

Lokaverkefni



Efnisyfirlit

| | |
|--|---|
| 1. Inngangur | 3 |
| 2. Upplýsingaöflun..... | 3 |
| 3. Markmið..... | 4 |
| 3.1. Aðalmarkmið námskeiðsins..... | 4 |
| 3.2. Aðalmarkmið golfklúbbana | 4 |
| 4. Hvers vegna Grænakortsnámskeið..... | 5 |
| 4.1. Staðreyndir | 5 |
| 4.2. Vandamál klúbbana | 5 |
| 4.3. Leikhraði og skilningur..... | 5 |
| 5. Hvernig | 6 |
| 5.1. Byrjun | 6 |
| 5.2. PGA á Íslandi..... | 6 |
| 5.3. Fá GSÍ í samstarf | 6 |
| 5.4. Golfklúbbarnir..... | 6 |
| 6. Forsendur | 6 |
| 6.1. PGA kennari..... | 6 |
| 6.2. Markhópur..... | 6 |
| 6.3. Æfingasvæði | 6 |
| 6.4. Hvenær..... | 6 |
| 7. Vinnuferli | 7 |
| 7.1. Verkefni..... | 7 |
| 8. Skipulag | 7 |
| 9. Framkvæmd | 8 |
| 9.1. Námskeiðs..... | 8 |
| 10. Æfingar | 8 |
| 11. Útkoma..... | 9 |
| 12. Lokaorð | 9 |
| 13. Heimildaskrá..... | 9 |

1. Inngangur

Í þessu verkefni tek ég fyrir byrjendanámskeið fyrir golfklúbba á Íslandi sem ég kalla Grænakortsnámskeið.

Einnig mun ég útskýra þörfina og markmið þessa námskeiðs sem spannar mjög vítt svið.

Ég mun í þessu verkefni setja upp mjög ítarlegt námskeið og fara í gegnum dagskrá, vinnuferli, framkvæmd, hvers vegna og hvernig.

Aðaláherslan í verkefninu verður dagskrá námskeiðsins sem inniheldur tímaseðla, æfingar, próf spilabjálfun o. fl.

2. Upplýsingaöflun

Uppbygging og efni er að mestu unnið frá grunni eða úr mínum eigin gagnabanka.

Annað efni sem stuðst hefur verið við er í heimildaskrá.

2.1. Efni

Dagskrá:

Er unnin frá grunni en stuðst við dagskrágerð sem ég hef unnið með síðastliðin ár fyrir golfklúbb Keili.

Innihald tímaseðla:

Er að mestu unnin frá grunni en æfingar og skipulag úr mínu eigin safni sem ég notast við í daglegu starfi.

Annað efni:

Eru glósur úr golfkennaraskólanum og ýmsar ritgerðir og heimildir.

3. Markmið

3.1 *Aðalmarkmið Grænakortsnámskeiðs.*

- 1) Er fyrst og fremst að ná árangri í byrjendakennslu.
- 2) Að tryggja byrjendum grunnkennslu.
- 3) Sjá til þess að byrjandi fái þá grunnkennslu sem til þarf að spila golf sér til ánægju.
- 4) Að byggja áhrifaríka og árangursmiðaðri hópaþjálfun.
- 5) Byggja upp áhugasaman byrjenda.
- 6) Að tryggja alhliðaþjálfun –tækni sem nær til gróf- og fínhreyfinga í gegnum æfingar og leiðsögn.

3.2 *Aðalmarkmið Golfklúbba á Íslandi.*

- 1) Er fyrst og fremst metnaður þeirra að þjónusta byrjendur.
- 2) Bæta gæði á byrjendakennslu í golfklúbbum.
- 3) Ítarleg uppbygging námskeiðs skilar byrjendum á betri stað
- 4) Að allir klúbbar bjóði upp á sama golfnámskeið.
- 5) Að hafa skýra stefnu í byrjendakennslu.
- 6) Að bjóða upp á aðdúnarverða umgjörð sem laðar að byrjendur.

4. Hvers vegna Grænakortnámskeið?

4.1. Staðreyndir

Þessi áhugaverði leikur sem snýst í kringum litla hvíta kúlu er að verða ein eftirsóttasta íþrótt hér á landi sem erlendis.

Einhversstaðar verðum við að byrja þar sem klúbbarnir eru margir hverjir orðnir þétt setnir og margir byrjendur vilja komast að í golfklúbbum og læra golf.

4.2. Vandamál klúbbana.

Sumir klúbbar hafa boðið upp á byrjendanámskeið og aðrir ekki. Þeir sem ekki bjóða upp á námskeið hafa ýmis vandamál í sínum klúbb og hægt er að nefna marga þætti því til stuðnings. Fyrst ber að nefna þá staðreynd að byrjendur hafa lítinn sem engan leikskilning og kunna ekki leikreglurnar og eru því mun lengur að spila en aðrir sem verður til þess að golfhringurinn tekur mun lengri tíma en hann á að gera. Sumir klúbbar hafa sett forgjafartakmörk til að vinna á móti þessu vandamáli en það ætti ekki að vera nauðsyn ef klúbbarnir bjóða upp á Grænakortnámskeið sem útskrifar byrjendur mun hæfari en áður og jafnvel hæfari til að spila en þeir sem eru nú þegar út á velli að tefja leik með seinagangi.

4.2. Leikskilningur og leikreglur.

Mikill hluti námskeiðsins fer fram á golfvelli þar sem lögð verður áhersla á leikskilning og leikreglur samhliða spilaþjálfun hvers og eins.

5. Hvernig

5.1. Byrjun

Áætlunargerð er flókið ferli sem ber að ígrunda vel. Huga þarf að mörgum þáttum við þjálfunaruppbyggingu og skipulagningu á fjölbreyttri kennslu.

5.2. PGA á Íslandi.

Setur saman vinnunefnd til að yfirfara Grænakortsnámskeiðið og skilar inn hugmyndum að breytingum og lagfæringum til samþykktar.

5.3. Fá GSÍ í samstarf.

Fulltrúar PGA á Íslandi sannfæri GSÍ á þörfinni og leggi fram heilsteypa umgjörð utan um Grænakortsnámskeið sem t.d. allir 18 holu golfklúbbar verða að halda. Síðar mun GSÍ beita sér fyrir því að golfklúbbarnir haldi Grænakortsnámskeið.

5.4. Golfklúbbarnir.

Golfklúbbarnir kaupa námskeiðspakkann hjá PGA á Íslandi eða GSÍ sem þeirra kennari notast við.

6. Forsendur

6.1. PGA kennari.

Umsjónarmaður Grænakortsnámskeiðs verður að vera PGA kennari. Golfleiðbeinandi getur séð um kennslu en PGA kennari getur einn útskrifað.

6.2. Markhópur.

Hægt er að hafa upp undir 50 manns í bóklega tímanum en mest 6 í hóp í verklegri kennslu á einn kennara. Hægt er því að keyra fleiri hópa samtímis ef fleiri kennarar eða leiðbeinendur eru til staðar og að æfingasvæði bjóði upp á slíkan fjölda.

6.3. Æfingasvæði.

Þúttflöt – Vippsvæði – Pitchflöt – Glompa – Æfingasvæði - Golfvöllur og umhverfi hans.

6.4. Hvenær.

Æskilegt er að hafa bóklega tímann fyrir tímabil eða á bilinu byrjun apríl- miðjan maí. Verklega kennslan þarf að fara fram í byrjun tímabils eða fyrr ef aðstæður leyfa.

7. Vinnuferli

7.1. Verkefnis.

- 1) Punkta niður alla þá þætti sem þurfa að koma í ítarlegu námskeiði.
 - a. Þemur
- 2) Ákveða lágmarks lengd og magn hvers þáttar fyrir sig.
 - a. Taka fyrir sem flesta þætti.
- 3) Beinagrind utan um námskeið.
 - a. Röðun á þemum úr því auðveldra í það flókna.
- 4) Skipting tíma.
 - a. Ákveða tíma fyrir hvern þátt.
- 5) Tímaseðlagerð.
 - a. Tímaseðlagerð fyrir hvern þátt fyrir sig með æfingum og skipulagi.
- 6) Próf.
 - a. Val á æfingum, erfileika og útreikningi eftir niðurstöðum.
- 7) Ritgerð.
- 8) Úrvinnsla og útlitshönnun.

8. Skipulag

Markviss vinna og skipulag einkennir góðan golfkennara.

Við gerð dagskrá og tímaseðlagerð er lögð áhersla á tækni, grunnstöður og hreyfingar ásamt golfleik og reglum.

Dagskrá námskeiðs byrjar á bóklega tímanum og fer úr því auðveldra í það erfiðra og líkur á bæði bóklegu og verklegu prófi. Hver dagur er hugsaður með 2-2½ klst. í kennslu og æfingar og síðan lágmark 60mín í spilabjálfun á spíladögum. Stutt hlé á milli þema er æskilegt.

9. Framkvæmd

9.1. Námskeiðs.

- 1) Auglýsa bóklegan tíma á heimasíðu golfklúbbs og með skeytasendingu í pósti, e-mail eða sms.
- 2) Bóklegur tími.
- 3) Námskeið.
- 4) Próf.
- 5) Útskrift og úthlutun skírteinis.

10. Æfingar

Æfingar

Áherslur

| | |
|-------------------|--|
| Bóklegur tími. | Golfklúbburinn, Saga og arfleið, Umgengis-, síða- og golfreglur – Forgjöf – Golf.is - Spurningar og umræður. |
| Pútt | Grunnur, stefna og lengdarstjórnun |
| Pútt-vipp | Flug og rennsli |
| Vipp | Grunnur, Samband flug og rúlls og halli. |
| Fleyghögg (pitch) | Grunnur, Lengd og flughæð |
| Sveifla | Grunnur, Stefna, lengd, flug, teighögg, erfið lega, Impact faktorar. |
| Glompa | Grunnur |
| Spil | Síðir, Leikreglur, leikskilningur, leikhraði, skortkort, vanaferli, talning. |
| Próf | Bóklegt, leikhraða og getupróf í stutta spili |

11. Útkoma

Betra skipulag og eftirfylgni hjá klúbbum og minnkar álag á stærri golfvöllum landsins. Byrjandi verður fyrr sjálfstæður og öruggur á velli. Markvisst golfnámskeið og áætlunargerð tryggir samfellu í þjálfun og gefur iðkendahóp og hverjum og einum kyfing bestu möguleika á framförum

12. Lokaorð

Það er engin ein best leið til að halda og framkvæma Grænakortsnámskeið. Það eru til fjölmargar leiðir til að búa til árangursrík golfnámskeið. Þessi aðferð er byrjunin og mun án efa breytast til hins betra. Allir golfkennarar sem vinna að árangurstengdri þjálfun þurfa að vinna eftir sameiginlegri stefnu og sameiginlegum markmiðum í sinni uppbyggingu.

Þörfin er svo sannarlega til staðar og fannst mér ég þurfa mæta þessu viðfangsefni með því að koma með tilbúið 20klst. ítarlegt námskeið sem tekur á langflestum þáttum sem byrjandi þarf að læra svo hann geti leikið golf sér til ánægju og yndisauka án nokkurrar áhyggja um að vera fyrir öðrum eða tefja leik.

Auðunn Einarsson

13. Heimildaskrá

Við gerð þessa verkefnis var stuðst við eftirfarandi heimildir.

Janus Guðlaugsson. 2007 *Skipulag Golfþjálfunar*.

Pelz Golf Institute. *Scoring Game Handicap*.

PGA Teaching Manual. 1990. *Chapter 15, Teaching Groups, Clinics and schools*.

Hörður Arnar Hinriksson. 2006. *Saga Golfsins*. (þýðing)

Jón Halldór Garðarsson og Janus Guðlaugsson. 2008 *Golfklúbbur Keilir. Leið að enn betri árangri*.