

Accompagnement Scientifique de la Performance (ASP)



Optimisation de la performance



Prévention de la blessure



Equilibre de vie

EN QUÊTE DE PERFORMANCE



La performance sportive exprime les possibilités maximales d'un individu dans une discipline à un moment donné de son développement.

Vladimir Nikolaevich Platonov (1988)



La capacité de performance sportive représente le degré d'amélioration possible d'une certaine activité motrice sportive et, s'inscrivant dans un cadre complexe, elle est conditionnée par une pluralité de facteurs spécifiques.

Jürgen Weineck (1997)

VERS UN ACCOMPAGNEMENT SCIENTIFIQUE DE LA PERFORMANCE

A partir d'une réflexion collective en **triade entraîneur - chercheur - sportif.ve**



Le but est d'apporter la pointe avancée des connaissances scientifiques aux entraîneurs de façon à ce qu'ils puissent prendre des décisions éclairées pour transformer la pratique des sportif.ve.s de haut niveau.

- > Identifier un questionnement, une problématique, touchant à la performance sportive.
- > Formaliser une problématique partagée avec l'entraîneur.
- > Identifier des protocoles à mettre en œuvre, des solutions adaptées.
- > Collecter les données utiles à la compréhension de la performance.
- > Analyser et interpréter les données récoltées.
- > Appliquer un "*filtre scientifique*" à l'analyse des données.
- > Partager et transmettre les informations dans une forme simplifiée et adaptée.
- > Croiser les données issues des différents domaines de la performance.
- > Créer des outils d'aide à la décision pour les membres du staff.
- > Evaluer l'impact sur la performance.

L'ASP : UNE DÉMARCHÉ COLLABORATIVE

Pour mener à bien une action d'ASP, les membres du laboratoire SEP identifient, avec les membres des fédérations sportives (DTN, référents scientifiques, entraîneurs, sportifs, ...), **les freins et leviers à la performance** dans l'objectif de faire émerger des besoins. Forts de leur expertise scientifique, les membres du laboratoire SEP proposent de **mettre en œuvre des solutions immédiatement disponibles**.

L'objectif principal de l'identification des besoins est de traduire une demande de terrain en question scientifique.

L'efficacité du travail effectué en ASP se fait en 2 points :

- > L'impact des solutions proposées sur les pratiques et/ou performances ;
- > La satisfaction des sportifs, entraîneurs ou autres membres des fédérations sportives.