

Golf en salle: Aspects pédagogiques

Outre les capacités psychomotrices qu'il sollicite intensivement, l'enseignement du golf se prête très bien au travail des compétences transversales.

Se confronter activement avec une tâche motrice exigeante stimule différentes compétences personnelles, comme la confiance en soi, la flexibilité ou encore la persévérance pour atteindre les objectifs fixés. L'apprentissage du swing requiert aussi une bonne dose d'intelligence émotionnelle pour gérer la frustration inévitable engendrée par l'alternance permanente de réussites et d'échecs.

Extrait du PEC Education physique

Expression – Compétences personnelles: Les personnes en formation acceptent d'apprendre des formes de mouvement inhabituelles et inconnues.

Culture du feedback

La capacité de réflexion et de perception de soi peut être stimulée et améliorée avec des consignes et des objectifs clairement énoncés durant la leçon de golf. La fiche d'observation est un outil pertinent qui permet aux élèves de suivre leurs progrès et d'acquérir la capacité d'évaluation de soi et des pairs grâce au feedback.

Les fiches d'observation des thèmes «Technique» et «Soft skills» sont disponibles en format Word. Les critères choisis peuvent être adaptés en fonction des objectifs, du niveau des élèves et d'autres variables. C'est à l'enseignant de fixer le nombre de tâches d'observation qu'il entend introduire dans la leçon.

Favoriser les réussites

La plupart des élèves ne disposent d'aucune expérience en golf. L'avantage: les jeunes habituellement en retrait lors des activités classiques trouvent une occasion de se profiler dans un terrain inconnu de tous. Une chose est certaine: voir s'envoler la balle avec une belle trajectoire aérienne après de nombreux essais infructueux donne le sourire à chacun et chacune.

L'apprentissage technique du golf exige des élèves une grande capacité de concentration. C'est à ce prix que les premiers succès se dessinent après de longues répétitions souvent infructueuses. Un facteur important consiste notamment à isoler les éléments perturbateurs pour se focaliser sur l'objectif tout en gardant une vision globale du terrain. Diriger son attention et persévérer sur une tâche représentent de sacrés défis pour des jeunes habitués à passer d'une tâche à l'autre en permanence. C'est pour cela entre autres que les élèves apprécient cette discipline qui leur offre une plage de «déconnexion» bienvenue. Une aubaine que les enseignants ont tout intérêt à thématiser en complément aux aspects techniques incontournables.

Extrait du PEC Education physique

Expression – Compétences personnelles: Les personnes en formation travaillent avec persévérance et volonté à la réalisation de leurs objectifs.

Construction d'un concept de soi positif

Le thème du mois « Perception par le mouvement » (01-02/2020) rappelle qu'« une bonne perception corporelle soutient l'apprentissage du mouvement et favorise le développement du concept de soi, de la capacité d'action et de l'empathie. » Les leçons de golf permettent de développer les sens de la position, du mouvement et de la force.

Ces multiples expériences de perception corporelle (réussites, autorégulation, attention, partage des perspectives) et de perception de soi (bien-fondé, estime de soi, acceptation de soi, focalisation sur soi, reconnaissance) contribuent à la construction d'un concept de soi positif.

mobilesport.ch

01-02 | 2020 **Perception par le mouvement**

Thèmes de travail - Sommaire

Thèmes de perception	2
Mouvement d'une figure	4
Jeux	6
• Jeu de position	6
• Jeu de mouvement	8
• Jeu de force	10
Ateliers	12
• Ateliers de position	12
• Ateliers de mouvement	14
• Ateliers de force	16
Évaluations	18
• Évaluations	18

Catégories

- Thèmes d'âge 7-12 ans
- Thèmes scolaires primaires
- Thèmes de progression thématique, thématique et thématique
- Thèmes de progression thématique, thématique et thématique

Texte principal:

Une bonne perception corporelle soutient l'apprentissage du mouvement et favorise le développement du concept de soi, de la capacité d'action et de l'empathie. Ce thème de mois propose une démarche pour affiner la perception en tenant compte du mouvement, des sensations, avec l'objectif comme fil rouge.

La perception est le processus et le résultat du recueillir et du traitement des informations issues de stimuli provenant de l'environnement et de l'intérieur du corps. Le sensu for-mer véritablement les impressions qui sont perçues est ce qui est agencé. Ce thème de mois propose une démarche pour affiner la perception en tenant compte du mouvement, des sensations, avec l'objectif comme fil rouge.

La perception est le processus et le résultat du recueillir et du traitement des informations issues de stimuli provenant de l'environnement et de l'intérieur du corps. Le sensu for-mer véritablement les impressions qui sont perçues est ce qui est agencé. Ce thème de mois propose une démarche pour affiner la perception en tenant compte du mouvement, des sensations, avec l'objectif comme fil rouge.

La perception est le processus et le résultat du recueillir et du traitement des informations issues de stimuli provenant de l'environnement et de l'intérieur du corps. Le sensu for-mer véritablement les impressions qui sont perçues est ce qui est agencé. Ce thème de mois propose une démarche pour affiner la perception en tenant compte du mouvement, des sensations, avec l'objectif comme fil rouge.


La perception est le processus et le résultat du recueillir et du traitement des informations issues de stimuli provenant de l'environnement et de l'intérieur du corps. Le sensu for-mer véritablement les impressions qui sont perçues est ce qui est agencé. Ce thème de mois propose une démarche pour affiner la perception en tenant compte du mouvement, des sensations, avec l'objectif comme fil rouge.

Extrait du PEC Education physique

Expression – Compétences personnelles: Les personnes en formation découvrent de nouveaux points forts et points faibles au travers de nouveaux mouvements.

Défi – Compétences personnelles: Les personnes en formation identifient leurs émotions.

Source: Stefan Buhl et Urs Böller, enseignants d'éducation physique à l'école professionnelle générale de Bâle (AGS Basel)

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO