

LABORATOIRE SEP



Optimisation de la performance

 **RESPONSABLE**



CHERCHEUR EN BIOMÉCANIQUE ET PHYSIOLOGIE DE LA PERFORMANCE SPORTIVE

SLAWINSKI JEAN

PhD, HDR

Responsable de thème Optimisation de la Performance
Référent Formation

✉ [COURRIEL](#)

THÈME 1

Les travaux de recherche conduits au sein de ce thème se proposent de répondre à deux objectifs principaux :

- Comprendre les processus adaptatifs et les stratégies mises en œuvre par les sportifs et leur encadrement en situation de stress afin d'en évaluer ensuite les effets de programmes d'entraînement à la gestion du stress sur la performance ;
- Analyser les différents niveaux qui structurent la production du mouvement de la commande motrice, de la perception de l'information jusqu'à l'accomplissement de l'action, en vue d'optimiser son exécution.

La démarche adoptée au cours des travaux relevant de ce thème vise à mieux comprendre les contraintes qui pèsent sur les acteurs du sport de haut niveau, afin d'optimiser les méthodes d'entraînement. Elle est enrichie par des approches qui permettent la description originale de différents niveaux d'analyse de la performance (e.g. organisationnel, relationnel, individuel, gestuel, cellulaire).

Présentation thème 1

URL de la page : <https://labos-recherche.insep.fr/fr/laboratoire-sep/optimisation-de-la-performance>

 **TÉLÉCHARGER**

Programme détaillé : THÈME 1

PDF

1.16 Mo




MINISTÈRE
DES SPORTS
ET DES JEUX OLYMPIQUES
ET PARALYMPIQUES
*Jeux
Jeunes
L'athlète*



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

SUIVEZ-NOUS

URL de la page : <https://labos-recherche.insep.fr/fr/laboratoire-sep/optimisation-de-la-performance>



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

✓ OK, tout accepter

✗ Interdire tous les cookies

Personnaliser