

DOUBLE DUTCH

ou

double corde à sauter



Loire Atlantique

Acrobaties dans la ou les cordes

Jonglage avec la ou les cordes

Sauts à la corde

Document pédagogique

Cycles 2 et 3

Année 2010
2011

U. S.E.P. 44
9 rue des Olivettes – BP 74107
44041 NANTES cedex 1

tel : 02 51 86 33 10
fax : 02 51 86 33 29
e-mail : usep44@fal44.org

Sommaire

- Composition de la commission
- Préambule
- Double Dutch, expert, c'est
- Double Dutch, à l'école, c'est
- Règles d'or de l'activité
- Dossier technique et pédagogique
 - Trame de variances
 - De la corde à sauter au Double-Dutch :
 - ↳ unité d'apprentissages N°1
 - ↳ unité d'apprentissages N°2
- Propositions de situations de rencontres USEP de la corde à sauter au Double-Dutch :
 - cycle 2
 - cycle 3
- Annexes
 - Le matériel
 - Ressources documentaires
 - Les sites références

Composition de la Commission Double - dutch 2010-2011

Marie- Joëlle DEDRON

Enseignante

Elue au Comité Directeur USEP 44

Sylvie HOFMANN

Enseignante

Elue au Comité Directeur USEP 44

Valérie PETARD

Enseignante

Elue au Comité Directeur USEP 44

Muriel SALVAT

Elue au Comité Directeur USEP 44

Nadine VAILLAND

Enseignante

Elue au Comité Directeur USEP 44

Pierre CHEVALIER

Délégué départemental USEP 44

Préambule

Historique

Le saut à la corde remonte à des temps anciens. On en trouve des descriptions très détaillées dans des écrits provenant des civilisations Phéniciennes, Egyptiennes et Chinoises. De nombreuses illustrations existent et démontrent le caractère universel du jeu traditionnel de la corde à sauter.

L'histoire du Double Dutch est difficile à restituer car de nombreuses versions existent. Cependant nous savons de manière certaine que le Double Dutch, dans sa version ludique a été initiée il y a 300 ans dans la ville de New York par les enfants de pionniers hollandais. Cette appellation désignerait le « charabia » dans lequel s'exprimaient ces nouveaux venus.

Dans les années 70, la dimension sportive du Double Dutch naît par l'intermédiaire de certaines structures nord-américaines de prévention et par des écoles. La première compétition se déroule aux Etats - Unis en 1973 à l'initiative de l'American Double Dutch League (A.D.D.L.).

Durant la même période aux Etats-Unis, d'autres disciplines utilisant le saut à la corde voient le jour. Ainsi, le Rope Skipping comporte en fait deux disciplines de base : le « Single Rope » et le « Double Dutch » On retrouve donc deux organisations : une Fédération Internationale de Saut A la Corde (F.I.S.A.C.) et l'American Double Dutch League (A.D.D.L.).

Ces deux instances internationales travaillent aujourd'hui sur l'harmonisation des règles et des épreuves.

Le Double Dutch, expert, c'est :

Une activité sportive collective à intention esthétique, acrobatique, chorégraphique. Elle consiste à réaliser un enchaînement de figures imposées ou libres. Elle peut également être purement athlétique dans la réalisation d'épreuves de vitesse.

Il s'agit d'un jeu interactif où deux tourneurs manipulent deux cordes d'environ 3m50 qui forment des ellipses opposées et alternées dans lesquelles un ou deux sauteurs réalisent des figures acrobatiques ou des performances de vitesse.

Liens vers le site internet de la fédération Française de Double-dutch : www.ffdd.fr

Le double-dutch, à l'école, c'est :

Discipline originale, physique, artistique, mixte, complète et exigeante, elle permet de développer et de mettre en œuvre de nombreuses compétences inscrites dans les instructions officielles.

Le Double-dutch est par définition une **activité d'équipe** sans affrontement direct avec une dimension individuelle dans une démarche collective.

Dès le C1, on pourra manipuler, jouer, sauter, danser avec une petite corde.

Au C2, il sera envisageable de sauter seul ou à deux avec une petite corde puis à plusieurs avec une moyenne ou grande corde.

Au C3, l'activité double-dutch pourra être mise en œuvre lors d'une deuxième unité d'apprentissage comprenant au moins 12 séances.

Compétences spécifiques

Réaliser une performance	<ul style="list-style-type: none">• Courir, sauter, lancer, tourner avec 1 ou 2 cordes, vite, longtemps, seul ou avec 1, 2 ou 3 partenaires• Tourner et sauter le plus vite possible en fonction de ses capacités• Tourner et sauter le plus longtemps possible en fonction de ses capacités• Maîtriser sa respiration et son effort• Varier et réguler la vitesse d'exécution• Organiser sa course pour entrer et sortir de la zone d'impulsion• Réaliser des actions et/ou des figures de plus en plus complexes
S'opposer ou s'affronter individuellement ou collectivement	<ul style="list-style-type: none">• Coopérer avec des partenaires pour affronter un ou plusieurs adversaires dans une activité collective• Adapter le répertoire de jeux connus en intégrant des déplacements et des sauts avec une ou plusieurs cordes• Assumer différents rôles (sauteur, tourneur et juge) et se reconnaître dans une équipe
Concevoir et réaliser des actions à visée expressive, artistique, esthétique	<ul style="list-style-type: none">• S'exprimer de façon libre ou en suivant différents types de rythmes avec ou sans support (musique, chanson)• Réaliser des actions et/ou des figures complexes et variées• Gérer son corps en relation avec l'espace, le temps et l'énergie• Les relations entre sauteurs, tourneurs et spectateurs• Réaliser un enchaînement d'actions (expressives, acrobatiques, esthétiques...) dans une corde• Réaliser une chorégraphie (expressive, acrobatique, esthétique...) dans 1 ou 2 cordes, avec 1 ou sans engin supplémentaire

<p>Connaissances</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir une pratique sociale avec ses références culturelles, son histoire, ses valeurs • Connaître le vocabulaire spécifique de l'activité : tourneur, sauteur, nom des figures, le nom des actions (gainage, alignement, impulsion...) • Reconnaître les figures imposées • Connaître l'enchaînement des figures imposées et les principes de construction d'un enchaînement (entrées, sorties, sauts, figures changements de rôles). • Etablir et adopter un code commun des actions et des figures, enrichir son propre répertoire
<p>Capacités</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Coordonner ses actions avec celles des autres. • Maîtriser des figures simples, choisir des figures adaptées aux capacités de chacun. • Doser son énergie, son tonus et gérer son effort sur l'ensemble de la prestation. • Mémoriser son rôle, anticiper sur les figures suivantes, rechercher la continuité. • Tourneur : • Imprimer un mouvement aux cordes régulier et rythmé. • Synchroniser ses actions avec celles de l'autre tourneur (augmenter ou réduire l'amplitude, accompagner le sauteur). • Sauteur : • Se positionner précisément et rapidement, • Agir selon les placements de base en tenant compte des autres et de la corde. • Privilégier la continuité des actions (reprendre un enchaînement immédiatement en cas de loupé) • Prendre des appuis stables, se rééquilibrer, adopter une posture dynamique et anticipatrice en suivant un rythme imposé par « l'engin » • Enchaîner élans et impulsions, conserver le rythme. • Spectateur : apprécier et évaluer une prestation.
<p>Attitudes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Accepter les différences et respecter le niveau de progression de chacun. • Etre à l'écoute de la prestation des partenaires (pour se recalcr, réajuster, progresser), • Respecter et accepter les conseils d'autrui • Observer et donner des conseils à autrui • Inventer, expérimenter, s'exprimer, opérer des choix individuels et collectifs • Accepter de tenir différents rôles • Apprendre des figures, des enchaînements aux autres • Réaliser une production chorégraphique devant un public. • En tant que spectateur, respecter la prestation de ses camarades en étant attentif et silencieux.

Liens avec le socle commun

Compétence 1 :

Connaissance du vocabulaire spécifique de l'activité, prendre en compte les propos d'autrui dans la construction de l'enchaînement.

Compétence 3 :

maîtrise des connaissances sur l'organisation, fonctionnement et les possibilités du corps humain, mobiliser ses connaissances en situation pour comprendre le fonctionnement de son propre corps, le sens de l'observation ;

Compétence 4 :

s'informer, se documenter sur cette nouvelle activité : vidéos Internet

Compétence 5 :

être capable de développer par une pratique raisonnée, les valeurs humanistes et universelles du sport; susciter l'envie d'avoir une vie culturelle personnelle par la pratique du double dutch

Compétence 6 :

être capable de communiquer et de travailler en équipe, La pratique du double- dutch joue un rôle dans l'apprentissage du respect d'autrui, exerce à la citoyenneté par la capacité à assurer sa sécurité (et celle des autres). dans la pratique et par l'engagement dans différents rôles sociaux.

Compétence 7 :

Connaître ses points forts et ses faiblesses pour les dépasser, développer la persévérance pour réaliser correctement les gestes ou enchaînements, avoir une bonne maîtrise de son corps, apprendre à travailler en équipe, à respecter un rythme de travail.

Règles d'or de l'activité

Il y a peu de règles, mais elles sont impératives et doivent être connues des enfants :

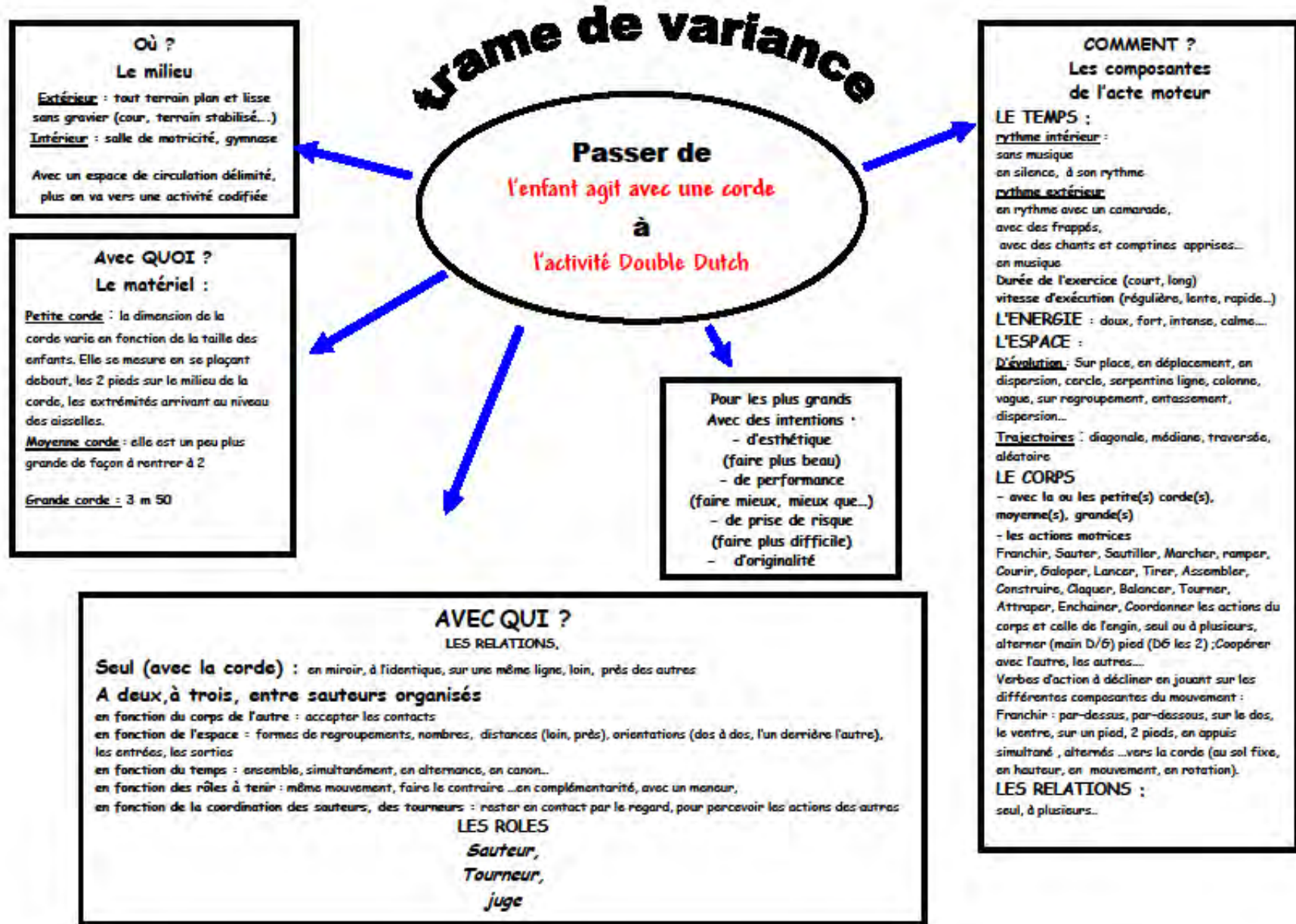
- Se servir de la corde comme outil au service de l'activité et respecter l'intégrité physique de soi et des autres
- Attendre son passage dans le calme
- Utiliser un matériel adapté (cf annexes : le matériel)
- Délimiter un espace particulier, sécurisé dans la cour ou en salle (sol plan et propre)
- S'entraîner aux figures complexes sur des tapis de « gym »
- Porter une tenue adaptée à la pratique sportive
- Laisser correctement ses chaussures de sport
- Varier les temps d'activité en fonction des efforts physiques fournis



Dossier technique et pédagogique

- **Trame de variances**
- **De la corde à sauter au Double-Dutch :**
 - ↳ *unité d'apprentissages N°1*
 - ↳ *unité d'apprentissages N°2*





pour entrer dans l'activité (première approche pour les plus jeunes)

Situations globales

AVEC UNE PETITE CORDE

Agir :

- Sur place, en déplacement
- En dispersion, sur un trajet
- En changeant les modes de déplacement (avant, arrière, latéralement)
- En jouant sur les énergies et leur contraire (vite/lent-en continu/discontinu)
- En suivant un rythme intérieur (sans musique, en silence, à son rythme)
- En suivant un rythme extérieur (en suivant un camarade, une comptine apprise, des frappés, en musique)

Franchir :

- De différentes façons (dos ventre, vers la corde, sur le côté, sur un pied, deux pieds)
- Avec différents appuis (simultanés, alternés (P/M, P/P))
- A différentes hauteurs (par-dessus, par-dessous, haut bas)
- A différentes distances (loin, près...)

Tenir :

- A une main, à 2 mains
- De différentes façons (corde simple, corde repliée)
- A deux : alterner mains droites, à droite puis à gauche mains gauches à gauche puis à droite

Tourner :

- Avec le poignet, le bras plié, tendu
- **Enchaîner plusieurs actions** : identiques/différentes) ; une fois/plusieurs fois....
- **En relation avec un autre** (en simultané, en miroir avec un autre)

***En activité décrochée (lors de cette phase ou une autre) on pourra jouer sur les verbes d'actions relatifs à cette activité physique dans le but :**

- * de mêler d'autres champs disciplinaires
- * pour alterner des phases de repos au niveau de l'intensité des efforts fournis :

Jouer sur l'imaginaire, pour observer les différentes représentations, les différentes intentions :

esthétique : Créer un tableau en rassemblant des couleurs, des formes

de performance : Sauter de plus en plus vite et de façon variée

collective : jouer à tirer à la corde, à l'attelage, aux courses de chars

imaginaire : jouer comme : funambule sur un fil, hélicoptère.

Ces activités permettent **de prendre contact avec l'objet, et d'enrichir le répertoire moteur de l'enfant.**

DE LA CORDE A SAUTER AU DOUBLE DUTCH – Unité d'apprentissage numéro 1 (UA1)

	Compétences spécifiques		Compétences transversales
	Réaliser une performance mesurée	coopérer individuellement et collectivement	Construire un projet d'action
Objectifs d'apprentissage du module	Sauter de plus en plus vite de différentes manières en un temps donné. Tenir un carnet de bord de ses progrès	Se reconnaître dans une équipe et enchaîner des actions simples relatives aux différents rôles notamment : sauteur, tourneur, juge. S'intégrer dans une démarche collective pour se mesurer, s'entraider, coopérer, sans affrontement direct.	Formuler, mettre en œuvre un projet d'action ou d'apprentissage individuel ou collectif, adaptés à ses possibilités (ou celle du groupe)

LANGAGE

Ecrire ce que l'on a fait et ressenti et commenter et analyser ce que l'on a observé

	objectifs		situations
pour entrer dans une activité codifiée avec une corde pour un élève ou 2 cordes pour 2 élèves	Situations globales	Petite corde	Manipuler la corde en faisant balancer la corde d'avant en arrière. En faisant tourner la corde vers l'avant, vers l'arrière, sur le côté.... En croisant les bras, En faisant des doubles.
			Manipuler les cordes tenues <u>parallèles</u> ou croisées par les élèves placés face à face : Passer sous les cordes par ½ tour, Balancer les cordes Faire tourner les cordes dans le même sens ou sens inverse) Les rameurs : élèves assis face à face , cordes entrelacées.
			Cordes posées au sol : Cordes parallèles : sauter la rivière Cordes posées en croix : enchaîner différents sauts Cordes tendues à 40 cm du sol Par 4 : 2 élèves tiennent les cordes parallèles ou croisées pendant que les 2 autres sautent
			Les élèves l'un derrière l'autre sont reliés par des cordes, celui de derrière transmet ses commandements au moyen des cordes
			La corde posée au sol : Sauter à 2 pieds en passant par-dessus La corde tenue : Sauter en faisant balancer la corde d'avant en arrière.
	Coordonner des actions en fonction de l'objet ou d'un partenaire		LANCER, LACHER, RATTRAPER Lancer loin, Lancer haut Corde tenue à une main, La rattraper à une main Lâcher une extrémité de la corde et la rattraper 1 corde pour 1 élève
			LANCER, LACHER et RATTRAPER à deux la corde nouée (1 corde pour 2 élèves)
SITUATION DE REFER. INITIALE <i>Pour faire un état des lieux</i>	Réaliser la meilleure performance prévue en alternant les rôles de sauteurs et d'observateurs, en variant les sauts simples, Récolter des résultats pour pouvoir les analyser par équipe		Par équipe de 3 (1 sauteur, 2 observateurs), <ul style="list-style-type: none"> • enchaîner le plus de sauts possibles pieds joints, corde tournée en avant, en arrière avec une petite corde. • Chaque sauteur : propose une saut différent avec sa corde • alterner les rôles de sauteurs et d'observateurs – les observateurs récoltent les résultats sur une affiche • chaque groupe dessine ou photographie sa façon de sauter

Pour apprendre et progresser	objectifs	Petite corde	situations
	Sauter à la corde en enchaînant les sauts		Courir / Sauter - Explorer différentes façons de sauter
	Sauter sur place à la corde tout seul en réalisant des figures		En faisant tourner la corde vers l'avant, vers l'arrière, sur le côté. En croisant les bras, En faisant des doubles
	Battre son record individuel de saut à la corde Apprendre à observer, à évaluer		"Enchaîner le plus de sauts possibles avec sa corde à sauter" - alterner les rôles de sauteurs et de juge. Le temps écoulé est annoncé par affiche
	Apprendre à ajuster son geste, en fonction de son partenaire (tension et rotation de la corde : régulières)		Sauter : Un élève sur 2 saute , l'élève sauteur se mettant de profil par rapport à l'autre 1 corde pour 2 élèves , la corde est tournée par les 2 élèves.
	Apprendre à sauter de différentes manières Une corde pour 1 élève		Apprendre à sauter pieds joints, un pied sur l'autre en alternance, en ciseaux, en avant, en arrière, en croisant les bras. En inventant 1 figure.
Apprendre à tenir le rôle d'évaluateur 1 corde pour 2 élèves	Temps 1 : 1 sauteur : le sauteur enchaîne le plus de sauts pieds joints possibles. 1 évaluateur : qui observe son camarade et valide ses réussites. (inverser les rôles) Temps 2 : Le sauteur réalise les sauts demandés L'observateur valide cf ATELIER 2 : multi-bonds		

Pour apprendre et progresser	SAUTER à 2 de différentes façons 1 corde pour 2 élèves (la corde est tenue par un seul élève)	Moyenne corde	SAUTER : face à face , l'un derrière l'autre, dos à dos ... cf ATELIER 4 : IMAGINATION
	Sauter en coordonnant ses actions en fonction de son partenaire ; 1 corde pour 2 élèves (chaque élève tient une extrémité de la corde)		SAUTER en alternance en tournant la corde simultanément : l'élève sauteur est de profil par rapport à l'autre
	Tourner à 2 / 1 seule corde en respectant le sens de rotation des cordes (1 corde pour 3 élèves)		Par 3 : 2 tourneurs, 1 sauteur qui se place au milieu de la corde. Les 2 tourneurs s'organisent pour respecter le sens de rotation de la corde et la régularité de l'action. Ils comptent le nombre de tour effectué et inscrivent le score obtenu dans sur la fiche . Les 2 tourneurs changent de main et de sens
	Apprendre à changer de tourneur sans interrompre la rotation de la corde (1 corde pour 3 élèves)		Jeu de la ronde (à 3) : passer sous la corde qui tourne et prendre la place d'un tourneur. Machine à tourner. cf ATELIER 3 : MACHINE A TOURNER
	ATELIER		Par 3 : 2 tourneurs , 1 sauteur : passer au moins trois fois sous la corde sans la toucher . Alternier les rôles de tourneurs et de sauteurs (D/G) Le relais tunnel (collectif) cf ATELIER 4 : IMAGINATION Variantes : Alternier : D/G et changement de sens

	Passer à travers une corde qui tourne.	Grande corde	Jeu de la ronde (collectif) : passer sous les cordes qui tournent et prendre la place d'un tourneur. Machine à tourner. Jeu de la porte : Observer la « porte qui s'ouvre » - quand la corde est en haut – et traverser en courant
	Apprendre à se placer correctement pour Entrer/ sauter/ sortir (D/G)		Jeu collectif : entrer dans une corde qui tourne, effectuer 1 saut puis ressortir Cf Atelier1: DUTCH'FILET Prendre de l'élan et entrer quand la corde est en haut, pied d'appel le plus près du tourneur
	Entrer / sauter / sortir à l'intérieur d'une corde		Éducatif entrée / sortie
	Réaliser plus de 10 sauts consécutifs (→ vitesse)		1 sauteur : le sauteur enchaîne le plus de sauts pieds joints possibles. cf ATELIER 2 : multi-bonds 1 évaluateur : qui observe son camarade et valide ses réussites. (inverser les rôles)
	Coopérer et coordonner ses actions avec des partenaires		2 tourneurs/3 sauteurs : les tourneurs font tourner la corde en respectant le sens et la main utilisée Les sauteurs entrent et sortent un à un (dans la corde qui tourne) Les sauteurs entrent font « x » sauts et sortent un à un Idem mais chaque sauteur fait des sauts différents de ses partenaires Les sauteurs entrent un à un et sautent ensemble puis sortent un à un (dans la corde qui tourne) Variante idem avec départ arrêté pour faciliter la mise en activité
situation de référence finale pour savoir ce que les élèves ont appris	Evaluer les progrès réalisés des points de vue - de la performance : nombre de sauts, temps - des sensations, - en complexifiant les actions motrices - en intégrant la coopération et la notion d'équipe. - des observations recueillies	Grande corde	"enchaîner le plus de sauts possibles sur un temps (ou une musique déterminée) dans des situations collectives, en faisant varier les appuis, les sauts, les tours, les entrées et les sorties, le nombre de sauteurs. - alterner les rôles de sauteurs, tourneurs et juges (grande corde) - fiche d'observation

On pourra compléter ce module en y ajoutant la compétence spécifique : concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique et ou expressive : en intégrant la dimension s'exprimer de façon libre ou en suivant des rythmes imposés par des comptines et/ou des musiques,

Quelques pistes possibles sur une musique

Sur une musique	Manipuler la corde sans musique, sur différentes musiques	Petite corde	A) Trouver le plus de manières possibles de manipuler la corde B) Choisir 3 manières possibles et les mémoriser. C) Être capable de les reproduire plusieurs fois, en les enchaînant
	Se déplacer en mouvement avec la corde sans musique, sur différentes musiques		A) Trouver le plus de manières possibles de se déplacer avec la corde B) Choisir 3 manières possibles de se déplacer avec la corde et les mémoriser. C) Être capable de les reproduire plusieurs fois, en les enchaînant
	Elaborer une courte chorégraphie sur une musique devant un public		Enchaîner plusieurs manipulations en associant des mouvements, sur un rythme imposé par une musique choisie Enchaîner plusieurs manipulations en associant des mouvements et des déplacements, sur un rythme imposé par une musique, devant des spectateurs/juge. Courte chorégraphie intégrant une mise en mouvement, 2 déplacements, 3 manières de sauter reproduites X fois, une fin.

Quelques pistes possibles avec des comptines

* cf paroles en annexe et musique à mettre en lien

A partir de comptines	Balancer la corde de gauche à droite et Sauter sur un rythme imposé (1 corde pour trois enfants)	Avec petite Moyenne ou grande corde	<p>1 A la salade quand elle poussera (entrée d'emblée) Tourneurs : balancer la corde de gauche à droite au ras du sol Sauteur : sauter sur un rythme imposé par la comptine chantée changer les rôles</p>
			<p>1 bis A la salade au blanc mouton (entrée décalée) par rapport à la comptine : Tourneurs : balancer la corde de gauche à droite au ras du sol les tourneurs scandent Sauteur : rentrer dès que sont chantés les jours de la semaine changer les rôles</p>
			<p>2 Mademoiselle, quel âge avez-vous ? entrée décalée Tourneurs : balancer la corde de gauche à droite au ras du sol les tourneurs scandent Sauteur : rentrer dès 1 an.... changer les rôles</p>
	Entrée dans les cordes qui tournent (1 corde pour trois enfants) Sauter au rythme d'une corde qui tourne mise en mouvement par le sauteur (1 corde/1 enfant)		<p>3 Mon petit prince 4 Arlequin dans sa boutique 5 Le palais royal Tourneurs : Tourner la corde sur un tempo régulier Sauteur : entrer dès le début de la chanson changer les rôles</p>
			<p>5 Le palais royal est un beau quartier* Sauter sur le rythme imposé par la comptine Différents niveaux d'habileté : N1 sur 2 pieds/N2 sur 1 pied Les tâches sont données dans la comptine</p>
	Entrer et sortir sans arrêter la corde qui tourne (1 corde pour trois enfants)		<p>6 A la vanille 6 bis Bonbons, biscuits : entrées et sorties isolées Dès le début de la comptine un enfant entre dans la corde qui tourne. Il saute en rythme et sort au dernier mot (garçon / sortez) A tour de rôle</p>
Entrer et sortir successivement sans interruption sur des rythmes imposés par les comptines 2 tourneurs/x sauteurs	<p>7 A la salade, je suis malade, au céleri Tourneurs : tourner la corde sans interruption en chantant la comptine plusieurs fois Sauteurs : Sortie et entrée successives sans arrêter la corde entre chaque sauteur. Variante : avec une grande corde, les sauteurs entrent par accumulation (1 danseur saute seul, puis un second rentrepuis un troisièmepuis les sorties s'organisent selon le même procédé.</p>		
Coordonner les différentes actions entre tourneurs et sauteurs 2 tourneurs/x sauteurs successifs	<p>8) A la salade....PLOUF Sauts avec complications : A plouf le sauteur se baisse, les tourneurs tournent la corde au dessus et la formulette est reprise sans discontinuité.</p>		

A partir de comptines	Sauter en variant la vitesse d'exécution (tempo imposé par une mélodie chantée)	Avec petite Moyenne ou grande	9 Chaque fois qu'on sonne, c'est pour ma bonne ; Sauts avec complications : mélodie chantée sur sauts simples <u>puis à la reprise j'arrose mes fleurs et je tricote mes bas (chanter 2 fois plus lentement)</u> Tourneurs : la corde est tournée 2 fois plus vite Sauteur : l'enfant saute 2 fois plus haut
	Entrée dans les cordes qui tournent Puis varier les sauts en relation avec les paroles		10 violette Sur les chiffres : petits sauts rapides d'un pied sur l'autre Violette, violette : sauter plus haut Chiffres : reprise des sauts rapides Violette à bicyclette : saut à la doublette (la corde tourne 2 fois plus vite)
	Sauter au rythme d'une corde qui tourne mise en mouvement par le sauteur (1 corde/1 enfant)		11) A la soupe A la soupe....à ... gnon : corde balancée La soupe.....garçons : corde tournée à l'endroit La soupe.....d'oiselles :
	Sauter au rythme d'une corde qui est tournée par le joueur lui-même Ce jeu développe : Souffle et endurance (15 à 30 minutes) Mobilise différents types d'efforts musculaires en fonctions des sauts Sollicite une coordination d'actions		Une autre version du Palais royal : Se joue au sein d'une équipe, à tour de rôle. Déroulement du jeu : Le palais royal est un beau quartier. Toutes les jeunes filles sont à marier Mademoiselle est la préférée, de Monsieur.....qui veut l'épouser A, B, C,D,E,F,G : si l'enfant perd à G, les autres cherchent un prénom de fiancé (e) commençant par G et il enchaîne. Si c'est oui, c'est de l'espérance , si c'est non, c'est de la souffrance Oui, Non , Oui, non Avec qui je me marierai ? faire varier les sauts Sa couleur d'yeux : Bleue verte marron noire (le joueur saute jusqu'à ce qu'il perde pour déterminer la couleur des yeux) Ses cheveux : (idem) Blonds, roux, noirs ? A quel âge je me marierai ? 1,2,3,4.....ans Quels mois : janvier.... Quel jour : Lundi, mardi..... Combien aurai-je de bébé ??? Garçon, fille..... Ou habiterai-je : maison château, palais.. Combien aurai-je de voitures

Quelques pistes pour varier les sauts

<p>Saut simple sur 2 pieds ou un seul pied, en ciseaux.</p> <p>Sauter à 2 : sauter à deux avec une seule corde, face à face.</p> <p>Sauter à 2 : sauter à deux avec une seule corde, côte à côte.</p> <p>Avec une seule corde : l'un saute à l'intérieur, l'autre tourne.</p> <p>Sauts sur place : des 2 pieds, à cloche-pied , d'un pied sur l'autre</p> <p>Sauts avec déplacement : en courant vers un but, en marchant, en avant corde tournée vers l'avant, vers l'arrière. En arrière corde tournée vers l'avant, vers l'arrière</p>	<p>Saut double ou à la doublette : la corde passe deux fois sous les pieds pendant un seul saut</p> <p>La croix de chevalier : les bras sont croisés sous la poitrine pendant le saut</p> <p>Hirondelle : la corde est balancée d'un côté puis de l'autre avant chaque saut (mains jointes).</p> <p>Coupe jarrets : un enfant tourne sur lui-même en tenant la corde par une extrémité, au raz du sol.</p> <p>Les autres enfants sautent à chaque passage.</p>
---	--

De la corde à sauter au Double Dutch - Unité d'apprentissage n°2 (UA2)

Compétences spécifiques	Objectifs d'apprentissage du module	
« réaliser une performance mesurée »	Réaliser le plus de sauts possibles sur un temps déterminé. Sauter de plus en plus longtemps de différentes manières sans « s'arrêter » . Savoir tenir plusieurs rôles : sauteur, tourneur, juge	
« réaliser des actions à visée esthétique et expressive »	Réaliser par équipe un enchaînement de figures de plus en plus complexes libres ou imposées devant un public composé de spectateurs et de juges	
pour entrer dans l'activité Situations globales	<p><u>Pratique individuelle</u> :</p> observation des compétences acquises en module d'apprentissage N1 <ul style="list-style-type: none"> - avec une petite corde Pieds joints/pieds alternés/ sur place/en déplacement/en avant/en arrière/en variant la vitesse/en croisant les pieds/ en croisant la corde <p><u>Pratique à 3</u> : avec 2 tourneurs et un sauteur en changeant les rôles ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - avec une moyenne corde Pieds joints/pieds alternés/ sur place/en déplacement/en avant/en arrière/en variant la vitesse/en croisant les pieds, sur un temps déterminé et/ou une musique	
situation de référence initiale pour savoir où on est	grande corde	Compter le « record » de sauts réussis à l'intérieur d'une <u>grande corde</u> , <u>par équipe de 3</u> , en réalisant plusieurs figures simples imposées : ½ tour, pieds joints / pieds alternés, à cloche pied D/G, monter les genoux, sans changement de rythme à vitesse constante...

Pour apprendre et progresser	objectifs		situations
	Tourner à 2 / 1 seule corde en respectant le sens de rotation des cordes	1 grande corde	<u>Tournage</u> par 2 / 1 seule corde (respecter le sens de rotation de la corde : vers l'intérieur).
			Possibilité de s'appuyer sur des <u>comptines traditionnelles</u> parlées ou chantées.
	<u>Passer sous la porte</u> : Observer la « porte qui s'ouvre » - quand la corde est en haut – et traverser en courant		
	<u>Jeu du chef d'orchestre / 2 cordes pour 3</u> : Celui du milieu, qui tient les 2 cordes, dirige les 2 autres tourneurs (mains ensemble ou alternées, vitesse, sens de rotation...).		
	s'adapter à ses partenaires		Échanger les <u>rôles</u> Vers la <u>coopération</u> : communiquer – aider le sauteur
	Changer de tourneur sans arrêter la corde		<u>Jeu de la ronde (collectif)</u> : passer sous les cordes qui tournent et on prend la place d'un tourneur.
	Entrer / sauter / sortir à l'intérieur d'une corde		<u>Départ arrêté</u> : les tourneurs entourent le sauteur avec la corde. Celui-ci saute au moment du passage de la corde.
Battre un record individuel de saut à la corde	Se placer correctement pour entrer (Pied d'appel D/G) / Courir / Sauter		
Construire une chorégraphie simple avec des partenaires	Tournage par 2 : Entrer en continuant à tourner la corde (½ tour) et sauter à l'intérieur		
		Explorer différentes façons de sauter	

		objectifs	situations
Pour apprendre et progresser	2 grandes cordes	Tourner à 2, 2 cordes en respectant le sens de rotation des cordes	<u>Tournage « SOLEIL »</u> (par 2 – face à face) : Placer la corde dans le dos et faire tourner les 2 extrémités. <u>Éducatifs de tournage</u> : Faire tourner les 2 cordes alternées en commençant avec les cordes tendues – petites rotations rapides - puis on se rapproche et on ralentit. <u>Éducatifs de tournage</u> : Un tourneur immobilise les 2 cordes en les tenant mains sur les hanches. L'autre réalise seul le tournage des 2 cordes.
		S'adapter à ses partenaires	Échanger les rôles Vers la <u>coopération</u> : communiquer – aider le sauteur
		Se placer correctement pour entrer (D/G)	<u>Éducatif de l'entrée</u> : 2 cordes au sol puis 2 cordes tenues par les tourneurs
		Entrer / sauter à l'intérieur des 2 cordes	<u>Éducatifs entrée / sortie</u> : Vidéos sur le site internet FFDD <u>Le chemin des cordes</u> : Les tourneurs placent les 2 cordes tendues au sol. Ils se positionnent comme sauteurs : - Cordes à droite pour les droitiers (et inversement) Prise d'élan sur le pied d'appel / saut au milieu à pieds joints.
		Sortir des 2 cordes	Courir / Sauter Explorer différentes façons de sauter
		Battre un record individuel de Double Dutch	Éducatif entrée / sortie <u>Battre un record individuel</u> - Compter les sauts réalisés. Réaliser au moins 10 sauts consécutifs (→ vitesse)
		Changer de tourneur sans arrêter les cordes qui tournent.	<u>Changement de corde – demi-tour</u> : Le sauteur à l'intérieur de la corde effectue une sortie en prenant la corde de la main du tourneur. Celui-ci prend la place du sauteur. (voir vidéos : « Jeux de cordes simples »)
		Par groupe, construire un enchaînement, en suivant un rythme imposé qui sera vu et apprécié par les autres.	<u>Par 3 : 2 tourneurs / 1 sauteur</u> : réaliser 10 sauts consécutifs - Compter les sauts réalisés. en suivant un rythme extérieur (faire varier les musiques) Par équipe de 3 sauteurs : produire au moins 10 sauts en suivant un rythme déterminé par une musique : ex Sauteur 1 = Entrée + 10 sauts + sortie puis sauteur 2.... Variante : sauts identiques, sauts diversifiés.... Des juges observent et « évaluent » à l'aide d'un outil élaboré par la classe.
		Construire une chorégraphie simple avec ses partenaires.	Inventer des figures entre les 2 cordes. Trouver une entrée, 3 figures différentes, une sortie sur un temps ou une musique donnée.

situation de référence finale pour mesurer les progrès	<p>réaliser un enchaînement en enchaînant le plus de « sauts » possibles sur un temps (ou une musique déterminée) dans des situations collectives, en faisant varier les appuis, les sauts, les tours, les entrées et les sorties, le nombre de sauteurs,</p> <p>-en alternant les rôles de sauteurs, tourneurs,</p> <p>- en étant capable d'évaluer</p>	2 Grandes cordes	<p>Par équipe de 3, enchaîner des figures différentes en boucle, sur un temps ou une musique déterminée dans des situations collectives, en faisant varier les appuis, les sauts, les tours, les entrées et les sorties, le nombre de sauteurs.</p> <p>-en alternant les rôles de sauteurs, tourneurs.</p> <p>- en étant capable d'évaluer.</p>
--	--	------------------	---

Les activités de « **jeux** » peuvent être réinvesties en activité autonome et pratique surveillée, lors des récréations.

Pa ailleurs, pour complexifier les entrées, les sauts, les tours, les sorties, il peut être programmé en parallèle d'autre(s) module(s) d'apprentissage dans d'autres A. P. S. :

ex : Gymnastique (sauts moutons, rondades, roues)

Gymnastique Rythmique et sportive (qui intègre notamment la manipulation d'engins tels que cordes, ballon, cerceau, rubans)...

(cf : Le guide de l'enseignant : Tome 2 – Comment enseigner l' E. P. S aux enfants).



Situations de rencontre

- **CYCLE 2** -

Préambule :

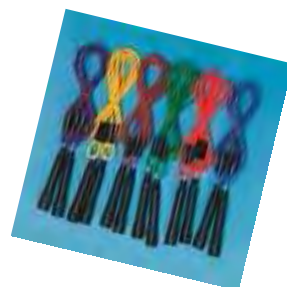
Ce document relate des rencontres sportives scolaires USEP concernant des élèves de cycle 2 et cycle 3.

Il semble intéressant de programmer l'activité dès le début d'année pour favoriser une phase de maturation temporelle et spatiale, puis d'organiser la rencontre en fin de cycle d'apprentissage.

Les ateliers proposés ici sont basés sur des principes

- d'habileté individuelle, de latéralisation, coordination et coopération
- gestion de l'effort (de la respiration et du rythme cardiaque)
- rencontre de l'Autre (composition mixte des équipes inter-classe)
- concevoir et réaliser des actions à visée expressive, artistiques ou esthétique
- Ouverture culturelle

En fonction des pratiques de classe et des situations de rencontres choisies, les situations suivantes seront à adapter. Il est donc indispensable de préparer les élèves à différents rôles (tourneur, sauteur, juge)



Le tourneur doit savoir :

- Régler sa cordelette ou grande(s) corde (s)
- « faire tourner » (vers l'intérieur en cas de double corde)
- Trouver un rythme continu et régulier
- coopérer et s'adapter à ses partenaires

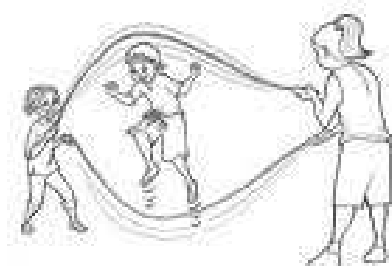
Le sauteur doit savoir :

- traverser dans la corde
- entrer dans la corde
- sortir de la corde
- sauter au rythme de la corde
- enchaîner les actions et/ou les figures
- enchaîner et diversifier les sauts
- coopérer et s'adapter à ses partenaires



Le juge doit :

- Savoir observer
- Connaître les critères de réussite
- Savoir compléter une fiche d'observation



Matériel :

La dimension de la corde varie en fonction de la taille des enfants . Elle se mesure en se plaçant debout, les deux pieds sur le milieu de la corde, les extrémités arrivant sous les aisselles.

Sont commercialisées des cordes de différentes tailles (de 1m90 – 2m30 à 5 mètres). Le matériel est peu onéreux.

A titre informatif, il a été utilisé des cordes d'un diamètre de 8 à 10 mm, en fonction de sa composition.



Déroulement de la rencontre :

Chaque classe est divisée en 8 groupes associés aux autres classes pour constituer 6 équipes (ABCDEFGH, effectif égal et mixte).

Chaque équipe ainsi constituée fait connaissance sur place (en complétant sa fiche d'accueil) et découvre sa feuille de route pour la journée. Sur place, chaque équipe est associée à une autre à chaque atelier.

Durée de chaque atelier : 30 minutes environ.



Accueil, constitution des équipes, attribution des pilotes adultes, mise en place du matériel			
Matin Rotation sur les quatre ateliers	1	10 h 30	« Dutch filet » Atelier n°1
	2	11h 00	« multibonds » Atelier n°2
	3	11 h 30	« Machine à tourner » vers le relai tunnel Atelier n°3
	4	12 h 00	Imagination (ou atelier santé) Atelier n°4
Pique-nique			
Après-midi		13 h 30 et 14 h 30	Préparation d'une chorégraphie par équipe sur support musical commun puis « Relai croisé » dans la cordelette
		14 h 30	Présentation des chorégraphies face aux autres équipes, spectatrices
		15 h 00	Bilan Distribution des brevets de participation Départ

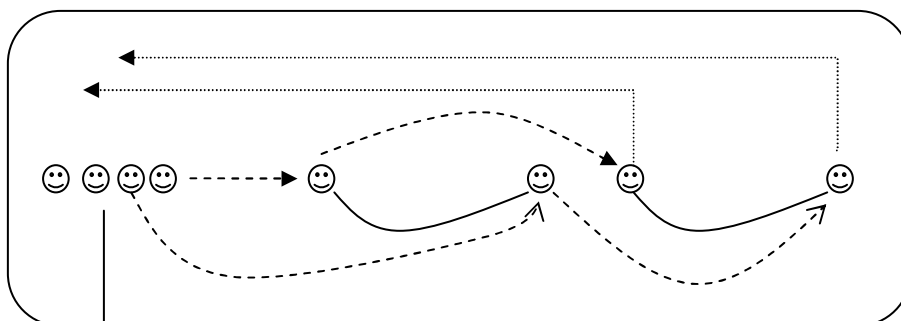


Rotations des équipes sur les ateliers :

	Atelier 1	Atelier 2	Atelier 3	Atelier 4	Atelier 5	Atelier 6	
	La machine à tourner	Relai tunnel ou Relais croisé par équipe	Multibonds	Imagination	Dutch'filet	Préparation chorégraphie	Spectacles
10h30	A-B	C-D	E-F	G-H			
11h00	G-H	A-E	B-C	D-F			
11h30	C-F	G-H	A-D	B-E			
12h00	D-E	B-F	G-H	A-C			
13h30					A-H et F-G	B, C, E, H	
14h00					B-D et C-E	A, G, D, F	
14h30							A, B, C, D, E, F, G et H
15h00							

Atelier 1 : « la machine à tourner »

Effectif	deux équipes
Matériel	4 ou 6 cordes Plots
Déroulement – règles	<p>Le but est de prendre la place des tourneurs</p> <p>Le premier enfant prend la place du premier tourneur sans arrêter la corde. Le tourneur ainsi libéré va prendre la place du premier tourneur de la corde suivante et ainsi de suite.</p> <p>Le second enfant de la file d'attente lui va prendre la place du second tourneur de la première corde qui va prendre la place du second tourneur de la deuxième corde.</p> <p>Le relais est finit quand les enfants ont tous pris la place d'un tourneur dans chaque corde (ou quand les premiers tourneurs ont retrouvé leur place de départ).</p> <p>Chaque enfant qui réussit à prendre ses relais sans arrêter les cordes gagne un point par corde.</p> <p>On attribue un point supplémentaire à l'équipe qui gagne le relais.</p> <p>Les CE1 doivent tourner la corde du même côté (un enfant tient la corde de la main droite et l'autre de la main gauche).</p>



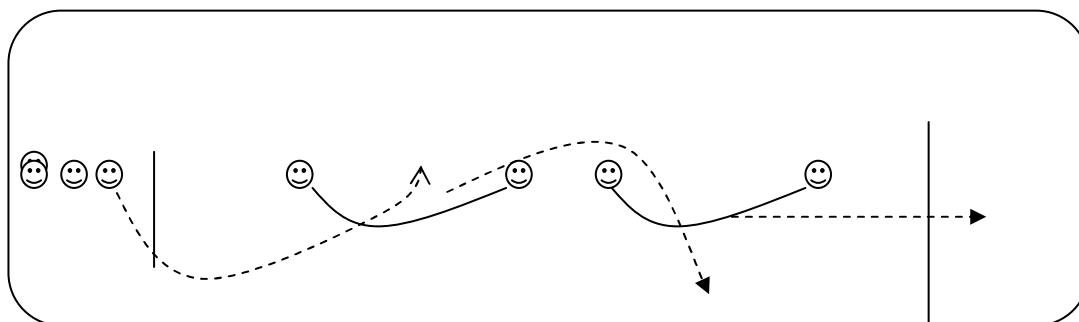
Remarques	<p>L'enfant qui provoque l'arrêt de la corde prend quand même la place du tourneur mais ne marque pas de point et perd du temps.</p> <p>On peut également jouer au temps. Dans chaque équipe combien d'enfants prennent de relais complet en « x » minutes.</p>
------------------	---





Atelier 2 : « le relais tunnel »

Effectif	deux équipes
Matériel	4 ou 6 cordes Plots
Déroulement – règles	<p>Le but est de prendre la place des tourneurs</p> <p>Les enfants s'organisent pour répartir les rôles entre tourneurs, voyageurs et contrôleurs.</p> <p>Réaliser un train de cordes (deux ou trois grandes cordes). Il y a donc 4 ou 6 tourneurs.</p> <p>Les autres enfants (les voyageurs) attendent derrière le premier tourneur. Ils doivent passer sous les cordes sans les toucher. Au bout du train, ils attendent le passage des autres voyageurs, puis repartent dans l'autre sens. Le relais est terminé quand chaque enfant est revenu à sa place de départ.</p> <p>Chaque enfant qui réussit à passer sous les cordes gagne un point par corde. Les contrôleurs de l'équipe adverse valident les points des voyageurs.</p> <p>On attribue un point supplémentaire à l'équipe qui gagne le relais.</p> <p>Les CE1 doivent tourner la corde du même côté (un enfant tient la corde de la main droite et l'autre de la main gauche).</p>



Remarques	<p>L'enfant qui provoque l'arrêt de la corde peut réessayer ou poursuivre le relais mais dans ce dernier cas il ne marque pas de point.</p> <p>On peut également jouer au temps. Dans chaque équipe combien d'enfants passent sous les cordes en « x » minutes.</p> <p>On peut finir par un relais classique en courant dans la corde pour donner un peu plus de rythme.</p>
------------------	--



**Autre proposition pour l'atelier 2 :
« le relais croisé par équipe »**

Effectif	deux équipes de 6 enfants chacune
Matériel	un plot , deux cordelettes et deux zones de départ , pour chaque équipe
Déroulement – règles	<p>Le but est qu'une équipe finisse la première en s'organisant sous forme de relais</p> <p>Au signal de départ, deux joueurs de chaque équipe démarrent en sautant dans la cordelette , traversent le terrain jusqu'au plot, s'organisent pour échanger les cordes le plus rapidement possible et reviennent le plus rapidement possible pour passer le relais.</p> <p>Le jeu s'arrête lorsque le dernier joueur d'une équipe a posé la corde à l'emplacement réservé.</p>



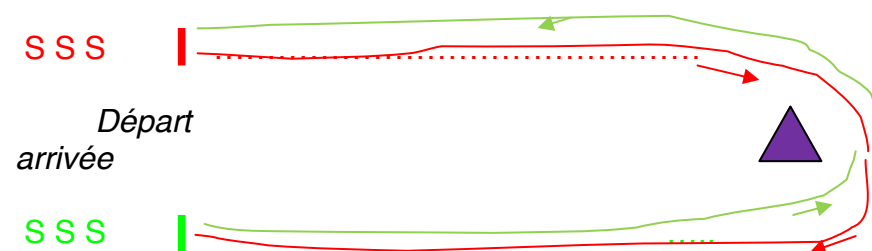
Equipe A



S : Sauteur
Z zone d'échange des cordelettes

Z
trajectoire d'un sauteur qui réussit le parcours

Equipe B



S : Sauteur
Z zone d'échange des cordelettes

Z
trajectoire d'un sauteur qui réussit le parcours

Atelier 3 : « multibonds »

Effectif	deux équipes
Matériel	Une corde par enfant Un ou deux sabliers Tableau de résultats et crayon
Déroulement – règles	<p>Il s'agit d'un défit-saut individuel dans lequel chaque sauteur cumule des points pour son équipe.</p> <p>Un observateur de l'équipe opposée valide les réussites de chaque habileté (type de saut) du sauteur</p> <p>Le sauteur a 3 minutes pour valider le maximum d'habiletés. A chaque difficulté annoncée et réussie par lui, l'observateur coche la case correspondante. On ne passe à l'exercice suivant qu'en cas de réussite du saut en cours</p> <p>Changement de rôles après avoir fait le bilan des réussites par équipe (regroupement des données sur l'une des fiches de résultat)</p> <p>.Remarque :</p> <p>Le « classement » des habiletés proposé dans le tableau annexe a été testé et mis en œuvre dans les conditions suivantes.</p> <ul style="list-style-type: none">- Le tableau d'observation a été préalablement utilisé dans chaque classe, afin de rendre les élèves autonomes.- Des parents peuvent aussi venir en aide aux enfants.



Corde à sauter vers le double dutch – cycle 2 –



Atelier 3 : « multibonds »

Pendant trois minutes, j'observe ce dont est capable un camarade avec une cordelette. Plusieurs essais sont possibles. A chaque fois que l'objectif est atteint, je valide la case correspondante en cochant. Pour chaque habileté réussie, mon équipe gagnera un point. Nous totaliserons sur le tableau récapitulatif de chaque équipe.

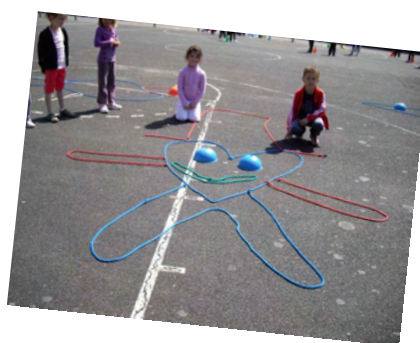
Je suis capable d'enchaîner				Je suis capable d'habiletés								J'observe mon camarade et je valide ses réussites	
Equipe	Prénom	5 sauts	10 sauts	Cloche - pied	Un pied sur l'autre (alterner)	En arrière	En croisant les bras	En pivotant, un tour entier	ciseaux	slalom	Multirotation de corde dans le même saut	Total	Prénom

Pendant trois minutes, j'observe ce dont est capable un camarade avec une cordelette. Plusieurs essais sont possibles. A chaque fois que l'objectif est atteint, je valide la case correspondante en cochant. Pour chaque habileté réussie, mon équipe gagnera un point. Nous totaliserons sur le tableau récapitulatif de chaque équipe.

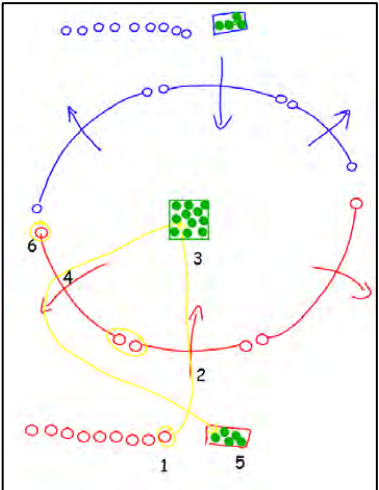
Je suis capable d'enchaîner				Je suis capable d'habiletés								J'observe mon camarade et je valide ses réussites	
Equipe	Prénom	5 sauts	10 sauts	Cloche - pied	Un pied sur l'autre (alterner)	En arrière	En croisant les bras	En pivotant, un tour entier	ciseaux	slalom	Multirotation de corde dans le même saut	Total	Prénom

Atelier 4 : « Imagination »

Effectif	deux équipes
Matériel	Matériel Grandes cordes, cordelettes Plots
Déroulement – règles	Créer au sol des dessins avec corde ou cordelette.



Atelier 5 : « Le Dutch ' Filet »

Effectif	Faire deux équipes (10 à 12 élèves).
Matériel	Deux ou trois grandes cordes Plots
Déroulement	<p>Dans chaque équipe on désigne 4 à 6 tourneurs</p> <p>Les tourneurs se placent en cercle (une équipe forme chacune un demi-cercle). Au centre du cercle, mettre une caisse (un carton) avec plein d'objets à récupérer (balle, anneaux, plots assiette...). Une caisse par équipe est disposée à l'extérieur des cordes.</p> 
But du jeu	ramener le plus d'objets dans sa caisse.
Fonctionnement	<p>Les joueurs font la queue à l'extérieur des cordes et face à la corde du milieu de son équipe. Le joueur se place devant la corde qui est à l'arrêt puis il doit sauter au moins 3 fois par-dessus la corde qui tourne avant d'entrer dans le cercle pour aller chercher un objet. Il fait alors la même chose pour sortir mais sur une des cordes externes de son équipe. Il dépose son objet dans sa caisse et prend la place d'un tourneur. Quand un joueur a sauté au-dessus de la corde du milieu, le suivant peut à son tour sauter.</p> <p>Le jeu s'arrête quand il n'y a plus d'objet ou au bout d'un certain temps. L'équipe qui a le plus d'objets gagne.</p>
Remarques	<p>Pour avoir le droit d'entrer ou sortir du filet, le joueur doit sauter trois fois par-dessus la corde qui tourne. S'il n'y arrive pas, il doit retenter jusqu'à ce qu'il y réussisse mais en attendant son tour s'il y a plusieurs joueurs à la même étape.</p> <p>Tous les joueurs de l'équipe doivent passer au moins une fois dans chaque rôle : tourneur et sauteur.</p>
Adaptations	<p>En fonction de l'habileté des enfants, le sauteur peut demander :</p> <ul style="list-style-type: none"> - à ce que la corde tourne déjà avant de sauter - à démarrer avec la corde à l'arrêt à ses pieds. <p>Si les enfants ne réussissent pas assez vite à sauter et à passer au milieu, il faut supprimer une corde externe afin que les tourneurs de cette corde ne restent pas à rien faire.</p>





Atelier 6 : « Création gymnyque et artistique collective »

Effectif	deux équipes
Matériel	Lecteur de document sonore Plot pour l'aire d'évolution Cordes Cartons d'évaluation
Déroulement règles	<p>Un support musical adapté a été écouté et travaillé à l'avance, identique pour chaque classe.</p> <p>Sur place le matin, les enfants inventent ; échangent et testent des figures et enchainements individuels et/ou collectifs, dans ou autour des cordes (simples ou doubles). Chacun doit tenir cha que rôle. L'occupation de l'espace est recherchée.</p> <p>Chaque équipe peut porter une marque distinctive et avoir un(e) capitaine.</p> <p>La présentation chorégraphique intervient l'après-midi, dans un espace matérialisé au sol, en présence d'enfants spectateurs.</p>
Fonctionnement	<p>Les joueurs font la queue à l'extérieur des cordes et face à la corde du milieu de son équipe. Le joueur se place devant la corde qui est à l'arrêt puis il doit sauter au moins 3 fois par-dessus la corde qui tourne avant d'entrer dans le cercle pour aller chercher un objet. Il fait alors la même chose pour sortir mais sur une des cordes externes de son équipe. Il dépose son objet dans sa caisse et prend la place d'un tourneur. Quand un joueur a sauté au-dessus de la corde du milieu, le suivant peut à son tour sauter.</p> <p>Le jeu s'arrête quand il n'y a plus d'objet ou au bout d'un certain temps. L'équipe qui a le plus d'objets gagne.</p> <p>Les chorégraphies sont évaluées :</p> <ul style="list-style-type: none"> - par chaque spectateur en fin de prestation, - -en présence de l'équipe qui vient de performer - par code de couleur, vert et jaune : au signal, chaque spectateur brandit son « carton » estimant ainsi par exemple, l'implication de chaque enfant, le rythme, l'aspect visuel collectif, la difficulté des sauts (donc le plaisir ressenti !) <p>Chaque enfant prépare à l'avance en classe deux cartons-code (format A5) sur lesquels figurent nom-prénom-date- activité. Ces cartons peuvent être échangés à la fin de la rencontre en guise de souvenir !!</p>





Situations de rencontre

- CYCLE 3



Qui participe ?

- 3 classes du CE2 au CM2 – 82 élèves
- Mélanger les élèves pour former 6 équipes A B C D E F (équipes de 13 ou 14 enfants)

Organisation de la journée et rotations :

Le matin, les équipes tournent sur 3 ateliers :

Atelier n°1	Relai – Train de cordes (2 équipes)		10h00 – 10h30 : 1ère rotation
Atelier n°2	Dutch'Filet (2 équipes)		<i>Temps de récupération (Barres de céréales)</i>
Atelier n°3	Battle (1 équipe)	Atelier Santé (1 équipe)	11h00 – 11h30 : 2ème rotation 11h45 – 12h15 : 3ème rotation

L'après-midi, les élèves préparent des chorégraphies puis les présentent aux autres équipes :

Préparation d'une chorégraphie (cordes simples, individuelles ou doubles...)	13h15 – 14h
Présentation des Chorégraphies inventées.	14h00 – 14h45

Tableau de rotation qui permet aux équipes de rencontrer d'autres équipes :
 (les équipes A, C et E tournent dans un sens et les équipes B, D et F tournent dans l'autre sens)

	Dutch'Filet (dans la grande salle) 1 enseignant + 1 parent	Relai (dans la grande salle) 1 enseignant + 1 parent	Battle (dans le hall) 2 parents et Santé (dans les vestiaires) 1 enseignant + 1 parent
10h00 – 10h30	A et B	C et D	10h : E (Battle) – F (Santé)
			10h15 : E (Santé) – F (Battle)

Pause – barre de céréales

11h00 – 11h30	D et E	A et F	11h : C (Battle) – B (Santé)
			11h15 : C (Santé) – B (Battle)
11h45 – 12h15	C et F	B et E	11h45 : A (Battle) – D (Santé)
			12h : A (Santé) – D (Battle)

Pause – Pique-Nique

13h15 – 14h00	Préparation d'une chorégraphie dans la grande salle – par équipe.		
14h00 – 14h45	Présentation des Chorégraphies inventées.		
15h00 - 15h15	Résultats de la journée dans la grande salle.		

Tableau de rotation par équipe : (pour la feuille de route)

	A	B	C	D	E	F
Rotation 1 10h – 10h30	Dutch'Filet	Dutch'Filet	Relai	Relai	10h Battle 10h15 Santé	10h Santé 10h15 Battle

Pause – barre de céréales

Rotation 2 11h – 11h30	Relai	11h Santé 11h15 Battle	11h Battle 11h15 Santé	Dutch'Filet	Dutch'Filet	Relai
Rotation 3 11h45 – 12h15	11h45 Battle 12h Santé	Relai	Dutch'Filet	11h45 Santé 12h Battle	Relai	Dutch'Filet

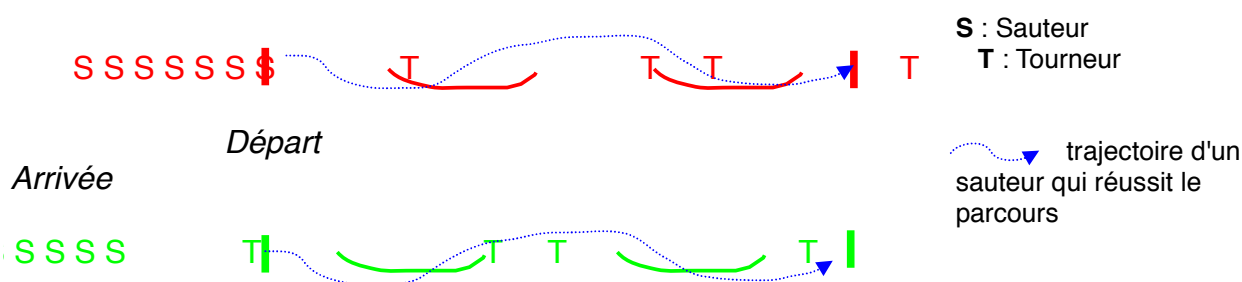
Pause – Pique-Nique

13h15 – 14h00	Préparation d'une chorégraphie dans la grande salle – par équipe.		
14h00 – 14h45	Présentation des Chorégraphies inventées.		
15h00 - 15h15	Résultats de la journée dans la grande salle.		

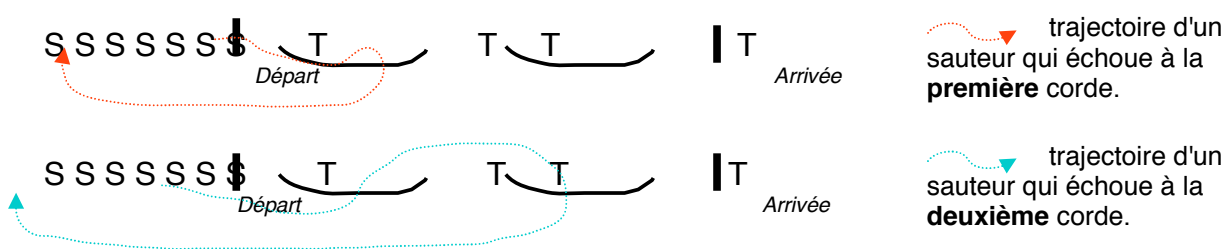


Atelier 1 : « Relai – train de cordes »

Matériel	4 grandes cordes 4 plots ou lattes pour indiquer les zones de départ et d'arrivée. 2 équipes Sifflet pour indiquer le départ et la fin de la course
Déroulement règles	Il faut choisir 4 tourneurs dans chaque équipe. Les autres seront les sauteurs. Les sauteurs doivent « traverser » les deux cordes pour réussir le parcours.



Déroulement règles suite...	Si le sauteur effectue <u>au moins un saut au-dessus de la corde</u> et que <u>la corde ne s'arrête pas de tourner</u> , le sauteur a traversé la corde. Il peut tenter de « traverser » la deuxième corde. Sinon il doit retourner au départ, en se plaçant à la fin de la file indienne de son équipe. Il doit traverser la deuxième corde de la même façon pour réussir le parcours. Sinon il retourne au départ, en se plaçant à la fin de la file indienne de son équipe. Quand un sauteur a terminé le parcours, il reste dans la zone d'arrivée. Il peut encourager son équipe !
------------------------------------	---



Remarques	Le sauteur peut choisir de se placer à droite ou à gauche du tourneur pour traverser la corde. Quand un sauteur a traversé une corde, le sauteur suivant peut tenter de la traverser à son tour. Si une équipe a moins de sauteurs, le premier sauteur qui réussit le parcours doit se replacer à la fin de la file indienne de son équipe pour obtenir le même nombre de sauteurs dans chaque équipe ! Les tourneurs ont un rôle important ! Ils peuvent faciliter les sauts en adaptant leurs gestes (vitesse et trajectoire de la corde). Ceci permet de renforcer le travail d'équipe entre tourneurs et sauteurs !!!
But - objectif	Terminer le parcours avant l'équipe adverse !

Corde à sauter vers le double dutch – cycle 3 –



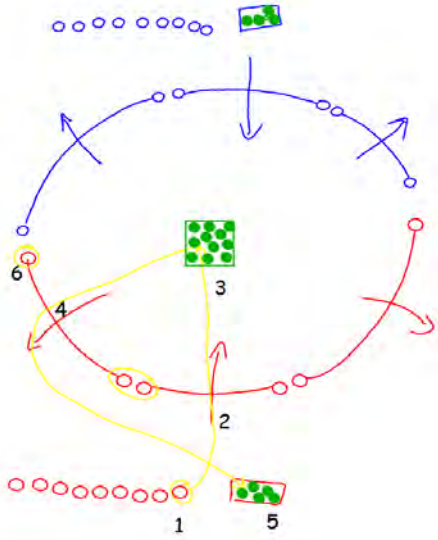
Atelier 2 : « Dutch'Filet »

Nous avons prévu l'atelier avec 4 grandes cordes mais, en pratique, l'espace à l'intérieur des cordes est trop petit.

De plus, les élèves restent parfois à l'intérieur, ils sont trop nombreux...

Nous avons fait évoluer l'atelier en mettant 6 cordes. Chaque équipe a alors 1 corde pour entrer et deux cordes pour sortir.

Les rotations se font plus rapidement et plus sereinement. Les élèves qui se trouvent au milieu des cordes ont de l'espace pour évoluer sans risquer de se faire toucher par les cordes qui tournent.

<p>Matériel</p>	<p>1 carton à l'intérieur des cordes avec des objets à récupérer (balles, sacs de jonglage, anneaux,...) Deux caisses à l'extérieur des cordes (1 par équipe) 2 équipes d'environ 15 enfants 6 grandes cordes Sifflet pour indiquer le départ et la fin du jeu + Un chronomètre</p>
<p>Déroulement et règles</p>	<p>Dans chaque équipe, on désigne 6 tourneurs qui se placent autour du carton contenant les objets à récupérer (3 cordes par équipes – en demi-cercle). 1 corde (au centre) pour entrer et 2 pour sortir (sur les côtés). Les joueurs font la queue pour attendre leur tour (1). Ils doivent entrer dans le filet en sautant, au moins une fois, par dessus la corde du milieu (2), prendre un objet dans le carton (3) et ressortir par une des cordes de sortie (4). Chaque joueur dépose l'objet récupéré dans la caisse de son équipe (5) et prend la place d'un des tourneurs de son équipe sans arrêter la corde (6).</p> 
<p>Remarques</p>	<p>Les joueurs sautent seulement par-dessus les cordes de leur équipe ! Il est interdit de rentrer si la corde ne tourne pas. Pour avoir le droit d'entrer ou de sortir du filet, le joueur doit sauter au moins une fois par-dessus la corde sans qu'elle ne s'arrête. S'il rate un passage, il doit retenter jusqu'à ce qu'il réussisse mais en attendant son tour s'il y a plusieurs joueurs à la même étape ! Les tourneurs ont un rôle important ! Ils peuvent faciliter les sauts en adaptant leurs gestes (vitesse et trajectoire de la corde). Ceci permet de renforcer le travail d'équipe entre tourneurs et sauteurs !!! Trajectoire d'un joueur en jaune.</p> <p>○ joueurs ● ● Objets</p>
<p>But - objectif</p>	<p>Après 3 mn de jeu, on siffle la fin du jeu. Il est interdit de déposer des objets dans la caisse. On compte les objets. L'équipe qui en a récupéré le plus a gagné</p>



Atelier 3 : « Atelier santé »

Objectif	Observer la composition du pique-nique afin d'en améliorer la qualité lors des prochaines rencontres tout en limitant la quantité des déchets. Au début de la rencontre, nous avons installé les équipes dans 3 vestiaires. Ainsi, tous les pique-niques d'une même équipe étaient regroupés et nous ne perdions pas de temps à rechercher les sacs des enfants lors de l'atelier. De plus, l'atelier se déroulait à l'abri du bruit des autres ateliers...
-----------------	--

	Groupe A	Groupe B	Groupe C	Groupe D	Groupe E	Groupe F
						
						
						
						
						

Images trouvées sur le site internet : <http://www.mangerbouger.fr>

	Groupe A	Groupe B	Groupe C	Groupe D	Groupe E	Groupe F
						
						
						
						



Indiquer le nombre d'aliments des pique-niques de chaque groupe, correspondant à chaque affiche.

Votre pique-nique est-il équilibré?

Que manque-t-il?

Qu'y a-t-il de trop?

Et les déchets? Pensez-vous en avoir beaucoup avec vos pique-niques?

Pourront-ils être recyclés? **Faites bien le tri de ces déchets pour qu'ils soient recyclés !**

Images trouvées sur le site internet : <http://www.mangerbouger.fr>

Atelier 4 : « Battle (par équipe) »

Tourner les 2 cordes (Double dutch)

- Tourner les 2 cordes (2 tourneurs sans sauteur) – on compte le nombre de passages au sol –
- matériel : 2 grandes cordes
- On inscrit les tours réalisés sur la feuille de route de l'équipe (voir annexe).
- On additionne les tours réalisés par l'équipe.



Sauter avec une corde simple (compter le nombre de sauts)

- Effectuer des sauts individuels (corde simple) sans rebond – on compte le nombre de passages au sol – matériel : 1 corde simple
- On inscrit les sauts réalisés sur la feuille de route de l'équipe (voir annexe).
- On additionne les sauts dans chaque équipe

Matériel :

- grandes cordes et cordes simples
- crayons et fiches de scores (feuilles de route)

Atelier 5 : « Chorégraphies »

Les élèves devaient inventer, par équipe, une chorégraphie en réinvestissant les figures travaillées ou inventées. Ils pouvaient utiliser tout le matériel utilisé lors de la rencontre (cordelettes, grandes cordes,...).



Nous avons utilisé un support musical connu des enfants lors de la rencontre : « Jump » de Kriss Kross.

Pour terminer la journée, les groupes présentaient, pour le plaisir, leurs chorégraphies aux autres.



Feuille de route pour chaque équipe :

La feuille de route de chaque équipe est composée :

- recto : plan du complexe sportif avec l'implantation des ateliers et les tableaux-résultats pour l'équipe
- verso : composition de l'équipe et l'ordre de passage dans les ateliers pour cette équipe



RENCONTRE DOUBLE DUTCH



Equipe A	
NOM Prénom	Ecole

ORDRE DES ATELIERS	Heures	Scores pour l'équipe
1 - ATELIER DUTCH'FILET	10h	
	10h30	
PAUSE GOUTER		
2 - ATELIER RELAI	11h	
	11h30	
3 - ATELIER BATTLE	11h45	
	12h	
4 - ATELIER SANTE	12h	
	12h15	
PAUSE DEJEUNER (pique-nique !)		
5 - ATELIER CHOREGRAPHIE	13h15	
	14h	
PRESENTATION DES CHOREGRAPHIES	14h	C'est juste pour le plaisir !
	14h45	
Résultats de la journée	15h	
	15h15	



RENCONTRE DOUBLE DUTCH



Equipe B	
NOM Prénom	Ecole

ORDRE DES ATELIERS	Heures	Scores pour l'équipe
1- ATELIER DUTCH'FILET	10h	
	10h30	
PAUSE GOUTER		
2 - ATELIER SANTE	11h	
	11h15	
3 - ATELIER BATTLE	11h15	
	11h30	
4 - ATELIER RELAI	11h45	
	12h15	
PAUSE DEJEUNER (pique-nique !)		
5 - ATELIER CHOREGRAPHIE	13h15	
	14h	
PRESENTATION DES CHOREGRAPHIES	14h	C'est juste pour le plaisir !
	14h45	
Résultats de la journée	15h	
	15h15	



RENCONTRE DOUBLE DUTCH



Equipe C	
NOM Prénom	Ecole

ORDRE DES ATELIERS	Heures	Scores pour l'équipe
1- ATELIER RELAI	10h	
	10h30	
PAUSE GOUTER		
2 - ATELIER BATTLE	11h	
	11h15	
3 - ATELIER SANTE	11h15	
	11h30	
4 - ATELIER DUTCH'FILET	11h45	
	12h15	
PAUSE DEJEUNER (pique-nique !)		
5 - ATELIER CHOREGRAPHIE	13h15	
	14h	
PRESENTATION DES CHOREGRAPHIES	14h	C'est juste pour le plaisir !
	14h45	
Résultats de la journée	15h	
	15h15	



RENCONTRE DOUBLE DUTCH



Equipe D	
NOM Prénom	Ecole

ORDRE DES ATELIERS	Heures	Scores pour l'équipe
1- ATELIER RELAI	10h	
	10h30	
PAUSE GOUTER		
2 - ATELIER DUTCH'FILET	11h	
	11h30	
3 - ATELIER SANTE	11h45	
	12h	
4 - ATELIER BATTLE	12h15	
	12h15	
PAUSE DEJEUNER (pique-nique !)		
5 - ATELIER CHOREGRAPHIE	13h15	
	14h	
PRESENTATION DES CHOREGRAPHIES	14h	C'est juste pour le plaisir !
	14h45	
Résultats de la journée	15h	
	15h15	



RENCONTRE DOUBLE DUTCH



Equipe E	
NOM Prénom	Ecole

ORDRE DES ATELIERS	Heures	Scores pour l'équipe
1 - ATELIER BATTLE	10h	
	10h15	
2 - ATELIER SANTE	10h15	
	10h30	
PAUSE GOUTER		
3 - ATELIER DUTCH'FILET	11h	
	11h30	
4 - ATELIER RELAI	11h45	
	12h15	
PAUSE DEJEUNER (pique-nique !)		
5 - ATELIER CHOREGRAPHIE	13h15	
	14h	
PRESENTATION DES CHOREGRAPHIES	14h	C'est juste pour le plaisir !
	14h45	
Résultats de la journée	15h	
	15h15	



RENCONTRE DOUBLE DUTCH



EQUIPE F

Equipe F	
NOM Prénom	Ecole

ORDRE DES ATELIERS	Heures	Scores pour l'équipe
1- ATELIER SANTE	10h	
	10h15	
2 - ATELIER BATTLE	10h15	
	10h30	
PAUSE GOUTER		
3 - ATELIER RELAI	11h	
	11h30	
4 - ATELIER DUTCH'FILET	11h45	
	12h15	
PAUSE DEJEUNER (pique-nique !)		
5 - ATELIER CHOREGRAPHIE	13h15	
	14h	
PRESENTATION DES CHOREGRAPHIES	14h	C'est juste pour le plaisir !
	14h45	
Résultats de la journée	15h	
	15h15	



ANNEXES ...

- *Le matériel*
- *Les ressources documentaires*
- *Les sites références*

Références :

Pour mettre en place l'activité, voici les références de cordes à sauter chez notre partenaire CASAL SPORT



Corde à sauter de 5 m



Cordes à sauter en polypropylène (3 vertes, 3 jaunes, 3 bleues, 3 rouges).

Diamètre : 8 mm.

Longueur : disponible en 2 m, 2.5 m ou 3 m.

Bibliographies

- Les jeux du patrimoine – tradition et culture- essai de réponses
- Le guide de l'enseignant : Tome 2 – Comment enseigner l' E. P. S aux enfants
- Le chemin des comptines – Odile Tremouroux-Kolp éd. Labor

Les comptines

pour accompagner les jeux de cordes à sauter

Les liens

Site internet

- Fédération Française de Double Dutch - <http://www.ffdd.fr/menu.htm>
- Des vidéos à regarder - http://www.ffdd.fr/Liens_videos.htm

Exemples de musique :

- House of Pain Jump Around
- Kris Kross – Jump
- Mika - Lollipop

Les comptines

pour accompagner les jeux de cordes à sauter (cf lien)

1) A la salade

A la salade,
Quand elle poussera,
On la mangera,
Avec de l'huile et du vinaigre
De la ciboulette,
Et de la civette,
Avec Jeann'ton
Qui a des oignons
toute la saison

1 bis :Même mélodie

A la salade, au blanc mouton

Ala salade
Au blanc mouton
Avec de l'huile
Et du vinaigre
Lundi, mardi, mercredi, jeudi, vendredi,
samedi, dimanche

2) Mademoiselle, quel âge avez-vous ?

Mademoiselle, quel âge avez-vous ?
Un an, deux ans, trois ans...6 ans...
Mon bon Monsieur , quel âge avez-vous ?
Un an, deux ans, trois ans...6 ans.

3) Mon petit prince

Mon petit prince,
Si tu crois que je t'aime,
Mon petit cœur
N'est pas fait pour toi ;
Il est fait pour celui que j'aime,
E t celui que j'aime,
Ce n'est pas toi.

4) Arlequin dans sa boutique

Arlequin dans sa boutique
Sur les marches du palais
Il enseigne sa musique
A tous ses petits valets
A Monsieur PO
A Monsieur LI
A Monsieur CHI
A Monsieur NELLE
A Monsieur POLICHINELLE

5) Le Palais-Royal

Le Palais-Royal est un beau quartier,
Tout (es) les jeunes fill (es) sont à marier
Mam'zell' Valérie est la préférée
De monsieur Francis qui veut l'épouser.
Si c'est oui, c'est de l'espérance,
Si c'est non, c'est de la souffrance.
Dis-moi oui, dis-moi non,
Dis-moi si tu m'aimes,
Dis-moi oui, dis-moi non,
Dis-moi oui ou non.

6) A la vanille

A la vanille
A la vanille
C'est pour les filles
Et au citron
Pour les garçons

6 bis) Bonbons biscuits

Bonbons, biscuits , Madame , entrez !
Bonbons, biscuits , Madame , achetez !
Bonbons, biscuits , Madame , payez !
Bonbons, biscuits , Madame , sortez !

7) A la salade, je suis malade

A la salade,
Je suis malade ;
Au céleri
Je suis guéri.
You

8) A la salade,

Je suis malade ;
Au céleri,
Je suis guéri
A la pomme de terre
Je tombe par terre ;
A l'artichaut, Je tombe à l'eau.
Plouf

9) Chaque fois qu'on sonne,

C'est pour ma bonne, Tu n'as qu'à
dire,
Que je ne suis pas là.
C'est pour les dettes
Et ma toilette,
J'arrose mes fleurs (2 fois)
Et je tricote mes bas

10) 1,2,3,4,5,6,7 Violette

1,2,3,4,5,6,7 Violette, violette
1,2,3,4,5,6,7 Violette à bicyclette

11) A la soupe

A la soupe, soupe, soupe
A l'oignon, gnon, gnon
La soupe à l'oignon
C'est pour les garçons
La soupe à l'oseille
C'est pour les d'moiselles