



Agir

-
- **sauter**
-
-

PAROLIER - LEXIQUE

SAOTER

VERBES

abiter, biter : toucher
abouter : terminer, prendre fin
aveindr : atteindre
avizer : regarder, observer, remarquer
bourder : s'arrêter
contr-jouer : s'opposer
coure : courir
dejiter : sortir, s'en aller
depoucher : déposer, poser
enlarji : élargir
enqhetter : enjamber
ensouïller : enfoncer
garder a nijot : mettre de côté, mettre à l'abri
pâsser : passer, franchir
saoti : sauter
se chevi : se charger, réussir
se chomer : se mettre debout
s'enlever : décoller (du sol)
s'enretourner : revenir, retourner
serrer : ramasser
tacher : clouer, punaiser
tâcher mayen : essayer
tirer : extraire, retirer
tocer : frapper, cogner

NOMS ET ADVERBES

acllôt : obstacle
balote : balle
bancelle : banc
botin, de - : en commun
bourne : borne, limite
bouzine : ballon de baudruche
câsse : caisse
cllae : barrière
cocaod : oeuf (enfantin)
conin : lapin
ebrive : élan
erguencië : arc-en-ciel
hae : haie
haotour : hauteur
magoce : trésor
mouchouer : foulard
parchée : feuille
pllancher : plafond
rôte : corde
roulet : cerceau

SAOTER AO LEIN

Cicl 1 - Condicion 1

L'ILE AO MAGOCE

CAPABLETÈ ESPECIFIQ

Fére eune mouvée q'en peut metrer.

ABOUTEMENT

Pâsser o de l'ebrive.

un acllôt = un obstacle / Un magoce = un trésor, un magot / eune câssée = contenu d'une caisse / bancelle = petit banc / enqhetter = enjamber

BUT

Saoti ao lein o de l'ebrive.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

Roulets, bancelles ou ben tapis, magoces (petites bezaignes), 4 câsses, briques ou ben d'aotrs acllôts haots ou ben bâs, tapis derrere les acllôts les pus haots

COMENT QE C'ÉT AMARÈ

Bancelles pour la rote d'ertour

Acllôts haots ou ben bâs a pâsser (o un tapis)

Ile o eune câssée de magoces

Câsse pour depoucher les magoces

DEFILIACION

Qheuques eqhipes peuvent contr-jouer. Les garçâilles dejitent des roulets bbleus. I courent e saotent parsu l'acllôt q'il ont chouézi a lous bada (« la riviere »). Les acllôts sont pouint tout de même haotour, les garçâilles peuvent don chouézi lous vae. I vont prendr ren q'eune bezaigne su l'Ile ao magoce, e pès i s'enretournent par la bancelle (ou ben un colidor fèt d'un tapis) a sour fin de depoucher lous magoce den eune câsse. Les garçâilles font aotant de fais la rote come il ont de tirer tous les magoces dede l'ile.

C'ÉT-TI RENCONTRE

En pâsse l'acllôt en saotant parsu, pouint en l'enqhetant. Avizer la rote a châqhun : I chouézissent-ti tenant le même acllôt ?

POUR ANIMER

Permier, c'êt de lever des eqhipes. Chaque den son aire entour de l'ile q'êt yelle den le mitan. Le permier jouou de chaque eqhipe se met den le roulet. I coure a dejiter de son roulet. I saote parsu un acllôt q'il a chouézi. ça peut y-êtr sti-la ou ben un aotr. I va su l'ile pour prendr eune bezaigne. I s'enretourne par la bancelle (ou le tapis) a sour fin de depoucher sa bezaigne den la câsse a son eqhipe. E c'êt un aotr qi sieut. É pès nen va conter comben qe n-i a de bezaignes den chaque câsse.

SAOTER AO LEIN

Cicl 1 - Condicion 1

LA COURERIE ÉS COCAODS EN CHICOLAT

CAPABLETË ESPECIFIQ

Fére eune mouvée q'en peut metrer.

ABOUTEMENTS

Saoter ao lein.
Saoter parsu un acclôt.

saoter parsu

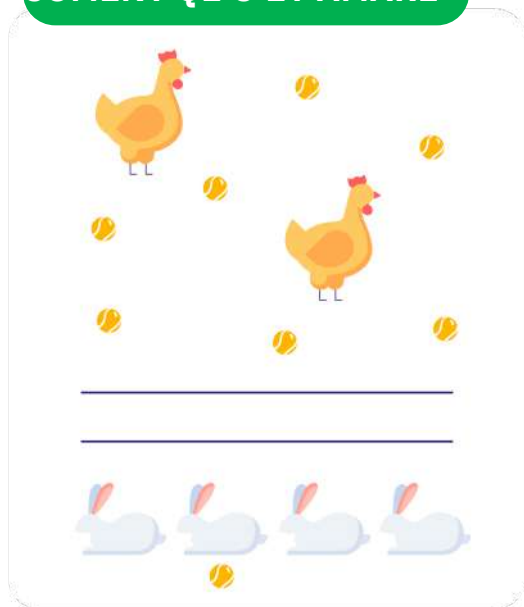
Eune rôte = une corde

de botin = a tertout = commun.e

BUT

| Saoti ao lein e/ou ben saoti parsu un acclôt.

COMENT QE C'ÉT AMARË



D'AOTRS MENIERES

Partout su l'aire, vous vayéz qe n-i a des poules q'ont ponu des cocaods. Les conins yeûs sont de l'aotr bord la rigole.

Les conins, v'aléz saoter parsu la rigole, coure a serrer un cocaod e pàs ren qe yun. Meins faot se doner garde

- Permier, de pouint mettr son pië den la rigole e su les rôtes pàs pus. Siqenon, faraet s'enretourner a sa nije e reprendr.
 - Pés qe les poules vous biteraent pàs. Siqenon, faraet s'enretourner, bé sûr sans cacaod, e erprendre.
- La jourie sera aboutée cant qe n-i ara pus de cacaod su l'aire és poules.

C'ÉT-TI RENCONTRË

| Les conins ont serrë tous les cocaods en chocolat en saotant ben parsu la rigole a s'en viendr e a s'enretourner.

DE CAI QE N-I A AFÈRE

2 longues rôtes (ou ben/e des haes), balotes de tennis, mouchouërs.

DEFILIACION

Les 2 poules (q'ont un mouchouer) ont ponu des cocaods en chocolat (balotes de tennis) un petit partout par l'aire. Les conins, i sont yeûs qheurus su les cocaods en chocolat. Il ont de saoti parsu la rigole, serrer ren q'un cocaod e de saoti eune fai core parsu la rigole a ramener den la câsse de botin, sans pouint d'étr abité par eune poule ! Si qe la rigole ét maopâssée (pië pôzë deden ou ben su la rôte), le conin a d'erprendre a saoti. Si q'eune poule bite un conin qi n'a pouint de cocaod, le conin a don de s'enretourner a sa nije. I peut reprendr. Si q'eune poule bite un conin q'a un cocaod, le conin depouche le cocaod e s'enretourne a sa nije. I peut reprendr core. La jourie aboute cant qe les conins s'en sont chevis de serrer tous les cocaods.

POUR ANIMER

En peut mettr des poules en pus. En peut mettr eune câsse és poules etout (si q'eune poule abite un conin q'a un cocaod, a peut garder le cocaod e le mettr a nijot den sa câsse.) Un departou peut avizer les saots és conins. En peut enlarji les rigoles ou ben mettr eune cllae en pllace (haes).

SAOTER HAOT

Cicl 1 - Condicion 3

LES COULOURS DE L'ERGUENCIË

CAPABLETË ESPECIFIQË

Fére eune mouvée q'en peut metrer.

ABOUTEMENT

Saoti haot.

BUT

| Saoti a aveindr les bouzines minzes de pus en pus haot.

DE CAI QE N-I A AFÈRE

| Bouzines és coulours de l'erguencië.

COMENT QE C'ÉT AMARË

| Amarer 4 bouzines (ou ben davantaije) d'areng a haot ao pllancher de pus en pus haot.



DEFILIACION

| Châqe lous tour, les garçâilles tâchent mayen de saoti a tocer la bouzine. Si q'i s'en chevissent, i peuvent pâsser a la bouzine d'après.

C'ÉT-TI RENCONTRË ?

| La garçâille a tocë toutes les bouzines.

D'AOTRS MENIERES

| Châqe garçâille pernent de l'ebrive pour tocer les bouzines, yeune après l'aotr.

SAOTER HAOT

Cicl 1 - Condicion 4

LES PARPIÈRS DE L'AVANT-ISTOUERE

CAPABLETÉ ESPECIFIQ

Fère eune mouvée q'en peut metrer.

ABOUTEMENTS

Saoter haot.

BUT

| S'enlever dede la pllace e lésser eune merqe le pus haot qe n-i a mayen.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

| Grande parchée de papier kraft tachée contr la murâille, talqe ou ben flfour coulourée (gouâche en poûdr), ou ben peinture. Des lates ou ben des briques.

COMMENT QE C'ÉT AMARĖ



DEFLIACION

- | 1 - Chomës devant la murâille, les garçâilles ensouïllent lous pogne den la flfour coulourée e saotent le pus haot come i peuvent en toçant la parchée.
- | 2 - Même fezerie, mës ste fai-la, les garçâilles pernent de l'ebrive (petite course). I saotent avant la bourne (merqée o eune late, ou ben eune briqe... pour pouint se tocer contr la murâille).

C'ÉT-TI RENCONTRĖ ?

| Pour la deûzieme fezerie : ne pouint bourder entr la course d'ebrive e le saot.

SAOTER HAOT- SAOTER AO LEIN

Cicl 1 - Condicion 4

LE SAOT DE LONG

CAPABLETÈ ESPECIFIQ

Fére eune mouvée q'en peut metrer.

ABOUTEMENTS

Saoter ao lein, saoter haot. Terouer son pië d'apouye. Ajuti sa courerie d'ebrive.

BUT

| S'en chevi de tracer l'aire sans pouint d'étr abitë.

DE CAI Q N-I A AFÉRE

| Roulets, lates ou ben rôtes.

DEFILIACION

| Châqe garçaille font deûz pâssées pour terouer l'ebrive q'avient le mieûz. Par après, c'ët de fére pus fort de pâssées pour emboni la calitè des assais.

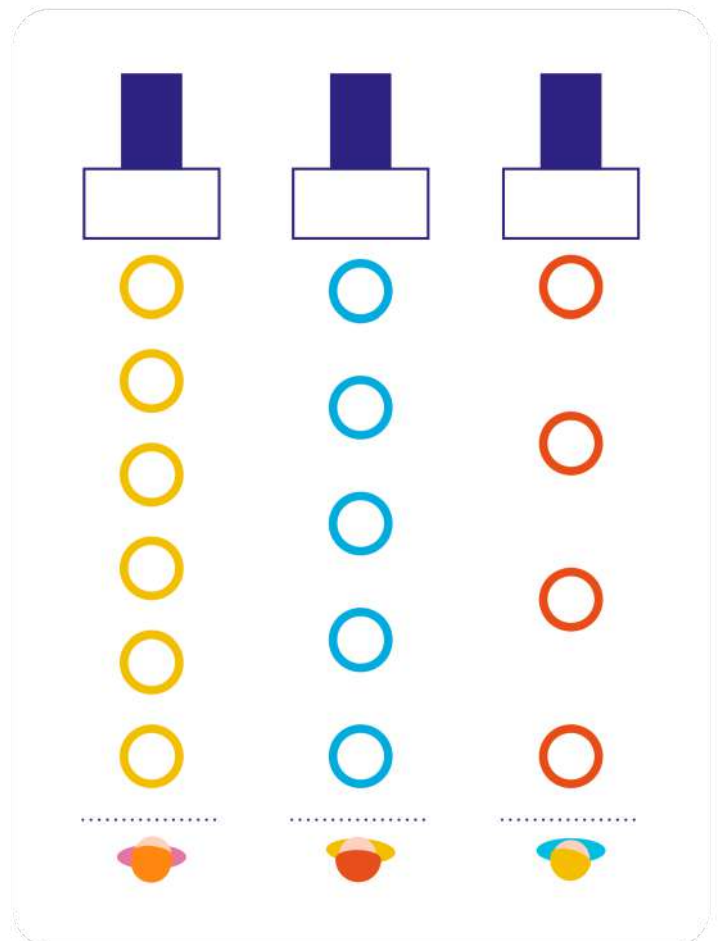
C'ÉT-TI RENCONTRÈ ?

| Respeter l'elegnement des roulets.
Prendr apouye den la cârée.
Saoti ao lein.

D'AOTRS MENIERES

| En peut mettr des lates en pllace des roulets.

COMENT QE C'ÉT AMARÈ



SAOTER AO LEIN

Cicl 2-3

DIQ'AO SAOT DE LONG

BUT

Mettr a regarder ao pus haot e ao pus lein qe n-i a mayen.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

Mouchouer herpë a un manche (balai, gaole a péche...). Ao mieûz o un bacinet pour erchaer (sabl, tapis epés...). Piqes pour bourner la cârée d'apouye.

COMENT QE C'ÉT AMARË



DEFILIACION

L'enseignou tient un manche qe n-i a le mouchouer ao bout. Après eune courerie d'ebrive, la garçaille tâche mayan de haper le mouchouer.

SAOTER AO LEIN

Cicl 2-3

HAPE-LA-BALOTE

CAPABLETËS ESPECIFIQUES

S'en chevi d'eune menée metrée.

ABOUTEMENTS

Saoter haot.
Terouer son pië d'apouye.
Ajuti sa courerie d'ebrive.

BUT

Abiter la balote a la haotour q'i va o sa tâille.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

Balotes ou ben mouchouérs, rôtes, filets, pentouer ou ben pao.

DEFILIACION

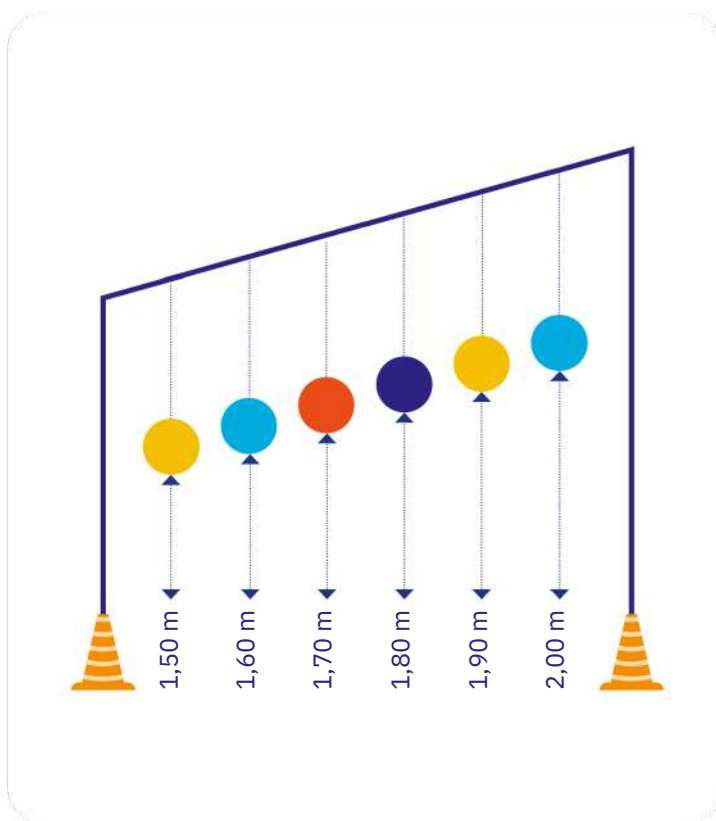
Châqe garçaille tâchent mayen d'abiter o sa main, la balote q'êt la pus bâsse. Si q'i s'en chevissent, i tâchent mayen d'abiter la siene a sieudr e core a sieudr. Les garçailles peuvent ajuti la longour de lous courerie d'ebrive e chouézi lous pië d'apouye.
Enrayer les premiérs assais sans de courerie d'ebrive aoqheune, o la garçaille pllacée en dessour la balote.
Courerie d'ebive : 3 encalées. Elonji la courerie d'ebrive.

C'ÉT-TI RENCONTRË ?

Abiter la balote.

D'AOTRS MENIERES

N-i a mayen de bâiller des pount a châqe assai a tout coup q'eune balote ét abitée.



SAOTER HAOT

Cicl 2-3

DEVERS LE HAOT

BUT

| Saoti le pus haot q'en peut.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

| Craes, mouchouérs herpès a maintiuns apouyâs.

COMENT QE C'ÉT AMARË

| Long eune murâille : o de l'ebrive ou ben pount : la garçaïlle saote o eune crae a merqer comber haot q'il a saoti.
O un pané de basquette : la garçaïlle a d'aveindr la cibl pllacée a-haot.



SAOTER HAOT

Cicl 3 - Condicion 1

BUT

| Saoti parsu la rastiqe sans pouint la-z abiter.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

| Tapis de jime ou ben saotouer, paos, rastiqe, piques.

DEFILIACION

| Après d'avair fèt qheuqes assais su les trouéz chemins, châqe garçaille saotent core maintieunes fais a sour fin d'emboni la calitiè des saots.

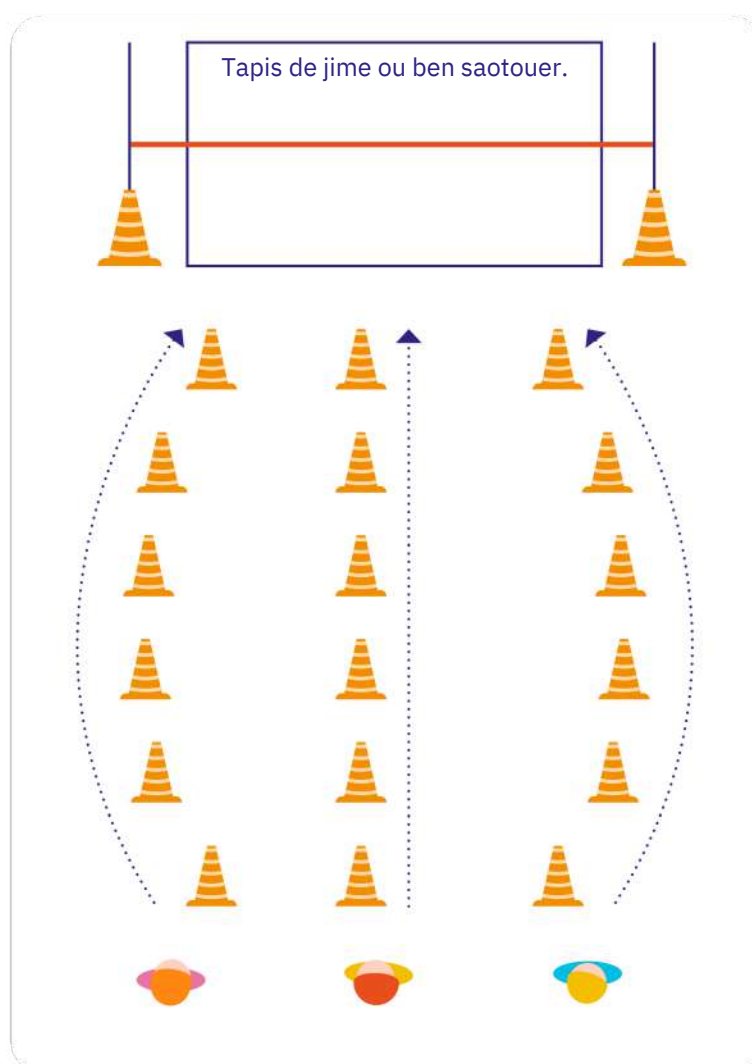
C'ÉT-TI RENCONTRÈ ?

| Pouint ralenti avant qe de saoti. Saoti haot.

D'AOTRS MENIERES

| Haosser la rastiqe un petit a la fai.

COMENT QE C'ÉT AMARÈ



SAOTER EN DEBÂS

Cicl 2-3 - Condicion 1

1-2-3 DEJOQE-TAI !

CAPABLLETËS ESPECIFIQES

Fère eune mouvée q'en peut metrer.

ABOUTEMENTS

Entr-acorder des mouvées de fondement pour saoter haot ou ben lein : « saoter en debâs, en dehaot ».

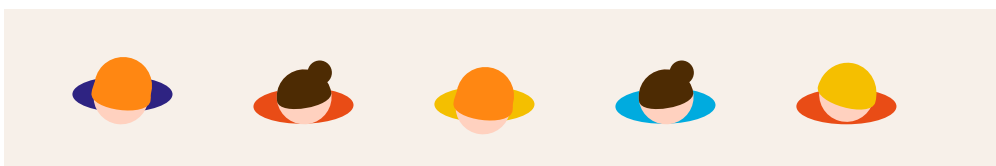
BUT

| Savair saoter en debâs.

DE CAI QE N-I A AFÈRE

| Bancs

COMENT QE C'ÉT AMARË



1-2-3 Dejoqe-tai !!!

DEFILIACION

| Les jouous saotent en debâs du banc e les siens qi viraodent, qi s'emouvent, vont su lous joc d'ertour.

C'ÉT-TI RENCONTRË ?

| Y'étr ben su le balant après d'étr rechaet d'un saot.

CAI AVIZË

| Ghère pus de 5 su un banc, par souétions.

D'AOTRS MENIERES

| Saoter en dehaot o des jeûs come ça seraet le « loû huchë ».

SAOTER EN DEBÂS

Cicl 2-3 - Condicion 2

E YOUPE !

CAPABLETË ESPECIFIQË

Fère eune mouvée q'en peut metrer.

ABOUTEMENTS

Entr-acorder des mouvées de fondement pour saoter haot ou ben lein : « saoter en debâs, en dehaot ».

BUT

| Aqenêtr le saot en debâs.

DE CAI QË N-I A AFÈRE

| Poûtr (planchot).

DEFILIACION

| Saoti dede la poûtr su un tapis.
En se done garde de ben rechaer su le balant, acropi, piës jouints.

C'ÉT-TI RENCONTRË ?

| L'ebluçon rechet les piës jouints sans pount corgner en avant ou ben en ârere.

D'AOTRS MENIERES

| Saoti en d'a-bâs en dehaot.
Rechaer d'aotrs menieres : su un pië, les piëss jouints, den un roulet, très eune line, su un tapis de jime, den du sabl, ou ben d'aotrs..

CAI AVIZË

| Amarer qheuges aotrs estandes (planchot, banc, echalier, chère...)
En se done garde de ben rechaer su le balant, acropi, piës jouints (en donant qheuges avizées pour emboni le saot e la rechaete).



SAOTER A LA CORDE

Cicl 2-3 - Condicion 1

DANSER LA PIE COURTE

CAPABLETÈ ESPECIFIQ

Fére eune mouvée q'en peut metrer.

BUT

| Fére qheuqes saots piès jouints de reng.

DE CAI QE N-I A AFÈRE

| Eune corde a saoti a châte duet.

COMENT QE C'ÉT AMARÈ



DEFILIACION

| Après eune pâssée pour aqenêtr e essayer. Den châte duet, n-i a un « aghettou » encherjë de conter les saots de sa coterie q'êt li « fezou ». Qheuqes etapes : - Fére 3 saots piès jouints de reng o des petits rebondis. - Fére 3 saots piès jouints de reng sans pouint rebondi. - Fére 6 saots piès jouints de reng, o des petits rebondis. - Fére 6 saots piès jouints de reng sans pouint rebondi. Terchanjer les rôles a châte coup. L'ebluçon peut pâsser a l'étape d'après cant qi se n-n ét chevi de la siene d'avant.

SAOTER A LA CORDE

Cicl 2-3 - Condicion 2-3

SAOTER A LA CORDE A QHETTAOD

BUT

| Fére qheuges saots de reng a qhettaod.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

| Eune corde a saoti a châte duet.

DEFILIACION

| Den châte duet, n-i a un « aghettou » encherjé de conter les saots de sa coterie q'ét li « fezou ».

Qheuges etapes :

- Fére 3 saots de reng su un même pië
- Fére 3 saots de reng su le pië dret
- Fére 3 saots de reng su le pië gaoche
- Fére 6 saots de reng su le pië dret
- Fére 6 saots de reng su le pië gaoche

L'ebluçon peut pâsser a l'étape d'après cant qi se n-n ét chevi de la siene d'avant. Terchanjer les rôles a châte coup.

PÂSSÉE DE GÂLE A LA CORDE A SAOTER

BUT

| Dejiter en saotant a la corde.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

| Eune corde a saoti a châte souéton de 4-5, des roulets e des piqes coulourës.

DEFILIACION

| Pâssée de gâle, en souétons de 4-5 ebluçons.

Etape 1 : Qhiter le roulet en saotant a la corde, su un pië e l'aotr. Eune fai rendu ao piqe oranje, coure a s'enreviendr, o la corde den la main.

Etape 2 : Eune fai pâssé tout le souéton, repaïsser a se pâsser la gâle diq'ao piqe bleu.



SAOTER A LA CORDE

Cicl 2-3 - Condicion 4-5

LA REÛE

BUT

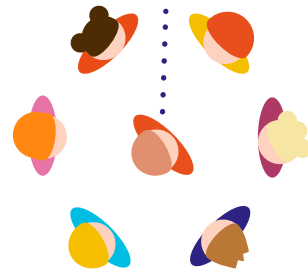
| Fére qheuques saots de reng su un même pië.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

| Eune corde a saoti a châte souéton de 4-5 garçâilles.

DÉROULEMENT

| Les ebluçons sont minz en rond, un ebluçon ét li den le mitan. Il met la corde a tourner virer a l'entour de li. Les jouous ont de saoti a tout coup qe la corde pâsse, sans pouint la-z abiter. Si q'il abitent la corde, les ebluçons sont minz hor-jeu e cartayent du rond. Le dârain a gagner se pllace den le mitan pour la jouerie a sieudr.



D'AOTRS MENIERES

| A châte jouerie, chanjer la meniere de saoti : pië dret, pië gaoche, a danser la pie courte.

SAOTER A 3

BUT

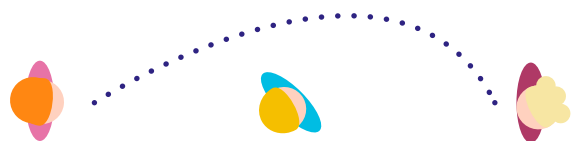
| Fére qheuques saots de reng su un même pië.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

| Eune corde a saoter a châte terzet.

DEFILIACION

| Réaliser différents sauts de cordes en jouant avec une corde animée par 2 participants.



MILE-SAOTS, ACLLOÛTS, HAES

Cicl 2-3 - Condicion 1

LE SAOTE-EN-ROULET

CAPABLETÈ ESPECIFIQ

Fère eune mouvée q'en peut métrer

ABOUTEMENTS

Prendr apouye e saoter d'eune sorte e de l'aotr.

BUT

| Pâsser les aclloûts, saoter qheques fais de reng.

DE CAI QE N-I A AFÈRE

| Lates, haes, rastiques, paos lijérs, roulets.

COMENT QE C'ÉT AMARÈ

Aroutinerie 1



Aroutinerie 2



Les lates merques un russè a pâsser.

Aroutinerie 3



Aroutinerie 4



L'ebluçon peut chouézi son chemin.

● Piè dret

● Piè gaoche

● A pie-courte

DEFILIACION

| Châqe ebluçon ont de fère les deûs chemins en tâchant mayen de pâsser les aclloûts sans pouint biter és roulets.

C'ÉT-TI RENCONTRÈ ?

| Ben respecter l'ordr.

D'AOTRS MENIERES

| Perpôzer d'aotrs sortes de chemins en chanjant l'ordr e l'elegnement entr les roulets.

MILE-SAOTS, ACLLÔTS, HAES

Cicl 2-3 - Condicion 1

LES ACLLÔTS

BUT

Passer les acclôts, sauter qheuques fais de reng.

DE CAI QE N-I A AFÈRE

Lattes, haies, élastique, piquets ou poteaux légers, cerceaux, tapis, nattes.

COMENT QE C'ÉT AMARÈ

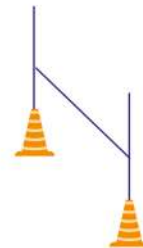
Aroutinerie 1



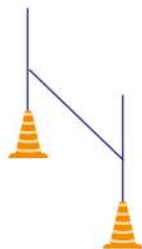
Tapis ou nattes



Haies basses



Aroutinerie 2



Elastique



Haies basses

Zone d'appel



DEFILIACION

Châqe ebluçon ont de fére les deûs chemins en tâchant mayen de pâsser les acclôts. Prendr le temp de doner les espllques su les menieres de pâsser les acclôts.

C'ÉT-TI RENCONTRÈ ?

Passer les acclôts. Sans pouint dehâter cant qe c'ét de pâsser les acclôts.

D'AOTRS MENIERES

Perpôzer d'aotrs chemins de même en chanjant la longour e la haotour des acclôts.

MILE-SAOTS, ACLLOTS, HAES

Cicl 2-3 - Condicion 1

DIQ'A PÂSSER LES ACLLOTS

BUT

| Pâsser les acllôts sans pouint dehâter.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

| Haes.

DEFILIACION

| La garçaille pâsses les haes pllacées réglément elegnées.
Les haes peuvent ne pouint y'étr de même haotour : haot / bâs / haot, haosser les haes petit a la fai...

DIQ'A TRIPL-SAOTER

BUT

| Fére qheuges encalées rebondies de reng sans pouint dehâter.

DE CAI QE N-I A AFÉRE

| Cordes a saoter, craes.

COMENT QE C'ÉT AMARÈ

| Courerie en line drete o des merques den la pllace (cordes ou ben merques de crae).

DEFILIACION

| Pôzer ren q'eune apouye den châte cêrée.

Ou ben fére yun a sieudr l'aotr : courerie / encalées rebondies

