

Golf – Formes de jeu: Game Boy

La précision est l'objectif de cet exercice. Les enfants disposent de plusieurs jokers pour avancer le plus loin dans le jeu.

Objectifs: Alignement, sensation de la distance, non-répétitif, confiance en soi

Temps de préparation: 2 minutes



Définir une zone carrée de 90 cm autour d'un trou. Placer une première marque à deux mètres du trou, puis à chaque mètre en s'éloignant du trou. Chaque joueur débute le jeu avec une «vie».

Si les enfants atteignent la zone (un seul coup à disposition), ils gagnent une «vie» supplémentaire et reculent d'une marque. S'ils mettent la balle dans le trou, ils reçoivent deux «vies» et reculent de deux marques. Si la balle manque la zone, les enfants perdent une «vie».

Variantes

- Sous forme de concours par équipe.
- Choisir des putts en pente.
- Avec différentes balles.

Attention: Les balles de golf peuvent être utilisées exclusivement sur les installations golfeques. En dehors de celles-ci (sur une place de jeu, à proximité de bâtiments, etc.), cet exercice doit être réalisé avec des balles de golf molles (Almost) ou des balles en mousse, de tennis, d'unihockey, etc.

Matériel: Clubs et balles de golf, différentes balles, cônes, cordes, magnésie

Source: David Chazeau, expert J+S Golf, Marcel Meier, chef de sport J+S Golf



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO