali kos ruše.



L3 'Tračnice'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: ciljanje

Obdržati pravilno poravnavo.

Učenec naj vedno položi držaj palice ali drugo ravno linijo vzporedno z žogico in ciljno linijo, da lahko preverja ciljanje lica palice in vzporedno poravnavo telesa.



L4 'Dvigniti in preveriti'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: ciljanje

Preverjanje ciljanja lica palice v odnosu na prijem palice.

Učenec naj prime palico z zaključenim prijemom, jo nato pred seboj dvigne do višine pasu. Sprednji vodilni rob lica glave naj bo navpišen. Učenec naj preveri, če pravilno drži palico.



L5 'Plosk in prijem'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: držanje

Pridobitev rutine pravilnega prijema in tehnike za dolgo igro.

Učenci začnejo z držanjem rok na vsaki strani ročaja in nato držaj oprimejo z dlanmi, obrnjenima ena proti drugi. Z roko, bolj oddaljeno od cilja, podrsajo po držaju navzdol, zaprejo prste, palca sta obrnjena navzdol po sredi držaja, in pazijo, da so roke na miru in tesno skupaj.



L6 'Kovanci'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: držanje

Preverjanje tehnike pravilnega prijema.

Učenci začnejo z zaključenim prijemom palice. Vzamemo kovanec in ga položimo med učenčev palec in kazalec. Učenec bi moral biti sposoben držati kovanec med palcem in kazalcem obeh rok. Kovanec naj kaže v smeri proti zadnji rami.



L7 'Kazalec'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: držanje

Osvojitev pravilnega prijema palice za dolgo igro in "pitch" udarce.

Učenec začne s prijemom palice. Moral bi biti sposoben kazati s kazalcem spodnje roke naravnost navzdol in ga ponovno oviti okoli ročaja, kot da bi potegnil sprožilec na puški.



L8 'Držanje bankovca'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: držanje

Povezovanje rok, da delujejo kot eno.

Bankovec ali kos papirja položimo med življenjsko črto zgornje roke in palcem spodnje roke. Če učenec drži palico pravilno, potem je sposoben zaključiti zamah ne da bi mu papir padel iz prijema.



L9 'Spust držaja'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: držanje

Nagovor žogice v pravilnem položaju.

Učenec naj se pripravi na udarec, nato spusti palico iz rok. Če so bile roke pravilno poravnane v odnosu do telesa, potem naj pade palica tako, da zadene notranjo stran stegna noge, ki je bližje cilju.



L10 'Majhen korak, večji korak'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: stoja

Osvojitev pravilnega stojišča in položaja žogice za dolgo igro z železi.

Učenec naj stoji skupaj z nogami, obrnjenimi proti žogici. Premakne naj nogo, ki je bližje cilju, za približno eno dolžino glave palice. Nato premakne zadnjo nogo v širino ramen (dve do tri dolžine glave palice). Pri tem je žogica 4-5 cm znotraj leve pete.



L11 'Priklon in odklon'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: postavitve

Pridobitev rutine pravilne postavitve in dobrega ravnotežja za udarec.

Učenec drži palico v višini pasu in vzporedno s tlemi in pri tem gleda naravnost naprej. Prepogne se v bokih, hrbet drži ravno in dovoli, da palica pada, dokler ne doseže tal. Nato rahlo zmešča kolena, dokler niso nad polovico stopal. Težo naj občuti enakomerno porazdeljeno na spodnji strani stopal.



L12 'Ravnotežje za uspeh'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: postavitvev

Razvijanje občutka za pravilno ravnotežje, ki sledi vadbi za postavitvev.

Učenec naj sledi vaji 'priklon in odklon', nato naj se brez bistvenega premika palice ali položaja telesa ziblje med petami in prsti, da bi se prepričal, ali ima pravilno razporejeno težo na spodnji strani stopal.



L13 'Odriv vstran'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: opravilo

Razvijanje občutka za prvi premik palice vstran od žogice v zamah nazaj.

Učenec naj položi klinček ali drugo žogico nasproti noge, bolj oddaljene od cilja, še znotraj linije med žogico in ciljem. Pri tem naj bi odrinil to stvar tako, da glavo palice v prvi stopnji zamaha nazaj ves čas drži blizu tal.



L14 'Rokovanje'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: opravilo

Gibanje v pravilno postavitvev med zamahom nazaj (nazaj do višine pasu).

Učenec naj si predstavlja, da se z nekom rokuje v točki, na kateri v zamahu nazaj držaj palice doseže višino pasu in je hkrati vzporeden s tlemi. Sprednja stran roba lica palice mora biti navpično (podobno kot pri vajah za dvig in preverjanje v poteku priprave).



L15 'Palci navzgor'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: opravilo

Podaljšanje akcije do tri četrtine zamaha.

Učenec naj nadaljuje zamah 'odriva' žogice tako, da zaniha ali prepogne zapestje navzgor, tako da držaj palice v odnosu do vodilne roke oblikuje kot 90° (leva roka za desničarje).



L16 'Usmeritev'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: opravilo

Pravilno kroženje telesa in izteg nadlakti med potekom zamaha naprej.

Učenec naj zamahne v zaključni položaj, v katerem palica v zamahu naprej ni višje od popka. Pri tem naj čuti, da je v zaključku z zadnjo roko, zadnjim kolenom in popkom usmerjen proti cilju.



L17 'Noge spijo/ se zbudijo'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: opravilo

Razvijanje občutka za pravilno gibanje spodnjega del telesa med opravljanjem zamaha.

Učenec naj si med opravljanjem zamaha predstavlja, da njegove noge spijo in so na miru med izvajanjem zamaha nazaj, njegova zadnja noga pa se zbudi v zamahu naprej. To je še posebej koristen občutek za učence, ki v zamahu nazaj pretirano gibljejo spodnji del telesa in v zamahu naprej prenesejo le malo teže proti cilju.



L18 'Pokazati podplat'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: izvedba

Preverjanje pravilne razporeditve teže v zamahu naprej.

Učenec naj opravi normalen zamah; najprej samo udari klinček in preveri, če je podplat čevlja noge, ki je bolj oddaljena od cilja, ob zaključku zamaha obrnjen vstran od cilja. Kasneje lahko vključimo še žogico.



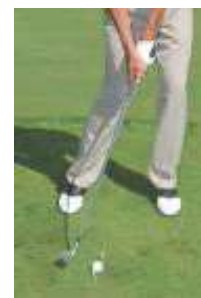
L19 'Vrata'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: kontrola

Razvijanje stika središčnega dela lica palice.

Na vsako stran klinčka ali žogice zapičimo enega ali več klinčkov, s čimer postavimo vratca za palico za zamah skozi trk. Začnemo z razmeroma širokimi vratci, ki jih postopoma ožimo glede na izboljševanje učenčeve sposobnosti. Podobno vajo lahko izvajamo tudi samo z enim klinčkom na zunanji strani žogice.



L20 'Udariti klinčke'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: kontrola

Koordinacija rok in oči za pravilno zaznavo globine in pridobitev zaupanja za dobro udarjanje žogice.

Učenec naj zamahne in udari po klinčku, da ga med zamahom naprej izruje iz tal. Klinček lahko potisnemo globlje v tla glede na pridobivanje zaupanja in spretnosti učenca. Ta tarča (manjša je kot žogica) učencu pomaga pri osredotočenju, obenem pa dobi občutek, da je to lažje opraviti, ko vključimo žogico, ki je večja kot klinček.



L21 'Noge skupaj'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: kontrola

Razvijanje občutka za kontroliran ritem z dobrim ravnotežjem.

Učenec naj se postavi in pripravi na udarec žogice z nogami skupaj. Z oženjem osnove pomagamo učencu, da izvaja zamah kontrolirano in da obdrži ravnotežje.



L22 'Otok - šteti do dve'

Sposobnost: dolga igra

Kategorija: kontrola

Držanje dobrega ravnotežja.

Učenec naj si predstavlja, da stoji na otoku. Za označitev 'otoka' uporabimo klinčke ali druge stvari. Učenec naj zamahne in drži uravnotežen položaj najmanj dve sekundi ali dokler žogica ne pristane.



L23 'Ustaviti se, občutiti, preveriti'

Sposobnost: "dolga igra"

Kategorija: opravilo

Razvoj učenčevega občutka in zaznavanja pravilnega položaja pri zamahu nazaj.

Učenec naj opravi gib zamaha nazaj, nato zadrži položaj na katerikoli točki. Potem naj poskuša uganiti, v katerem položaju so posamezni deli telesa, preden to preveri. Nato mu dovolimo, da pogleda ta položaj, popravi napake, če je potrebno, in se nato premakne v pravi položaj, da občuti razliko brez gledanja.



UČNA URA PATANJA - NAČRT 1

Pridobivanje in razvijanje spretnosti

Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *

Pred udarcem:

Odgovoriti na vprašanja o varnosti *

Pokazati pravilne elemente tehnike patanja

Doseči standarde za patanje

Pokazati znanje pravil in etikete na območju zelenice *.

Začetna raven golfa

1 & 2

Ob igranju udarca:

Pokazati postavitev za patanje *

Zadeti luknjo z 2/5 patov z oddaljenosti dolžine enega paterja od luknje.

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Pravilna raba tehnike patanja za zaključek igre (kratek udarec).

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi.

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Poznavanje splošnih vaj za ogrevanje v golfu.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Podčrtavanje imena' in 'Tik-tak'
5 min	Ogrevanje	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Osredotočiti se bolj na splošno ogrevanje kot na določene raztege.
5 min	Uvod v varnost na golfskem igrišču	- Razpravljati s skupino o vprašanih na področju varnosti, npr. varno območje, raba 'triki', varna raba želez in temeljnih pravil in etikete na območju zelenice.
10 min	Uvod v tehnike golfa	- Osredotočiti se na dele in rabo paterja , ciljanje in popravke položitve rok na pater: CILJANJE PRIJEM
15 min	Izvedba z učenci	- Vzeti si čas za vadbo in ocenitev. - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' .
10 min	Igra patanje	- Predstavitev igranja na cilj.
10 min	Ocena	- Začetni kriteriji patanja v golfu 3/5 patov z oddaljenosti ene dolžine paterja od luknje.
5 min	Ocenjevanje	- Učenci ponovno pregledajo učne dosežke. Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

P1 Poravnajmo ime

- P2 Črta s kredo
- P3 Sledi
- P4 Klinček na licu

P5 Ploskniti in držati

- P6 En korak, dva koraka
- P7 Spuščen pogled
- P8 Nadlakti in ramen
- P9 Iskalec poti
- P10 Potisnjen put

- P11 Brez kukanja
- P12 Zaznava preloma
- P13 Kotaljenje
- P14 Gledanje cilja
- P15 Tik tak klinčki
- P16 Skozi vratca

1 Navigator

2 Oster strelec

3 Varuh časa

4 Korak nazaj

5 Kazen z izločitvijo

- 6 Balinanje
- 7 Do roba
- 8 Lestev
- 9 Slalom
- 10 Kača
- 11 Volovsko oko
- 12 Balinanje II
- 13 Potovanje na otok
- 14 Srečen pristanek
- 15 Maščevanje džokejev
- 16 Mehak pristanek
- 17 Čez reko
- 18 Čistina
- 19 Napadanje baze
- 20 Žogica v sektorju
- 21 Tiger in Monty

UČNA URA PATANJA NAČRT
2

Začetna raven golfa

1 & 2
Pridobivanje in razvijanje spretnosti
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *
Pred udarcem:

Pokazati pravilne elemente tehnike patanja
Doseči standarde za patanje
Pokazati znanje pravil in etikete na območju zelenice *.

Ob igranju udarca:

Pokazati postavitev za patanje , *
Zadeti luknjo z 2/5 patov z oddaljenosti dolžine
enega paterja od luknje. *

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Pravilna raba tehnike patanja
okoli zelenice in temeljno
kontroliranje razdalje.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener',
da dobimo povratno mnenje o
partnerjevi predstavi
Predstaviti funkcijo sodnika v
"match" igri in uporabiti pravila,
ki veljajo okoli zelenice.

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Razumevanje rabe razteznihi vaj za
ogrevanje za patanje.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Tik-tak' Y
5 min	Ogrevanje in pregled varnosti na golfskem igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Predstaviti raztezne vaje za patanje v golfu (pobrat žogico, zastava, 'enoroki bandit') - Učenci pregledajo temeljna pravila o varnosti.
5 min	Ponovitev temeljev tehnik patanja	- Prosim učence, da ponovijo ciljanje in prijem za patanje.
10 min	Napredek v tehniki patanja	- Predstaviti stojišče in dejanje: stojišče dejanje
15 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' .
10 min	Igra patanja	- Predstavitev igre patanja z osredotočenjem na določene kriterije.
10 min	Ocena	- Začetek - golfski kriteriji 2/5 patov z oddaljenosti ene dolžine paterja od luknje.
5 min	Ocenjevanje	- Pregled učnih dosežkov. Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

- P1 Poravnajmo ime
- P2 Črta s kredo
- P3 Sledi
- P4 Klinček na licu
- P5 Ploskniti in držati
- P6 En korak, dva koraka**
- P7 Spuščen pogled
- P8 Nadlakti in ramen**
- P9 Iskalec poti
- P10 Potisnjen put
- P11 Brez kukanja**
- P12 Zaznava preloma
- P13 Kotaljenje
- P14 Gledanje cilja
- P15 Tik tak klinčki
- P16 Skozi vratca
- P17 Lestve

- 1 Navigator
- 2 Oster strelec
- 3 Varuh časa
- 4 Korak nazaj
- 5 Kazen z izločitvijo
- 6 Balinanje
- 7 Do roba
- 8 Lestve
- 9 Slalom
- 10 Kača
- 11 Volovsko oko
- 12 Balinanje II
- 13 Potovanje na otok
- 14 Srečen pristanek
- 15 Maščevanje džokejev
- 16 Mehak pristanek
- 17 Čez reko
- 18 Čistina
- 19 Napadanje baze
- 20 Žogica v sektorju
- 21 Tiger in Monty

UČNA URA PATANJA NAČRT
3

Začetna raven golfa

1 & 2
Pridobivanje in razvijanje spretnosti
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *
Pred udarcem:

Pokazati pravilne elemente tehnike patanja

Doseči standarde za patanje

Pokazati znanje pravil in etikete na območju zelenice *.

Ob igranju udarca:

Pokazati postavitev za patanje, *

Zadeți luknjo z 2/5 patov z oddaljenosti dolžine enega paterja od luknje. *

Pokazati, kako se kontrolira razdalje. *

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Pravilna raba tehnike patanja okoli zelenice, ki kaže izboljšanje ključnih sposobnosti.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

 Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi
 Delo v parih kot 'igralec' in 'zapisnikar' med igranjem patanja ene do treh lukenj.

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Razumevanje rabe razteznih vaj za ogrevanje za patanja.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Brez kukanja lice palice gleda celotno luknjo'
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golfskem igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Predstaviti raztezne vaje za puttanje v golfu - Učenci ponovijo temeljna pravila in varnosti.
5 min	Ponovitev temeljev tehnik patanja	- Učenci ponovijo ciljanje, prijem in izvajanje patanja.
10 min	Napredek v tehniki patanja	- Predstaviti stojišče in izboljšanje udarca: postavitev, kontrola razdalje
15 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' .
10 min	Igra patanja	- Prikaz igre patanja z osredotočenjem na določene kriterije.
10 min	Ocena	- Začetek - golfski kriteriji - ponovitev za učence, ki še niso dosegli kriterijev. Izzovemo jih, da izboljšajo svoje sposobnosti.
5 min	Ocenjevanje	- Pregled učnih dosežkov. Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.



- P1 Poravnajmo ime
- P2 Črta s kreda
- P3 Sledi
- P4 Klinček na licu
- P5 Ploskniti in držati
- P6 En korak, dva koraka
- P7 Spuščen pogled
- P8 Nadlakti in ramen**
- P9 Iskalec poti
- P10 Potisnjen pat
- P11 Brez kukanja**
- P12 Zaznava preloma
- P13 Kotaljenje**
- P14 Gledanje cilja**
- P15 Tik tak klinčki**
- P16 Skozi vratca**
- P17 Lestve

- 1 Navigator
- 2 Oster strelec
- 3 Oster strelec
- 4 Korak nazaj
- 5 Kazen z izločitvijo
- 6 Balinanje**
- 7 Do roba**
- 8 Lestve**
- 9 Slalom
- 10 Kača
- 11 Volovsko oko**
- 12 Balinanje II
- 13 Potovanje na otok
- 14 Srečen pristanek
- 15 Maščevanje džokejev
- 16 Mehak pristanek
- 17 Čez reko
- 18 Čistina
- 19 Napadanje baze
- 20 Žogica v sektorju
- 21 Tiger in Monty



UČNA URA PATANJA NAČRT 4		Začetna raven golfa	1 & 2
Pridobivanje in razvijanje spretnosti			
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *			
<p>Pred udarcem: Pokazati pravilne elemente tehnike patanja Doseči standarde za patanje Razumeti, kako se izpolni kartica s seštevki</p>		<p>Ob igranju udarca: Pokazati postavitev za patanja,* Zadeti luknjo z 2/5 patov z oddaljenosti dolžine enega paterja od luknje.* Zaključiti 3 luknje za patanje s sedmimi udarci ali manj*</p>	
SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI	OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE	ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES	
Pravilna raba tehnike patanja okoli zelenice, ki kaže izboljšanje ključnih sposobnosti.	Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi Delo v parih kot 'igralec' in 'zapisnikar' med igranjem patanja ene do treh lukenj.	Razumevanje rabe razteznih vaj za ogrevanje za patanja.	

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Kontrola kotaljenja'
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golfskem igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Predstaviti raztezne vaje za puttanje v golfu - Učenci ponovijo temeljna pravila varnosti.
5 min	Ponovitev temeljev tehnik patanja	- Učenci ponovijo postavitev in temeljno izvajanje patanja.
10 min	Napredek v tehniki patanja	- Nadaljevati z osvajanjem spretnosti kontrole udarca in daljave: udarec, kontrola daljave.
15 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih in vadijo igranje na nekaj luknjah, zapisujejo rezultate v kartice.
10 min	Igra patanja	- Začetek igranja patanja z osredotočenjem na opredeljene kriterije.
10 min	Ocena	- Začetek - golfski kriteriji - igrati tri luknje patanja, zapisati rezultat v kartico, poskusiti doseči sedem udarcev ali boljši rezultat.
5 min	Ocenjevanje	- Pregled učnih dosežkov. Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

<p>P1 Poravnajmo ime P2 Črta s kredo P3 Sledi P4 Klinček na licu P5 Ploskniti in držati P6 En korak, dva koraka P7 Spuščen pogled P8 Nadlakti in ramen P9 Iskalec poti P10 Potisnjen pat P11 Brez kukanja P12 Zaznava preloma P13 Kotaljenje P14 Gledanje cilja P15 Tik tak klinčki P16 Skozi vratca P17 Lestev</p>	<p>1 Navigator 2 Oster strelec 3 Oster strelec 4 Korak nazaj 5 Kazen z izločitvijo 6 Balinanje 7 Do roba 8 Lestev 9 Slalom 10 Kača 11 Volovsko oko 12 Balinanje II 13 Potovanje na otok 14 Srečen pristanek 15 Maščevanje džokejev 16 Mehak pristanek 17 Čez reko 18 Čistina 19 Napadanje baze 20 Žogica v sektorju 21 Tiger in Monty</p>
--	--

UČNA URA PATANJA NAČRT

5

Začetna raven golfa

1 & 2

Pridobivanje in razvijanje spretnosti

Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *

Pred udarcem:

Pokazati pravilne elemente tehnike patanja
Razumeti, kako nagnjenost terena vpliva na kotaljenje žogice
Doseči standarde za patanje

Ob igranju udarca:

Pokazati postavitev za "puttanje", *
Zadeti luknjo z 2/5 »puttov« z oddaljenosti dolžine enega »putterja« od luknje.*
Odigrati 9 lukenj za patnje z 20 udarci ali bolje *
Razumeti, kako se izpolni kartica s seštevki.*

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Pravilna raba tehnike patanja okoli zelenice, ki kaže izboljšanje ključnih sposobnosti.
Razumeti, kako nagnjenost terena vpliva na kotaljenje žogice.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi
Delo v parih kot 'igralec' in 'zapisnikar' med igranjem patanja ene do treh lukenj.

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Razumevanje rabe razteznih vaj za ogrevanje za patanje.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Branje nagnjenosti terena'
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golfskem igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Predstaviti raztezne vaje za puttanje v golfu - Učenci ponovijo temeljna pravila varnosti.
5 min	Ponovitev temeljev tehnik patanja	- Učenci ponovijo postavitev in temeljno izvajanje patanja.
10 min	Napredek v tehniki patanja	- Predstavimo patanje na nagnjenem terenu. Osredotočimo se na izbiro cilja, pri katerem se teren med žogico in luknjo prelomi. Uporabimo različne pate v breg, z brega in vzporedno z bregom.
15 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih in se učijo z opazovanjem kotaljenja žogic svojih partnerjev.
10 min	Igra patanje	- Začetek igranja patanja z osredotočenjem na opredeljene kriterije.
10 min	Ocena	- Začetek - golfski kriteriji - igrati devet lukenj za »puttanja«, zapisati rezultat v kartico, poskusiti doseči dvajset udarcev ali boljši rezultat.
5 min	Ocenjevanje	- Pregled učnih dosežkov. Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.



- P1 Poravnajmo ime
- P2 Črta s kredo
- P3 Sledi
- P4 Klinček na licu
- P5 Ploskniti in držati
- P6 En korak, dva koraka
- P7 Spuščen pogled
- P8 Nadlakti in ramen
- P9 Iskalec poti
- P10 Potisnjen pat

- P11 Brez kukanja
- P12 Zaznava preloma
- P13 Kotaljenje
- P14 Gledanje cilja
- P15 Tik tak klinčki
- P16 Skozi vratca

- 1 Navigator
- 2 Oster strelec
- 3 Varuh časa
- 4 Korak nazaj
- 5 Kazen z izločitvijo
- 6 Balinanje
- 7 Do roba
- 8 Lestve
- 9 Slalom
- 10 Kača
- 11 Volovsko oko
- 12 Balinanje II
- 13 Potovanje na otok
- 14 Srečen pristanek
- 15 Maščevanje džokejev
- 16 Mehak pristanek
- 17 Čez reko
- 18 Čistina
- 19 Napadanje baze
- 20 Žogica v sektorju
- 21 Tiger in Monty



UČNA URA "kratke igre" NAČRT 1
Pridobivanje in razvijanje spretnosti
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *
Pred udarcem:

Ponoviti vprašanja o varnosti *
 Pokazati znanje pravil in etike igranja na zelenici *
 Pokazati pravilne elemente tehnike kratke igre

Začetna raven golfa

1 & 2
Ob igranju udarca:

Pokazati postavitev za čipanje *
 Udariti 3/5 "chip" udarcev na zelenico. *

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Razumevanje in pravilna raba tehnike čip udarca glede na igralne okoliščine.
 Pravilna uporaba tehnike čipanja na zelenico.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Vodenje ustreznih ogrevalnih vaj za igranje golfa.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Držati se navzdol in potisniti žogico naprej'
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golfskem igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Učenci vodijo ustrezne ogrevalne vaje - Učenci ponovijo temeljna pravila varnosti.
10 min	Uvod v tehniko kratke igre čipanja	- Razpravljati o potrebi in pravilni uporabi čip udarcev. - Predstaviti postavitev za čipanje osredotočiti se na stojišče in položaj žogice, pravilen prijem palice.
10 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' .
5 min	Nadaljevanje v tehniki čipanja	- Napredek v tehniki - izvajanje in temeljna tehnika.
10 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' .
15 min	Igra - ocena čipanja	- Začeti z igranjem čip udarcev na cilj. - Začetek - kriteriji golfa 3/5 čip udarcev na 'zelenico'.
5 min	Ocenjevanje	- Učenci pregledajo učne dosežke. - Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

- CP1 Začrtajmo pot
 CP2 Plosk in drža navzdol
 CP3 Spustimo držaj
 CP4 Noge naprej
 CP5 Žogica pod peto
 CP6 Dežnik
 CP7 Palica zada
 CP8 Trik ob rokavu
 CP9 Pod klopjo
 CP10 Podrgniti travo
 CP11 Žogica beži pred klinčkom
 CP12 Žogica v krogu
 PC1 Začrtajmo pot
 PC2 Plosk in drža navzdol
 PC3 Spustimo držaj
 PC4 Enaki koraki
 PC5 Obrat in ciljanje
 PC6 Dvig desne pete
 PC7 Police
 PC8 Urni udarci

- 1 Navigator
 2 Oster strelec
 3 Varuh časa
 4 Korak nazaj
 5 Kazen z izločitvijo
 6 Balinanje
 7 Do roba
 8 Lestve
 9 Slalom
 10 Kača
 11 Volovsko oko čipanje
 12 Balinanje II
 13 Skakalec na otok
 14 Srečen pristanek
 15 Maščevanje džokejev
 16 Mehak pristanek
 17 Čez reko
 18 Čistina
 19 Napadanje baze
 20 Žogica v sektorju
 21 Tiger in Monty

UČNA URA "kratke igre" NAČRT 2

Začetna raven golfa

1 & 2

Pridobivanje in razvijanje spretnosti
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *
Pred udarcem:

Ponoviti vprašanja o varnosti *

Pokazati znanje pravil in etike igranja na zelenici *

Pokazati pravilne elemente tehnike kratke igre

Doseči standarde za kratko igro

Ob igranju udarca:

Pokazati postavitev za čipanje *

Udariti 3/5 čip udarcev na zelenico. *

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Razumevanje in pravilna raba tehnike čip udarca glede na igralne okoliščine.

Pravilna uporaba tehnike čipanja na zelenico.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Razumeti pomen ustreznih ogrevalnih vaj za igranje golfa.

Razumeti pomen ustreznih ogrevalnih vaj za igranje golfa.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Podrgniti in zadeti pristajalno točko'
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golfskem igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Učenci vodijo ustrezne ogrevalne vaje za čipanje. - Učenci ponovijo temeljna pravila varnosti.
5 min	Uvod v tehniko kratke igre čipanja	- Ponoviti pravilno izvedbo čip udarcev. - Ponoviti postavitev za čipanje - osredotočiti se na stojišče in položaj žogice, pravilen prijem palice.
10 min	Izvedba z učenci	- Napredek v tehniki - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' .
10 min	Nadaljevanje v tehniki čipanja	- Napredek v tehniki - boljše delovanje in osredotočenje na pristanek žogice.
10 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' .
15 min	Igra - ocena čipanja	- Začeti z igranjem čip udarcev na cilj. - Začetek - kriteriji golfa 3/5 čip udarcev na 'zelenico'.
5 min	Ocenjevanje	- Učenci pregledajo učne dosežke. - Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

- CP1 Začrtajmo pot
CP2 Plosk in drža navzdol
CP3 Spustimo držaj
CP4 Noge naprej
CP5 Žogica pod peto
CP6 Dežnik

CP7 Palica zadaj

- CP8 Trik ob rokavu
CP9 Pod klopjo

CP10 Podrgniti travo
CP11 Žogica beži pred klinčkom
CP12 Žogica v krogu

- PC1 Začrtajmo pot
PC2 Plosk in drža navzdol
PC3 Spustimo držaj
PC4 Enaki koraki
PC5 Obrat in ciljanje
PC6 Dvig desne pete
PC7 Police
PC8 Urni udarci

- 1 Navigator
2 Oster strelec
3 Varuh časa
4 Korak nazaj
5 Kazen z izločitvijo
6 Balinanje
7 Do roba

8 Lestve

- 9 Slalom
10 Kača

11 Volovsko oko čipanje
12 Balinanje II
13 Skakalec na otok
14 Srečen pristanek

- 15 Maščevanje džokejev
16 Mehak pristanek
17 Čez reko
18 Čistina

19 Napadanje baze
20 Žogica v sektorju
21 Tiger in Monty

UČNA URA "kratke igre" NAČRT 3

Začetna raven golfa

1&2

Pridobivanje in razvijanje spretnosti

Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *

Pred udarcem:

Ponoviti vprašanja o varnosti *

Pokazati znanje pravil in etike igranja na zelenici *

Pokazati pravilne elemente tehnike kratke igre

Doseči standarde za kratko igro

Ob igranju udarca:

Pokazati postavitev za pič udarce. *

Udariti 3/5 pič udarcev na zelenico. *

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Razumevanje in pravilna raba tehnike pič udarca glede na igralne okoliščine.

Pravilna uporaba tehnike pič udarcev na zelenico.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Razumeti pomen ustreznih ogrevalnih vaj za igranje golfa.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golfskem igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Učenci vodijo ustrezne ogrevalne vaje za čipanje. - Učenci ponovijo temeljna pravila varnosti.
10 min	Uvod v tehniko "pitch" udarcev	- Razpravljati o potrebi pravilne uporabe pič udarcev. - Predstaviti postavitev za pič udarce - osredotočiti se na stojišče in položaj žogice, pravilen prijem palice.
10 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' .
5 min	Nadaljevanje v tehniki čipanja	- Predstavitev tehnike akcija.
10 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' .
15 min	Igra - ocena pič udarcev	- Začeti z igranjem pič udarcev na cilj. - Začetek - kriteriji golfa 3/5 čip udarcev na 'zelenico'.
5 min	Ocenjevanje	- Učenci pregledajo učne dosežke. - Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

CP1 Začrtajmo pot

CP2 Plosk in drža navzdol

CP3 Spustimo držaj

CP4 Noge naprej

CP5 Žogica pod peto

CP6 Dežnik

CP7 Palica zadaj

CP8 Trik ob rokavu

CP9 Pod klopjo

CP10 Podrgniti travo

CP11 Žogica beži pred klinčkom

CP12 Žogica v krogu

PC1 Začrtajmo pot

PC2 Plosk in drža navzdol

PC3 Spustimo držaj

PC4 Enaki koraki

PC5 Obrat in ciljanje

PC6 Dvig desne pete

PC7 Police

PC8 Urni udarci

1 Navigator

2 Oster strelec

3 Varuh časa

4 Korak nazaj

5 Kazen z izločitvijo

6 Balinanje

7 Do roba

8 Lestve

9 Slalom

10 Kača

11 Volovsko oko čipanje

12 Balinanje II

13 Skakalec na otok

14 Srečen pristanek

15 Maščevanje džokejev

16 Mehak pristanek

17 Čez reko

18 Čistina

19 Napadanje baze

20 Žogica v sektorju

21 Tiger in Monty

UČNA URA "kratke igre" NAČRT 4
Pridobivanje in razvijanje spretnosti
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *
Pred udarcem:

Ponoviti vprašanja o varnosti *
 Pokazati znanje pravil in etike igranja na zelenici *
 Pokazati pravilne elemente tehnike kratke igre
 Doseči standarde za kratko igro

Začetna raven golfa

1 & 2
Ob igranju udarca:

Pokazati postavitev za čipanje *
 Udariti 3/5 čip udarcev na zelenico. *

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Razumevanje in pravilna raba
 tehnike pič udarca glede na
 igralne okoliščine.
 Pravilna uporaba tehnike pič
 udarcev na zelenico.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener',
 da dobimo povratno mnenje o
 partnerjevi predstavi

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Razumeti pomen ustreznih
 ogrevalnih vaj za igranje golfa.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Podrgniti, obrniti in nameriti'
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golfskem igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Učenci vodijo ustrezne ogrevalne vaje za čipanje. - Učenci ponovijo temeljna pravila varnosti.
5 min	Uvod v tehniko pič udarcev	- Preveriti potrebo za pravilno uporabo pič udarcev. - Preveriti postavitev za pič udarce - osredotočiti se na stojišče in položaj žogice, pravilen prijem palice.
10 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' .
10 min	Nadaljevanje v tehniki razdalje	- Napredek v tehniki - izboljšati izvedbo in kontrolo
10 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/evalvacijo - učenci začnejo kombinirati spretnosti patanja za 'udarec v luknjo', pri tem pa uporabljajo pravila in etiketo igranja na zelenici.
15 min	Igra - ocena pič udarcev	- Začeti z igranjem pič udarcev na cilj. - Začetek - kriteriji golfa 3/5 pič udarcev na 'zelenico'.
5 min	Ocenjevanje	- Učenci pregledajo učne dosežke. - Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

CP1 Začrtajmo pot
 CP2 Plosk in drža navzdol
 CP3 Spustimo držaj
 CP4 Noge naprej
 CP5 Žogica pod peto
 CP6 Dežnik
 CP7 Palica zadaj
 CP8 Trik ob rokavu
 CP9 Pod klopjo

CP10 Podrgniti travo
CP11 Žogica beži pred klinčkom

CP12 Žogica v krogu
 PC1 Začrtajmo pot
 PC2 Plosk in drža navzdol
 PC3 Spustimo držaj
 PC4 Enaki koraki

PC5 Obrat in ciljanje

PC6 Dvig desne pete

PC7 Police

PC8 Urni udarci

1 Navigator
 2 Oster strelec
 3 Varuh časa
 4 Korak nazaj
 5 Kazen z izločitvijo
 6 Balinanje
 7 Do roba
 8 Lestve
 9 Slalom
 10 Kača

11 Volovsko oko- čipanje
12 Balinanje II

13 Skakalec na otok
 14 Srečen pristanek

15 Maščevanje džokejev
16 Mehak pristanek
17 Čez reko

18 Čistina

19 Napadanje baze

20 Žogica v sektorju

21 Tiger in Monty

UČNA URA "kratke igre" NAČRT 5

Začetna raven golfa

1 & 2

Pridobivanje in razvijanje spretnosti

Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *

Pred udarcem:

Ponoviti vprašanja o varnosti *

Pokazati znanje pravil in etike igranja na zelenici *

Pokazati pravilne elemente tehnike kratke igre

Doseči standarde za kratko igro

Ob igranju udarca:

Pokazati postavitev za čip/pič udarce *

Udariti 3/5 čip udarcev na zelenico. *

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Razumevanje in pravilna raba tehnike pič udarca glede na igralne okoliščine.

Pravilna uporaba tehnike čip in pič udarcev.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Razumeti pomen ustreznih ogrevalnih vaj za igranje golfa.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Izbrati udarec, ki ponese žogico najnižje nad zemljo, toda da še vedno lahko pristane na zelenici'
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golfskem igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Učenci vodijo ustrezne ogrevalne vaje za pič udarce. - Učenci ponovijo temeljna pravila varnosti.
5 min	Ponoviti čipanje	- Ponoviti postavitev in izvedbo čipanje - osredotočiti se na stojišče in položaj žogice, pravilen prijem palice.
15 min	Igra čipanje	- Čas za vadbo/evalvacijo - Učenci delajo v parih kot 'igralec' in 'trener' in kombinirajo spretnosti patanje za udarec v luknjo, pri tem pa uporabljajo pravila in etiketo za igranje na zelenici.
5 min	Pregledati pič udarce	- Pregledati postavitev in izvedbo pič udarcev - osredotočiti se na stojišče in položaj žogice, pravilen prijem palice.
15 min	Igra- pič udarci	- Čas za vadbo/evalvacijo - učenci kombinirajo spretnosti patanja za 'udarec v luknjo', pri tem pa uporabljajo pravila in etiketo igranja na zelenici.
10 min	Ocenitev	- Začetek - kriteriji golfa 3/5 pič udarcev na 'zelenico'.
5 min	Evalvacija	- Učenci pregledajo učne dosežke. - Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

CP1 Začrtajmo pot**CP2 Plosk in drža navzdol****CP3 Spustimo držaj****CP4 Noge naprej**

CP5 Žogica pod peto

CP6 Dežnik

CP7 Palica zadaj

CP8 Trik ob rokavu

CP9 Pod klopjo

CP10 Podrgniti travo

CP11 Žogica beži pred klinčkom

CP12 Žogica v krogu

PC1 Začrtajmo pot**PC2 Plosk in drža navzdol****PC3 Spustimo držaj****PC4 Enaki koraki**

PC5 Obrat in ciljanje

PC6 Dvig desne pete

PC7 Police

PC8 Urni udarci

1 Navigator**2 Oster strelec****3 Varuh časa****4 Korak nazaj****5 Kazen z izločitvijo****6 Balinanje****7 Do roba****8 Lestve****9 Slalom****10 Kača****11 Volovsko oko- čipanje****12 Balinanje II****13 Skakalec na otok****14 Srečen pristanek****15 Maščevanje džokejev****16 Mehak pristanek****17 Čez reko****18 Čistina****19 Napadanje baze****20 Žogica v sektorju****21 Tiger in Monty**

UČNA URA "dolge igre" NAČRT 1		Začetna raven golfa	1 & 2
Pridobivanje in razvijanje spretnosti			
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *			
Pred udarcem: Odgovoriti na vprašanja o varnosti * Pokazati znanje pravil in etike igranja na zelenici * Predstaviti pravilne elemente dolge igre Doseči standarde za dolgo igro		Ob igranju udarca: Pokazati pravilen prijem golfske palice * Udariti 3/5 prvih udarcev v zrak. *	
SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI	OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE	ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES	
Razumevanje uporabe železne palice v igralnih okoliščinah.	Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi	Razumeti pomen ustreznih ogrevalnih vaj za igranje golfa.	

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Izbrati udarec, ki ponese žogico najnižje nad zemljo, toda da še vedno lahko pristane na zelenici'
5 min	Ogrevanje	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Predstaviti posebne raztezne vaje za dolgo igro (zastava, enoroki razbojnik, helikopter, v luknjo, "šuš")
5 min	Uvod v varnost na golfskem igrišču	- S skupino razpravljati o vprašanih varnosti, npr. varna območja, predstava območja, uporaba 'trika', varna raba železnih palic, izbor žogic.
15 min	Uvod v tehniko dolge igre	Osredotočiti se na dele in rabo želez, ciljanje in pravilno položitev rok na palico (prijem): CILJANJE PRIJEM STIK IZVEDBA
15 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/ocenitev učenci delajo v parih kot 'učenci' in 'trenerji'.
15 min	Igra - dolga igra	- Začeti z igro z osredotočenjem na ciljanje in prijem. - Začetek -. kriteriji golfa - udariti 3/5 udarcev v zrak.
5 min	Evalvacija	- Učenci odgovarjajo na vprašanja o varnosti - Učenci pregledajo učne dosežke. - Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

- L1 Začrtajmo pot
- L2 Čez kovanec
- L3 Tračnice
- L4 Dvigniti in preveriti
- L5 Plosk in prijem
- L6 Kovanci
- L7 Kazalec
- L8 Držanje bankovca
- L9 Spust držaja
- L10 Majhen korak, večji korak
- L11 Priklon in odklon
- L12 Ravnotežje za uspeh
- L13 Odriv vstran
- L14 Rokovanje
- L15 Palci navzgor
- L16 Usmeritev
- L17 Noge spiyo/se zbudijo
- L18 Pokazati podplat
- L19 Vrata
- L20 Udariti klinčke
- L21 Noge skupaj
- L22 Otok šteti do dve
- L23 Ustaviti se, občutiti ...

- 1 Navigator
- 2 Oster strelec
- 3 Varuh časa
- 4 Korak nazaj
- 5 Kazen z izločitvijo
- 6 Balinanje
- 7 Do roba
- 8 Lestve
- 9 Slalom
- 10 Kača
- 11 Volovsko oko- čipanje
- 12 Balinanje II
- 13 Skakalec na otok
- 14 Srečen pristanek
- 15 Maščevanje džokejev
- 16 Mehak pristanek
- 17 Čez reko
- 18 Čistina
- 19 Napadanje baze
- 20 Žogica v sektorju
- 21 Tiger in Monty

UČNA URA "dolge igre" NAČRT 2

Začetna raven golfa

1&2

Pridobivanje in razvijanje spretnosti
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *
Pred udarcem:

Odgovoriti na vprašanja o varnosti *
 Pokazati znanje pravil in etike igranja na zelenici *
 Predstaviti pravilne elemente dolge igre
 Doseči standarde za dolgo igro

Ob igranju udarca:

Pokazati pravilno položaj in postavitev za zamah. *

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Razumevanje uporabe različnih železnih palic pri golfu in kako jih uporabljamo za doseganje različnih daljav.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Razumeti pomen ustreznih ogrevalnih vaj za igranje golfa.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Prikloniti se in poskočiti udariti in usmeriti'
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golf igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Ponoviti posebne raztezne vaje za dolgo igro - Učenci ponovijo vprašanja o varnosti.
5 min	Ponoviti osnovno postavitev za dolgo igro.	- Ponoviti ciljanje/prijem in osnove izvedbe dolgega udarca.
10 min	Nadaljevanje v tehniki dolge igre	- Predstaviti stojišče in postavitev: STOJIŠČE POSTAVITEV IZVEDBA
15 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/ocenitev učenci delajo v parih kot 'učenci' in 'trenerji'.
10 min	Igra - dolga igra	- Začeti z igro z osredotočenjem na polno postavitev in stik.
10 min	Ocenitev	- Začetek- kriteriji golfa - predstaviti pravilno stojišče za udarec. - Učenci pregledajo učne dosežke.
5 min	Evalvacija	- Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

- L1 Začrtajmo pot
- L2 Čez kovanec
- L3 Tračnice
- L4 Dvigniti in preveriti
- L5 Plosk in prijem
- L6 Kovanci
- L7 Kazalec
- L8 Držanje bankovca
- L9 Spust držaja
- L10 Majhen korak, večji korak
- L11 Priklon in odklon
- L12 Ravnotežje za uspeh
- L13 Odriv vstran
- L14 Rokovanje
- L15 Palci navzgor
- L16 Usmeritev
- L17 Noge spiyo/se zbudijo
- L18 Pokazati podplat
- L19 Vrata
- L20 Udariti klinčke
- L21 Noge skupaj
- L22 Otok šteti do dve
- L23 Ustaviti se, občutiti ...

- 1 Navigator
- 2 Oster strelec
- 3 Varuh časa
- 4 Korak nazaj
- 5 Kazen z izločitvijo
- 6 Balinanje I
- 7 Do roba
- 8 Lestve
- 9 Slalom
- 10 Kača
- 11 Volovsko oko- čipanje
- 12 Balinanje II
- 13 Skakalec na otok
- 14 Srečen pristanek
- 15 Maščevanje džokejev
- 16 Mehak pristanek
- 17 Čez reko
- 18 Čistina
- 19 Napadanje baze
- 20 Žogica v sektorju
- 21 Tiger in Monty

UČNA URA "dolge igre" NAČRT 3

Začetna raven golfa

1 & 2
Pridobivanje in razvijanje spretnosti
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *
Pred udarcem:

Odgovoriti na vprašanja o varnosti *

Pokazati znanje pravil in etike igranja na zelenici *

Predstaviti pravilne elemente dolge igre

Doseči standarde za dolgo igro

Ob igranju udarca:

Udariti 3/5 udarcev 25 m daleč v zrak na 'čistino'. *

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Razumevanje uporabe različnih železnih palic pri golfu in kako jih uporabljamo za doseganje različnih daljav.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Razumeti pomen ustreznih ogrevalnih vaj za igranje golfa.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golf igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Ponoviti posebne raztezne vaje za dolgo igro - Učenci ponovijo vprašanja o varnosti.
5 min	Ponoviti osnovno postavitev za dolgo igro.	- Ponoviti rutino za pripravo na udarec, osredotočiti se na stalno rutino z uporabo "drila".
10 min	Nadaljevanje v tehniki dolge igre	- Nadaljevati z razvijanjem ZAMAHA NAZAJ .
15 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/ocenitev učenci delajo v parih kot 'učenci' in 'trenerji'.
10 min	Igra - dolga igra	- Začeti z igro z osredotočenjem na zamah.
10 min	Ocenitev	- Začetek - kriteriji golfa - udariti 3/5 udarcev vsaj 25 metrov v zrak na čistino.
5 min	Evalvacija	- Učenci pregledajo učne dosežke. - Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

- L1 Začrtajmo pot**
- L2 Čez kovanec**
- L3 Tračnice**
- L4 Dvigniti in preveriti**
- L5 Plosk in prijem**
- L6 Kovanci**
- L7 Kazalec**
- L8 Držanje bankovca**
- L9 Spust držaja**
- L10 Majhen korak, večji korak**
- L11 Priklon in odklon**
- L12 Ravnotežje za uspeh**
- L13 Odriv vstran**
- L14 Rokovanje**
- L15 Palci navzgor**
- L16 Usmeritev**
- L17 Noge spiyo/se zbudijo**
- L18 Pokazati podplat**
- L19 Vrata**
- L20 Udariti klinčke**
- L21 Noge skupaj**
- L22 Otok šteti do dve**
- L23 Ustaviti se, občutiti ...**

- 1 Navigator**
- 2 Oster strelec**
- 3 Varuh časa**
- 4 Korak nazaj**
- 5 Kazen z izločitvijo**
- 6 Balinanje**
- 7 Do roba**
- 8 Lestve**
- 9 Slalom**
- 10 Kača**
- 11 Volovsko oko- čipanje**
- 12 Balinanje II**
- 13 Skakalec na otok**
- 14 Srečen pristanek**
- 15 Maščevanje džokejev**
- 16 Mehak pristanek**
- 17 Čez reko**
- 18 Čistina**
- 19 Napadanje baze**
- 20 Žogica v sektorju**
- 21 Tiger in Monty**

UČNA URA "dolge igre" NAČRT 4

Začetna raven golfa

1&2

Pridobivanje in razvijanje spretnosti
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *
Pred udarcem:

Odgovoriti na vprašanja o varnosti *
 Pokazati znanje pravil in etike igranja na zelenici *
 Predstaviti pravilne elemente dolge igre
 Doseči standarde za dolgo igro

Ob igranju udarca:

Pokazati praviln položaj in postavitev za zamah. *
 Udariti 3/5 udarcev 25 m daleč v zrak na 'čistino'. *

SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI

Razumevanje uporabe različnih železnih palic pri golfu in kako jih uporabljamo za doseganje različnih daljav.

OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE

Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi

ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES

Razumeti pomen ustreznih ogrevalnih vaj za igranje golfa.

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Rokovati se oprijeti in usmeriti'
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golf igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Ponoviti posebne raztezne vaje za dolgo igro - Učenci ponovijo vprašanja o varnosti.
5 min	Ponoviti osnovno postavitev za dolgo igro.	- Ponoviti rutino za pripravo na dolgo igro, osredotočiti se na stalno rutino z uporabo "drila".
10 min	Napredek v tehniki dolge igre	- Nadaljevati z razvijanjem zamaha nazaj, osredotočiti se na ravnotežje: POPOLN ZAKLJUČEK
15 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/ocenitev učenci delajo v parih kot 'učenci' in 'trenerji'.
10 min	Igra - dolga igra	- Uvesti igro z osredotočenjem na polno postavitev in ravnotežje.
10 min	Ocenitev	- Začetek - kriteriji golfa - udariti 3/5 udarcev vsaj 25 metrov v zrak na čistino.
5 min	Evalvacija	- Učenci pregledajo učne dosežke. - Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

L1 Začrtajmo pot
L2 Čez kovanec
L3 Tračnice

- L4 Dvigniti in preveriti
- L5 Plosk in prijem
- L6 Kovanci
- L7 Kazalec
- L8 Držanje bankovca
- L9 Spust držaja
- L10 Majhen korak, večji korak
- L11 Priklon in odklon
- L12 Ravnotežje za uspeh
- L13 Odriv vstran
- L14 Rokovanje
- L15 Palci navzgor
- L16 Usmeritev

L17 Noge spijo/se zbudijo
L18 Pokazati podplat

- L19 Vrata
- L20 Udariti klinčke
- L21 Noge skupaj

L22 Otok šteti do dve

- L23 Ustaviti se, občutiti ...

1 Navigator
2 Oster strelec
3 Varuh časa
4 Korak nazaj
5 Kazen z izločitvijo
6 Balinanje
7 Do roba
8 Lestve
9 Slalom
10 Kača
11 Volovsko oko- čipanje
12 Balinanje II
13 Skakalec na otok
14 Srečen pristanek
15 Maščevanje džokejev
16 Mehak pristanek
17 Čez reko
18 Čistina
19 Napadanje baze
20 Žogica v sektorju
21 Tiger in Monty

UČNA URA "dolge igre" NAČRT 5		Začetna raven golfa	1&2
Pridobivanje in razvijanje spretnosti			
Kriteriji za mladinsko golf izkaznico *			
Pred udarcem: Odgovoriti na vprašanja o varnosti * Pokazati znanje pravil in etike igranja na zelenici * Predstaviti pravilne elemente dolge igre Doseči standarde za dolgo igro		Ob igranju udarca: Pokazati pravilni položaj in postavitve za zamah. * Udariti 3/5 udarcev 25 m daleč v zrak na 'čistino'. *	
SELEKCIJA & RABA SPRETNOSTI	OCENITEV & IZBOLJŠEVANJE	ZNANJE O ZDRAVJU & FITNES	
Razumevanje uporabe različnih železnih palic pri golfu in kako jih uporabljamo za doseganje različnih daljav. Kako lahko teren in elementi vplivajo na izbiro palice za udarec.	Delo v parih kot 'igralec' in 'trener', da dobimo povratno mnenje o partnerjevi predstavi	Razumeti pomen ustreznih ogrevalnih vaj za igranje golfa.	

ČAS	AKTIVNOST	IDEJE ZA ZAČETEK 'Podrgniti travo in zadržati do dve'
5 min	Ogrevanje in ponovitev varnosti na golf igrišču	Zabavne ogrevalne aktivnosti - Ponoviti posebne raztezne vaje za dolgo igro - Učenci ponovijo vprašanja o varnosti.
5 min	Ponoviti osnovno postavitve za dolgo igro.	- Ponoviti rutino za pripravo na dolgo igro, osredotočiti se na stalno rutino z uporabo "drila".
10 min	Nadaljevanje v tehniki dolge igre	- Nadaljevati z razvijanjem zamaha, osredotočiti se na ravnotežje: POPOLN ZAKLJUČEK
15 min	Izvedba z učenci	- Čas za vadbo/ocenitev učenci delajo v parih kot 'učenci' in 'trenerji'.
10 min	Igra - dolga igra	- Uvesti igro z osredotočenjem na polno postavitve in ravnotežje.
10 min	Ocenitev	- Začetek - kriteriji golfa - udariti 3/5 udarcev vsaj 25 metrov v zrak na čistino.
5 min	Evalvacija	- Učenci pregledajo učne dosežke. - Vodja naj preveri znanje učencev z izpraševanjem.

L1	Začrtajmo pot
L2	Čez kovanec
L3	Tračnice
L4	Dvigniti in preveriti
L5	Plosk in prijem
L6	Kovanci
L7	Kazalec
L8	Držanje bankovca
L9	Spust držaja
L10	Majhen korak, večji korak
L11	Priklon in odklon
L12	Ravnotežje za uspeh
L13	Odriv vstran
L14	Rokovanje
L15	Palci navzgor
L16	Usmeritev
L17	Noge spijo/se zbudijo
L18	Pokazati podplat
L19	Vrata
L20	Udariti klinčke
L21	Noge skupaj
L22	Otok šteti do dve
L23	Ustaviti se, občutiti ...

1	Navigator
2	Oster strelec
3	Varuh časa
4	Korak nazaj
5	Kazen z izločitvijo
6	Balananje
7	Do roba
8	Lestve
9	Slalom
10	Kača
11	Volovsko oko- čipanje
12	Balananje II
13	Skakalec na otok
14	Srečen pristanek
15	Maščevanje džokejev
16	Mehak pristanek
17	Čez reko
18	Čistina
19	Napadanje baze
20	Žogica v sektorju
21	Tiger in Monty

Devet temeljnih vrednot

Devet temeljnih vrednot, ki predstavljajo nekaj od mnogih pozitivnih vrednot, povezanih z igro golfa.

1. POŠTENOST

Kvaliteta (lastnost) ali stanje biti resnicoljuben; ne varljiv (zmoten)

Golf je edinstven po tem, da se igralci, za razliko od ostalih športov, redno in po predpisih kazni pripisujejo sami.

2. INTEGRITETA

Striktna vdanost (privrženost) standardom vrednosti ali vodenja. Osebna poštenost in neodvisnost.

Golf je igra poštenosti, etikete in umirjenosti. Odgovoren si za svoja dejanja in vodenje samega sebe na igrišču.

3. ŠPORTNIŠTVO (FAIR VEDENJE)

Držati se pravil igre ter zmagovati ali izgubljati z vljudnostjo, naklonjenostjo.

Poznati moraš pravila golfa, se jih držati in biti zmožen vodenja samega sebe na spoštljiv način.

4. SPOŠTOVANJE

Čutiti ali izkazati spoštljiv odnos do; čislanje (spoštovanje, cenjenje)

V golfu je pomembno izkazati spoštovanje do samega sebe, svojih staršev, svojih nasprotnikov, do igrišča za voljo časti in tradicije te igre.

5. SAMOZAVEST

Verjeti vase. Zaupanje v samega sebe.

Samozavest igra ključno vlogo na stopnji igre, ki jo dosežeš. Vsakokrat, ko igraš, moraš zaupati v svoje zmožnosti.

6. ODGOVORNOST

Odgovarjati za svoja dejanja; biti zanesljiv.

V golfu si odgovoren za zase in za svoja dejanja na igrišču. Na tebi je, da si zapisuješ rezultate, popravljaš travne ruše, pograbiš bunker za seboj, popraviš odtise svoje žogice na zelenici in skrbiš za dovolj hiter tempo igre.

7. VZTRAJNOST

Vztrajati pri ideji, namenu ali nalogi kljub oviram.

Da bi uspel v golfu, se moraš naučiti vztrajnosti tudi v slabih trenutkih in lastnih napakah.

8. SPOŠTLJIVOST, VLJUDNOST

Obzirno vedenje do drugih.

Krog igre naj bi se v golfu začel in končal z rokovanjem med soigralci. Izkazati spoštljivost do drugih s tem, da si pri miru in tiho, ko se pripravljajo na in ko izvajajo udarec.

9. PREUDARNOST, RAZSODNOST

Zmožnost odločitve ali mnenja. Odločitev po premisleku.

V golfu je razsodnost ključnega pomena. Pri igri se pokaže pri izbiri strategije posameznika, izbiri palice, kdaj igrati varno in kdaj tvegati, kateri udarec izbrati, kot tudi nenehno razumevanje in držanje etikete.



