

# Spillerutvikling

Golfforum 2012

Henrik Bjørnstad og Petter Hagström





Norges  
Golfforbund

# Innledning



## Bakgrunn

- Fikk oppdraget i mai 2012.
- Oppdraget var å lage en aldersrelatert trening for norsk golf:
  - fra barn til topp
  - fra nybegynner til etablert klubbspiller

# Metode

- Dialog med spillere og trenere.
- Oppdatering i forhold til faglitteratur.
- Lange samtaler om golflivet på høyeste nivå og veien dit.
- Vi satt igjen med et godt blide av hvor vi ville. Spørsmålet var hvordan vi skulle få dette ned på papir?



## De ulike trinnene var på plass

- Ønsket et enkelt og tydelig bilde av den aldersrelaterte treningen.
- Alderstrinnene i den aldersrelaterte treningen bygger på fakta rundt barn og unges utvikling.
- Den "vanlige" golferen ble inndelt i tre trinn basert på ferdighet.

### Aldersrelatert trening

1. 3-9 år
2. 10-12 år
3. 13-15 år
4. 16-19 år
5. 20-23 år

### Aktiv livet ut

1. Rekruttering (Enter)
2. Ivaretakelse (Enjoy)
3. Utvikling (Excel)

# X-modellen

- NGF har jobbet mye med X-modellen, og vi startet med å sortere all informasjon fordelt på alder i hver sin X.

## X-Modellen

Personforutsetninger

Saksforutsetninger

Arbeidsmåte

Personresultater

Saksresultater

Vi fikk sortert all informasjon.....

...men var bildet tydelig nok?



# Vi endte opp med en Golf-X

## Prioriterte egenskaper og ferdigheter

- golfspesifikke
- fysiske
- mentale

## Saksforutsetninger

- utstyr
- anlegg
- trener
- foreldre

## Treningsmåte

- golfspesifikk
  - fysisk
  - mental
- konkurranse

## Forventede resultater

personlige

idrettsspesifikke



# Progresjon innenfor hver del av planen...

## Golfspesifikke (10-12 år)

- GOBBS.
- Dynamisk balanse (en balansert sving).
- Køllehastighet.
- Enkel slagreportuar.
- Forwardpress i oppstilling og gjennom balltreff.
- Regler og golfvett på nivå 3.

## Golfspesifikke (13-15 år)

- GOBBS og forståelse for hvordan disse påvirker ballen.
- Dynamisk balanse (en balansert sving).
- Køllehastighet.
- Bred slagreportuar.
- Forwardpress i oppstilling og gjennom balltreff.
- Vite hvor langt man slår hver enkelt kølle.
- Velge slag etter ballens leie.
- Opprette et grunnslag og utvikle et sikkerhetsslag.
- Statistikk introduseres.
- Regler og golfvett på nivå 4.

## Det unike er...

- Et tydelig bilde av hvert nivå.
- Enkelt å forstå progresjonen.
- Tydelige rammer, men med stor frihet.
- Synligheten av den meget viktige personsiden.

## Hvor langt er vi kommet?

- Spillerutviklingsdelen er 70% ferdig utviklet.
- Innspill fra golfforum og andre ressurspersoner skal sorteres og integreres i planen.

# Spillerutvikling – ryggraden i sportslig plan



Påstand...

Miljø – Trygghet - Mestring

## Rudy Duran



**“Tiger learned to play the game and to develop his own solutions to getting the ball in the hole, he learned this before he tried to refine his technique and as such he developed the ability to score and play instead of just learning skills outside of the context of the game which can often be the experience of many youngsters”. (Rudy Duran)**

***Hvordan ser golfen ut i Norge i dag?***

# Hva er felles for alle nivåer i Golf-X'en?

Egenskaper og ferdigheter

Saksforutsetninger

**Miljø**  
**Anleggstilpassning**

Treningsmåte

**Tilpasset nivå på utfordring**  
**Frihet til å oppdage**

Personresultater

**Trygghet**

Idrettsesifikke resultater

**Mestring**



# Spillerutvikling fordelt på tre målgrupper

- Resten av innlegget er konsentrert rundt tre målgrupper:
  - barn og unge
  - talent på vei mot toppen
  - aktiv livet ut
- Det mest sentrale for hver enkelt målgruppe presenteres.





# Barn og unge



# Barn og unge

## Et barn er ikke en liten voksen!

- Når vi tilrettelegger golftrening for et barn må vi tenke som et barn!



## Barn og unge

- Lek i sentrum!
- Plass til kreativitet og fantasi.
- Integrere generell bevegelseserfaring i golftreningen.
- Oppfordre barn og unge til å være aktive i andre idretter.





Norges  
Golfforbund

## Barn og unge

- Barn må digge golf!





Norges  
Golfforbund

# Talent på vei mot toppen



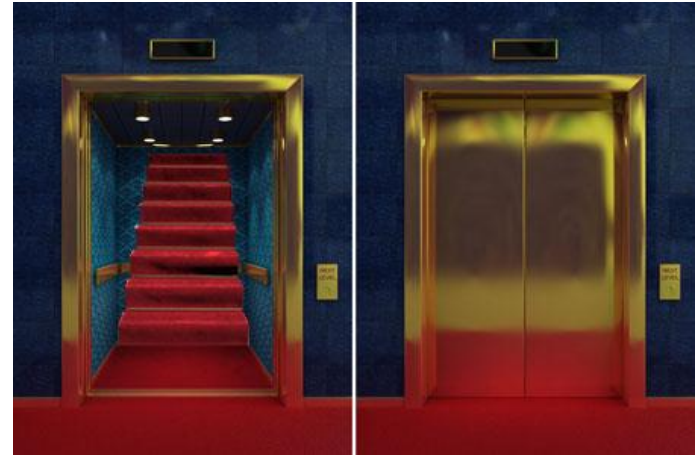
## Mange veier til toppen

- 10.000 timers regelen
- Indre motivasjon
- Richard S. Johnson



## Det finns ingen heis til verdenstoppen!

- Hvis vi ikke tar ting i riktig rekkefølge går vi glipp av mye på veien...



# Lære seg å stå i sentrum





# Eierskap til egen utvikling

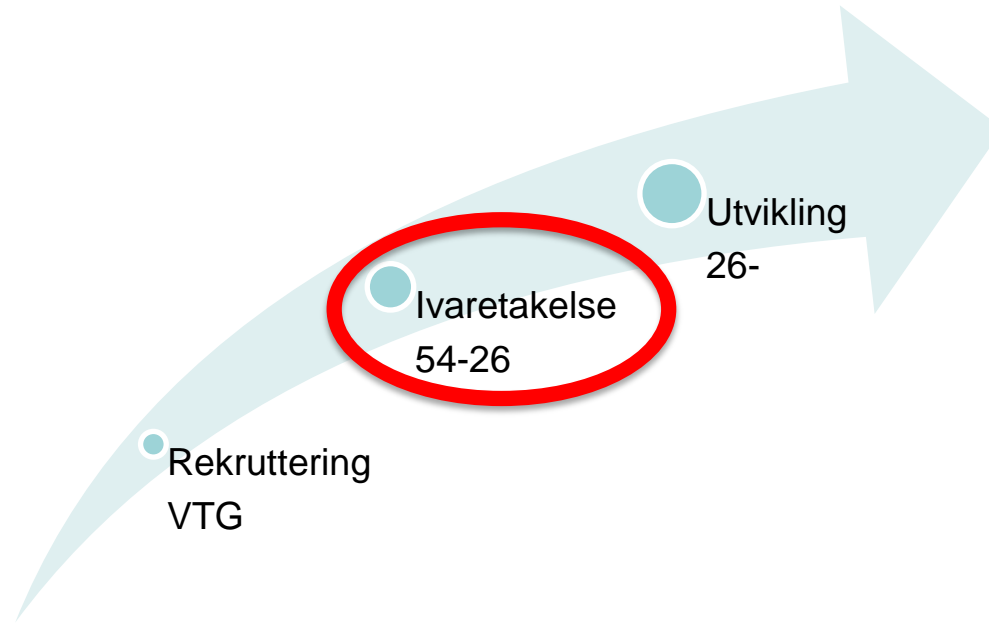
- Du er sjefen!



# Aktiv livet ut



# Aktiv livet ut



# Stor forskjell på faktagrunnlag

- **Aldersrelatert trening:**

- Danmark
- Canada



- **Aktiv livet ut:**

- Det finnes noe, men ikke satt i system.



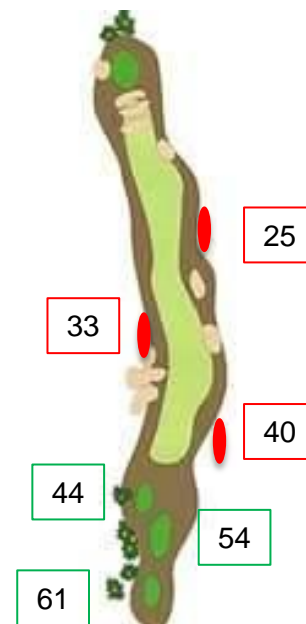
- Men vi har funnet en del...



## Lengde på bane i forhold til slaglengde - Forskning fra R&A

Utslagslengde meter	Anbefalt lengde 18 hull
PGA-tour professional	6900-7100 meter
270 + meter	6400-6700 meter
250 meter	6000-6200 meter
225 meter	5600-5800 meter
200 meter	5200-5400 meter
180 meter	4700-4900 meter
160 meter	3900-4100 meter
135 meter	3100-3300 meter
110 meter	2500-2700 meter
90 meter	1900-2100 meter

Hvis vi får lov å drømme litt...



# Anleggstilpassning



# Situasjonen er lik i mange land



## Jack Nicklaus:

- Siden 2006 har USA mistet
  - 23 % av kvinnene
  - 36 % av barn & unge

## Konklusjon:

- Golf tar for lang tid.
- Golf er for vanskelig.
- Golf er for dyrt/lite tilgjengelig.

## Vi må tenke nytt!

- “There's never been a more traditional guy than I am. I've always believed the game should be played a certain way and played by the rules. But that's just not working anymore.”
- **“Golf needs help!”**





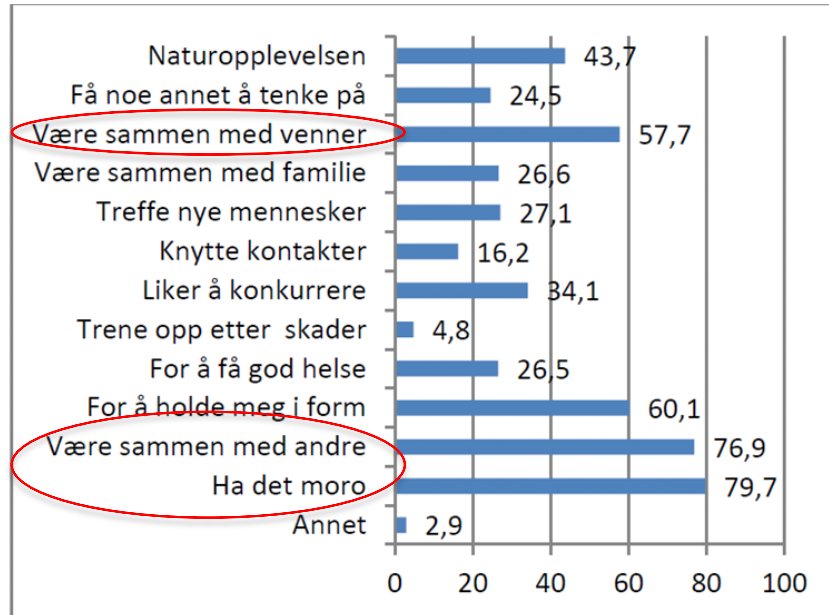
## Hvem er det som slutter?

- **Spillere som når 26 i handicap blir i golfen! (SGF 2012)**
- Hvis vi kan jobbe med spillere til å sakte men sikkert nærme seg det nivået, får vi...
- Færre avhopp.
- Bedre ambassadører.
- Flere medlemmer – Bedre økonomi.



Svenska Golf förbundet

# Motiver for golfspill



Jan Ove Tangen  
Den Norske golfspilleren 2012

## Viktigheten av det sosiale

Den som ikke har noen å spille med slutter...

## Viktigheten av mestring

Er det ikke moro å spille så slutter man...

## Charlie King (worldgolf.com)

- “Expense is not the reason we lose players”.
- “People who hit the ball solidly will figure out a way to pay for it”
- **“Hit it solidly, not straight, not even particularly long. People don't even have to score well to keep wanting to play”.**

## Oppsummering aktiv livet ut

- Anleggstilpassning er avgjørende!
- Aktivitetstilbudet til nye golfere må bli bedre!
- Vi må bli flinkere til å integrere nye spillere i miljøet!
- Vi må gjøre golfen mer tilgjengelig og dermed ufarliggjøre den!
  
- Dette vinner vi alle på!

Til sist...

....oppfordrer vi dere til å bruke tid til å tenke på hvordan vi kan få dette implementert rundt om i landet.

