



Sauté Santé

Un programme de la
Fédération Double Dutch France



sautesante.org

doubledutch.fr



Sauté Santé est un programme conçu par la Fédération de Double Dutch France, instance qui a pour mission le développement et l'organisation des disciplines sportives de saut à la corde en France. La fédération créée en 1990 est agréée par le Ministère des Sports depuis 2011. Ce programme fait partie intégrante de la stratégie de développement de la fédération, et se veut un moyen utile et durable de contribuer à l'Education à la Santé.



Attractif, Facile, Ludique, Accessible, Mixte, Inclusif...

Depuis des siècles la corde à sauter tient une place particulière dans l'univers des enfants. Jeu traditionnel sans cesse renouvelé, c'est toujours avec bienveillance que l'on observe son déploiement dans les cours de récréation. Une version sportive se développe sur les 5 continents depuis une trentaine d'années, le Double Dutch étant la discipline collective la plus spectaculaire.

De nombreuses actions innovantes en partenariat avec des acteurs de l'éducation formelle et non formelle ont été menées par la fédération depuis sa création.

Avec près de 500 interventions et expérimentations sur l'ensemble du territoire national et au delà de nos frontières, on retrouve toujours les mêmes constats : L'enthousiasme des participants de tout âge pour les activités développées autour de la pratique de la corde à sauter simple ou complexe;

La pertinence de cette pratique en phase avec les enjeux sanitaires, éducatifs, de mixité et de cohésion sociale; La recherche permanente de projets pouvant répondre à ces différents enjeux tout en étant attractifs pour les publics ciblés...

C'est pour répondre à ces attentes et s'engager activement pour l'éducation à la santé, qu'est venue l'idée de formaliser le programme « SAUTÉ SANTÉ » conçu en collaboration étroite avec des acteurs de l'éducation et du sport.

Une simple corde pour un programme d'éducation physique pour tous et partout !

CONCEPT

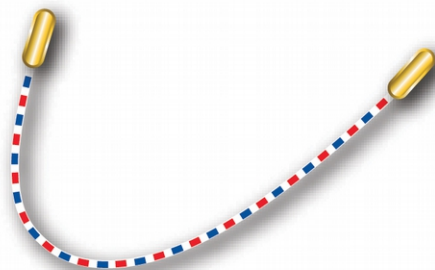
Proposer un programme complet d'activités autour des diverses pratiques de saut à la corde en direction des établissements scolaires, associations, collectivités...

Mettre à disposition un site dédié, réalisé pour permettre l'appropriation et le déploiement du programme dans des situations diverses de cadre, de territoire et de public.

Utiliser ces outils comme supports à la mise en œuvre de projets clés en main ou à inventer.

Essaimer le programme de manière autonome ou accompagnée.

Créer une communauté participative et contributrice autour du programme.





ATOUS DU PROGRAMME

Des activités physiques, sportives et artistiques, attractives et faciles à déployer.

Du jeu traditionnel à l'innovation, avec un support correspondant aux contraintes programmatiques, le programme pouvant être décliné selon le projet de l'établissement ou de l'association dans le cadre d'activités ponctuelles ou régulières, libres ou encadrées sur les temps scolaires ou périscolaires...

Une pratique idéale pour le bien-être et la santé, accessible à tous et qui favorise la prise de conscience des bienfaits de l'activité physique.

Une mixité de genre qui s'impose naturellement !



Des activités pouvant être adaptées aux besoins éducatifs particuliers des enfants en situation de handicap.

Pas d'infrastructures spéciales requises, le programme peut s'exécuter sous un préau, dans une salle polyvalente, voire dans une cour si le temps le permet;

L'équipement total pour mener le programme avec un groupe, une classe ou toute une école représente un budget abordable.

Un programme pour une multitude de projets : Fêtes d'écoles, Jumiades, inter-classes / inter-écoles, Double Dutch Family, échanges internationaux...

Utilisable en toute autonomie, le site contient toutes les ressources pour aborder sereinement l'activité.



Un site ressources



Démarrez
l'activité



Plus de 100
figures
à réaliser



Ressources
pédagogiques



Ressources
thématiques et
collaboratives

Pour trouver des réponses adaptées
à toutes les structures et tous les publics.

SCOLAIRE :

En élémentaire, en secondaire,
en enseignement supérieur

COLLECTIVITÉS & ASSOCIATIONS :

Collectivités, club sportif, association
éducation populaire, organisme de formation

AUTRES :

Sauteur et famille



Démarrez l'activité avec des tutoriels pour vous accompagner lors des premières séances

Pour démarrer le programme en toute sérénité vous trouverez une première série de documents et de tutoriels vidéos, supports à la mise en place des activités.



SEANCE N°7 A N°10
TEST DE MISESE

Temps séance	Nombre de pay réalisés en 1 minute
Semaine 1	
Semaine 2	
Semaine 3	
Semaine 4	

SEANCE N°12
ENCHAIMEMENT DE FIGURES LIBRES

Norme : 40/33 ans

À la fin de l'entraînement, le professeur en fonction compte le nombre de figures de la catégorie de la figure d'attaque.

Note : /5

SEANCE N°11
AUTO-EVALUATION DES IMPOSES

Statut : Niveau sur 8 points

Notation individuelle

Recevoir :

- 1) 2 sauts consécutifs (sauts consécutifs une fois)
- 2) 2 sauts consécutifs (sauts consécutifs une fois)
- 3) 2 sauts consécutifs (sauts consécutifs une fois)
- 4) 2 sauts consécutifs (sauts consécutifs une fois)

Recevoir à chaque saut (sauts, figure accomplie) : 1 point

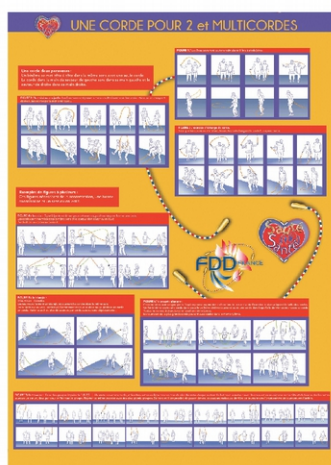
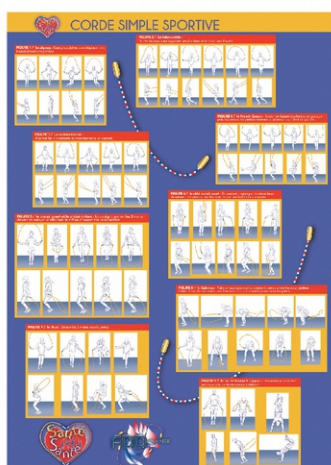
En cas de non respect des normes, en cas de non respect de la norme.

	Note sur 8 points
1	/8
2	/8
3	/8
4	/8

Ressources pédagogiques

Des ressources pédagogiques tous niveaux, du projet d'école élémentaire à un essai de didactisation en secondaire...

À télécharger, un livret cycle découverte et son carnet d'évaluation + 3 posters.



Plus de 100 figures à réaliser



Pour chaque discipline vous trouverez des figures adaptées au niveau du sauteur.



NIVEAU 1
NOVICE



NIVEAU 2
INTERMÉDIAIRE



NIVEAU 3
CONFIRMÉ

CORDE SIMPLE
(CS)
1 sauteur



22 figures
10 figures
7 figures

DUO DE
CORDE
(DC)
2 sauteurs



7 figures
4 figures
7 figures

DOUBLE
DUTCH
(DD)
3 ou 4 sauteurs



5 figures
6 figures
38 figures

MULTI CORDE
(MC)
2 à 10 sauteurs



5 figures
1 figures
12 figures

Ressources thématiques et collaboratives



Des projets
Clés en main



Présentations
lors des fêtes de fin d'année



Rassemblement
intergénérationnel
« Double Dutch Family »



Organisation
de Jumpiades, Challenges...

Avec tous les outils nécessaires à leur mise en oeuvre et conçus pour être adaptés à son public, son projet, ou pour s'en inspirer.



Un espace conçu pour partager des expériences, faciliter les expérimentations et initier un réseau d'entraide autour du programme.

Des vidéos des réalisations et projets et des ressources diverses sur les situations globales, les unités d'apprentissages, des déclinaisons jeux...

Des ressources pédagogiques transversales pour aborder de façon concrète et attrayante les autres disciplines : Atelier Santé-Nutrition, application du calcul par le comptage de série de sauts, les premiers mots d'anglais, le corps humain du dessin du bonhomme aux bases de l'anatomie...





Le programme s'inscrit dans les domaines croisés du sport et de la santé en prônant les bienfaits d'une pratique significative d'activités physiques qui contribue à la santé des enfants et à oeuvrer pour que les adultes qu'ils deviendront, conservent un mode de vie actif.

Dans cet onglet on retrouvera les liens des acteurs travaillant sur cette thématique qui par leurs productions ont contribué à l'élaboration de Sauté Santé, ainsi qu'une sélection de ressources traitant de cet engagement pour l'éducation à la santé.

Notons que de nombreux programmes internationaux utilisent le saut à la corde dans leurs actions de lutte contre l'obésité et plus généralement pour ses bienfaits sur le cardio-vasculaire.



N'oublions pas

EN 40 ANS,
NOS ENFANTS
ONT PERDU 25%
DE LEURS
CAPACITÉS
CARDIO-
VASCULAIRES.*

Il nous faut agir vite !

"Les écoles ont du coeur"



L'opération "Les écoles ont du coeur" est un projet pédagogique, sportif et solidaire qui permet de sensibiliser une classe ou une école aux enjeux de solidarité « ici et là-bas » !

Concrètement il s'agit d'accompagner des déclinaisons solidaires au programme Sauté Santé pour des enfants ayant moins d'opportunités pour diverses raisons.

C'est aussi l'occasion d'organiser des animations pendant et en dehors du temps scolaire, pour fédérer les enfants, le personnel de l'école et les familles d'élèves autour d'un moment festif.



Formations

Le programme est conçu pour permettre son déploiement par les enseignants/éducateurs/animateurs, en favorisant leur autonomie. Dans certaines collectivités où nous l'avons expérimenté, un besoin de formation pour changer d'échelle dans le développement du projet, a émergé.

Pour répondre à ces diverses sollicitations, l'association nationale « Sauté Santé » a co-construit avec la Fédération de Double Dutch France, des modules pouvant être proposés en formations présentiels.

Pour former les enseignants, les éducateurs sportifs, les animateurs, et toutes les personnes susceptibles d'intervenir sur un territoire, une offre dédiée aux collectivités allant d'une journée appropriation du programme intitulée « animateur Sauté Santé » à une formation adaptée est proposée.

Une offre dédiée aux centres de formations spécialisés métiers du sport et de l'animation est proposée sur tout le territoire national.



Les ambassadeurs Sauté Santé

Expérimenté en Ile de France puis sur l'ensemble du territoire national, la fédération et ses organes déconcentrés proposent un engagement en Service Civique avec comme mission;

"Faire Jumper tous les enfants en accompagnant la communauté éducative!"

Les ambassadeurs du programme gérés par la fédération ou les comités peuvent intervenir au sein d'écoles, de structures de loisirs et des clubs sportifs pour des séances de découverte du programme et l'accompagnement de son lancement.

Des interventions plus pérennes sont envisageables pour des projets expérimentaux ou de dimension importante.

La formation et le suivi des interventions sont assurés par des référents des instances concernées.



Si il n'existe pas de structuration de la fédération sur un territoire, il est possible pour une collectivité ou une association de recruter un Service Civique en intermédiation, la formation et un accompagnement étant assurés par nos soins, la mise en oeuvre de la mission et le tutorat des jeunes au quotidien par la structure d'accueil.

Il est aussi possible pour une collectivité ou une association engagées dans le dispositif Service Civique, de nous confier la formation de ses effectifs au programme Santé Santé et d'en assurer un suivi.

Pour toutes les situations nous mettons au coeur du projet l'accompagnement des jeunes volontaires afin qu'ils réalisent un Service Civique utile pour les bénéficiaires et pour eux. Après leur période d'engagement, les jeunes ont acquis de réelles compétences et un accompagnement plus global d'insertion socio professionnelle leur est proposé.

N'hésitez pas à nous contacter pour envisager la meilleure solution.

Les kits officiels du programme

Les kits proposés ont été conçus pour mettre en place les activités du programme en toute simplicité avec un budget raisonnable.

 RÉASSORT PROGRAMME SAUÏE-SANTÉ COMPOSITION DU KIT		 KIT EXPERT PROGRAMME SAUÏE-SANTÉ COMPOSITION DU KIT		 KIT DÉCOUVERTE PROGRAMME SAUÏE-SANTÉ COMPOSITION DU KIT	
Corde simple 10 Cordes (2x48)	Corde simple 8 Cordes (2x75)	Corde simple 20 Cordes (2x48)	Corde simple 16 Cordes (2x75)	Corde simple 10 Cordes (2x48)	Corde simple 8 Cordes (2x75)
-1,45m	+1,42m	-1,40m	+1,40m	-1,45m	+1,42m
Deux de Cordes 6 paires Cordes periles (2x75)	Deux de Cordes 4 paires Cordes periles (3m)	Deux de Cordes 8 paires Cordes periles (2x75)	Deux de Cordes 6 paires Cordes periles (3m)	Deux de Cordes 6 paires Cordes periles (2x75)	Deux de Cordes 4 paires Cordes periles (3m)
-1,45m	+1,42m	-1,40m	+1,40m	-1,45m	+1,42m
Double Dutch simple 6 paires Cordes periles (2x75)	Double Dutch double 4 paires Cordes periles (4x75)	Double Dutch simple 10 paires Cordes periles (2x75)	Double Dutch double 3 paires Cordes periles (4x75)	Double Dutch simple 6 paires Cordes periles (2x75)	Double Dutch double 4 paires Cordes periles (4x75)
 carte participant		Sac de rangement	5 compte pas	Clef USB	
<small>Tous les cordes sont réglables en longueur</small>		 Pochette pédagogique		 Pochette pédagogique	
		<small>Tous les cordes sont réglables en longueur</small>		<small>Tous les cordes sont réglables en longueur</small>	

Contacts

Nous joindre :

Par téléphone : +(0)9.51.56.00.03

Par mail : soutesante@gmail.com

 Sauté Santé

Rendez-vous sur soutesante.org pour vous inscrire sur la newsletter

