

GUIDE DU PARENT GOLFEUR



ffgolf®

Ligue Bourgogne
Franche-Comté

21 rue du golf 21200 BEAUNE LEVERNOIS - 03 80 25 09 72

contact@liguegolfbfc.org - <https://liguegolfbfc.org>

facebook : @bourgognefranchecomtegolf

Table des matières

| | |
|--|-----------|
| 1. Comment vous situez vis-à-vis de l'encadrement de votre enfant ? | 4 |
| 1.1 Le rôle du professionnel | 4 |
| 1.2 Le rôle du parent | 4 |
| 2. Comment accompagner votre enfant ? | 6 |
| 2.1 Transmettez-lui des valeurs | 6 |
| 2.2 Encouragez-le..... | 6 |
| 2.3 Guidez-le | 7 |
| 2.4 Laissez-le jouer en compétition | 8 |
| 3. Quelles attitudes adopter ? | 8 |
| Du côté des parents | 8 |
| Du côté des enfants | 9 |
| 4. Quelles erreurs à éviter ? | 10 |
| Pour résumer | 11 |
| 5. Cas particulier : Si vous devez cadreyer votre enfant | 12 |
| 6.1 Objectif pour le parent | 12 |
| 6.2 Objectif pour l'enfant..... | 12 |
| 6.3 Rôle du cadet | 12 |

Avoir un enfant qui pratique le golf peut s'avérer difficile parfois, suppose de nombreux investissements et suscite de multiples questions.

Notre rôle est primordial mais il arrive que malgré nos meilleures intentions, nous ne parvenions pas toujours à encourager nos sportifs de façon optimale.

En suivant les recommandations de la FFG, nous avons conçu ce guide pour :

- Aider les parents à trouver leur juste place, à avoir les bons réflexes en gardant toujours à l'esprit que notre enfant a avant tout besoin de soutien, d'une participation et d'une collaboration positive.
- Délivrer des conseils, sans prétention aucune, afin que les parents accompagnent au mieux leurs enfants aux côtés des différents intervenants professionnels et bénévoles.

Nous espérons que la lecture de ce guide vous sera utile et nous vous invitons à nous faire part de vos observations constructives.

Bonne lecture



1. Comment vous situez vis-à-vis de l'encadrement de votre enfant ?

1.1 Le rôle du professionnel

Il manque à la plupart des parents les connaissances techniques et tactiques nécessaires pour former leur enfant. L'entraînement doit être laissé aux experts. C'est à l'entraîneur de s'occuper de la formation sportive du jeune joueur. A lui de le critiquer ou de le féliciter en fonction de ses performances.

Votre enfant vous sera reconnaissant de rester à votre place de parents et d'être ceux qui encouragent... et consolent parfois.

De plus, en manifestant votre confiance à l'entraîneur, vous renforcez sa légitimité et le poids de son action auprès de votre enfant. La collaboration avec l'entraîneur est indispensable à la réussite de votre enfant.

L'encadrement de votre enfant variera en fonction de son niveau et de ses objectifs :

- Formation initiale assurée par l'entraîneur du club.
- L'équipe technique de Ligue viendra compléter l'encadrement dès lors que votre enfant jouera des épreuves de niveau interrégional et national.
- Les entraîneurs des Pôles Performance poursuivront l'encadrement des polistes avec équipe d'encadrement complète qui assure la formation technique, physique, mentale, médicale et scolaire des sportifs de haut niveau.

1.2 Le rôle du parent

« On sait que les débuts dans l'activité sportive et la manière dont évoluera la carrière de l'enfant sont liés aux parents. Le support des parents est presque indispensable pour la progression d'un jeune. Des travaux ont montré que les liens parents/enfants doivent évoluer au fil des années pour laisser progressivement l'enfant prendre son indépendance... »

Catherine Delforge, docteur en STAPS.

Vous êtes le plus proche modèle des enfants, vous avez à la fois un rôle de supporter et de guide.

Votre rôle parental est fondamental. Soyez donc présent sans pour autant être pesant.

Vous êtes les garants dans plusieurs domaines :

- Hygiène de vie :
 - o Seule la combinaison harmonieuse de l'entraînement et de l'alimentation favorise une condition physique optimale. Pour cela, une alimentation équilibrée et variée est indispensable. Le petit déjeuner, par exemple, doit assurer le quart des besoins

quotidiens. Il convient de ne pas sauter de repas et de consommer des aliments de tous les groupes (fruits, légumes, pains, laitages, viandes...) sans oublier de boire 1,5 litre d'eau par jour. Les compléments alimentaires et autres cocktails de vitamines ne sont pas nécessaires.

- o L'échauffement systématique en arrivant au golf et la préparation physique font partie intégrante de la performance. Rappelez-le à votre enfant.
- o Quant au sommeil qu'on veillera à programmer à horaires réguliers, il est essentiel pour la récupération physique et mentale. De la même façon, l'enfant doit comprendre l'importance d'éteindre les écrans bien avant l'heure du coucher.
- o Concernant l'usage des médicaments, votre médecin traitant vous dira que l'automédication est à proscrire. En effet, un médicament peut appartenir à la liste des produits interdits en compétition.

Au moindre problème, à la moindre question parlez-en au responsable du haut niveau, à l'entraîneur ou à votre médecin. Ils sont à votre disposition pour permettre à votre enfant d'assouvir sa passion du golf dans les meilleures conditions possibles.

La période de l'adolescence est souvent une étape délicate à franchir. Certains adolescents subissent des pratiques interdites ou essayent des produits illicites.

- Alcool info service : 0 980 980 930
 - Drogues info service : 0 800 231 313
 - Lutte contre toutes les formes de discrimination : 114
 - Victime de harcèlement (moral, physique, etc.) : 01 41 83 42 08
 - Femmes victimes de violence : 3919
-
- Lien

Une collaboration efficace entre vous et son encadrement constitue un des éléments indispensables à la réussite de votre enfant quel que soit son niveau.

Les informations que vous devez obtenir concernent notamment : son planning d'entraînement et de compétition (à élaborer en équipe : entraîneur-parent-joueur), ses progrès, son comportement, son état d'esprit et les éventuels problèmes qu'il rencontre.

Vous devez être complémentaire de l'entraîneur. Pour cela chacun doit rester à sa place, dans son champ de compétence.

2. Comment accompagner votre enfant ?

2.1 Transmettez-lui des valeurs

Encouragez votre enfant et soutenez-le dans son projet personnel qui est à la fois sportif et éducatif. Le golf est un bon moyen d'acquérir ces valeurs :



À vous de compléter ces valeurs par celles que vous estimez capitales pour l'éducation de votre enfant. Ce qui est important, c'est de faire comprendre à votre enfant :

- Que l'humain est plus important que le trophée.
- Qu'il faut se donner les moyens d'atteindre ses rêves.

2.2 Encouragez-le

S'intéresser à ce que fait votre enfant sans être intrusif, c'est :

- Aller au-delà de « c'est bien » ou « ce n'est pas bien ». • Communiquer après l'entraînement : Comment était l'entraînement aujourd'hui ? Pourquoi ? Qu'est-ce que tu as appris ? Quel était le moment le plus agréable ? Raconte-moi...

- Échanger après une compétition : Ne restez pas centrés sur le résultat. Mais insistez plutôt sur les moyens qu'il s'est donné pour préparer chacun de ses coups. Par exemple : as-tu pris plaisir sur le parcours ? Quel était le meilleur coup de ta partie ? Quelle est ta « victoire du jour » ? Quelle a été ton attitude sur le parcours ? Quel a été ton état d'esprit aujourd'hui ? En es-tu satisfait ?

Le plus important, c'est la manière et non le résultat. C'est ce que votre enfant met en place : l'attitude, le comportement, la préparation des coups sont plus importants que le résultat. Le résultat n'est qu'une étape du processus.



2.3 Guidez-le

- Permettez à votre enfant de jouer en dehors des entraînements : favorisez une pratique régulière sur le parcours.
- Accompagnez-le sur son lieu de pratique.
- Préparez son équipement avec lui :
 - Vêtements et chaussures appropriés (tenue de pluie, parapluie, protection solaire, casquette ou bonnet...), tenue de rechange, collation, bouteille d'eau.
 - Balles, gants, tees, marqueurs, relève pitch, crayon, clubs propres.
- Aidez les petits à s'organiser et à se déplacer pour qu'ils puissent être complètement autonomes quand ils seront plus grands.
- Élaborez ensemble son programme de saison très en avance pour inclure les périodes de vacances familiales. En montrant de l'intérêt pour ce qu'il fait, votre présence sera encourageante.
- Actualisez vos connaissances sur la filière jeunes en consultant fréquemment :
 - Le site internet de la Fédération française de golf : la rubrique Jouer/Jeunes détaille toute la filière du passage des Drapeaux jusqu'au haut niveau.
 - Vous trouverez également des informations sur la filière régionale et départementale sur le site internet de votre Ligue et/ou Comité départemental.

2.4 Laissez-le jouer en compétition

- Aidez les organisateurs des épreuves de club et départementales à s'occuper des plus jeunes (U10 et U12) en devenant éventuellement « suiveur de partie ».

Vous suivrez alors une partie autre que celle de votre enfant et veillerez à ce qu'elle se déroule dans un bon esprit et dans le bon temps de jeu. Avec bienveillance et tout en laissant à la partie le maximum d'autonomie, vous aiderez les enfants à se repérer sur le parcours, vous vérifierez que les scores annoncés sont les bons, etc.

- S'il vous arrive de suivre votre enfant sur le parcours :
 - o Restez à une distance ne permettant pas de donner des conseils. Faites preuve de respect vis-à-vis de votre enfant et des autres joueurs.
 - o Ayez une attitude exemplaire. Montrez de la décontraction, de la sérénité même dans les moments difficiles.
 - o Permettez-lui d'apprendre à gérer ses émotions, son score et son parcours. Le laisser faire, c'est évaluer ce qu'il a appris à l'entraînement, mais aussi, le responsabiliser. Il cherchera par lui-même les solutions «de l'intérieur » et non «de l'extérieur ».
 - o Oubliez les coups ratés, et rappelez-lui que les bons.
 - o Laissez l'analyse du parcours à l'entraîneur. C'est son rôle. C'est valable également pour la reconnaissance de parcours et son approche stratégique.

3. Quelles attitudes adopter ?

3.1 Du côté des parents



- Encouragez votre enfant à vivre sa passion pleinement.
- Tenez-vous informés et vérifiez les objectifs fixés avec son encadrement (entraîneur).

- Montrez la bonne attitude en adoptant un comportement exemplaire en toute circonstance.
- Mettez en avant les bonnes attitudes en les récompensant de temps en temps.
- Laissez votre enfant progresser à son rythme tout en étant vigilant sur son investissement.
- Evitez de culpabiliser votre enfant sur des problématiques d'adultes notamment le temps ou l'argent investi) et évitez les remarques du style : « Tu te rends compte de ce qu'on fait pour toi ! »
- Favorisez la pratique d'autres activités avec d'autres camarades (sports collectifs) quand cela est possible.
- Aidez-le à garder les pieds sur terre.
- Veillez à son équilibre et aidez-le à surmonter les soucis qui l'empêchent de s'épanouir. Une vie équilibrée entraîne un golf équilibré.
- Respectez des périodes de pratique libre, de détente et de repos. Pratiquer son sport pour le plaisir, en dehors de toute contrainte réglementaire ou d'objectif d'entraînement, est également nécessaire à cette époque de sa vie. Plus tard, vous l'aiderez à respecter ses plages d'entraînement.
- Prenez conseils auprès de son entraîneur pour le choix du matériel. Des clubs inadaptés, trop lourds et/ou trop grands, limitent largement les progrès votre enfant.

3.2 Du côté des enfants

- Appliquer les consignes de son entraîneur (protocole d'échauffement, technique, stratégie, tactique, objectifs de moyens, etc.).
- Réagir positivement après un mauvais coup ou un mauvais trou en faisant preuve de courage.
- Avoir une très bonne attitude quelle que soit la situation. Garder à l'esprit que le langage du corps a toujours une répercussion sur l'état d'esprit.
- Respecter les autres participants, l'encadrement (le comité d'épreuve, les arbitres et les dirigeants), les installations mises à sa disposition à l'entraînement et en compétition (réparer les pitchs et divots, ranger son seau au practice, etc.).
- Se faire plaisir sur le parcours et l'exprimer.
- Avoir une bonne hygiène de vie (hydratation, alimentation, sommeil, « décrocher » des écrans, entretenir une bonne condition physique, etc.)
- Donner le meilleur de soi-même avec une bonne attitude.

4. Quelles erreurs à éviter ?



- Chercher à vous réaliser (consciemment ou pas) au travers de la réussite de votre enfant. Une telle entreprise est très souvent vouée à l'échec.
- Lui fixer des objectifs. Quelques jeunes vont jusqu'à tricher pour ne pas décevoir leurs parents. C'est au joueur de fixer ses objectifs avec l'aide de son coach.
- Le centrer sur des objectifs de résultats (le score, la victoire, le cut, le Mérite national...).
- Le récompenser uniquement après un bon résultat, jamais après une bonne attitude.
- Comparer systématiquement ses résultats avec ceux de ses camarades.
- Le culpabiliser en lui montrant les efforts que vous faites pour lui.
- Le mettre sur un piédestal.
- Lui donner des conseils techniques. Trouver les bons mots, ce n'est pas si simple. Construire un geste, ce n'est pas coller des morceaux dans le désordre. Un conseil de plus à gérer perturbe l'enfant qui doit déjà penser à ceux prodigués par son enseignant.

5. Pour résumer



- Soutenez votre enfant dans son projet sans interférer avec l'équipe d'encadrement du club.
- Insistez :
 - Sur les valeurs.
 - Sur l'attitude et l'état d'esprit.
 - Sur les aspects positifs.
 - Sur les moyens à mettre en œuvre.
- Aidez-le à s'organiser :
 - En le conduisant lui et ses camarades à l'entraînement et en compétition.
 - En l'aidant à planifier sa saison.
 - En l'aidant à identifier les différents acteurs (club, Comité départemental, Ligue, Fédération).
- Entretenez avec lui le plaisir de la compétition et du jeu pour le jeu.
- Développez son autonomie :
 - En le laissant vivre son jeu en compétition.
 - En le responsabilisant.
 - Avec le sourire.
- Vous pouvez aussi :
 - Collaborer avec l'équipe d'encadrement pour organiser les activités des autres jeunes.
 - Participer à l'organisation des compétitions de jeunes dans votre club.
 - Devenir bénévoles de l'école de golf (une formation fédérale d'ASBC existe), du Comité départemental ou de la Ligue.

6. Cas particulier : Si vous devez caddeyer votre enfant

Ce paragraphe concerne les compétitions où les adultes peuvent être autorisés à caddeyer leurs enfants (compétitions fédérales adultes, compétitions de club, etc.).

C'est un moment de complicité privilégié que vous allez partager.

6.1 Objectif pour le parent

- Favoriser un climat de confiance et de bienveillance envers son enfant pour qu'il passe la meilleure journée possible.
- Mettez votre autorité parentale en retrait au profit d'un rôle de soutien, celui de cadet. Ce n'est pas vous qui jouez ou, qui prenez les décisions mais bel et bien votre enfant

6.2 Objectif pour l'enfant

Développer son autonomie et ses prises de décision avec la participation plus ou moins active d'un tiers.

6.3 Rôle du cadet

- Une de vos missions est de tout entreprendre pour faire gagner du temps à la partie. Pour cela prenez en charge le sac du joueur, le drapeau si besoin, nettoyer ses clubs ou ratisser le bunker lorsqu'il y a joué un coup...
- Vous pouvez vérifier que son sac a bien été fait avant le départ de la maison et s'il a pris assez de nourriture et de boisson pour tout le parcours. Au cas où il manquerait quelque chose, faites-lui remarquer et laissez-le faire l'ajustement nécessaire si besoin. Ayez une attitude neutre ou positive, certainement la partie la plus difficile à respecter. Il est impossible d'avoir une attitude parfaite tout le temps.
- Soyez tolérant avec vous-même à chaque fois que vous sortez de votre rôle de cadet faites l'effort d'y revenir au plus vite. N'oubliez pas, cette règle s'applique aussi à votre enfant, soyez par conséquent tolérant avec lui aussi.
- Anticipez ses besoins sur le parcours. Veillez à ce qu'il s'hydrate régulièrement et qu'il mange de temps en temps également.
- Restez disponible : Lorsque l'on connaît bien son enfant, on peut vite vouloir donner des informations ou des détails sur le coup à jouer et ainsi polluer sa réflexion. Soyez prêt à répondre à ses demandes mais ne les anticipez pas. Plus votre enfant sera confiant dans ses choix stratégiques sur le parcours, moins il vous posera de questions et meilleur sera son apprentissage.

- Pensez aussi à vous : Soyez correctement équipé pour affronter les conditions climatiques de la journée. Son sac de golf doit contenir également tous les ingrédients pour vous restaurer et vous hydrater. Vous devez veiller à votre hydratation et alimentation autant qu'à la sienne. En cas de conflit :
 - - Avec votre enfant : Prenez du recul, vous n'êtes que le cadet ! Il se peut qu'il se décharge de sa frustration sur vous. Cependant, il doit toujours veiller à avoir un comportement correct envers vous ou ses partenaires de jeu. Avec un autre joueur ou un tiers : Tant que cela reste sur des situations de jeu vous ne devez pas intervenir. Même si cela ne vous semble pas juste (ex : arbitrage). Il est essentiel qu'il apprenne à gérer ce type de situation de façon autonome.

