

# Le p'tit golf



## Livret pédagogique pour l'enseignant

Document réalisé par une commission pédagogique mixte :

Inspection académique  
Landes



Jeunesse  
Éducation  
recherche



ffgolf<sup>®</sup>

Fédération Française de Golf  
Ligue d'Aquitaine



# SOMMAIRE

(Cliquez sur le n° de page en bleu pour y accéder directement)

1. **Le p'tit golf** .....un jeu d'adresse  
..... **Page : 3**
  
2. **Aspects fondamentaux**.....schéma  
..... **Page 4**
  
3. **Domaine d'action / Compétences visées / Conditions de pratique**  
..... **Page 5**
  
4. **Unité d'apprentissage**..... **Pages 6 à 34**
  - Tableau ..... **Page 6**
  - Construire son unité d'apprentissage ..... **Page 7**
  - Situations d'entrée ..... **Pages 8 à 10**
  - Situation de référence ..... **Pages 11 à 12**
  - Organiser son unité d'apprentissage ..... **Page 13**
  - Situations de transformation..... **Pages 14 à 34**
  
5. **Fiche de sécurité**  
..... **Page 35**

## 1. Définition : le golf, un jeu d'adresse.

Le golf est une activité consistant à envoyer une balle dans un trou à l'aide d'une canne, en un minimum de coups.

Le p'tit golf, c'est du golf.

Cette activité se caractérise par une triple confrontation :

- à un parcours,
- à soi-même,
- à un adversaire ou plusieurs adversaires.

En plus des qualités de coordination, d'adresse, d'équilibre et de souplesse qu'elle requiert, elle nécessite une maîtrise de soi (calme, réflexion), de la stratégie et du respect (respect des autres joueurs et du terrain).

Le respect est une notion fondamentale au golf qui porte le nom d'« **étiquette** ».

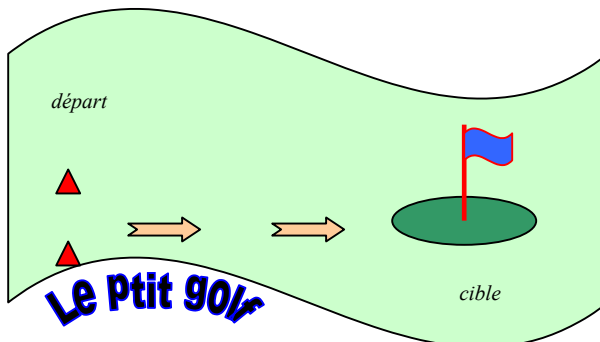
## 2. Les aspects fondamentaux :

### TRAJECTOIRE de la balle

Savoir **CONTACTER**  
Savoir **ORIENTER**  
Savoir **DOSER**

### COMPORTEMENT du joueur

Assurer la **SECURITE**  
**Organiser son DEPLACEMENT**  
**Gérer le SCORE**



Envoyer la balle dans le trou (ou vers la cible\*) en moins de coups possible en utilisant une canne.

\*dans ce cas la balle, est considérée dans le trou quand elle se trouve à moins d'une longueur de canne du drapeau.

## Les règles de bases

### REGLES de bonne conduite ou ETIQUETTE :

- **RESPECT** des autres joueurs.
- **RESPECT** du terrain.
- **RESPECT** du matériel.

### REGLES de jeu :

- Jouer la balle où elle se trouve.
- Compter pour un coup toute tentative de frappe, même infructueuse (c'est le airshot).
- Balle hors des limites du terrain, un coup de pénalité et on rejoue de l'endroit initial.
- Balle dans un obstacle d'eau, un coup de pénalité et on rejoue à côté.

*Définir et accepter les règles dès la première séance.*

### **3.1 DOMAINE D'ACTION**

DA1 : actions dans un environnement physique stable.

Sont visées les actions d'adaptation à un environnement fixe avec la recherche d'une conduite de plus en plus efficace quel que soit le milieu.

### **3.2 COMPETENCES VISEES**

- Réaliser une performance mesurée cad effectuer un parcours en moins de coups possible.
- S'affronter individuellement ou collectivement cad affronter un ou plusieurs adversaires sur un même parcours.

### **3.3 CONDITIONS DE PRATIQUE**

Terrain de rugby et ses abords, terrain vague (minimum 50 sur 100 m) suffisamment tondu, plage, landes ou practice de golf.

#### **Le matériel :**

Une canne (une pour 3 joueurs minimum), des balles légères de couleurs différentes et du matériel pédagogique (plots, petites assiettes, jalons).

Matériel conseillé :

- balles en caoutchouc
- petit bois (n° 5)
- un drapeau pour matérialiser le trou.

#### 4. UNITE D'APPRENTISSAGE.

PHASES	Pour entrer dans l'activité	Pour savoir où on en est	Pour apprendre et progresser	Pour mesurer les progrès
<b>SITUATIONS</b>	Situations globales	Situation de référence avec sa carte pour analyse	Situations organisées par : - Objectifs - Ateliers	Parcours de golf (ou situation de référence)
	Le trou Le parcours	Le Dagobert	L'au-delà La rivière Les couloirs Le canal L'entonnoir Les portes La zone La zone suite L'approche Le saute mouton Le triangle La pétanque Le morpion La marelle Les cibles Le scramble La course au drapeau Le greensome La course temps Le foursome Le match parcours	Parcours compact ou parcours aménagé ou le Dagobert
<b>EVALUATION</b>	Diagnostique	Diagnostique	Formative	Sommativ
<b>FORMES DES GROUPES DE TRAVAIL</b>	Par affinités (groupes hétérogènes)	Par l'enseignant (groupes homogènes)	Par l'enseignant à partir des résultats de l'évaluation (groupes de besoins cf couleur p7)	Groupes de niveaux
<b>SEANCES</b>	De 2 à 4	De 1 à 2	De 6 à 10	De 1 à 2

L'unité d'apprentissage comportera au moins 10 séances de pratique.  
Recommandation : 1 h 30 par séance.

## CONSTRUIRE SON UNITE D'APPRENTISSAGE

Entrée dans l'activité	Objectif
Le trou.....p 8,9	sens du jeu
Le parcours.....p10	sens du jeu

Situation de référence	Objectif
Le Dagobert.....p11	tous les fondamentaux

Situations de transformation	Objectifs
Le saute mouton.....p23	dosage / déplacement
Le triangle.....p24	dosage/ sécurité
La pétanque.....p25	dosage / sécurité
Le morpion .....p26	dosage / direction / sécurité
La zone (suite).....p21	dosage / déplacement
} <span style="background-color: #4CAF50; color: white; padding: 5px; border: 1px solid black;">Coups au but</span>	
La marelle.....p27	dosage / déplacement
Les couloirs.....p16	direction / sécurité
Le canal.....p17	contact / direction / déplacement
L'entonnoir.....p18	contact / direction / sécurité
La zone.....p20	dosage long / sécurité
L'approche.....p22	dosage / déplacement
Les cibles.....p28	dosage / direction / sécurité
} <span style="background-color: #2196F3; color: white; padding: 5px; border: 1px solid black;">Coups d'approche</span>	
L'au delà.....p14	contact / sécurité
La rivière.....p15	dosage / sécurité
Les portes.....p19	direction / sécurité
} <span style="background-color: #FF9800; color: white; padding: 5px; border: 1px solid black;">Coups de progression</span>	
Situations globales	Objectifs
Le scramble.....p29	sécurité / marquer le score
La course au drapeau.....p30	contact / se déplacer en sécurité
Le greensome.....p31	se déplacer en sécurité / marquer score
La course contre le temps.....p32	se déplacer en sécurité rapidement
Le foursome.....p33	jouer en sécurité
Le match contre le parcours..p34	jouer en sécurité / se déplacer / marquer le score
} <span style="background-color: #FFEB3B; padding: 5px; border: 1px solid black;">Situations de parcours</span>	

Situation évaluation terminale	Objectif
Le Dagobert	tous les fondamentaux

Situation de réinvestissement	Objectif
Jeu sur un vrai parcours	Tous les fondamentaux

**TITRE :**

## LE TROU

**OBJECTIFS :**

Entrer dans l'activité.  
S'approprier les règles de sécurité.

**DISPOSITIF :**

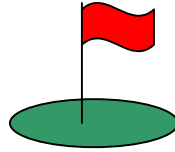
Groupe de 2 à 4

une canne / groupe  
une balle / groupe

**zone de frappe  
exclusivement réservée au joueur**



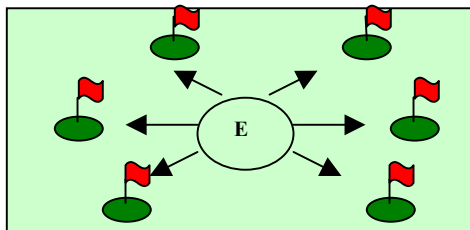
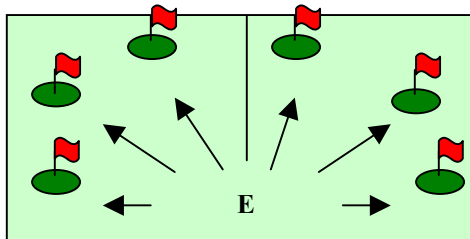
**TROU TYPE**



de 15 à 50 m

Matérialiser la zone de frappe à ne pas franchir.

Le parcours peut s'organiser en soleil ou en demi soleil :



E : Enseignant



**BUT DU JEU :**

Envoyer la balle dans la cible en moins de coups possible.

**CONSIGNES :**

Jouer en relais, alterner entre chaque coup :

Nommer dans chaque partie, un responsable du terrain, un responsable du matériel, un responsable de la carte de score et un responsable de la sécurité.

**VARIABLES :**

Nombre de coups limité.

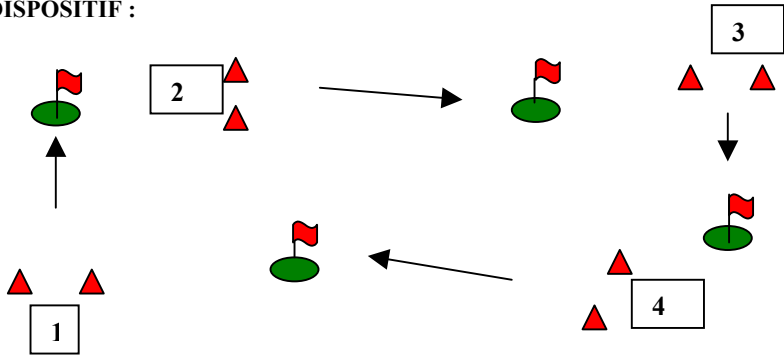
Temps limité.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Envoyer la balle dans la cible en un minimum de coups et de temps, en respectant la sécurité.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

En combien de coups avez vous envoyé la balle dans la cible ? Comment avez-vous contacté la balle ? Avez-vous réussi à viser ? à doser ? Est-ce que la gestion du déplacement à plusieurs vous a posé des problèmes ? lesquels ?

<p><b>TITRE :</b></p> <p style="text-align: center;"><b>LE PARCOURS</b></p>
<p><b>OBJECTIFS :</b> Comprendre l'activité : le jeu et le comportement.</p>
<p><b>MATERIEL :</b> Une canne, une balle légère, des plots et un carte de score.</p>
<p><b>DISPOSITIF :</b></p>  <p style="text-align: center;"><b>E : Enseignant</b> au milieu du terrain</p> <p><b>Equipes</b> de 4 ou 5 : Départ délimité par 2 plots. (1 équipe par trou). Arrivée sur la cible.</p>
<p><b>BUT DU JEU :</b> Amener la balle dans la cible en moins de coups possible.</p>
<p><b>CONSIGNES :</b> Jouer en relais : alterner entre chaque coup : un joue, un tient les 2 plots (délimite la zone de sécurité), un responsable du terrain (remet les mottes de terre en place), un marque le score, un responsable du matériel. Je ne passe sur le trou suivant que s'il est libre.</p>
<p><b>VARIABLES :</b> Nombre de coups limité. Temps limité.</p>
<p><b>CRITERES DE REUSSITES :</b> Envoyer la balle dans la cible en un minimum de coups et de temps, en respectant la sécurité.</p> <p><b>Retour sur l'action avec les élèves :</b> En combien de coups vous avez envoyé la balle dans la cible ? Comment avez-vous contacté la balle ? Avez-vous réussi à viser ? à doser ? est-ce que la gestion du déplacement à plusieurs vous a posé des problèmes ? lesquels ?</p>

## SITUATION DE REFERENCE : LE DAGOBERT.

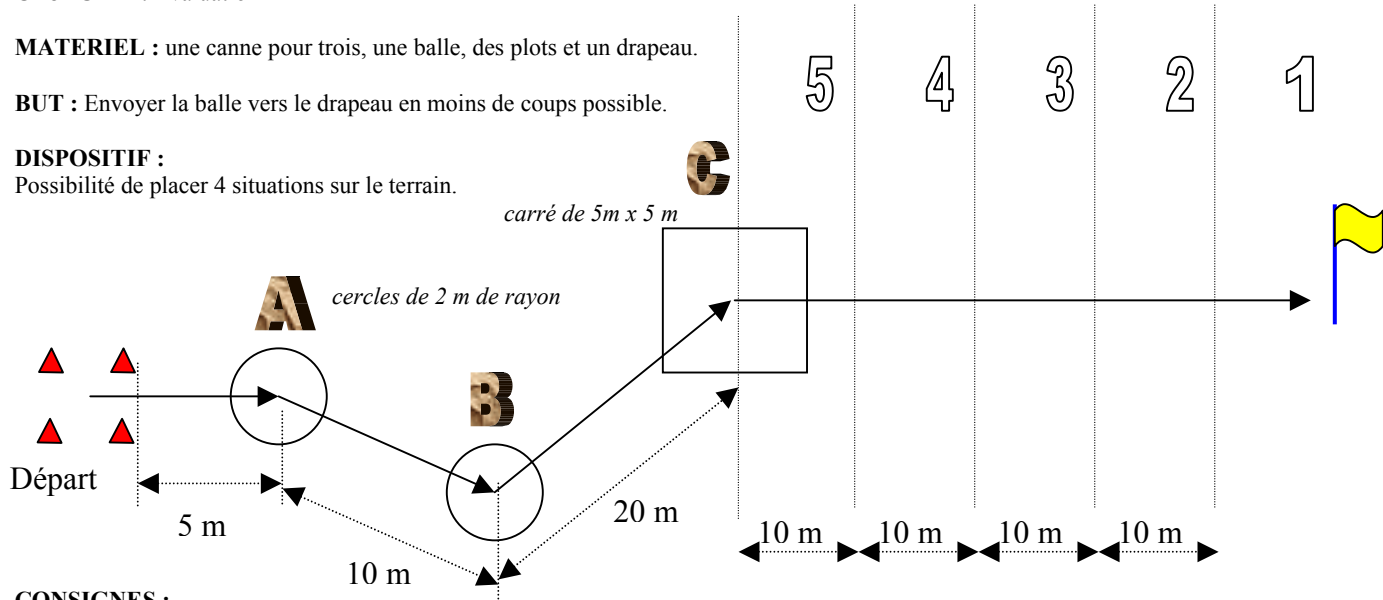
**OBJECTIF :** Evaluation

**MATERIEL :** une canne pour trois, une balle, des plots et un drapeau.

**BUT :** Envoyer la balle vers le drapeau en moins de coups possible.

**DISPOSITIF :**

Possibilité de placer 4 situations sur le terrain.



**CONSIGNES :**

Trois joueurs : l'un joue, l'autre compte les coups et le dernier marque le score sur la carte.

Envoyer la balle dans les passages obligés A, puis B, puis C. Une fois dans C taper un seul coup en direction du drapeau.

Jouer la balle où elle se trouve. (Possibilité de déplacer un plot s'il gêne dans l'exécution du coup).

Une fois la 1<sup>ère</sup> équipe parti de la zone A, l'autre équipe joue.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

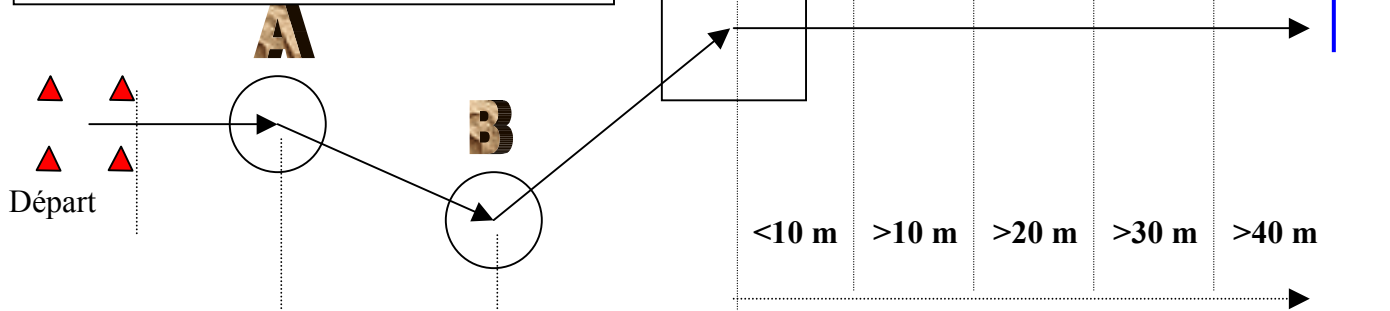
Avez-vous modifié votre geste en fonction des zones à atteindre ? comment ? Qu'est-ce qui a été le plus facile pour vous ? pourquoi ?

## CARTE DE SCORE

NOM :

Prénom :

Entoure le chiffre « 1 » à chaque fois que ton camarade annonce 1 coup ; fais le total de chaque partie dans la case en-dessous ; puis fais le total général



1	1	1	1
1	1	1	1
1	1	1	1

1	1	1	1
1	1	1	1
1	1	1	1

1	1	1	1
1	1	1	1
1	1	1	1

>40 m :	1
>30 m :	2
>20 m :	3
>10 m :	4
<10 m :	5

coups au but

coups d'approche

coups de progression

Total :

+

+

+

=

## ORGANISER LES SITUATIONS DE TRANSFORMATION

- La **situation de référence** permet d'identifier les problèmes de contact, de direction et de dosage.
- Les résultats de l'évaluation permettent de constituer des **groupes de besoins** correspondant à des groupes de couleur (cf construire son unité d'apprentissage p 7) afin de travailler plus spécifiquement :
  - les coups au but
  - les coups d'approches
  - les coups de progression.

Lors des situations de transformation, réserver un temps (au moins une fois sur deux) à la mise en place de situations globales (situations de parcours).

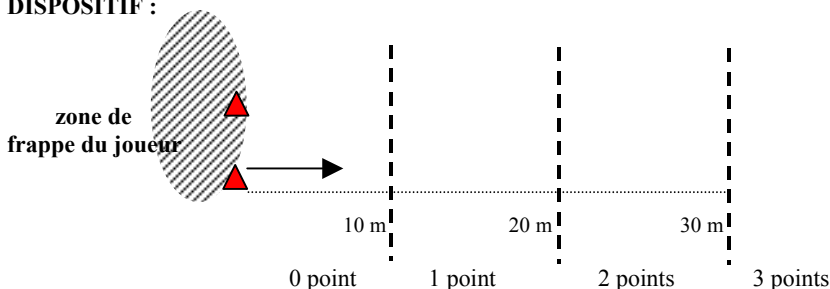
- La situation de référence est reprise en fin d'unité pour mener la **situation d'évaluation terminale** et mesurer les progrès.

**TITRE :****L'AU DELA****OBJECTIFS :**

Contacter la balle (et accélérer).  
Compter.  
Assurer la sécurité.

**LE MATERIEL :**

Une canne par équipe et des plots.

**DISPOSITIF :**

Une équipe de 4 à 5 joueurs.

**BUT DU JEU :**

Envoyer la balle au delà de la ligne des 30 m. Marquer le score sur une carte.

**CONSIGNES :**

- . Le air shot (balle non touchée) compte.
- . Au delà de la 1<sup>ère</sup> ligne : 1 point, de la 2<sup>ème</sup> ligne : 2 points et de la 3<sup>ème</sup> ligne : 3 points.
- . 1 joueur joue et définit sa zone de frappe en la délimitant avec des plots, 1 joueur compte les points, 1 joueur marque le score sur la carte, 1 joueur est responsable de la sécurité.
- . On ramasse les balles après chaque passage.
- . 2 ou 3 balles par joueur.

**VARIABLES :**

- . Toutes les formes de trajectoires comptent (roulées ou levées).
- . Seules les balles levées comptent.
- . La balle compte si le rebond se fait après la ligne.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Comptabiliser un maximum de points.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Quelles difficultés rencontrez-vous ? A quel endroit de la face de la canne faut-il contacter la balle ? Faut-il taper fort pour bien la contacter ? Faut-il rester en équilibre après la frappe ou faire des pirouettes ?

Comment tenir la canne, avec les doigts ou dans les paumes ? la main gauche en haut ou en bas ?

**TITRE :****LA RIVIERE****OBJECTIFS :**

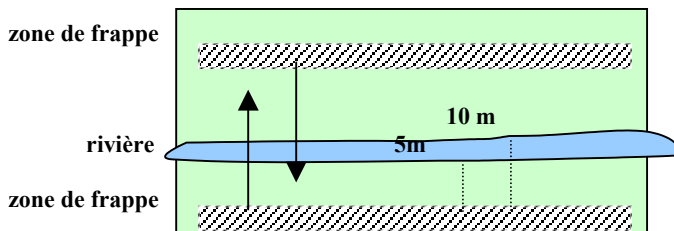
Doser.

**MATERIEL :**

Plots de couleur différente, une balle par enfant et des assiettes.

**DISPOSITIF :**

Jeu par équipe en aller et retour.



La zone de frappe doit être délimitée par des plots de chaque côté de la rivière.

**BUT DU JEU :**

Traverser la rivière

**CONSIGNES :**

Les enfants sont répartis par équipe de 4 ou 5 du même côté de la rivière et jouent à tour de rôle. L'enfant compte un point par tentative et place une assiette dans la zone à chaque fois qu'il parvient à traverser la rivière.

**VARIABLES :**

Par équipe, les points s'ajoutent.

Par équipe en opposition immédiate : un joueur de chaque équipe à tour de rôle, la première arrivée à 15 a gagné.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Celui qui frappe doucement et qui envoie sa balle régulièrement derrière la rivière avec une balle qui vole ou qui roule sans dépasser la zone de frappe opposée.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Etes-vous réguliers ? Que devez vous faire pour être efficace ? Est-il préférable de taper fort pour y arriver ou suffit-il de bien la contacter ? Est-il préférable de faire un grand geste ou un petit ?

**TITRE :**

## LES COULOIRS

**OBJECTIFS :**

Orienter

**MATERIEL :**

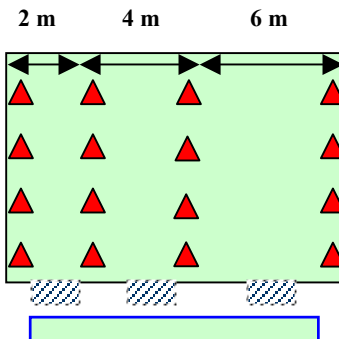
Une canne par équipe, des balles, des plots.

**DISPOSITIF :**

3 couloirs de largeur  
différente sur un quart  
du terrain de foot

longueur de 20 à 30 m

joueurs dans zone de frappe



Zone de sécurité (joueurs en attente)

**BUT DU JEU :**

Aller le plus loin tout en restant dans le couloir.

**CONSIGNES :**

2 joueurs, celui qui a l'honneur choisit le couloir.

Chacun joue sa balle : le point est remporté par celui qui va le plus loin à condition que la balle reste dans le couloir.

Le premier à 10 a gagné.

**VARIABLES :**

3 balles par joueur, la meilleure des 3 balles compte.

**CRITERES DE REUSSITES :**

La balle doit rester dans le couloir le plus loin possible.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Quel couloir choisissez-vous ? Vaut-il mieux taper fort ou doucement ? rouler ou voler la balle ? Comment faites-vous pour vous diriger ? Qu'est-ce qui fait aller droit ?



TITRE : <b>LE CANAL</b>	
<b>OBJECTIFS :</b>	Contacter en direction.
<b>MATERIEL :</b>	Plots de couleur différente, une balle par enfant et des assiettes.
<b>DISPOSITIF :</b>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;"> <p>zone de frappe</p> <p>plots</p> <p>rivière</p> <p>zone de frappe</p> </div> </div> <p>La zone de frappe doit être délimitée par des plots de chaque côté de la rivière.</p>
<b>BUT DU JEU :</b>	Traverser la rivière en restant dans les limites des couloirs.
<b>CONSIGNES :</b>	Les enfants sont répartis par équipe de 4 ou 5 du même côté de la rivière et jouent à tour de rôle. L'enfant compte un point par tentative réussie et place une assiette dans la zone (cad entre la rivière et la zone de frappe) tout en restant dans les limites des couloirs.
<b>VARIABLES :</b>	<p>La rivière peut s'élargir.</p> <p>Par équipe, les points s'ajoutent.</p> <p>Par équipe en opposition immédiate : un joueur de chaque équipe à tour de rôle, la première arrivée à 15 a gagné.</p>
<b>CRITERES DE REUSSITES :</b>	Envoyer le plus de balles de suite (3 ou plus) derrière la rivière et avant la zone de frappe opposée, tout en restant dans le couloir.
<b><u>Retour sur l'action avec les élèves :</u></b>	Etes-vous réguliers ? Que devez vous faire pour être efficace ? Est-il préférable de taper fort pour y arriver ou suffit-il de bien la contacter ? Est-il préférable de faire un grand geste ou un petit ? Que faut-il ajouter pour s'assurer que la balle parte dans la direction ? Comment faites-vous pour doser ?

**TITRE :**

## L'ENTONNOIR

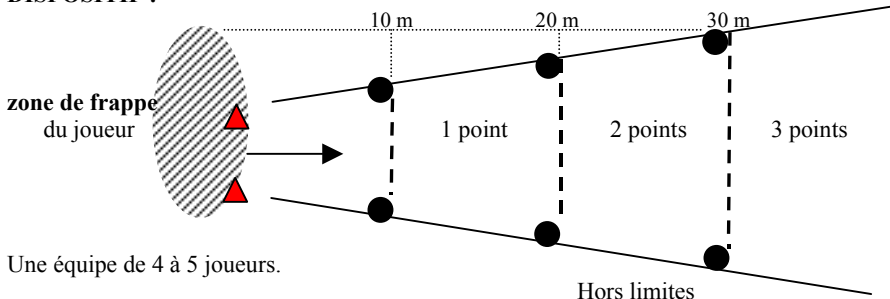
**OBJECTIFS :**

Contacter la balle en direction.  
Compter.  
Assurer la sécurité.

**LE MATERIEL :**

Une canne par équipe et des plots.

**DISPOSITIF :**



**BUT DU JEU :**

Envoyer la balle au delà de la ligne des 30 m, en restant dans les limites des plots. Marquer le score sur une carte.

**CONSIGNES :**

- . Le air shot compte.
- . Au delà de la 1<sup>ère</sup> ligne : 1 point, de la 2<sup>ème</sup> ligne : 2 points et de la 3<sup>ème</sup> ligne : 3 points.
- . 1 joueur joue et définit sa zone de frappe en la délimitant avec des plots, 1 joueur compte les points, 1 joueur marque le score sur la carte : toute balle en dehors des limites fait enlever 1 point sur le score, 1 joueur est responsable de la sécurité.
- . On ramasse les balles après chaque passage.
- . 3 balles par joueur.

**VARIABLES :**

- . Toutes les formes de trajectoires comptent (roulées ou levées).
- . Seules les balles levées comptent.
- . La balle compte si le rebond se fait après la ligne.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Comptabiliser un maximum de points.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Mêmes questions que « l'au delà ».

Comment doit être orientée la face de la canne pour que la balle aille droite ? Pourquoi la balle part à gauche ou à droite ? Faut-il avoir l'impression de lancer la canne dans la direction où on veut aller ? pourquoi ? le golf est-il un sport de lancer ?

**TITRE :**

## LES PORTES

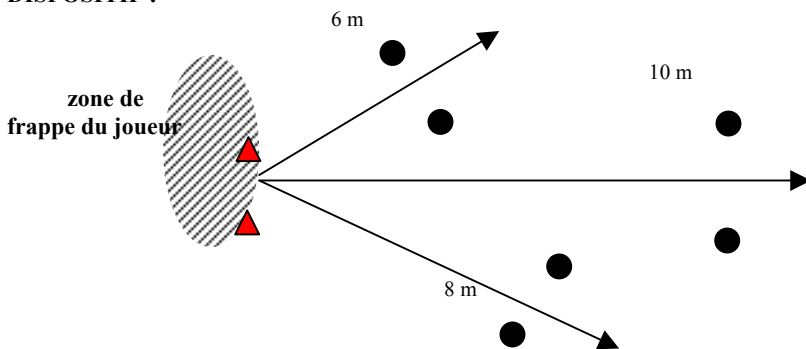
**OBJECTIFS :**

Diriger.

**LE MATERIEL :**

Une canne par équipe et des plots.

**DISPOSITIF :**



**BUT DU JEU :**

Envoyer la balle entre les portes.

**CONSIGNES :**

- . 3 balles par joueur.
- . 1 joueur joue et définit sa zone de frappe en la délimitant avec des plots, 1 joueur compte les points, 1 joueur est responsable de la sécurité.
- . Changer de porte à chaque tir.

Concours par équipe : 1 balle par joueur, il décide à l'avance la porte qu'il souhaite franchir. L'équipe qui a marqué le plus de points a gagné.

**VARIABLES :**

Toutes les formes de trajectoires comptent (roulées ou levées).

**CRITERES DE REUSSITES :**

La balle doit traverser et dépasser la porte pour qu'elle soit bonne.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Comment faites-vous pour vous diriger ? Comment placer la face de la canne pour viser ? Dans le geste, à quoi pensez-vous pour envoyer dans la direction ? Est-ce que le geste ressemble à un mouvement de lancer ?

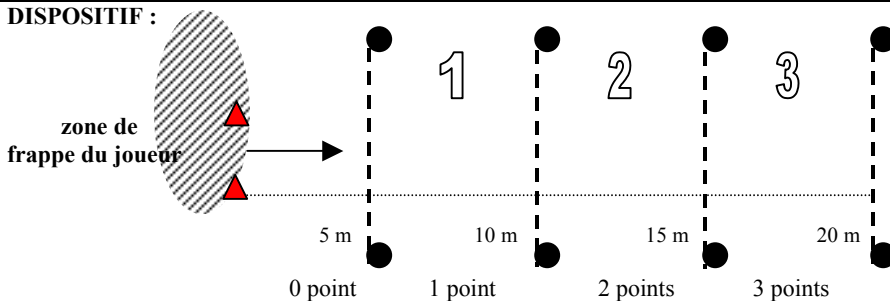
**TITRE :****LA ZONE****OBJECTIFS :**

Doser.

Assurer la sécurité.

**LE MATERIEL :**

Une canne par équipe et des plots.

**DISPOSITIF :****BUT DU JEU :**

Envoyer la balle dans la 3<sup>ème</sup> zone.

**CONSIGNES :**

- . 3 balles par joueur.
- . Dans la 1<sup>ère</sup> zone : 1 point, dans la 2<sup>ème</sup> zone : 2 points et dans la 3<sup>ème</sup> zone : 3 points.
- . 1 joueur joue et définit sa zone de frappe en la délimitant avec des plots, 1 joueur compte les points, 1 joueur marque le score sur la carte, 1 joueur est responsable de la sécurité.
- . On ramasse les balles après chaque passage.

**VARIABLES :**

- . Toutes les formes de trajectoires comptent (roulées ou levées).
- . Seules les balles levées comptent.
- . La balle compte si le rebond se fait après la ligne.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Comptabiliser un maximum de points.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Comment vous vous y prenez pour doser ? Faut-il faire un grand geste ou un plus petit ? A quel moment faut-il faire un grand ? un petit ? Comment trouver la meilleure position pour faciliter un mouvement de balancier ?

**TITRE :**

## LA ZONE (suite)

**OBJECTIFS :**

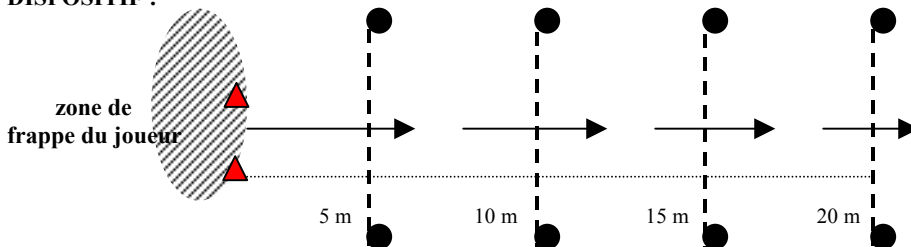
Doser.

Assurer la sécurité. Se déplacer en sécurité.

**LE MATERIEL :**

Une canne par équipe et des plots.

**DISPOSITIF :**



Une équipe de 4 à 5 joueurs.

**BUT DU JEU :**

Envoyer la balle dans chaque zone en progression.

L'équipe gagnante est celle qui a envoyé toutes ces balles derrière la dernière ligne en passant par chaque zone en un minimum de coups.

**CONSIGNES :**

- . 1 balle par joueur.
- . 1 joueur joue et définit sa zone de frappe en la délimitant avec des plots, 1 joueur compte les points, 1 joueur est responsable de la sécurité.
- . Les joueurs qui ne jouent pas se placent en dehors des zones.
- . Un point de pénalité pour une zone non atteinte au premier coup et replacer la balle dans le milieu de la zone. 8 coups maximum (1+1, 1+1, 1+1, 1+1).

**VARIABLES :**

- . Toutes les formes de trajectoires comptent (roulées ou levées).
- . Seules les balles levées comptent.
- . La balle compte si le rebond se fait après la ligne.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Envoyer la balle dans chaque zone en se souciant des autres joueurs et en jouant à son tour.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Faut-il faire un grand geste ou un plus petit ? Est-il important de délimiter une zone de frappe avant de jouer ? Pourquoi ?

Pourquoi faut-il que le plus loin de l'objectif joue le premier ?

**TITRE :**

## L'APPROCHE

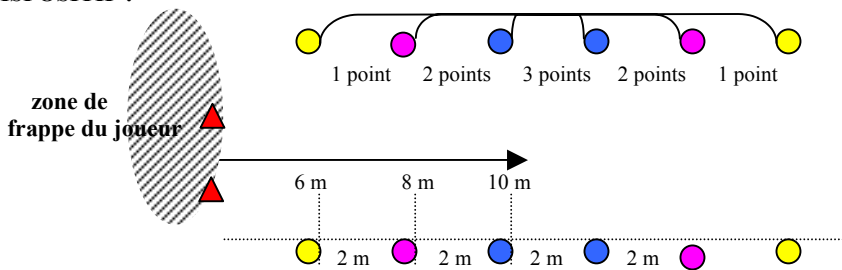
**OBJECTIFS :**

Doser.  
Assurer la sécurité.

**LE MATERIEL :**

Une canne par équipe et des plots.

**DISPOSITIF :**



Une équipe de 4 à 5 joueurs.

**BUT DU JEU :**

Envoyer la balle entre les plots bleus.

**CONSIGNES :**

- . 3 balles par joueur.
- . Entre les plots jaunes : 1 point, entre les plots roses : 2 points et entre les plots bleus : 3 points.
- . 1 joueur joue et définit sa zone de frappe en la délimitant avec des plots, 1 joueur compte les points, 1 joueur marque le score sur la carte, 1 joueur est responsable de la sécurité.
- . On ramasse les balles après chaque passage.

**VARIABLES :**

- . Toutes les formes de trajectoires comptent (roulées ou levées).
- . Seules les balles levées comptent.
- . Utiliser une surface roulante (terrains ras, moquette, goudron ...)

**CRITERES DE REUSSITES :**

Comptabiliser un maximum de points.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Comment vous vous y prenez pour doser ? Etes-vous plus efficace en faisant un petit geste ou un grand ? pourquoi ?

Sentez-vous l'inertie de la tête de la canne (le poids en bout de canne) ? Comment faites-vous pour être régulier ?

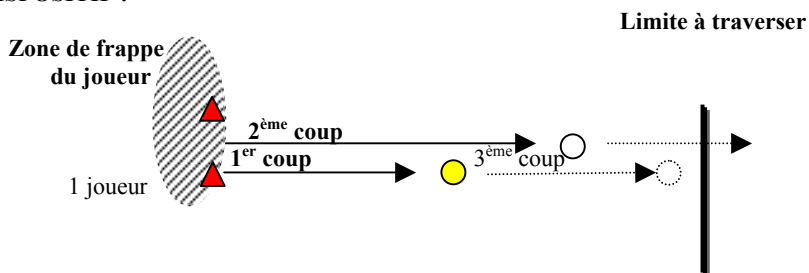
**TITRE :**

## SAUTE-MOUTON

**OBJECTIFS :**

Doser. Trouver la distance qui permet à chaque coup de faire progresser les 2 balles avec régularité et répétition.

**DISPOSITIF :**



**BUT DU JEU :**

Traverser le terrain en faisant progresser 2 balles successivement en saute mouton.

**CONSIGNES :**

Du départ, on frappe la première balle pour faire progresser vers la ligne de but adverse. Puis, on frappe la 2<sup>ème</sup> balle de telle sorte qu'elle dépasse la première. Et ainsi de suite, jusqu'à la ligne opposée.

La balle frappée doit toujours dépasser la balle arrêtée.

Sinon, il faut revenir au départ et recommencer.

Compter le nombre de coups nécessaires pour traverser le terrain.

Après chaque tentative, marquer le résultat sur le tableau.

**VARIABLES :**

Avec 3 balles : jouer une balle, la suivante plus longue, la troisième plus courte.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Traverser le terrain avec les 2 balles sans revenir au départ.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Comment vous y prenez-vous pour doser ?

Quel est votre meilleur score ? pourquoi ?

**TITRE :**

## LE TRIANGLE

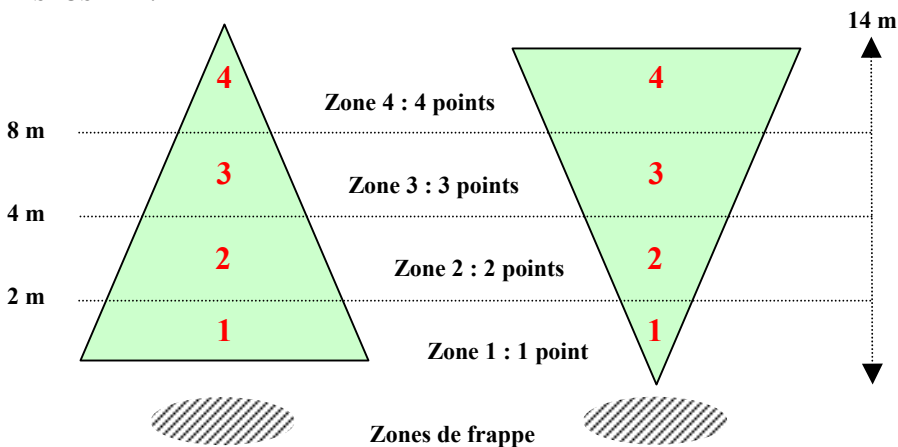
**OBJECTIFS :**

Doser

**MATERIEL :**

12 assiettes (repères) de 2 couleurs différentes, 6 assiettes chacun.  
Une canne et des balles.

**DISPOSITIF :**



**BUT DU JEU :**

Marquer le plus de points en plaçant chaque assiette dans une des trois zones.

**CONSIGNES :**

Lorsque la balle s'immobilise dans une des 4 zones, placer une assiette à cet endroit. Le jeu est terminé lorsqu'un des 2 joueurs a réussi à placer ses 6 assiettes.

**VARIABLES :**

Prendre en compte l'endroit où la balle touche le sol et non pas où elle s'arrête.  
Placer toutes les assiettes dans chaque zone en progression .  
Placer une assiette dans chaque zone en progression.  
L'enseignant décide à l'avance la zone à atteindre.  
Placer le triangle à l'envers.

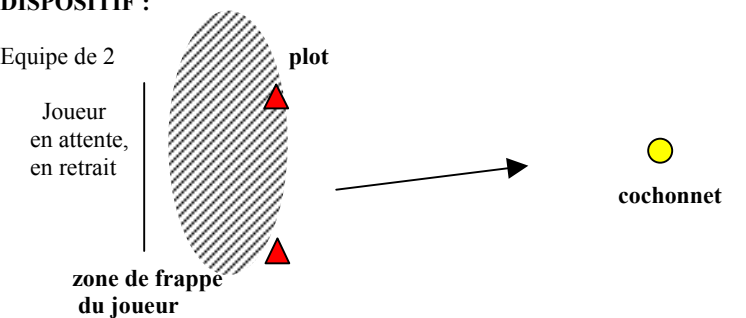
**CRITERES DE REUSSITES :**

Au moins 2 balles sur 4 dans la zone choisie.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Comment faites-vous pour doser ? Changez-vous d'amplitude ? Pensez-vous qu'il faille faire un grand geste et ralentir pour doser ? Que faut-il faire pour être régulier ?  
Un bon contact est-il indispensable ?



<b>TITRE :</b>	
<b>LA PETANQUE</b>	
<b>OBJECTIF :</b>	Doser
<b>MATERIEL :</b>	Des balles de couleurs et une canne pour 2.
<b>DISPOSITIF :</b>	 <p>Equipe de 2</p> <p>Joueur en attente, en retrait</p> <p>zone de frappe du joueur</p> <p>plot</p> <p>cochonnet</p>
<b>BUT DU JEU :</b>	Se rapprocher du cochonnet pour marquer le maximum de points.
<b>CONSIGNES :</b>	3 balles chacun de couleur différente. Lancer à la main le cochonnet (balle d'une autre couleur) à une distance minimum de 2m et maximum 20 m. Utiliser les mêmes règles que la pétanque.
<b>VARIABLES :</b>	Jouer par équipe de 2.
<b>CRITERES DE REUSSITES :</b>	Celui qui marque le plus de points.
<b><u>Retour sur l'action avec les élèves :</u></b>	
Comment faites-vous pour améliorer le coup précédent ?	
Prenez-vous en compte une balle mal contactée pour ralentir ou accélérer le coup suivant ?	
ou bien vous oubliez ce coup mal contacté pour vous concentrer sur le suivant ?	

**TITRE :**

## LE MORPION

**OBJECTIFS :**

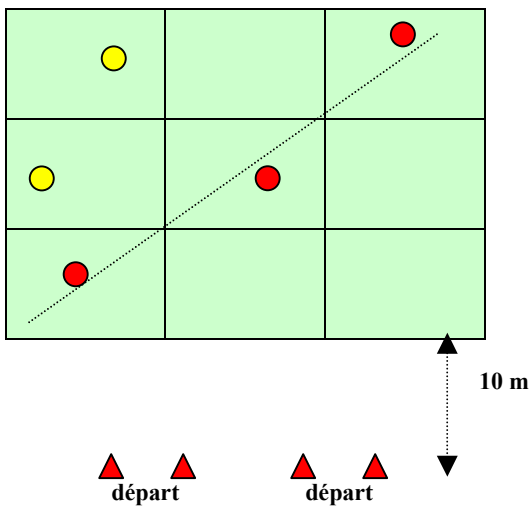
Doser et orienter. Prise en compte de la stratégie.

**MATERIEL :**

Plots, balles de couleur.

**DISPOSITIF :**

9 carrés d'environ  
5m x 5m



**BUT DU JEU :**

Aligner les 3 balles.

**CONSIGNES :**

Par équipe de 3.

3 balles chacun de 2 couleurs différentes.

Deux balles par case possibles.

La première équipe qui a réussi à aligner les trois balles a gagné.

Toute balle au repos déplacée sera remplacée.

**VARIABLES :**

Match direct par équipe avec une seule balle par case et le même départ.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Presque toutes les balles vont dans la cible (9 carrés).

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Quelle est votre stratégie ? Pourquoi ?

Préférez-vous que la balle vole ou roule ? Pourquoi ?

**TITRE :**

## LA MARELLE

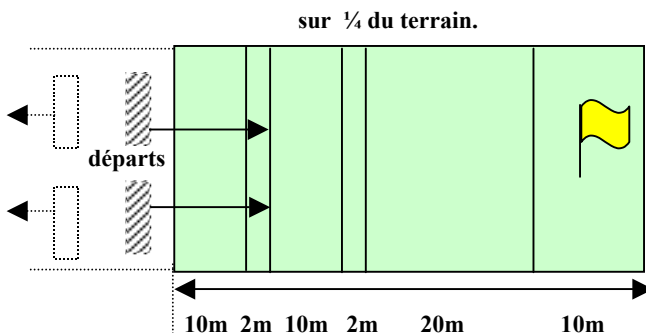
**OBJECTIFS :**

Doser et se déplacer en sécurité.

**MATERIEL :**

1 balle chacun, une canne pour l'équipe.

**DISPOSITIF :**



**BUT DU JEU :**

Amener la balle dans la dernière zone en passant par des zones intermédiaires.

**CONSIGNES :**

1 équipe de 3 ou 4 au départ. Chacun joue sa balle à tour de rôle et essaie de l'envoyer dans la première zone. Celui qui rate va ramasser sa balle en courant et la place dans le centre de la zone avec un coup de pénalité (maximum de coups 6, minimum 3). Changer de départ puis de terrain.

Celui qui ne joue pas, se place en dehors des zones de frappe.

**VARIABLES :**

Zone à atteindre plus réduite.

Envoyer la balle directement dans la dernière zone.

**CRITERES DE REUSSITES :**

3 ou 4 coups pour arriver à la dernière zone et se déplacer en toute sécurité pour lui et pour les autres.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Comment vous vous y prenez pour réussir ?

Comment s'organisent ceux qui réussissent ?

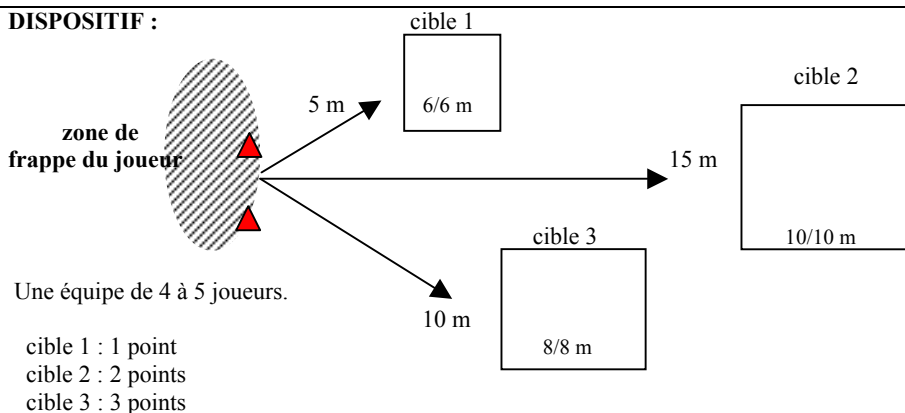
Quels types de difficultés avez-vous rencontré lors de vos déplacements ? A quoi doit-on faire attention ?

**TITRE :****LES CIBLES****OBJECTIFS :**

Doser en direction.  
Assurer la sécurité.

**LE MATERIEL :**

Une canne par équipe et des plots.

**DISPOSITIF :****BUT DU JEU :**

Immobiliser la balle dans la cible.

**CONSIGNES :**

- . 3 balles par joueur.
- . Viser une cible l'une après l'autre.
- . Concours : par équipe de 4 ou 5 joueurs. Une balle par joueur, choisir la cible. Totaliser le maximum de points pour l'équipe.

**VARIABLES :**

- . Toutes les formes de trajectoires comptent (roulées ou levées).
- . Seules les balles levées comptent.
- . La balle compte si le rebond se fait dans le carré.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Marquer le maximum de points.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Comment faites-vous pour viser ? pourquoi une balle part à droite ou à gauche ?

Comment faut-il s'aligner ?

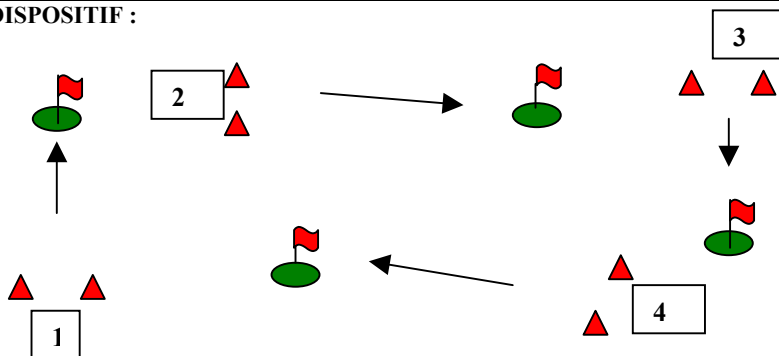
Quelles solutions vous avez trouvé pour doser ? Est-ce que vous changez l'amplitude du geste ou gardez vous la même ? pourquoi ?

**TITRE :****LE SCRAMBLE****OBJECTIFS :**

Se déplacer en sécurité.  
Marquer le score.

**MATERIEL :**

Une canne par joueur, une balle légère par joueur, des plots et un carte de score.

**DISPOSITIF :**

**E : Enseignant** au milieu du terrain

**Equipes de 4 :** Départ délimité par 2 plots.  
(1 équipe par trou). Arrivée sur la cible.

**BUT DU JEU :**

Les joueurs constituent une équipe ; chaque joueur joue un premier coup ; le capitaine choisit la balle de l'équipe qu'il juge la meilleure. De cet emplacement chaque joueur joue un second coup... et ainsi de suite jusqu'à ce que le trou soit terminé.

**CONSIGNES :**

L'équipe est constituée de 3 joueurs et un marqueur. Le marqueur tourne sur chaque trou. Se positionner toujours en face de celui qui tape et attendre que tous les joueurs aient bien récupéré leur balle.

**VARIABLES :**

Scramble à 4 (le marqueur est joueur).

**CRITERES DE REUSSITES :**

Envoyer la balle dans la cible en un minimum de coups, en respectant la sécurité.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

En combien de coups vous avez envoyé la balle dans la cible ? Comment avez-vous contacté la balle ? Avez-vous réussi à viser ? à doser ? est-ce que la gestion du déplacement à plusieurs vous a posé des problèmes ? lesquels ? quel est l'avantage de cette formule de jeu ?

**TITRE :**

## LA COURSE AU DRAPEAU

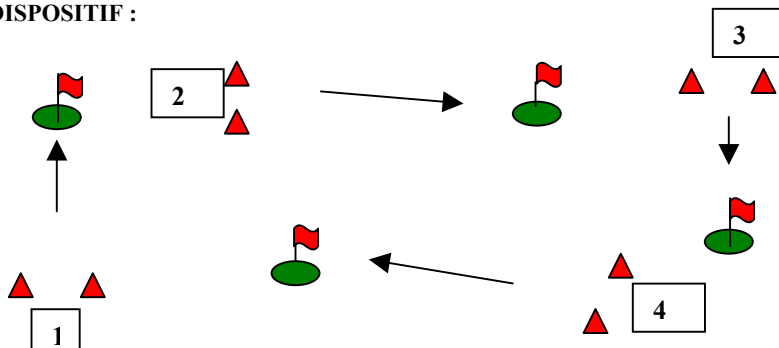
**OBJECTIFS :**

Se déplacer en sécurité.  
Contacter la balle : favoriser des frappes régulières.

**MATERIEL :**

Une canne et une balle légère pour deux, des plots, un petit drapeau et un carte de score.

**DISPOSITIF :**



**E : Enseignant** au milieu du terrain

**Equipe de 2 :** Départ délimité par 2 plots.  
(2 équipes par trou).

**BUT DU JEU :**

Chaque équipe plante un petit drapeau portant son nom à l'endroit où repose sa balle lorsqu'il a joué un nombre de coups fixés au départ pour tout le monde.

**CONSIGNES :**

Jouer en relais à deux. Fixer un nombre limité de coups (ex sur 7 trous, 35 coups).  
Jouer à son tour (la balle la plus loin du trou en premier).  
Se placer en face de celui qui tape.  
Une fois les 35 coups atteints, planter le drapeau à l'endroit où la balle repose.

**VARIABLES :**

Jouer individuellement; un drapeau par joueur.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Envoyer la balle dans la cible en un minimum de coups, en respectant la sécurité.  
L'équipe qui gagne est celle qui a terminé le plus de trous et qui a planté le drapeau le plus loin.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Combien de trous avez vous pu finir ? A quoi avez vous pensé pour réussir le maximum de trous ? Comment avez vous procédé pour être le plus régulier possible ?

**TITRE :**

## LE GREENSOME

**OBJECTIFS :**

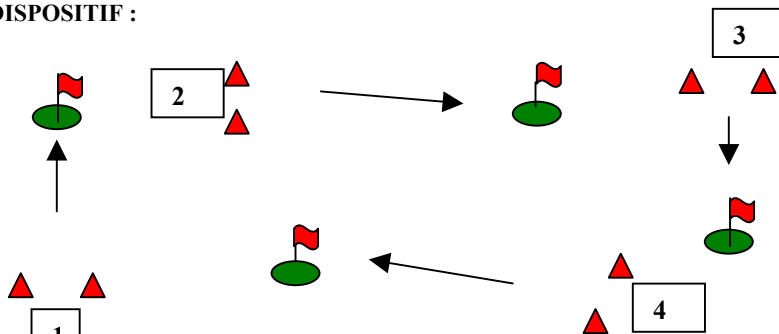
Se déplacer en sécurité.

Marquer le score

**MATERIEL :**

Une canne par équipe, une balle légère par joueur, des plots et un carte de score.

**DISPOSITIF :**



**E : Enseignant** au milieu du terrain

**Equipes de 2 :** Départ délimité par 2 plots.  
(2 équipes par trou). Arrivée sur la cible.

**BUT DU JEU :**

Les deux partenaires jouent chacun une balle au départ de chaque trou, puis choisissent l'une d'elles qu'ils jouent alors alternativement jusqu'à la fin du trou.

**CONSIGNES :**

Balles de même couleur dans chaque équipe et de couleur différente dans l'équipe adverse.  
Se placer en face de celui qui tape. L'équipe qui a sa balle la plus loin du trou joue toujours en premier.

Marquer le score sur une carte : un maximum de 10 coups par équipe est toléré. Au delà, ramasser la balle et jouer sur le trou suivant en attendant l'équipe adverse.

**VARIABLES :**

Temps limité.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Envoyer la balle dans la cible en un minimum de coups, en respectant la sécurité.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

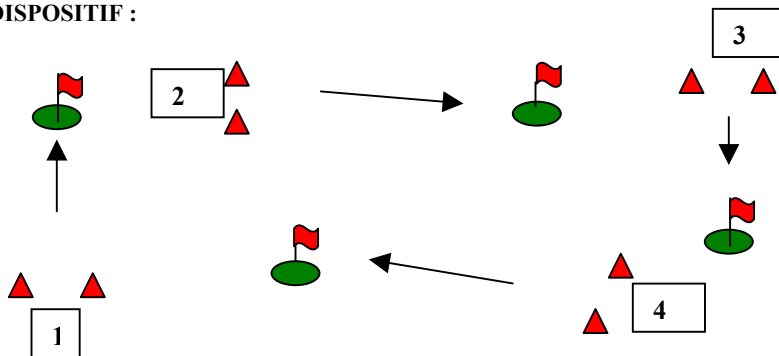
Est-ce que les scores sont meilleurs avec cette formule de jeu ? Est-ce que la gestion du déplacement à plusieurs vous a posé des problèmes ? lesquels ?

**TITRE :****LA COURSE CONTRE LE TEMPS****OBJECTIFS :**

Jouer en sécurité en se déplaçant rapidement.

**MATERIEL :**

Une canne, une balle légère, des plots et un carte de score.

**DISPOSITIF :**

**E : Enseignant** au milieu du terrain

**Equipe** de 4 : départ délimité par 2 plots.  
(3 joueurs et un maître du temps)  
1 équipe par trou. Arrivée sur la cible.

**BUT DU JEU :**

Relais à 3.

Chaque équipe possède un nombre de minutes pour finir le trou. (ex 5 min)

L'équipe qui finit le plus de trous a gagné.

Le maître du temps marque le nombre de trous réalisés dans la limite du temps imposé.

**CONSIGNES :**

Interdiction de courir.

Se placer en face de celui qui joue.

**VARIABLES :**

Nombre de coups limité (le trou n'est pas comptabilisé si l'équipe finit le trou en plus de : par exemple 9 coups).

**CRITERES DE REUSSITES :**

Envoyer la balle dans la cible en un minimum de coups et de temps, en respectant la sécurité.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

En combien de coups vous avez envoyé la balle dans la cible ? pourquoi faut il jouer vite ?  
Quel est le risque quand on joue trop vite ou trop lentement ?

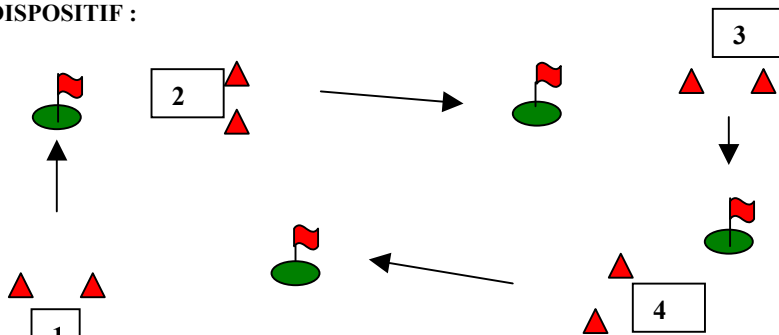


**TITRE :****LE FOURSOME****OBJECTIFS :**

Jouer en sécurité.

**MATERIEL :**

Une canne et une balle légère pour deux, des plots.

**DISPOSITIF :**

**E : Enseignant** au milieu du terrain

**Equipes de 4 :** Départ délimité par 2 plots.  
(1 équipe par trou). Arrivée sur la cible.

**BUT DU JEU :**

Relais à deux : l'équipe n'a qu'une seule balle en jeu, chaque partenaire la jouant alternativement. Le départ des trous « impairs » est joué par un des partenaires tandis que l'autre prend le départ des « pairs » .

Match deux contre deux : l'équipe qui fait moins de coups sur un trou que l'autre marque un point. C'est l'équipe qui marque le plus de points qui gagne.

**CONSIGNES :**

Se placer en face de celui qui tape.

Jouer à son tour.

Compter les coups. Si les deux équipes font de plus de 10 coups sur un trou, elles ramassent leur balle, vont au trou suivant et marquent chacune ½ points.

**VARIABLES****CRITERES DE REUSSITES :**

Gagner son match, en respectant la sécurité et son adversaire.

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Est-il difficile de compter vos coups et de vérifier ceux de vos adversaires sans marquer sur une carte ? quelles sont les coups que vous réussissez le mieux ? les plus mauvais ?

**TITRE :****LE MATCH CONTRE LE PARCOURS****OBJECTIFS :**

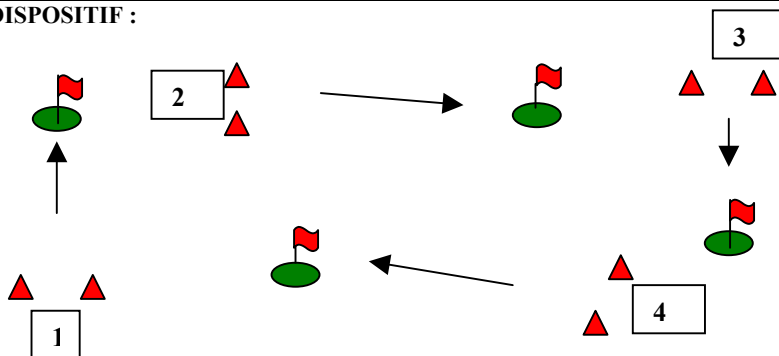
Jouer en sécurité.

Gérer son déplacement et les déplacements des autres.

Marquer son score.

**MATERIEL :**

Une canne et une balle légère par joueur, des plots.

**DISPOSITIF :**

**E : Enseignant** au milieu du terrain

**Equipes** de 4 : Départ délimité par 2 plots.

(2 équipes par trou). Arrivée sur la cible.

**BUT DU JEU :**

C'est un match contre le parcours, lequel réalise le « par » sur chaque trou, soit 7 coups. Le joueur qui sur un trou égalise le « par » marque 0 (il partage le trou); le joueur qui marque au-dessus du « par » marque - (il perd le trou) ; le joueur qui joue au-dessous du « par » marque + (il gagne le trou). On effectue le total algébrique des plus et des moins, et le vainqueur est celui qui obtient le meilleur résultat contre le parcours.

**CONSIGNES :**

Un joueur et un marqueur qui compte les coups (alterner sur chaque trou). Celui qui fait plus de 7 coups ramasse sa balle.

Se placer en face de celui qui tape.

Jouer à son tour.

**VARIABLES :**

Le joueur est aussi le marqueur.

**CRITERES DE REUSSITES :**

Gagner son match, en respectant la sécurité et son adversaire (le parcours).

**Retour sur l'action avec les élèves :**

Pensez-vous pouvoir jouer individuellement dans une partie de 3 ou 4 joueurs ? Qu'est-ce que cela implique ? Quelle partie de votre jeu faut-il travailler pour être plus performant ?

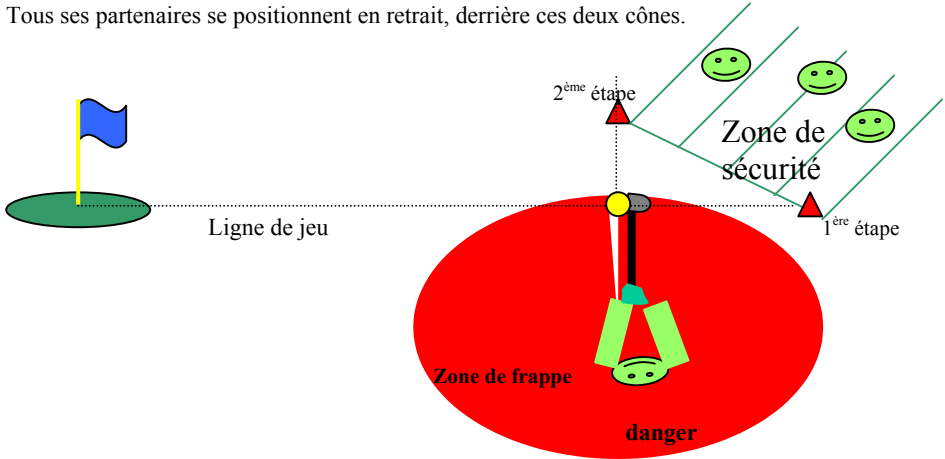
# FICHE SECURITE

Construire la sécurité pour prévenir le danger

## 1. Délimiter sa zone de frappe sur le parcours aménagé :

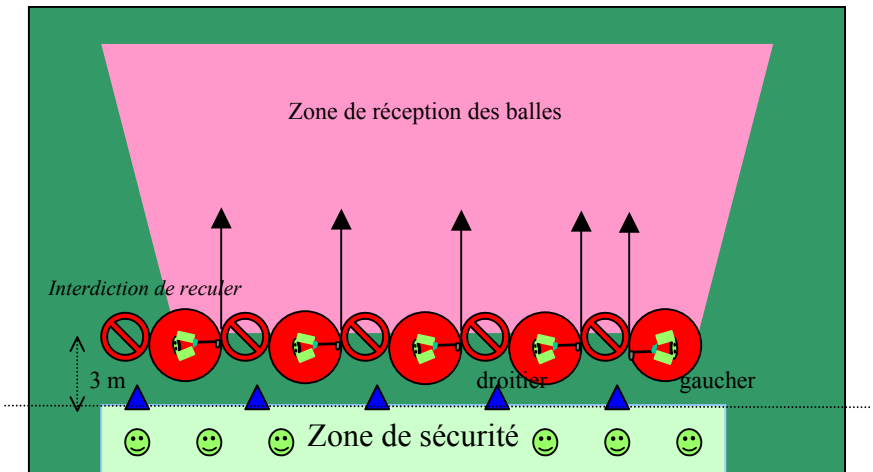
Le joueur devant sa balle trace une ligne imaginaire de la cible à sa balle et place un premier cône à 3 pas en arrière de cette ligne. Puis, il place au niveau de sa balle et à un pas en face de lui le deuxième cône.

Tous ses partenaires se positionnent en retrait, derrière ces deux cônes.



## 2. Définir la zone de sécurité dans les situations d'apprentissage en zone fixe:

- Les joueurs se placent sur une ligne droite; un cerceau entre chaque joueur, tous les 3 mètres, (voir dessin ci dessous).



- Placer une ligne de plots à 3 m en retrait pour délimiter la zone de sécurité.

**ONT PARTICIPE A L'ELABORATION DU LIVRET :**

**Pour la Ligue de golf d'Aquitaine :**

Eric MAILHES professeur de golf  
Philippe URANGA conseiller technique régional

**Pour la Fédération Française de Golf :**

Didier NOCERA conseiller technique national

**Pour l'Inspection Académique des Landes :**

Régine LANCON conseillère pédagogique départementale  
Frédéric CARRINCAZEAUX conseiller pédagogique de circonscription  
Elisabeth CRABOS conseillère pédagogique de circonscription  
Francis DUPOUY conseiller pédagogique de circonscription  
Jean Jacques GOURDON conseiller pédagogique de circonscription  
Christian LAJUS conseiller pédagogique de circonscription  
Christian SAINT LEZER conseiller pédagogique de circonscription

**Pour l'USEP des Landes :**

Gilles COUTURE délégué départemental

**Avec le concours :**

- **Du Conseil Régional d'Aquitaine**
- **De la Direction Régionale et Départementale de la Jeunesse et des Sports**
- **Du Conseil Général des Landes**
- **Du Comité départemental de golf des Landes**

© Dessin de couverture : M. OYHARCABAL.  
Impression : Lacoste – Roque – Mont de Marsan  
Tirage : 5 000 exemplaires  
Dépôt légal à parution