



## Descriptif formation animateur sauté santé

**Durée** : 6h en 1 journée

**Lieu** : Grande salle (hauteur sous plafond de + de 3m), ou salle adjacente à un espace extérieur type préau/cours de récréation, gymnase.

**Public visé** : Enseignants, éducateurs et animateurs, minimum 5 personnes susceptibles de déployer le programme Sauté Santé en milieu scolaire, pour une collectivité, dans une association ou dans toute structure promouvant des activités physiques et sportives. (Prévoir une tenue adaptée à l'activité physique)

**Prérequis**: Aucun

**Cout** : 50 euros par personne + défraiement transport hors Ile de France. Le cout inclus un kit pédagogique par participant.

**Attendus** : Ce certificat confère à son titulaire les compétences nécessaires à l'encadrement en autonomie du Programme Sauté Santé.

Il permet notamment :

De découvrir et d'acquérir les principes essentiels de l'animation du programme auprès de différents publics.

De développer des aptitudes pour mobiliser des connaissances, utiliser les outils et les techniques nécessaires à l'animation de séances en toute sécurité.

De faire appel à ses connaissances pour permettre la découverte et l'initiation, voire le perfectionnement de l'activité au sein de sa structure.

De conduire et de développer l'activité et des projets conformément au projet éducatif.



## **Déroulement :**

Présentation de la journée avec échange autour des attentes/positionnement (30m)

### **Module 1 Entrer dans l'activité (45min)**

#### **Sport de saut à la corde, approche pédagogique et technique de base**

- Mise en place d'échauffements spécifiques/ jeux et variantes
- Travail autour de la corde et du saut
- Mise en situation « Débuter l'activité »
- Retour sur les outils dédiés, projection du tutoriel du site.

### **Module 2 Appropriation des différentes disciplines (1h30)**

- Corde simple sportive
- Double dutch
- Disciplines associées (*une corde 2 personnes, duo de cordes, « traveler », multi-cordes ...*)

*Cette partie pratique s'effectue en suivant les séances du site et fait l'objet d'une évaluation collective permettant d'identifier les compétences à renforcer selon le niveau envisagé des projets.*

### **Pause déjeuner (1h15 non comptabilisée)**

Le temps de pause peut être utilisé pour échanger et découvrir la dimension plus sportive des sports de saut à la corde (vidéos de compétitions...) et les formes de structuration envisageables.

### **Module 3 Les fondamentaux (1h15)**

- Apprendre à sauter en rythme
- Apprendre les différents tournages (*basique, intermédiaire, au sol*)
- Découvrir les différents jeux de cordes (*tournage roue, tour du monde ...*)

### **Module 4 Pédagogie-Projet-Perspectives (2h)**

- Mise en place d'exercices
- Mise en place de situations d'apprentissages
- Visualisation de vidéo
- Présentation de projets pédagogiques
- Mise en perspective du programme et des projets
- Découverte du matériel pédagogique comprenant 3 affiches, un livret du programme, une clé USB avec les séances, vidéos...
- Remise d'un certificat animateur Programme Sauté Santé
- Inscription newsletter ou base de donnée.