

# Formation ASBC

## Session 2025

L'animation en pratique

# Programme

1



L'échauffement

2



L'accompagnement  
sur le parcours

3



La création  
d'animations

## **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...***



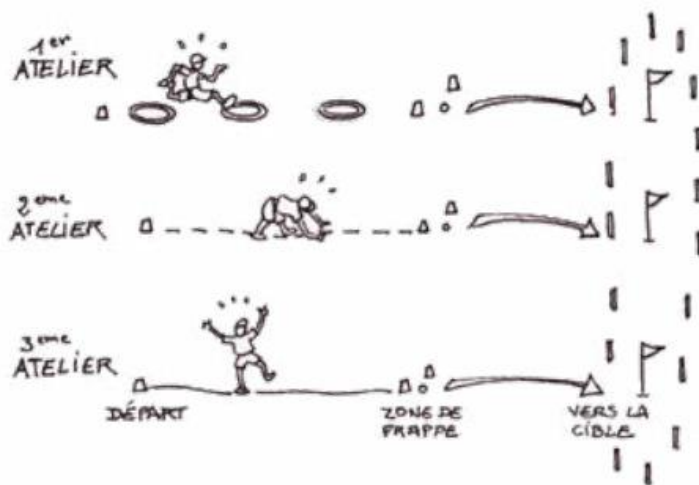
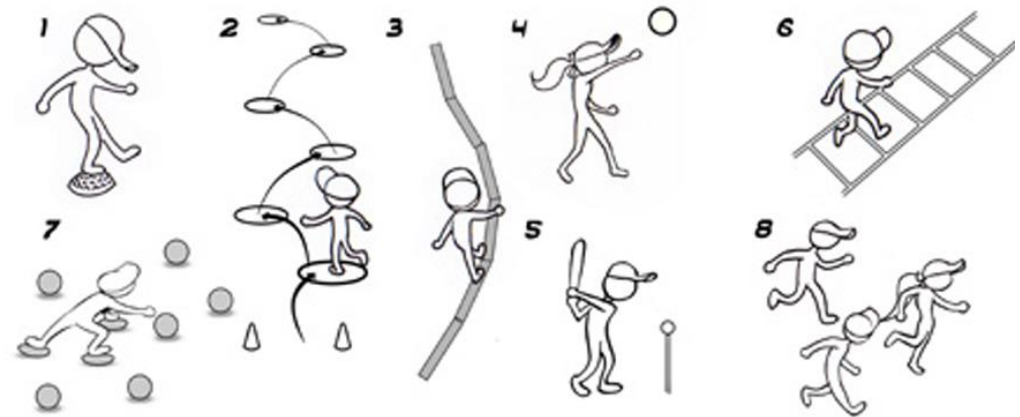
# L'échauffement : des sources d'idée

## 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)