



SAUTER  
13

# Les rivières - The rivers



## Matériel

Des cordelettes : **some thin ropes**  
Des lattes : **some boards**  
Des rubans : **some ribbons**  
Ou de la craie : **piece of chalk**  
1 sifflet : **1 whistle**  
- 1 chronomètre : **1 timer**



## Préparation initiale

Symboliser les rivières dans la cour en variant leur largeur  
**Mark the rivers and make them different**



## Consignes

- Se déplacer en marchant :  
**Move and walk**

- à chaque rivière, sauter par-dessus : **jump above the river**  
- varier les sauts :  
À cloche-pied : **jump on one foot**  
À pieds joints : **do a bunny hop**  
Sauter sur le côté : **jump on one side**

Effectuer un saut en demi-tour :  
**Jump and turn around**



## Évolutions / Variables



SAUTER

13

# Les rivières - the rivers

