



## 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.





- > ACCÈS
- > ACCESSIBILITÉ
- > MENTIONS LÉGALES
- > CGU
- > CARRIÈRE

## SUIVEZ-NOUS



Ce site utilise des cookies et vous donne le contrôle sur ce que vous souhaitez activer

✓ OK, tout accepter

✗ Interdire tous les cookies

Personnaliser