

Sautiller et sauter en rythme: Corde en mouvement (niveau B)

L'objectif de ce test est de sautiller et sauter en rythme. L'enfant doit ainsi s'adapter aux mouvements de la corde pour réussir son saut.

L'enfant saute en rythme dans la corde en mouvement. La corde est fixée à une extrémité et tournée par l'enseignant à l'autre extrémité.

Cet exercice peut être reproduit à l'extérieur, à la récréation ou dans la salle de sport.



[Corde en mouvement \(niveau B\)\(pdf\)](#)

[Corde en mouvement \(niveau B\): Fiche d'évaluation\(xls\)](#)

Remarque

Les compétences disciplinaires se voient concrétisées au travers de trois niveaux: le niveau A – susceptible d'être atteint par presque tous les élèves, le niveau B – par la moyenne d'entre eux et le niveau C – par les meilleurs.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO