

## Thème du mois 10/2017: Minigolf

Jeunes et moins jeunes apprécient le minigolf comme activité de loisir. Mais ce sport se pratique aussi sous une forme compétitive aux quatre coins du monde. Les débutants et les amateurs peuvent s'inspirer des meilleurs spécialistes, histoire de maîtriser les subtilités.



Si l'on en croit différentes enquêtes, le minigolf apparaît comme l'un des loisirs préférés en Europe. Dix-huit pistes, un club (ou putter), une balle et une dose de bonne humeur: tels sont les ingrédients pour se lancer dans l'activité. Pas étonnant donc que, d'année en année, des millions de joueurs s'essaient avec concentration, habileté et un regard aiguisé à ce jeu fascinant.

Dès la première frappe, c'est le plaisir qui domine, aussi bien chez les jeunes élèves que chez les personnes d'un certain âge. En effet, le minigolf ne requiert ni force musculaire ni endurance spécifique. Il se profile comme le divertissement idéal pour un dimanche d'été en famille ou entre amis.

### Trucs et astuces pour clubs et écoles

Ce thème du mois part à la rencontre de cette activité ludique fort populaire et qui se pratique aussi en compétition autour du monde. La première partie du dossier aborde les origines, les règles de jeu ainsi que les différents systèmes de jeu. Les conseils méthodologiques et didactiques facilitent la conception d'un entraînement de minigolf avec les élèves de tous les niveaux et de tout âge. Ils s'appliquent aussi bien à l'enseignement de l'éducation physique à l'école qu'à l'entraînement en club.

La partie pratique explique d'abord, à l'aide d'illustrations, la tenue correcte du corps et du club. Une vidéo réalisée pour ce thème du mois démontre l'exécution correcte des frappes. Les exercices proposés sont classés en fonction du niveau de difficulté et des classes d'âge. Ils offrent de nombreuses idées pour organiser une leçon en salle de sport avec le matériel classique à disposition.

D'autres formes d'entraînement possibles sur l'installation de minigolf ou en salle enrichissent la boîte à idées et permettent de varier et de stabiliser les habiletés de base. Un exemple de leçon clôt le dossier.

## Thème du mois

- [Minigolf](#) (pdf)

## Articles

- [Origines](#)
- [Repères méthodologiques et didactiques](#)
- [Un sport de compétition à travers le monde](#)

## Moyen didactique

- [Plan de leçon](#)

## Exercices

- [Habilités de base](#)
- [Formes d'entraînement supplémentaires](#)
- [Pour chaque âge - Facile](#)
- [Pour enfants et adolescents - Difficulté moyenne](#)
- [Pour adultes - Difficulté moyenne](#)
- [Pour enfants et adolescents - Difficile](#)
- [Pour adultes - Difficile](#)

---

Source: Wolfgang Wicki, Jürg Salvisberg, Peter Arber (Swiss Minigolf)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO