# Saut en hauteur – 4e-3e (Champs 1)

Saut en hauteur • 4e-3e

Grille AIA – 4 degrés de maîtrise. Total /20.

| Critères | D1 – Réalise | D2 – Comprend | D3 – Régule | D4 – Fait progresser |
|---|---|---|---|---|
| **Technique de saut et franchissement de la barre** | Réalise un Fosbury avec franchissement régulier, constate si sollicité les phases à améliorer après le saut<br>1 point | Produit un Fosbury avec cambrure et dégagement des jambes, explique après action les liens entre l'impulsion et la qualité du franchissement avec aide d'un pair<br>2 points | Ajuste seul pendant la séance la dynamique d'appel et la cambrure pour franchir des hauteurs croissantes sans toucher la barre<br>3 points | Optimise chaque phase du saut de façon autonome et anticipée, devient une ressource technique experte pour ses camarades lors des phases de retour collectif<br>5 points |
| **Analyse de la course d'élan et de l'appel** | Effectue une course en J reproductible, constate si sollicité les variations de rythme dans les dernières foulées après chaque essai<br>1 point | Réalise une course en J accélérée avec appel explosif, explique après action comment le rythme des 3 dernières foulées conditionne l'élévation<br>2 points | Ajuste seul le nombre de foulées et la courbure de la course en fonction des hauteurs visées, sans aide extérieure<br>3 points | Anticipe et modèle sa course d'élan en fonction de la barre et des conditions, partage ses repères de course avec les autres élèves de façon structurée<br>5 points |
| **Ajustement de la hauteur de barre et de la technique** | Sélectionne une hauteur de barre accessible et constate après l'essai si la stratégie était adaptée lorsqu'on le lui demande<br>1 point | Choisit ses hauteurs de passage avec pertinence, explique après chaque essai les ajustements techniques à opérer en lien avec la hauteur visée<br>2 points | Régule seul sa stratégie de concours en cours de séance, ajuste hauteur et technique sans intervention de l'enseignant<br>3 points | Anticipe et planifie sa stratégie de concours sur l'ensemble du cycle, optimise ses ressources et transfère ses méthodes à ses pairs<br>5 points |
| **Rôle d'observateur et retour technique au partenaire** | Observe son partenaire et constate si sollicité les éléments techniques présents ou absents | Formule un retour technique argumenté après l'essai de son partenaire, identifie les causes | Donne un retour technique précis et immédiatement utilisable à son partenaire sans | Prend en charge le développement technique de son groupe, anticipe les erreurs, |

| Critères | D1 – Réalise | D2 – Comprend | D3 – Régule | D4 – Fait progresser |
|---|---|---|---|---|
| | après le saut<br>1 point | des erreurs avec soutien d'un pair ou d'une grille<br>2 points | aide, en cours de séance<br>3 points | structure les observations et fait progresser ses pairs de façon autonome<br>5 points |