

Sauter: Corde à sauter (niveau A)

Au cours de ce test, l'enseignant évalue la capacité des élèves à sauter en rythme selon des consignes précises.

L'élève saute à la corde avec des doubles sautilllements. Partant devant la corde à sauter, il saute dix fois par-dessus la corde à pieds joints avec un sautilllement intermédiaire.



[Corde à sauter \(niveau A\)](#)(pdf)

[Corde à sauter \(niveau A\): 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