

<b>Zeitschrift:</b>	Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de sport de Macolin
<b>Band:</b>	43 (1986)
<b>Heft:</b>	1
<b>Artikel:</b>	Le jugement des plongeons
<b>Autor:</b>	Metzener, André
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-998396">https://doi.org/10.5169/seals-998396</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 29.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Le jugement des plongeons

André Metzener, EFGS

Le jugement, dans les sports comme la gymnastique artistique, le patinage artistique ou le plongeon dépend de lois particulières. Ici, il n'est pas question de victoire ou de défaite, de buts marqués, de chronomètre ou de ruban métrique. C'est dans la tête des juges que se trouve l'«instrument de mesure». Afin de garantir une appréciation aussi objective que possible, les responsables des sports de cette catégorie ont établi des critères particuliers et formé des juges qui s'améliorent au fil des années et avec l'expérience. Il est néanmoins compréhensible que, lors des concours, les notes comportent une certaine part de subjectivité: différence d'interprétation, sentiments personnels ou nationaux, état de fraîcheur ou de fatigue, etc. Afin de compenser quelque peu ces «défaillances», on additionne l'ensemble des notes sauf les deux valeurs extrêmes, ou l'on en fait la moyenne. Ainsi, on peut dire que le résultat obtenu est le plus proche possible de l'objectivité.

Que les plongeons soient exécutés à partir de la plate-forme de 10 m, du tremplin de 3 m ou de celui de 1 m, qu'il s'agisse d'une femme ou d'un homme, le système de jugement est toujours le même: seule la qualité de l'exécution est prise en considération. Ce n'est que par après que la difficulté, à laquelle est attribué un coefficient fixé dans une table internationale, entre dans le calcul du résultat.

## Les notes

Vingt et une notes, allant par demi-points de zéro à dix, sont utilisées. Elles sont réparties en secteurs d'appréciation:

10 – 9,5 – 9 – 8,5	Très bien
8 – 7,5 – 7 – 6,5	Bien
6 – 5,5 – 5	Satisfaisant
4,5 – 4 – 3,5 – 3 – 2,5	Médiocre
2 – 1,5 – 1 – 0,5	Mauvais
0	Totalement manqué

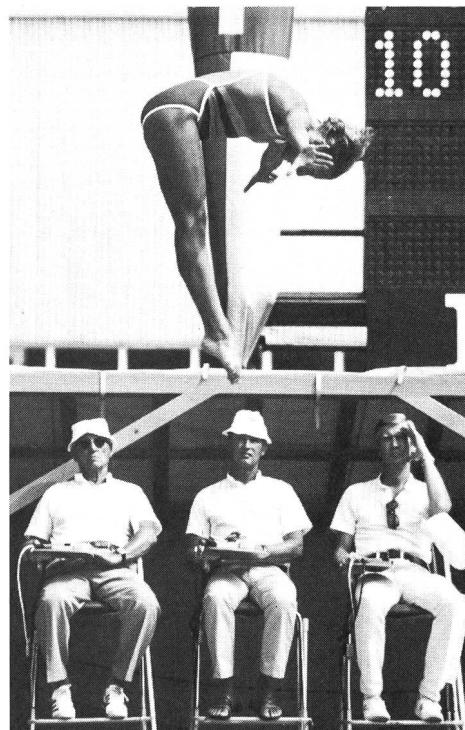
## Le jury

Le jury est composé d'un juge-arbitre et de cinq juges de plongeon (aux Jeux olympiques et aux Championnats du monde, ce nombre est porté à sept).

Au signal du juge-arbitre, tous les juges doivent montrer leur note simultanément, ce qui les empêche de s'influencer réciproquement.

La note la plus haute et la plus basse sont supprimées; le total des trois notes restantes est multiplié par le coefficient de difficulté, ce qui donne le résultat du plongeon. Lorsque l'on a sept juges, il reste cinq notes; on prend alors les trois cinquièmes du résultat, ce qui rend possible une comparaison avec les autres concours.

Le juge-arbitre n'attribue pas de note. Toutefois, dans certains cas bien précis, il doit modifier l'appréciation des juges en déduisant deux points de chaque note (élan avec un nombre de pas insuffisant par exemple, ou équilibre précaire lors de l'appui renversé sur les bras). Dans d'autres cas, il peut déclarer le plongeon totalement manqué et attribuer la note zéro sans demander l'avis des juges (exécution d'un autre plongeon, par exemple, en lieu et place de celui annoncé).



## Emplacement des juges

Les juges sont disposés par le juge-arbitre de chaque côté du plongeoir (voir le schéma). Ils voient donc tous le plongeon de profil, mais pas exactement sous le même angle, ce qui explique certaines différences de jugement, particulièrement en ce qui concerne l'entrée verticale dans l'eau, ou l'orientation de l'axe des épaules (entrée dans l'eau également) lors de plongeons avec tire-bouchons.

## Le jugement

Pour évaluer un plongeon, le juge ne doit tenir compte que de la technique et de l'évolution (règlement: art. D 29.1). Voici les éléments sur lesquels il doit porter son attention:

- l'élan
- le départ (envol)
- la technique et la grâce du plongeon en l'air
- l'entrée dans l'eau.

Du départ (envol) jusqu'à l'entrée dans l'eau, un plongeon dure environ 1,5 sec. Dans ce laps de temps très court, le juge doit enregistrer et assimiler dans sa mémoire un nombre considérable d'éléments: hauteur, conformité des différentes positions (pieds en extension, angle des hanches ou des genoux, position des bras, etc.), précision des différentes phases du mouvement, verticalité et alignement lors de l'entrée dans l'eau, d'autres détails encore. Dès le moment où le plongeur a disparu sous l'eau jusqu'à celui où le juge-arbitre donne son signal pour la présentation immédiate des notes, les juges ont de deux à trois secondes.

## Remarques

En plus de la technique d'exécution, l'élégance, c'est-à-dire la beauté et la grâce du plongeon joue un rôle important dans l'évaluation. Mais, dans le règlement, il n'est question nulle part de l'élégance ou de la beauté du plongeur ou de la plongeuse. Et pourtant, même si c'est inconsciemment, les juges peuvent être influencés par cet aspect. Par ailleurs, le règlement dit que les pieds et les orteils doivent être en parfaite extension. Mais on sait que les caractéristiques anatomiques peuvent fortement varier d'un individu à l'autre. De même, lors d'un plongeon droit (tendu), le meilleur juge aura de la peine à ne pas négliger quelque peu la «bonne» technique au profit d'une «belle» ligne... ■

