

Einführung

07

Kapitel 1:

Ballschule Grundphilosophie

11

Struktur und Abfolge der Ballschulstufen

12

Ballschul-Leitlinien (Stufen 1 bis 3)

13

Kapitel 2:

Ballschule (Stufen 1 bis 3)

Ziele, Inhalte & Methoden

19

Ziele der Ballschulprogramme

20

Das ABC der Mini-Ballschule

20

Das ABC der sportspielübergreifenden Ballschule

22

Das ABC der sportspielgerichteten Ballschulen

23

Rückschlagspiele: Einzel & Mannschaft

24

Zielschusssspiele: Torschuss & Wurf

25

Inhalte & Methoden der Ballschulprogramme

28

Zusammenfassung

30

Kapitel 3:

Ballschule Golf (Stufe 4)

Ziele, Inhalte & Methoden

33

Einführung: Ballschule & Golf?

34

Einordnung der Ballschule Golf

37

Ballschul-Leitlinien (Stufe 4)

38

Ziele: das ABC für Golffanfänger

A: Golfspezifisch gewichtete koordinative Basiskompetenzen	44
B: Sportspielgerichtete technische Basiskompetenzen	44
C: Golfspezifische technische Basiskompetenzen	46
Inhalte & Methoden	48
Zusammenfassung	49
Kapitel 4:	
Einführung in den Praxisteil	51
Aufbau und Register	52
Golfequipment und Spielmaterialien/Sportgeräte	59
Darstellungsform	61
Kapitel 5:	
Säule A: Golfspezifisch gewichtete koordinative Basiskompetenzen	66
Kapitel 6:	
Säule B: Sportspielgerichtete technische Basiskompetenzen	101
Kapitel 7:	
Säule C: Golfspezifische technische Basiskompetenzen	137
Literatur	172
Bildnachweise	174