

Instructional Booklet for Kids

1

PERSONAL TEE

Green Tee

LEVEL ONE



U.S. Kids Golf

www.uskidsgolf.com.ua



УСКИДСГОЛФ

ОБУЧАЮЩИЕ ПРОГРАММЫ **ТУРНИРЫ** **ГОЛЬФ-ИНВЕНТАРЬ**



U.S. Kids Golf Foundation является некоммерческой организацией, которая была основана в 2001 году. Функция U.S. Kids Golf Foundation заключается в том, чтобы и детей и их семьи была возможность играть в гольф, получить при этом инструкции тренера и участия в соревнованиях. Сегодня U.S. Kids Golf Foundation проводит более 400 местных, региональных, национальных и международных мероприятий.

U.S. ГИКСИД
Фонд U.S. Kids Golf - позволить детям учиться игре в гольф, велело provide время, и позволить взаимодействие между детьми и взрослыми семья, ведь это то, что вызывает долговременное востановление.

U.S. ИСТОРИЯ
Фондация U.S. Kids Golf впервые была учреждена в январе 2007 года и велела своей задачей проблемы, с которой лично столкнулся ее основатель, Дэн Ван Норт-Ден при маме, когда закончил своих детей с гольфом. Его дети, 34 и 8 лет, значила отключить к игре с инвентарем, но волею гольф нежелательна не прекращать.

«Для нас это не было простым проведением времени, - делится востановлением Ван Норт, - наоборот, они потеряли интерес к игре после травмы 15 минут. В те моменты не было, что делало их более устойчивой игрой. Они не только просят мам делиться при выполнении действий, но и отбрасывали мячики от себя».

www.uskidsgolf.com.ua



УСЛУЖИВАНИЕ КЛИЕНТА

ОБУЧАЮЩИЕ ПРОГРАММЫ **ТУРНИРЫ** **ГОЛЬФ-ИНВЕНТАРЬ**



U.S. Kids Golf Foundation является некоммерческой организацией, которая была основана в 2001 году. Миссия U.S. Kids Golf Foundation заключается в том, чтобы с детьми и их семьями была возможность играть в гольф, получать при этом инструкции тренеров и участвовать в соревнованиях. Сегодня U.S. Kids Golf Foundation проводит более 400 мероприятий, соревнований, мероприятий и международных мероприятий.

U.S. РАБОТА
Миссия U.S. Kids Golf — помочь детям учиться игре в гольф, весело проводить время, и поощрять взаимодействие между всеми членами семьи, ведь это то, что является отличным вознаграждением.

U.S. ИСТОРИЯ
Организация U.S. Kids Golf впервые была учреждена в январе 2007 года и являла собой реакцию проблемы, с которой лично столкнулся ее основатель, Дэн Ван Кларк (Dan Van Clark), когда узнал о своих детях с гольфом. Его дочь, 5-и и 8-и лет, сначала отнеслась к игре с энтузиазмом, но вскоре гольф перестал ее интересовать.

С тех пор это не было простым проведением времени, — делится воспоминаниями Ван Кларк, — казалось, они потеряли интерес к игре после пары (2-3 лет). В то время я не знал, что делать, чтобы вернуть интерес. Они не только потеряли мою детей, но и потеряли интерес к игре.

ВВЕДЕНИЕ

В ПРОГРАММУ PERSONAL TEE

Обучение гольфу это большой вызов для каждого, а для детей еще больший. Длина стандартного гольф поля и запутанность правил могут оттолкнуть ребенка настолько, что после первых уроков гольфу их отвернет от этой игры, возможно навсегда.

Это главная причина, почему организация U.S. Kids Golf совместно с профессионалами из PGA создали Personal Tee™ Golf Learning Program.

Эта уникальная программа предназначена для профессионалов PGA и LPGA, помогает им удерживать баланс между строгим инструктежем и мотивированием ребенка так, чтобы ему было интересно, и вдохновляет маленького гольфиста к раскрытию всего его потенциала в гольфе, а не привела к потере интереса к игре.



На идеальном поле для гольфа есть так называемые передние ти - зеленое и золотое, которые расположены перед красным ти. Эти ти находятся на разных расстояниях, от лунки, эти значения указаны в табличке.

Каждому из меньших ти соответствует одно руководство Personal Tee™ Golf Learning Program.

ПРИБЛИЗИТЕЛЬНОЕ РАССТОЯНИЕ 18 ЛУНОК

Зелёное ти	2000 м.
Золотое ти	3400 м.
Красное ти	5400 м.
Синее ти	5700 м.
Жёлтое ти	5900 м.



Начните изучение с Первой ступени - Green Tee которое так же как и другие ступени соответствует ти такого же цвета на гольф полях для игроков всех уровней. Расстояние отти клунке, которе считается оптимальным наведены в табличке.

Так как красное ти для начинающих гольфистов чересчур длинное, на поле добавлено еще два ти - зеленое и золотое, которые сокращают длину поля или длину отдельных лунок.

Это придает ребенку больше смелости в игре, так как расстояние к цели становится короче и он получает больше уверенности для его преодоления. Темп игры улучшается, и игра становится более захватывающей как для детей, так и для родителей.

Гольф без добавочных ти можно сравнить с лыжным спортом,

когда у начинающего лыжника нет возможности тренироваться на голубых трасах, а предстоит сразу освоить черные.

Каждое руководство как и это содержит инструкции по основным общим элементам игры. В дальнейшем с растущей сложностью добавляются все новые элементы. При этом обучающийся может начать с любой ступени, соответственно определенной тренером. Как только ученик закончит книжку он может начать проходить следующую ступень, она связана с предыдущей и дает возможность перейти играть на ти следующего цвета.

Для родителей данное руководство служит инструкцией, при помощи которой они могут следить за успехами своего ребенка, а также дает информацию о том, что ждет его впереди.

ПАТТИНГ

УПРАЖНЕНИЕ



Начни на паттинг грине (putting green)

Наилучшим местом для начала обучению гольфу является именно паттинг грин.



1

Большие пальцы сверху

Оставь руки свободно висящими от плеч вниз и возьми рукоятку (грип) клюшки так, чтобы оба пальца находились сверху.



3

Глаза над шариком

Твои глаза должны быть точно над мячиком, чтобы можно было хорошо прицелиться.

4

Замах = Заведение

При тренировке удара сохраняя «У» и держи такое же расстояние и темп заведения, как и при замахе.

2

Сохранение позиции «У»

Руки и паттер (клюшка) образуют букву «У». Положите мячик посередине между левой и правой ступнями. Расслабьтесь.



АТТЕСТАЦИЯ



Инструктор отметит тебе номер пройденного шага.

Инициалы _____ Дата _____

- 1 Большие пальцы сверху _____
- 2 Стойка «У» _____
- 3 Глаза над мячиком _____
- 4 N = P _____

Заметки

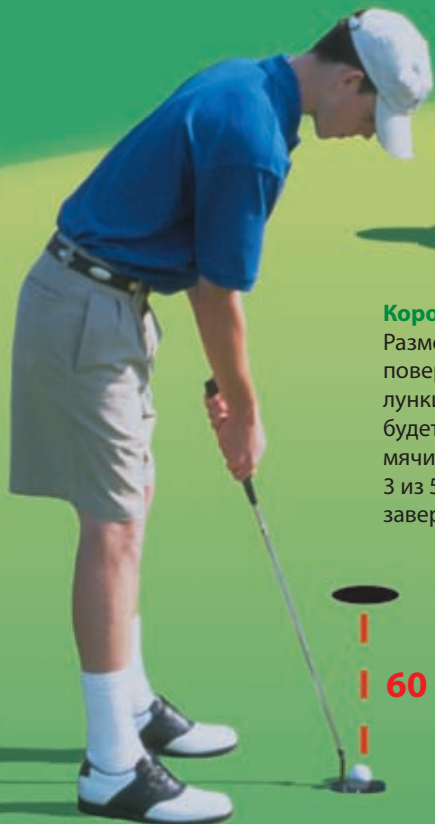
ПАТТИНГ

ТЕСТ МАСТЕРСТВА



Дайте Вашему мастерству поработать

После тренировки паттинга можешь приступить к Тесту мастерства. Он имеет две части – короткий патт и средний патт. Оба теста нужно провести в присутствии инструктора. Как только пройдёшь тест, тренер своей подписью подтвердит успешное окончание теста. После окончания обоих тестов Вы закончите курс первой ступени – Green Tee.

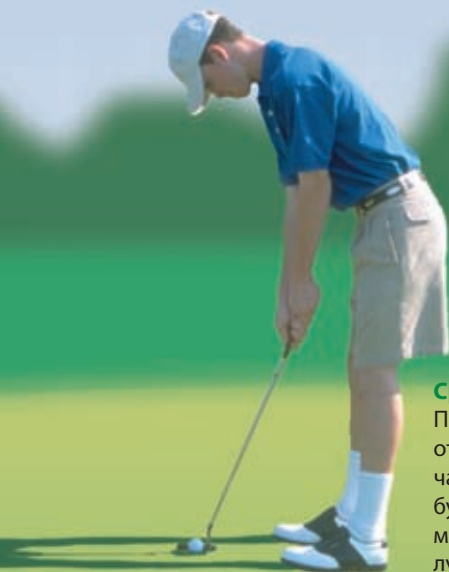


1

Короткий патт

Размести мячик на ровной поверхности в 60 см от лунки. Успешным паттом будет удар, при котором мячик закатывается в лунку. 3 из 5 твоих удара должны завершиться успехом.





3 м



Средний патт

Положи мячик в трёх метрах от лунки на ровную и плоскую часть поля. Успешным паттом будет патт, если откатывание мячика максимум 20 см за лунку, ни в коем случае перед лункой. 3 удара из 5 должны быть успешными.

АТТЕСТАЦИЯ



Инструктор отметит тебе номер пройденного шага.

Инициалы _____ Дата _____



Короткий патт _____
успешных _____ из 5 попыток



Средний патт _____
успешных _____ из 5 попыток

Заметки

ЧИППИНГ

УПРАЖНЕНИЕ



В притык с полем

Чиппинг («chipping») похож на паттинг с несколькими небольшими отличиями. Начни семёркой айроном, результатом будет низколетающий удар.



1

Сосиска в тесте

Держи рукоятку грипп (грип) клюшки всеми десятью пальцами, а потом возьми «сосиску» (левый большой палец) в тесто («правая ладонь»).

3

Глаза над мячиком

Твои глаза должны находиться точно над мячиком, точно также как и при паттинге.

4

Замах = Заведение

При тренировке удара сохраняй «У» и держи такое же расстояние и темп заведения, как и при замахе.



2

«Большой палец позади»

Положи мячик посредине, после придвинь мячик назад, чтобы он был напротив большого пальца ноги, которая более удаленная от лунки. Держи ноги ближе друг к другу.



АТТЕСТАЦИЯ

Инструктор отметит тебе номер пройденного шага.

Инициалы Дата

- | | | | |
|---|------------------------|-------|-------|
| 1 | Сосиска в тесте | _____ | _____ |
| 2 | «Большой палец позади» | _____ | _____ |
| 3 | Глаза над мячиком | _____ | _____ |
| 4 | N = P | _____ | _____ |

Заметки

ЧИППИНГ

ТЕСТ МАСТЕРСТВА



Дайте Вашему мастерству поработать

После достижения целей упражнения чиппинга можешь снова приступить к Тесту мастерства, который тоже имеет две части: короткий чип и средний чип. Оба теста нужно пройти в присутствии инструктора. Как только ты пройдёшь тест, тренер своей подписью подтвердит успешное окончание теста. После окончания двух тестов эта часть Первой ступени Green Tee будет за Вами.



1

Короткий чип

Разместите мячик в 6 метрах от лунки. Успешный чип это удар, после которого мячик окажется в максимально 3 метрах за лункой, но ни в коем случае не перед. 3 из 5 твоих ударов должны увенчаться успехом.


2

Средний чип

Расположи мячик на расстоянии 12 метров от лунки. Успешный чип это удар, если мячик остановится на расстоянии максимально 6 метров за лункой, но ни в коем случае не перед. 3 из 5 твоих удара должны увенчаться успехом.

АТТЕСТАЦИЯ



Инструктор отметит тебе номер пройденного шага.

Инициалы _____ Дата _____

①

Короткий чип _____

успешных _____ из 5 попыток

②

средний чип _____

успешных _____ из 5 попыток

Заметки

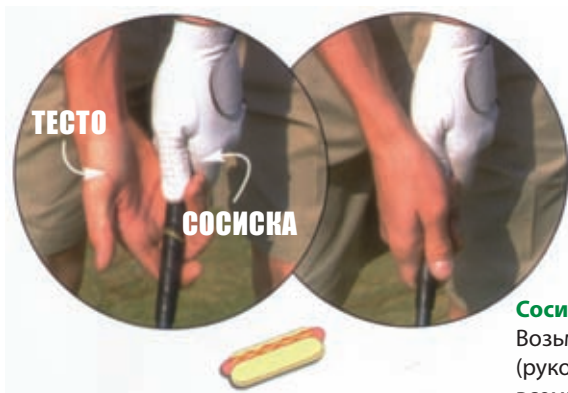
ПОЛНЫЙ ЗАМАХ ("FULL SWING")

УПРАЖНЕНИЯ



Усвоение полного замаха

Используй полный замах для того, чтобы мячик летел дальше.



1

Сосиска в тесте

Возьми грип (рукоятку) клюшки всеми десятью пальцами и потом положи «сосиску» (большой палец левой руки) в «тесто» (правая ладонь).

3

С «У» на «L»

Со стойки «У», созданной руками и клюшкой, к стойке «L» (вершина замаха). Твои глаза должны быть точно над мячиком, также как и при паттинге.

4

Выдержка в финале

Без использования мячика сделай замах и полный мах аж до «финиша» и выдержи в такой позиции 5 минут.



2

Позиция мячика, «У» стойка

При игре айроном
положи мячик ближе
к середине стойки,
при игре драйвером
– к ноге, которая
ближе к лунке.



АТТЕСТАЦИЯ



Инструктор отметит тебе
номер пройденного шага.

Инициалы Дата

- | | | | |
|---|--------------------|-------|-------|
| 1 | Сосиска в тесте | _____ | _____ |
| 2 | Позиция мячика | _____ | _____ |
| 3 | «У» на «L» | _____ | _____ |
| 4 | Выдержка на финише | _____ | _____ |

Заметки

ПОЛНЫЙ ЗАМАХ ("FULL SWING")

ТЕСТ МАСТЕРСТВА



Дайте Вашему мастерству поработать

После достижения целей упражнения полного замаха можешь снова приступить к Тесту мастерства, который тоже имеет две части: удар семёркой айроном и удар драйвером. Оба теста нужно пройти в присутствии инструктора. Как только ты пройдёшь тест, тренер своей подписью подтвердит успешное окончание теста. После окончания двух тестов эта часть Первой ступени Green Tee будет пройдена.



Удар 7 айроном

Сыграй мячик с земли так, чтобы мячик пролетел в воздухе хотя бы 20 метров.

3 из твоих 5 ударов должны быть успешными.



20

2

Удар драйвером

Сыграй мячик с ти драйвером так, чтобы он пролетел в воздухе хотя бы 20 метров.

3 из твоих 5 ударов должны быть успешными.

АТТЕСТАЦИЯ



Инструктор отметит тебе номер пройденного шага.

Инициалы Дата

① Удар 7 айроном _____
успешных _____ из 5 попыток

② Удар драйвером _____
успешных _____ из 5 попыток

Заметки

ЭТИКЕТ

УСТНЫЙ ТЕСТ

Твоё поведение на поле

Этот тест содержит 10 вопросов с ответами ДА или НЕТ (правильные уже отмечены). Ты должен правильно ответить на все 5 вопросов, которые выберет твой тренер из 10 следующих вопросов.

- 1** Справедливо ли в некоторых случаях менять свои очки (количество ударов на поле)?
 Да Нет
- 2** Можно ли с кем-то разговаривать, в то время как другой игрок готовится к удару?
 Да Нет
- 3** Ты должен быть готов к удару, если твоя очередь, чтобы не задерживать игру?
 Да Нет
- 4** Нужно ли тебе вернуть выбитый дёрн, отремонтировать вмятину после падения шарика, разровнять граблями следы в бункере?
 Да Нет
- 5** Можно ли бегать по траве вблизи лунки, если твои ботинки не повредят траву?
 Да Нет



6

Нужно ли соблюдать правила безопасности и стоять там, где в тебя не попадет ни клюшка ни мячик?

Да

Нет

7

Если ты думаешь, что твой мячик может в кого-то попасть, ты должен как можно скорее кричать «Fore!» и тем самым предупредить об опасности?

Да

Нет

8

Если игроки перед тобой продвигаются слишком медленно, можешь ли ты когда угодно их предупредить?

Да

Нет

9

Можно ли ставить «бэг» на траву около лунки?

Да

Нет

10

Нужно ли отмечать положение своего мячика и положить монетку или маркер, если нужно поднять мячик?

Да

Нет

Хорошо выучи вопросы, и когда ты будешь готов, твой инструктор тебя проверит. Как только ты сдашь тест, тренер подпишет тебе аттестацию.

ЗАМЕТКА ДЛЯ ИНСТРУКТОРА:

Этот тест проходит в устной форме. Выберите 5 из 10 вышеприведенных вопросов. Для того, чтобы завершить данную часть, ученик должен правильно ответить на все 5 вопросов.

АТТЕСТАЦИЯ



Инструктор отметит тебе номер пройденного шага.

Инициалы _____ Дата _____

1

5 с 5 правильно

Заметки

ПРАВИЛА

УСТНЫЙ ТЕСТ

Играй по правилам

В следующем тесте снова 10 вопросов с ответами Да или Нет (на правильных стоит галочка). Ты должен правильно ответить на все 5 вопросов, которые из 10 следующих вопросов выберет твой тренер по своему усмотрению.

- 1** Если ты готовишься сыграть из ти, можешь ли ты воткнуть колышек перед камнями, обозначающими место старта?
 Да Нет
- 2** Если ты при ударе не попадешь по мячику, считается ли это неудавшейся попыткой удара?
 Да Нет
- 3** Ты должен прибавить удар, если случайно сбросишь мячик с колышка?
 Да Нет
- 4** Если ты забудешь количество сыгранных на лунке ударов, можешь ли ты приблизительно предположить сколько их было?
 Да Нет
- 5** Если мячик уже находится очень близко к лунке, можешь ли ты для экономии времени поднять его, вместо того что б ним сыграть?
 Да Нет



6

Если твой мячик остановится в не самой идеальной позиции (например, высокая трава, за корягой и т.д.), ты должен стараться сыграть из такого места. Но можешь ли ты при этом провозгласить его как место, с которого невозможно сыграть?

 Да Нет**7**

В то время пока ждёшь своей очереди, можешь ли ты тренироваться чиппингу, если это не мешает остальным игрокам?

 Да Нет**8**

Если не можешь найти свой мячик, ты должен прекратить его поиски по прошествии пяти минут?

 Да Нет**9**

Если играешь из песочного бункера, можешь ли ты задеть песок, когда выполняешь тренировочный замах?

 Да Нет**10**

Если ты ударил мяч и думаешь, что он упал за белые колышки («out»), можешь ли ты сыграть временным мячиком с того же места, для того чтобы сэкономить время?

 Да Нет

Хорошо выучи вопросы, и когда ты будешь готов, твой инструктор тебя проверит. Как только ты сдашь тест, тренер подпишет тебе аттестацию.

ЗАМЕТКА ДЛЯ ИНСТРУКТОРА:

Этот тест проходит в устной форме. Выберите 5 из 10 вышеприведенных вопросов. Для того, чтобы завершить данную часть, ученик должен правильно ответить на все 5 вопросов.

АТТЕСТАЦИЯ



**Инструктор отметит тебе
номер пройденного шага.**

Инициалы Дата

1

5 с 5 правильно

Заметки

ЭКИПИРОВКА

УСТНЫЙ ТЕСТ

Запишите отдельные части клюшки

Твой тренер спросит тебя о трёх основных типах клюшек в соответствии с их головами. Каждая клюшка расписана на рисунках:



Вуд



Айрон



Паттер

Грип (рукоятка)





лицевая поверхность
клюшки

Шафт – Рукоять

голова
клюшки

АТТЕСТАЦИЯ



Инструктор отметит тебе
номер пройденного шага.

Инициалы Дата

- | | | | |
|---|-------------------------------|-------|-------|
| 1 | Вуд, айрон, паттер | _____ | _____ |
| 2 | Грип | _____ | _____ |
| 3 | Шафт | _____ | _____ |
| 4 | Голова клюшки | _____ | _____ |
| 5 | Лицевая поверхность
клюшки | _____ | _____ |

ЗАМЕТКА ДЛЯ ИНСТРУКТОРА:

Этот тест проводится устно, при
чём вы спрашиваете ученика
о частях клюшки. Ученик должен
правильно идентифицировать
все её части.

ИГРА НА ПОЛЕ

ТЕСТ РЕЗУЛЬТАТОВ ИГРИ НА ПОЛЕ

Green Tee – 72

Прежде чем начнёшь играть с золотых мест, ты должен уметь уверенно сыграть девять лунок с зелёных мест на 72 удара либо меньше. Если у тебя получится трижды сыграть с кем-либо максимально на 72 удара и тебе это подпишут, ты пройдёшь и это испытание очками.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1									
2									
3									



Всего

Дата

Поле

Подпись

Пожалуйста, запиши свои очки в табличку, лунку за лункой, запиши дату и поле, а потом дай подписать кому-нибудь, кто сможет подтвердить твой результат.

АТТЕСТАЦИЯ

Инструктор поставит галочку на цифре выполненного шага, пока ты не добьёшься трижды предписанных (или лучше) очков.



Инициалы _____ Дата _____

1

Три очка 72
или лучше _____

Заметки

СПОРТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ТЕСТ

Качества настоящего чемпиона

В этой части, касающейся спортивного поведения, описано одно из качеств, которому должен научиться молодой гольфист. Обучающийся должен уметь кратко описать способ, которым гольфист сможет выразить:



УВАЖЕНИЕ К ИГРЕ

Гольфист может проявить уважение к игре многими способами. К ним относятся например:

- никогда не бегать по полю,
- носить соответствующую обувь,
- всегда выправить после себя вмятину после падения мячика
- не мусорить на поле,
- кропотливо разровнять песок в бункере,
- никогда ни при каких обстоятельствах не портить газон.

Возможно, ты ещё придумаешь какие-то новые манеры.

Твой тренер задаст тебе пять вопросов о том, как проявлять уважение к полю.

АТТЕСТАЦИЯ

Инструктор поставит тебе галочку, когда ты выполнишь все предыдущие тесты в этой брошюре, а также и этот тест спортивного поведения.

Инициалы **Дата**



Спортивное поведение:
уважение к полю _____

Заметки





U.S. Kids Golf
EQUIPMENT • INSTRUCTION • COMPETITION



WWW.USKIDSGOLF.COM.UA



U.S. KIDS GOLF CERTIFICATE

Сдал экзамен по программе обучения U.S.KIDS GOLF

_____ (имя и фамилия игрока)
«U.S. KIDS GOLF RTP программа обучения в Украине» и закончил
уровень _____ RTP программы.



GOLF CLUB in Ukraine

GOLF PRO

Дата экзамена: _____



U.S. Kids Golf
U.S. Kids Golf is a registered trademark of U.S. Kids Golf, Inc.
—Leading the world in kids golf!

www.uskidsgolf.com.ua



The banner features the U.S. Kids Golf logo at the top left, which includes an American flag and the text "U.S. Kids Golf" and "Обучение • Развитие • Соревнования". Below the logo are three main sections: "Обучающие программы" (Educational Programs) with an image of a coach and a child, "Турниры" (Tournaments) with an image of a trophy, and "Гольф-инвентарь" (Golf Equipment) with an image of golf bags. A green bar at the top right says "Информация о нас".

U.S. Kids Golf Foundation является некоммерческой организацией, которая была основана в 2001 году. Активность U.S. Kids Golf Foundation заключается в том, чтобы и дети и их семьи были возможность играть в гольф, получать при этом инструкции тренеров и участвовать в соревнованиях. Сегодня U.S. Kids Golf Foundation проводит более 400 местных, региональных, национальных и международных мероприятий.

U.S. ПУССЕТ
Инициатор U.S. Kids Golf и тренер детей учится игре в гольф, всегда проводит время, и поощряет взаимодействие между всеми членами семьи, ведь это то, что вызывает долготельное воспоминание.

U.S. ИСТОРИЯ
Организация U.S. Kids Golf впервые была учреждена в январе 1997 года и являла собой реакцию проблемы, с которой лично столкнулся ее основатель, Дэн Ван Корн (Dan Van Korn), когда увидел своих детей с пользой. Его дочь, 3-е и 8-е лет, сначала отнеслась к игре с энтузиазмом, но вскоре гольф перестал ее интересовать.

Чтобы это не было принято прозвонившим временем, - делится воспоминаниями Ван Корн, -изначально, они потратили много денег и игра после пары 15 минут. В то время я не знал, что делалось много лет спустя. Они не только привлекли меня детям научиться при выполнении долга, но и отбросили желание играть.

Дети учатся совершенно иначе чем взрослые.

Кроме правильной экипировки, они нуждаются прежде всего в правильных советах, которые удержат их внимание и интерес к игре.

Однако большое количество советов и наставлений может лишить их тяги к гольфу. Но и нехватка наставлений может способствовать получению ошибочных навыков и потерю интереса.

Это руководство даёт сбалансированные инструкции и вдохновляет молодых гольфистов для использования всех их возможностей. Руководство составлено совместно с профессионалами из PGA и LPGA. Ближайшего тренера Вы можете найти на www.uskids-golf.com.ua, или позвонив по телефонному номеру, указанному на веб-страничках U.S. Kids Golf в Украине.



Personal Tee
Golf Learning Program
www.uskidsgolf.com.ua