

# Le saut en hauteur

Le **saut en hauteur** est une épreuve d'[athlétisme](#) qui consiste à franchir une barre posée entre deux supports verticaux en prenant appel sur une jambe.

Le record du monde actuel de la discipline est détenu par le [Cubain Javier Sotomayor](#) avec un saut à 2,45 m en [1993](#). Le record féminin est détenu par la [Bulgare Stefka Kostadinova](#) avec un saut à 2,09 m en [1987](#) à Rome lors des Championnats du monde d'athlétisme

## *Réglementation*

L'athlète qui franchit la barre la plus haute remporte le concours. Les concurrents ont le droit de prendre une course d'élan. La barre est montée par palier (de 5 cm en 5 cm au début de la compétition, puis de 3 en 3 cm), chaque concurrent ayant droit à trois essais à chaque hauteur proposée. Depuis quelques années, la tactique a fait son apparition : lorsqu'un sauteur a raté son premier essai (ou ses deux premiers essais) à une hauteur déterminée, il a le droit de conserver ses 2 essais (ou son dernier essai) à la hauteur suivante.

## Techniques de saut en hauteur

### Ciseau

L'athlète saute en élevant la première jambe et quand il est passé, élève l'autre en retombant[1].

### Rouleau costal

L'athlète attaque la barre de face et saute à l'horizontale, sur le côté, la jambe d'appel pliée, sous lui. Cette technique limite considérablement la marge de progression du fait qu'il n'y a pas de rotation du corps autour de la barre comme l'autorise la technique suivante. Cependant elle limitait le stress lié à la chute à une époque où les fosses de réception étaient, la plupart du temps, garnies de sable[1].

### Rouleau ventral

L'athlète attaque l'obstacle latéralement en s'enroulant littéralement autour de la barre, à l'horizontale. Le problème de cette technique était le dégagement de la jambe d'appel au-dessus de la barre. Elle nécessitait des qualités de gymnaste éprouvées que seul le russe [Valeriy Brumel](#) a su porter, dans les années 1960, à leur plus haut point en établissant le record du monde à 2,28 m. Signalons encore [Vladimir Yashchenko](#) qui, alors que le Fosbury était adopté par tous les sauteurs, s'éleva à 2,33 m le 3 juillet 1977, puis 2,34 au cours de l'été 1978 en rouleau ventral, battant ainsi l'ancien record du monde détenu par le mythique Dwight Stones l'homme qui franchit pour la première fois la barrière des 2,30 m. C'est avec Yashchenko que disparaîtra des tablettes des records du monde la technique du rouleau ventral[1].

### Fosbury-flop

Le [Fosbury-flop](#) est la technique la plus utilisée actuellement. Elle fut utilisée pour la première fois dans une compétition internationale aux [Jeux olympiques de 1968](#) par [Dick Fosbury](#). Elle consiste à arriver dos à l'obstacle et à sauter de dos, en levant les deux jambes en dernier au-dessus de la barre[1]. Le saut fut refusé dans un premier temps, puis accepté après vérification qu'aucun règlement n'était enfreint. [Dick Fosbury](#) passait ce jour la barre à 2,24 m, nouveau record olympique. Dick Fosbury fut médaillé d'or[2],[1].

Par la suite, il a été prouvé que Fosbury n'a pas été le premier à utiliser cette technique, sans qu'il le sache. [Bruce Quande](#) a été photographié en 1963 passant la barre sur le dos[3].

