

► Sauter | Jeux



Source:  
 Jeux et chants pour le jardin  
 d'enfants

**Grenouille**

Ma petite grenouille  
 Aime les chatouilles!  
 On lui fait des guilis,  
 Elle saute ainsi  
 «Uip Uip Uip Uip»

Ma petite grenouille  
 Ne fait pas que ça  
 Si je lui chante ceci,  
 Elle coasse comm ça  
 «Coah Coah Coah Coah»

**Créer les conditions**

INTRODUCTION	NIVEAU 1	NIVEAU 2
Sauter jambes largement et légèrement écartées (sur une ou deux jambes)	Jeux de poursuite en sautant	Parcours en sautant
Dessus, par-dessus et avec des objets	Attraper seulement en sautant	Dessus, par-dessus et avec des objets
Matériel: Corde, pads, balles, etc.	Matériel: Corde, pads, balles,	Matériel: Corde, cerceau, balles.



FORME	INTRODUCTION	NIVEAU 1	NIVEAU 2
<b>Pantin</b>	Exercer la forme A	Attrape-pantin	Stations à sauter dans parcours
	Frapper dans les mains (coordination)	Une fois attrapé, le pantin reste debout jusqu'à libération	Modèles de saut avec cerceau, pads ou ruban adhésif (év. les bras)
	Matériel: Photos, pads, chiffons, tapis de souris, etc.	Matériel: Chiffons	Matériel: Restes tapis, cerceaux, pads, ruban adhésif
<b>Elastique</b>	Sauter sur les 2 jambes selon instruction – sur ruban adhésif	Symboliser l'élastique avec le Ruban adhésif Gummi-ruban adhésif	Sauter avec vrai élastique
	Sauter sur les 2 jambes par-dessus et sur les lignes du sol	Exercer et sauter	Régler la hauteur
	Matériel: Ruban adhésif/élastique	Matériel: Ruban adhésif	Matériel: Elastique
<b>Grille P+E</b>	Sauter sur 1 ou 2 jambes avec coordination ou sur des objets	Sauter librement, comme un animal (lapin, etc.)	Sauter la grille, les couleurs
	Sauter/courir par-dessus échelle sans la toucher	Avec saut tendu	Sauter par-dessus une flaque d'eau
	Matériel: Echelle coordination, craie, ruban adhésif	Matériel: Diff. grilles, échelle coordination pads, ruban adhésif, etc.	Matériel: Différentes grilles
<b>Saut en longueur</b>	Sauter sur les 2 jambes	Sauter des 2 jambes sur le tapis – marquage	Sauter sur 1 jambe avec élan
	Sur, par-dessus et avec des objets	Sauter depuis le caisson sur le tapis	Sauter par-dessus une flaque d'eau
	Matériel: Cerceau, corde, pads, balles etc.	Matériel: Diff. tapis, Reuter, Marquage	Matériel: Tapis, banc, caisson, etc.

### Matériel supplémentaire «refrain élastique»

MU- _____ 	KI- _____ 	Hit  _____ _____	dedans  _____ _____	dehors _____ 	dessus  _____ 	et _____ 	partir. _____ 
---	---	--	---	--	---	--	---

