

Formation ASBC

Session 2026

L'animation en pratique

Programme

1



L'échauffement

2



L'accompagnement
sur le parcours

3



La création
d'animations

L'échauffement : une mission essentielle des ASBC

Pourquoi ?

- ✓ Afin de permettre aux enfants d'être directement dans l'activité lorsque l'enseignant arrive
- ✓ Afin d'améliorer les performances des enfants
- ✓ Afin d'instaurer une routine de « bonne pratique » dès le plus jeune âge

L'échauffement : un protocole en 3 étapes

- ✓ **Mobilisation douce de toutes les articulations**
(mouvements lents et d'amplitude complète sur les articulations de haut en bas ou inversement)
- ✓ **Une séquence d'élévation de la température corporelle**
(minimum 10 min de course à pied avec déplacements variés, bondissements, endurance, travail de renforcement abdominal et dorsal...)
- ✓ **Un travail de vitesse de réaction et de proprioception**
(5 min environ de jeux avec vitesse de réaction, vélocité gestuelle, équilibre...)

***Et surtout, rendez l'échauffement « fun », ludique et compétitif
avec des jeux, des relais, des records à battre, des confrontations...***

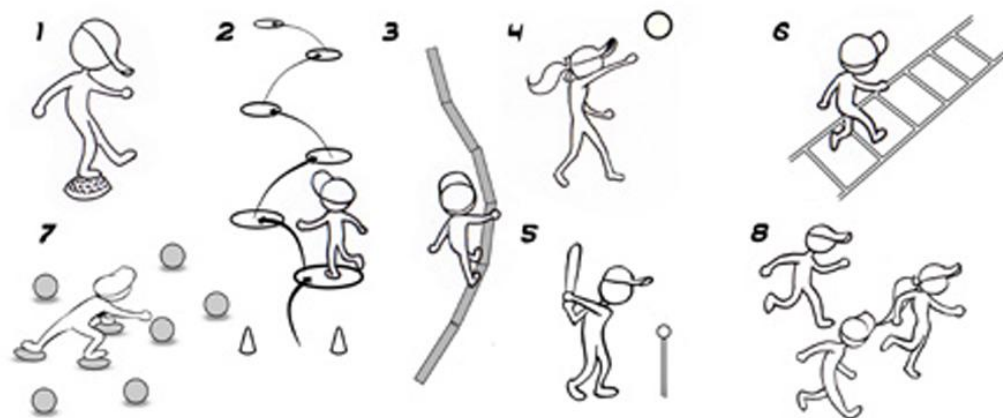
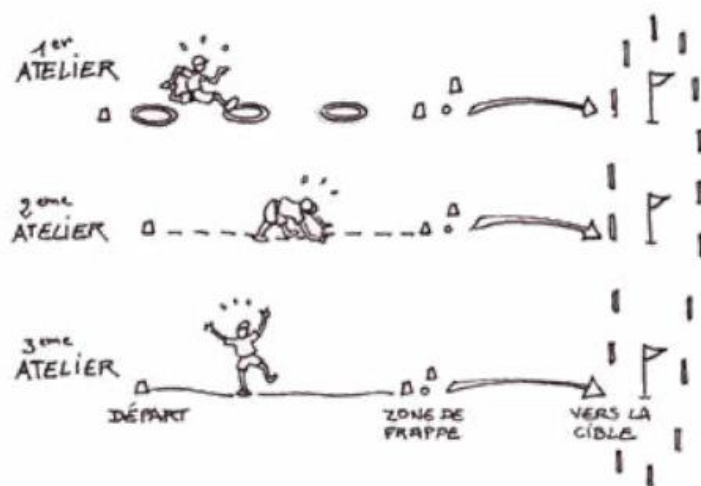
L'échauffement : des sources d'idées

Les guides de l'entraîneur baby, 10-12 ans et 7-9 ans

Téléchargeables sur extranet (documentations – jeunes)

Échauffement

- Une course de kangourous
- Une course d'araignées
- Une course de flamants roses (à cloche pied)



L'accompagnement sur le parcours : un élément essentiel à la fidélisation des enfants

Vous avez un rôle essentiel pour l'école de golf car, grâce à vous, les enfants vont pouvoir aller sur le parcours de façon régulière.

Rôle de l'ASBC sur le parcours

- 1. Assurer la sécurité***
- 2. Veiller au respect du temps de jeu et de l'étiquette***
- 3. Être « les yeux de l'enseignant »*** (vérifier l'application des consignes, des routines...)
- 4. Assurer l'apprentissage des 1ères règles***

La création d'animations : un autre moyen de fidéliser

Un ASBC peut être force de proposition pour :

Proposer une expérience ludique aux enfants

Sur le parcours

Pour les jeunes de l'école de golf du baby aux élites

Hors créneau d'entraînement de l'EDG

Avec une dimension « TEAM »

Comptabilisée pour le Challenge des EDG

En formule libre : double, match, speedgolf, déguisé...

Pour valider votre formation, faites nous un retour en photo ou vidéo

MERCI POUR
VOTRE
PARTICIPATION

Maintenant à vous de jouer en
remplissant le quizz :

[https://docs.google.com/forms/d/1hBLdbrradp
C-INqRiFmdLrtUYZL1JTcpysfRetrjHcY/edit](https://docs.google.com/forms/d/1hBLdbrradpC-INqRiFmdLrtUYZL1JTcpysfRetrjHcY/edit)