

# 3.3

Chaque élève se déplace en trottinant pendant qu'il saute à la corde. La corde passe sous les pieds tous les 2 pas ; tous les 3 pas ; tous les pas.

## VARIANTE 1

La pyramide: sans que la corde ne s'arrête, l'élève se déplace comme décrit ci-dessus tout en respectant l'ordre suivant «1 – 2 – 3 – 1 – 2 – 3, etc...».

## VARIANTE 2

Méli-mélo:

- Se déplacer en arrière (la corde tourne en arrière).
- Latéralement.
- En avant, la corde tourne en arrière.
- En arrière, la corde tourne en avant.

# SAUTER EN MOUVEMENT

