

golfjentene

Et arrangementsbasert golfprogram **for alle jenter opp til 19 år** med fokus på å bygge et godt sosialt- og læringsmiljø gjennom 50/50 golfaktivitet og annen aktivitet.

Hva så vi for oss?



- 4 områder
- 16 klubber
- 25 ressurspersoner
- 15 arrangement gjennomført
- 225 deltakelser
- 100 unike jenter



- 13 områder
- 55 klubber
- 64 Golfjentene ansvarlige
- 900 deltakere
- 42 arrangement



golfjentene ansvarlige
(19 av 47 kvinner)

Golfjentene – CREW

COACHER SOM BRYR SEG

- Har tid
- Minimum to ører og maks en munn
- «Alle er like viktige»-Innstilling
- Ha evne til å inspirere
- Helhetsinnstilling (kan både aktivitet, org og ledelse)
- Kan gjøre det enkelt
- Pedagog
- Håndtere semiprofesjonell arena
- Hel ved – Må være bærere av GJ-DNA





Vi har blitt kjent med Golfjentene-ansvarlige:

- Vil ha rollen i snitt 2,5 år
- veldig mange trenerutdanning
- De som ønkser trenerutdanning er nok til å fylle et eget kurs

Den perfekte Golfjentene-dagen

Jenter 13–19 år – for de som spiller aktivt



Tennisball-
golf

Mat

Frihet
og gøy

Rebus

Speed-
golf

Mini-
golf

Hjelpe andre
slik at de føler
mestring

Nattgolf

Turneringer

Quiz

Spill på
banen

Lagspill/
konkurranser

Hva har du lært av golfen som du kan bruke ellers i livet? Jenter 15–19 år

Mentaltrening og
det å håndtere
motgang og
frustrasjon bedre

Jobbe hardt
for det du vil
oppnå

Jobber du
hardt vil du få
betalt (hjulpet
på skolen)

Håndtere
følelser

Hvordan bli
kjent med nye
mennesker

Tålmodig-
het x 4

Ting er ikke så
alvorlig som
det kan virke

Viktig å
tenke
positivt

Å respektere
andre

Hva vil du gi tilbake til golfen og nye jenter som ønsker å spille golf?



Være et forbilde for de yngre

Vise mulighetene for å bli god ved å introdusere dem for treninger og turneringer

Gi ros og gode råd

Hjelpe til i klubb ved anledning

Heie på dem

Få dem til å føle seg inkludert

Spille med dem

Være hyggelig og snill

Bidra ved å være engasjert, og spille en slags treningsrunde med dem (være hjelpetrener)

Legge merke til dem

Fortelle at vi alle startet et sted, en er ikke bedre bare fordi man spiller på en høyere nivå, alle nivåer kan lære av hverandre

Være et forbilde for de yngre

Vise dem nye skills og lære dem nye ting

Arrangere treningsopplegg slik at de yngre kan lære

Stille opp på juniorarrangementer



g!

Golfjentene
er **for alle!**



Fra der ute



Hvis familietur
til Danmark
kræsjer med
Golfjentene
neste gang, blir
jeg hjemme!

Jente 8 år fra Sørlandet til en venninne (på Sørlandet henger Danmarksturer høyt)

Fra der ute



Neste gang skal jeg invitere med **alle** jentene i klassen. Er det lov å invitere så mange forresten?

Jente 9 år fra Haugalandet

Fra der ute



Det jeg lært
meg idag, er at
man **aldri** skal
gi opp

Jente med funksjonsnedsettelse, Østlandet

Fra der ute



Jeg er **så** begeistret, både for opplegget og godt samarbeidet mellom klubbene. Nå **må** bare NGF fortsette med dette, nå **må** det være fokus på jenter fremover

Gavin Hinds, DL Sveio Golfpark

Fra der ute



Jentene mine gråt i
bilen på vei hjem da
de hørte det var siste
Golfjentene-
arrangement i år

Moren til to golfjenter

Fra der ute



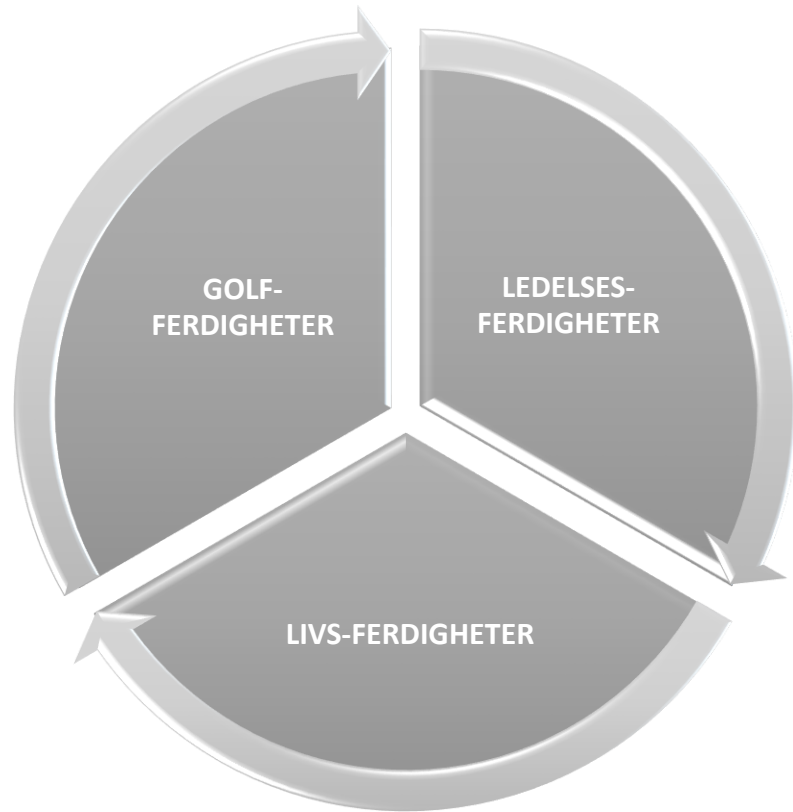
Golfjentene
har vært en
redning, for
det har vært
ensomt til tider

Jente 17 år, Innlandet

EVT film av Andrea - Filmer fra virkeligheten

- Tema GJ DNA:
 - Ildsjel
 - Pedagog
 - Hva har vi gjort/oppnådd
 - Hvor enkelt var det
 - Hva har vi fått

KONSEPTET FRA BIPRODUKT TIL GULL



GOLFFERDIGHETER

- TEKNIKK
- FYSIKK
- STRATEGI
- MENTALT
- SOSIALT

LEDERFERDIGHETER

- Frivillighetsledelse/skape indre drivkraft.
- Det coachende lederskapet.
- Mål og strategiprosesser. (Nåsituasjon – Mål – Strategi)
- Autonomi – Kunsten å få individer og team ha det bra og gjøre det bra gjennom Involvering – Delaktighet – Ansvar
- Lede seg selv og andre andre
- **EMPOWER OTHERS TO GREATNESS**

LIVSFERDIGHETER

- Ærlighet
- Høflighet
- Nysgjerrighet
- Tålmodighet
- Motstandsdyktighet
- Respekt for mennesker og natur
- Verdien av mangfold
- Samarbeid
- Vennskap
- Risikoberegning
- Sortere/filtrere
- Input = output
- Sinne-kontroll
- Ta valg
- Være i nuet
- Lytte
- Refleksjon
- Være kritisk
- Skapende og kreativ