

## PRÉSENTATION DU PROJET :

Pour cette période, l'UGSEL vous propose de découvrir bien plus qu'un sport : le golf. Élégant et exigeant, ce jeu raffiné allie habileté physique, stratégie mentale et connexion avec la nature. Explorez avec nous les subtilités de ce sport captivant, où chaque swing raconte une histoire de précision, de défi et de camaraderie. Pour aller plus loin et pour rendre l'activité accessible à tous, le golf se diversifie avec le disc golf, le foot golf, ...

# GOLFS /

### SÉQUENCES D'APPRENTISSAGE :

#### CYCLE 1 : LE GOLF PUCE

- [Le trou](#)
- [L'au-delà](#)
- [Les cibles](#)

#### CYCLE 2 : LE DISC GOLF

- [Les couloirs](#)
- [Le morpion](#)
- [Le cercle magique](#)

#### CYCLE 3 : LE MINI GOLF

- [L'entonnoir](#)
- [Le triangle](#)
- [La pétanque](#)
- [Le golf équipe](#)

#### CYCLE 4 : LE FOOT GOLF

### POUR ALLER PLUS LOIN :

- [Cycle 1 & 2 : Littératures jeunesse](#)
- [Cycle 3 : Mon carnet de golf avec la ffgolf et sa vidéo](#)
- [Cycle 4 : Le golf au collège avec la ffgolf](#)
- [Cycle 4 : Le footgolf avec la FFF](#)

### TRANSDISCIPLINAIRE :

- [Pixel art Golf](#)



# GOLF

## CYCLE 1 - LE GOLF PUCE

Nous vous proposons 3 situations en lien avec le golf mais sans l'utilisation d'un club.

Toutes ces situations se font avec une balle ou un ballon de votre choix (balle de golf, balle de tennis, balle de hand, ballon en mousse, ballon de foot, ...).»

### LE GOLF PUCE - LE TROU

#### OBJECTIF

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

#### BUT DU JEU

- | Envoyer la balle dans la cible en moins de coups possibles.

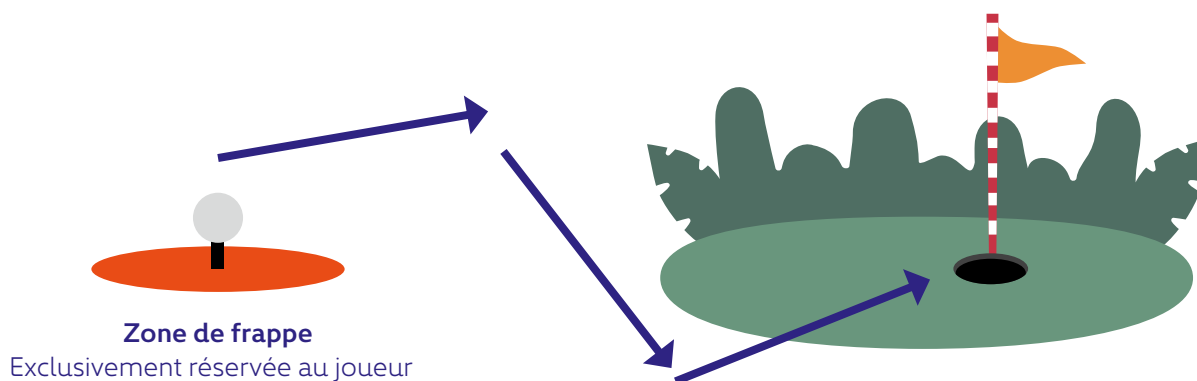
#### CONSIGNES

- | Lancer la balle à la main vers la cible puis relancer de l'endroit où elle s'est arrêtée.

#### DISPOSITIF

- | Le parcours peut s'organiser en soleil ou en demi-soleil.
- | Groupe de 2 à 4 enfants par trou.

#### Trou type de 15 à 50 m



#### CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | 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 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 ?

#### MATERIEL

- | Une balle par enfant.
- | Plots/coupelles pour délimiter la zone de frappe à ne pas franchir.
- | Cible (trou) à définir : cerceau, poubelle, ...

#### VARIABLES

- | Nombre de coups limité.
- | Temps limité.
- | Jouer en relais à tour de rôle.

# GOLF

## CYCLE 1 - LE GOLF PUCE

### LE GOLF PUCE - L'AU-DELÀ

#### OBJECTIF

- | Envoyer une balle le plus loin possible.
- | Assurer la sécurité.

#### BUT DU JEU

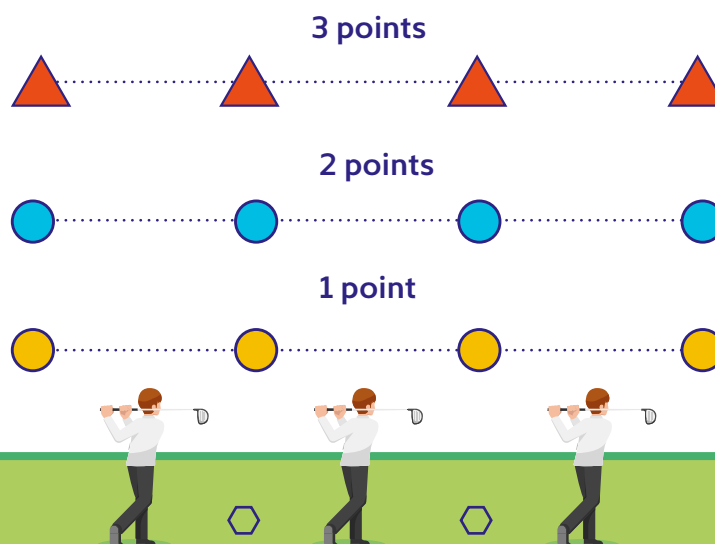
- | Envoyer la balle au-delà de la ligne des 30m.

#### CONSIGNES

- | Lancer la balle le plus loin possible de manière libre.
- | Nombre de points déterminés en fonction de l'endroit où la balle s'arrête.
- | On ramasse les balles après chaque passage.

#### DISPOSITIF

Prévoir entre 10 et 15 m de séparation entre chaque zone



Zone de frappe

Zone d'attente

#### CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | Être capable de réussir 3 balles de suite au-delà de la 3<sup>ème</sup> ligne.

#### MATERIEL

- | Une balle par équipe.
- | Plots/couppelles pour délimiter la zone de points.

#### 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.
- | Retour sur l'action avec les élèves :  
Quelles difficultés rencontrez-vous ?  
Que faut-il pour que la balle aille loin ?

# GOLF

## CYCLE 1 - LE GOLF PUCE

### LES CIBLES :

#### OBJECTIF

| Doser sa frappe afin de maîtriser l'approche de la balle.

#### BUT DU JEU

| Immobiliser la balle dans la cible.

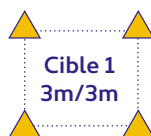
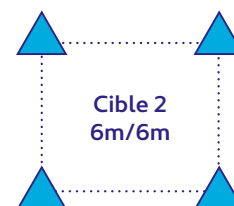
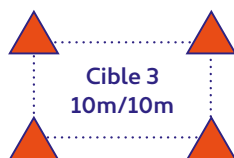
#### CONSIGNES

| 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.

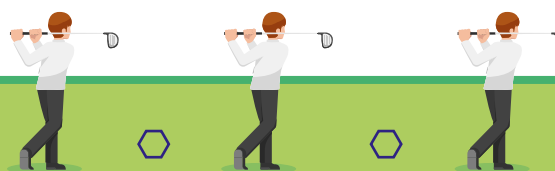
#### DISPOSITIF

Une équipe de  
4 à 5 joueurs.

cible 1 : 1 point  
cible 2 : 2 points  
cible 3 : 3 points



Zone de frappe



Zone d'attente

#### CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | 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 trouvées pour doser ?
  - Est-ce que vous changez l'amplitude du geste ou gardez-vous la même ? Pourquoi ?

#### MATERIEL

- | 3 balles par enfant.
- | Plots/couppelles pour délimiter les cibles.

#### 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.

# GOLF

## CYCLE 2 - LE DISC GOLF

Pour le Cycle 2 nous vous proposons de vous appuyer sur les 3 situations du cycle 1 et de renforcer la pratique par les situations suivantes. Toutes ces situations (les 3 du cycle 1 inclus) se font en disc golf.

Qu'est-ce que le disc golf ?

Le disc golf se joue comme le golf, mais au lieu de lancer une balle à l'aide d'un club, le joueur de disc golf lance un disque (frisbee) à la force du bras. L'objectif est de réaliser un parcours composé de 9 à 18 trous en un minimum de lancers.

### LES COULOIRS :

#### OBJECTIF

- | Orienter.
- | Envoyer le disque le plus loin possible (drive) en restant droit.

#### BUT DU JEU

- | Aller le plus loin tout en restant dans le couloir.

#### CONSIGNES

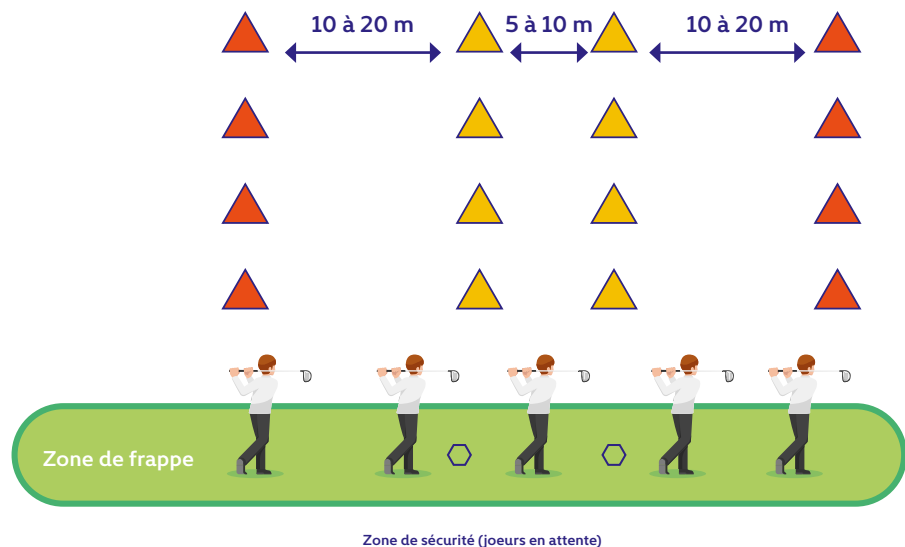
- | 2 joueurs par couloir.
- | Chacun joue son disque : le point est remporté par celui qui va le plus loin à condition que le disque reste dans le couloir.
- | Le premier à 10 a gagné.

#### DISPOSITIF

2 couloirs de largeur différente sur un quart du terrain de foot.

Longueur de 20 à 50 m.

Joueurs dans zone de frappe



#### CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | 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 trouvées pour doser ?
  - Est-ce que vous changez l'amplitude du geste ou gardez-vous la même ? pourquoi ?

#### MATERIEL

- | Un disque par enfant.
- | Plots/coupelles pour délimiter les couloirs.

#### VARIABLES

- | 3 disques par joueur, le meilleur des 3 disques compte.
- | Retour sur l'action avec les élèves :
  - | Quel couloir choisissez-vous ?
  - | Vaut-il mieux lancer fort ou doucement ?
  - | Comment faites-vous pour vous diriger ?
  - | Qu'est-ce qui fait aller droit ?

# GOLF

## CYCLE 2 - LE DISC GOLF

### LE MORPION :

#### OBJECTIF

- I Doser et orienter pour maîtriser l'approche du disque.
- I Prise en compte de la stratégie.

#### BUT DU JEU

- I Aligner les 3 disques.

#### CONSIGNES

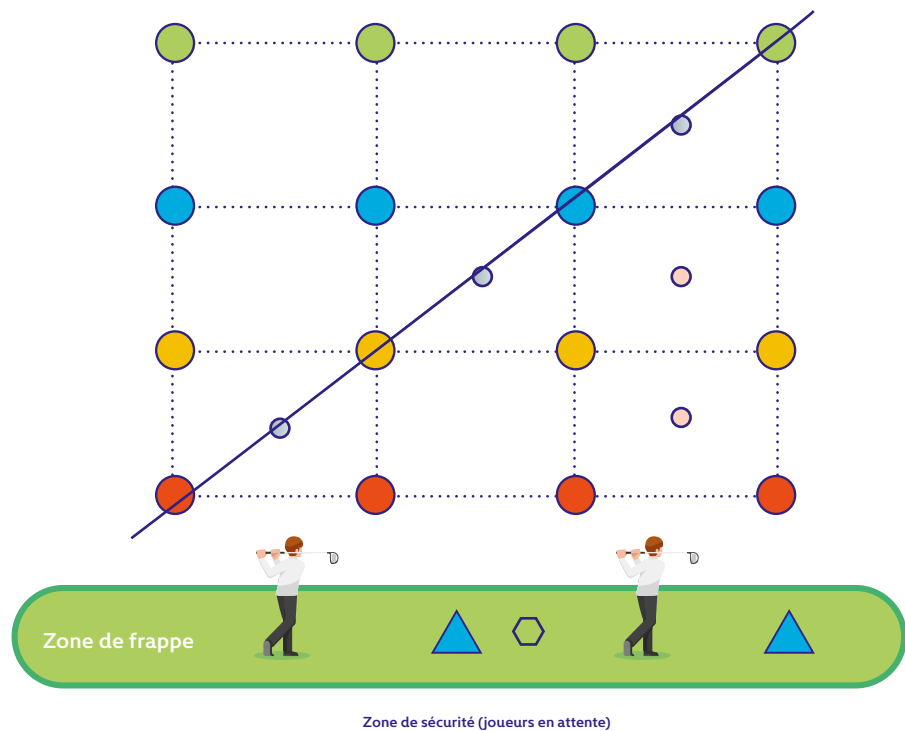
- I Une équipe de 3 par départ (zone de frappe).
- I Une couleur de disque par équipe. 3 disques par joueur.
- I 2 disques par case possibles.
- I La première équipe qui a réussi à aligner les trois disques a gagné.
- I Tout disque au repos déplacé sera replacé.

#### DISPOSITIF

9 carrés d'environ 5mx5m à définir en fonction du niveau

2 équipes s'affrontent

Possibilité de le faire sur le green : la première ligne de plots est alors placée à 1 ou 2 m ou en approches : première ligne de plots placée de 5 à 10m.



#### CRITÈRES DE RÉUSSITE

- I Presque tous les disques vont dans la cible (9 carrés).
- I Retour sur l'action avec les élèves :
  - Quelle est votre stratégie ? Pourquoi ?
  - Préférez-vous que le disque vole ou roule ? Pourquoi ?

#### MATERIEL

- I Des disques de couleur différente par équipe.
- I Plots/coupelles pour délimiter les cases du morpion.

#### VARIABLES

- I Prise en compte du point de chute du disque uniquement.
- I Match par équipe avec un seul disque par case et avec un seul départ pour construire le tour de jeu et le placement.

# GOLF

## CYCLE 2 - LE DISC GOLF

### LE CERCLE MAGIQUE :

#### OBJECTIF

| Doser son lancer et viser la cible (putt).

#### BUT DU JEU

| Envoyer et immobiliser le disque entre les plots bleus

#### CONSIGNES

| 3 disques par joueur.

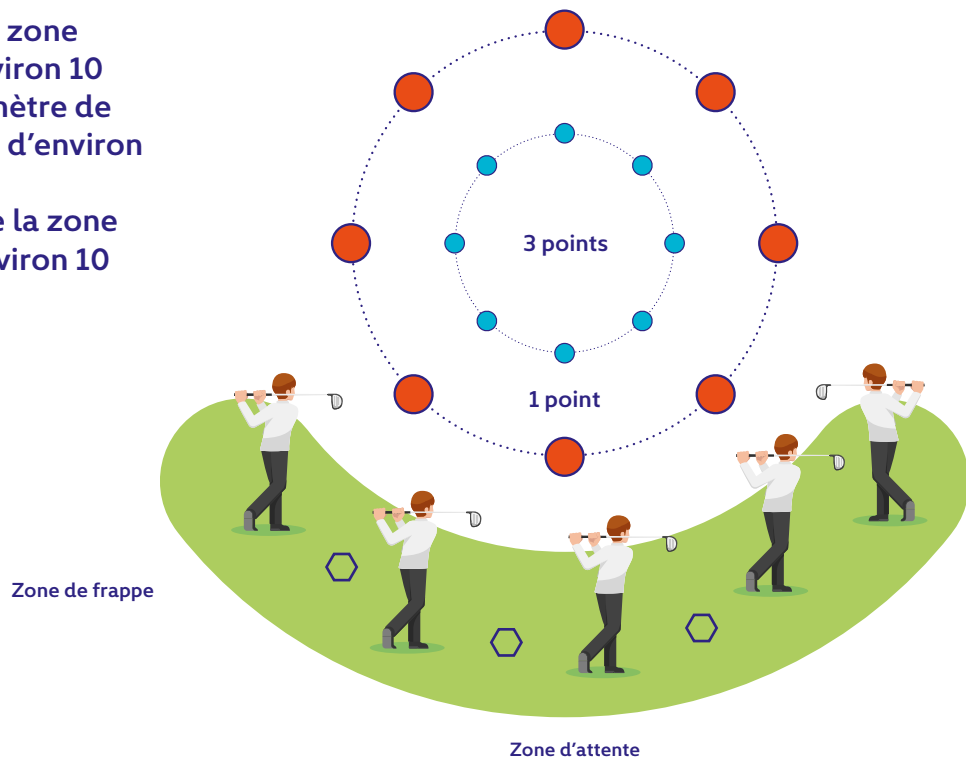
| Lancer son disque en visant le centre du cercle :  
1 point dans le cercle rouge, 3 points dans le cercle bleu.

| 1 joueur joue et définit sa zone de frappe en la délimitant avec des plots, 1 joueur compte les points et marque le score, 1 joueur est responsable de la sécurité.

| On ramasse les disques après chaque passage.

#### DISPOSITIF

Le centre de la zone bleue est à environ 10 à 12 m. Le diamètre de zone bleue est d'environ 4 à 6 m.  
Le diamètre de la zone rouge est d'environ 10 à 15 m.



#### CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | Marquer le maximum de points.
- | Retour sur l'action avec les élèves :
  - Comment faites-vous pour viser ?
  - Comment vous y prenez pour doser ?
  - Etes-vous plus efficace en faisant un petit geste ou un grand geste ? Pourquoi ?
  - Comment faites-vous pour être régulier ?

#### MATERIEL

- | Des disques par équipe.
- | Plots/coupelles pour délimiter la cible.

#### VARIABLES

- | Agrandir ou rétrécir la taille des cercles.
- | Mettre une cible verticale dans le cercle bleu (cerceau sur un plot) : 5 points si le disque passe dans la cible verticale.
- | Le disque compte si le rebond se fait dans la cible.

# GOLF

## CYCLE 3 : LE MINI GOLF

Renforcer la pratique en vous appuyant sur les 6 situations des cycles 1 et 2 (utilisation d'un club et d'une balle).

### L'ENTONNOIR :

#### OBJECTIF

- | 1 club par équipe et 3 balles par joueur.
- | Plots/couppelles pour délimiter les entonnoirs.

#### BUT DU JEU

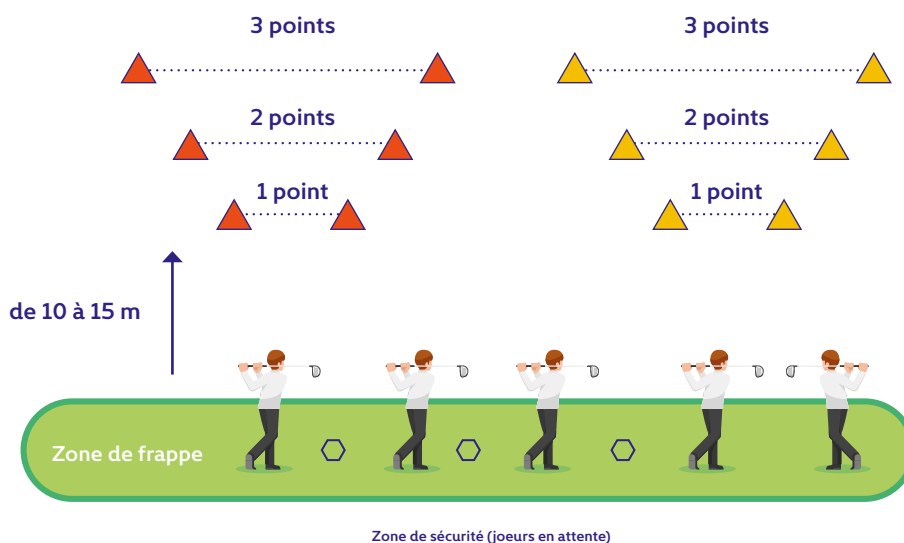
- | Envoyer la balle au-delà de la ligne des 30 m, en restant dans les limites des plots.
- | Marquer le score sur une carte.

#### CONSIGNES

- | 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, 1 joueur annonce et 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.
- | Le premier à 10 points gagne.

#### DISPOSITIF

Chaque zone est séparée d'environ 10m



#### CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | Envoyer 2 balles au-delà de la 3<sup>ème</sup> ligne en restant dans l'entonnoir.
- | Comptabiliser le maximum de points.

#### MATERIEL

- | 1 club par équipe et 3 balles par joueur.
- | Plots/couppelles pour délimiter les entonnoirs.

#### VARIABLES

- | Toute balle en dehors des limites fait enlever 1 point sur le score.
- | 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.
- | Retour sur l'action avec les élèves : Quelles difficultés rencontrez-vous ? Que faut-il pour que la balle aille loin ? Pourquoi la balle part à gauche ou à droite ? Comment s'organiser pour que la balle parte dans la direction souhaitée ?



# GOLF

## CYCLE 3 : LE MINI GOLF

### LE TRIANGLE :

#### OBJECTIF

! Doser et orienter pour maîtriser l'approche du disque.

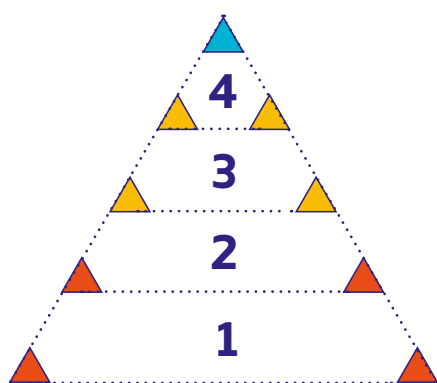
#### BUT DU JEU

! Marquer le plus de points en plaçant chaque balle dans une des quatre zones.

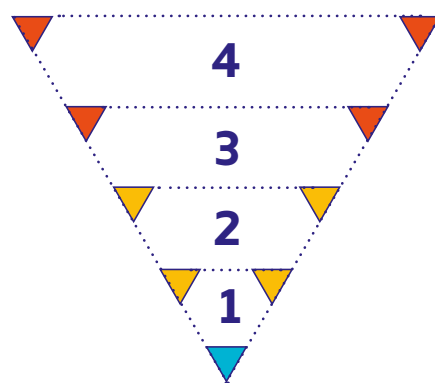
#### CONSIGNES

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

#### DISPOSITIF



10m  
8m  
6m  
4m  
2m



Zones de frappe

#### CRITÈRES DE RÉUSSITE

- ! 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 ?

#### MATERIEL

- ! Des balles et des plots/coupelles de différente couleur pour délimiter les triangles.

#### VARIABLES

- ! Placer une coupelle dans chaque zone.
- ! L'enseignant décide la zone à atteindre.

# GOLF

## CYCLE 3 : LE MINI GOLF

### LA PÉTANQUE :

#### OBJECTIF

| Doser son lancer et viser la cible (putt).

#### BUT DU JEU

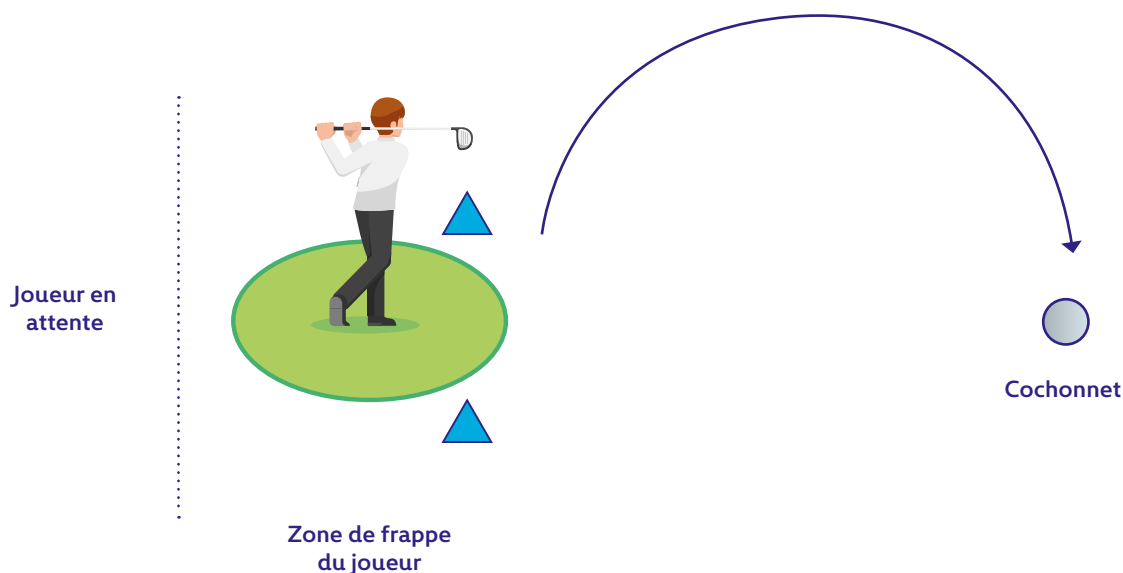
| Se rapprocher du cochonnet pour marquer le maximum de points.

#### CONSIGNES

- | 3 balles par joueur.
- | Lancer à la main le cochonnet (balle d'une autre couleur) à une distance minimum de 2m et maximum 20m.
- | Utiliser les mêmes règles que celle de la pétanque.

#### DISPOSITIF

#### Équipe de 2



#### CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | Marquer le maximum de points possibles.
- | Être capable de grouper les balles à moins de trois longueurs de club du cochonnet.

#### MATERIEL

- | Des balles de couleurs et un club pour 2.
- | Plots/couppelles pour délimiter la zone de frappe.

#### VARIABLES

- | Jouer par équipe de 2.
- | Le joueur place le cochonnet à la distance qui lui permet de réussir plus facilement.

#### RETOUR SUR L'ACTION AVEC LES ÉLÈVES :

- | Comment faites-vous pour améliorer le coup précédent et réussir ?

# GOLF

## CYCLE 3 : LE MINI GOLF

### LA GOLF ÉQUIPE :

#### OBJECTIF

- | Jouer le jeu du golf en relais.
- | Jouer en sécurité.

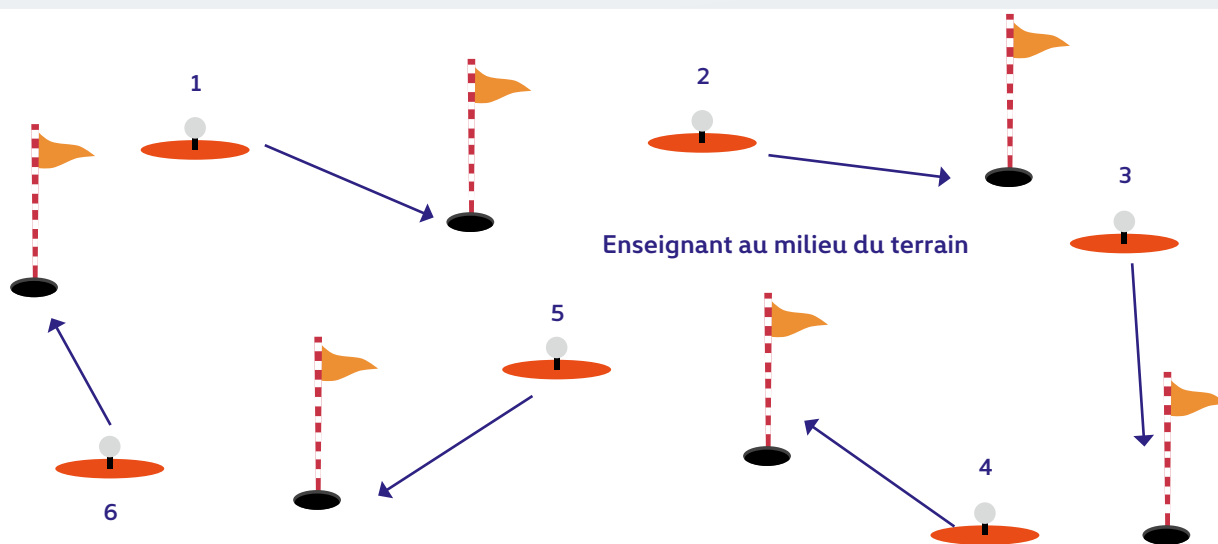
#### BUT DU JEU

- | Relais à 2 : 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 trous « pairs ».
- | Match 2 contre 2 : l'équipe qui fait moins de coups 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 plus de 10 coups sur un trou, elles ramassent leur balle, vont au trou suivant et marquent chacune un ½ point.

#### DISPOSITIF



**Équipe de 4 : départ délimité par 1 plot.**  
(1 équipe par trou). Arrivée sur la cible.

#### CRITÈRES DE RÉUSSITE

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

#### MATERIEL

- | Un club et une balle en mousse pour 2, des drapeaux, des plots et une carte de score.

#### VARIABLES

- | Jouer par équipe de 2.
- | Le joueur place le cochonnet à la distance qui lui permet de réussir plus facilement.

#### 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 ? Quels sont les coups que vous réussissez le mieux ? Les plus mauvais ?

# GOLF

## CYCLE 4 : LE FOOT GOLF

Pour le Cycle 4 nous vous proposons de vous appuyer sur les 10 situations du cycle 1, 2 et 3.

Toutes ces situations se font en foot-golf : utilisation d'un ballon de foot uniquement

# GOLF

## POUR ALLER PLUS LOIN - TRANSDISCIPLINARITÉ

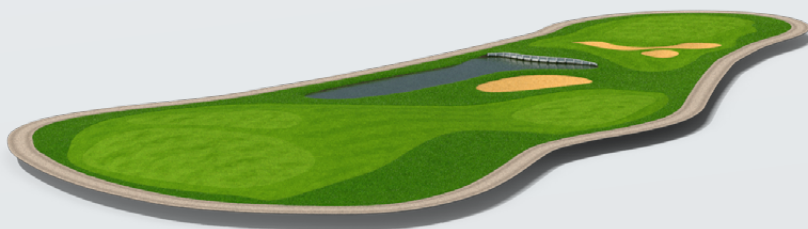
**CYCLE 1 ET 2 : LITTÉRATURES JEUNESSE :**



# GOLF

## POUR ALLER PLUS LOIN

### CYCLE 3 : MON CARNET DE GOLF AVEC LA FFGOLF ET SA VIDÉO



# GOLF

## POUR ALLER PLUS LOIN



**CYCLE 4 :**  
**LE GOLF AU COLLÈGE**  
**AVEC LA FFGOLF**

---

**LE FOOTGOLF**  
**AVEC LA FFF**

---





# GOLF

## TRANSDISCIPLINARITE

### PIXEL ART GOLF

Pixelart jeux olympiques 13



Maîtresse Kristine

# GOLF

## TRANSDISCIPLINARITE

### PIXEL ART GOLF

Pixelart jeux olympiques 13

