

## Sauter: Corde à sauter (niveau B)

L'objectif de ce test est de sauter en rythme dans différentes situations pour s'adapter à un objet.

L'élève saute à la corde en utilisant un saut de base. Partant devant la corde à sauter, il saute 10 fois par-dessus la corde à pieds joints. Un tour de corde par saut.

[Corde à sauter \(niveau B\)](#) (pdf)

[Corde à sauter \(niveau B\): 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