

Sautiller et sauter en rythme: Sauter à la corde (niveau C)

Durant ce test, les enfants doivent être en mesure de sautiller et de sauter en rythme avec une corde à sauter. L'enseignant contrôle la variation et le nombre de sauts effectués.

L'enfant réussit au moins dix sauts à la corde. L'enseignant contrôle la variation des sauts (en courant, à pieds joints), la position du corps et le moment correct pour sauter.

Le saut à la corde peut notamment être utilisé à la récréation ou dans la salle de sport.

[Sauter à la corde \(niveau C\)](#) (pdf)

[Sauter à la corde \(niveau C\): 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