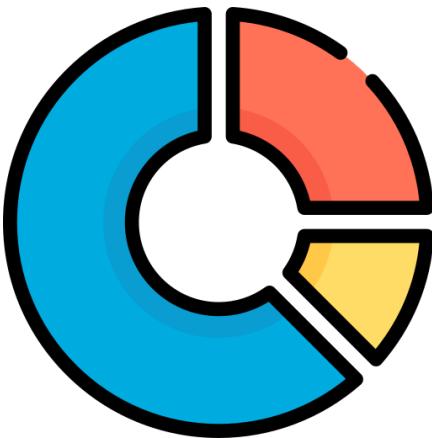


Débriefing des Jeux Olympiques de Tokyo et de l'Olympiade 2016-21

Paris, 27 – 29 septembre 2021



Questionnaire sur l'analyse
de la performance - ORfèvre



Analyse quantitative



Analyse qualitative



8 bateaux



4 responsables
de pôle



7 entraîneurs
de secteur

Question

Est-ce que l'objectif de résultat que vous aviez fixé a été atteint à Tokyo ?

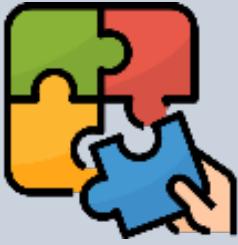
Coques	Résultat fixé	Résultat obtenu	Objectif atteint
LW2x	Médaille	Médaille Argent	Oui
M2x	Médaille	Médaille Or	Oui
M2-	Finale A	9ème	Non
W2x	Au moins aussi bien qu'à Rio (5e)	8ème	Non
W4x	Top 8	9ème, échec à 0.7s	Non
LM2x	Qualification au JO	Non qualification aux JO	Non
M4-	Qualification au JO	Non qualification aux JO	Non
M4x	Qualification au JO	Non qualification aux JO	Non



Sérénité individuelle et collective, engagement, maîtrise des mécanismes mentaux sous pression



Efficacité collective autour du projet via la collaboration entre tous les acteurs



Stratégie de composition du bateau



Repères tactiques et capacité d'exécution de la stratégie de course



Efficience, stabilité et homogénéité technique



Poids & nutrition



Développement des qualités musculaires et énergétiques



Prophylaxie, gestion des blessures et de la fatigue

Question

Est-ce que les moyens (stratégie de course, maîtrise technique, etc.) que vous aviez envisagés pour atteindre votre objectif sportif ont été respectés ?

Facteurs de succès pendant la course

-  Capacité à délivrer la stratégie de course
-  Cohésion et efficience technique quelques soient les situations
-  Référentiel technique

Facteurs de contre-performance pendant la course

-  Stratégie de course non suivie
-  Manque de progrès sur les aspects techniques
-  Efficacité technique insuffisante
-  Puissance insuffisante et manque de progrès sur les aspects physiques
-  Stratégie de composition du bateau perfectible ou tardive
-  Motivation, bien-être

Question

Pouvez-vous préciser quels ont été vos **chantiers prioritaires** pour atteindre votre objectif sportif à Lucerne ou à Tokyo?

- Importance du foncier et de la force endurance
- Régularité dans le travail à l'entraînement pour le transfert sur les cadences de course
- Amélioration de la courbe d'accéléromètre de la coque
- Gros travail B2 (stage terminal)
- Remporter les bords à bords (stage terminal)
- Elever le niveau individuel de chaque rameur.se pour assurer un niveau de performance collectif
- Gestion des ressources physiologiques



- Amélioration de la technique.
- Stabilité technique
- Maîtrise technique et rendement
- Engagement technique
- Efficacité technique
- Homogénéité technique



- Choix du bateau
- Déterminer la meilleure association
- Choix des places dans le bateau
- Inciter au maximum les sorties en bateau long



- Confiance en soi.
- Sérénité individuelle (capacité à se concentrer, se recentrer, relativiser) et collective (acceptation du fonctionnement optimal de l'autre)
- Connaissance de soi, de son équipier.e, de son entraîneur.
- Rassembler autour d'un projet collectif et d'une vision commune



- Stratégie de course
- Prendre un très bon départ
- Repère tactique



- Tout mettre en œuvre pour que les sportifs atteignent leur objectifs.
- Faciliter le travail des entraîneurs nationaux.
- Rappeler les règles de fonctionnement communes.



- Gestion de l'état de forme



- Maîtrise de la diététique pré-compétition

Question

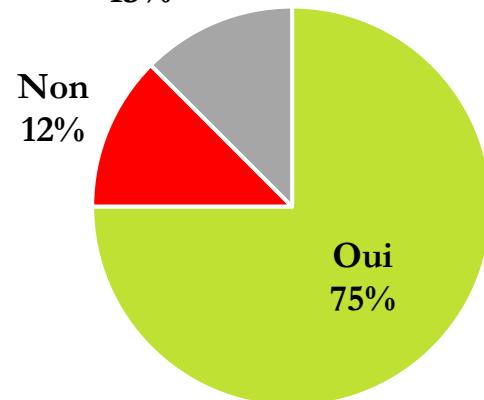
Le déroulement de la compétition vous a-t-il conforté sur le **choix des priorités** que vous aviez fixé pendant l'olympiade ?

Les **progrès** démontrés par vos athlètes sur ces axes prioritaires ont-ils été suffisants pour combler le retard vis-à-vis de vos concurrents, voire pour prendre un ascendant sur eux ?

Choix des priorités

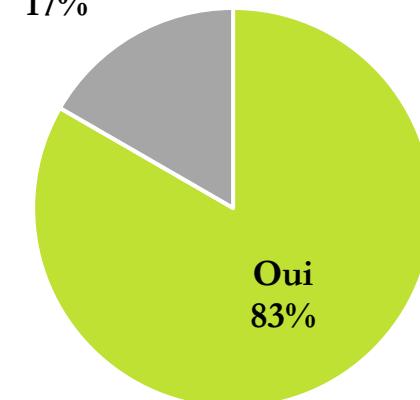
Entraîneurs de secteur

Pas de réponse
13%



Responsables de pôle

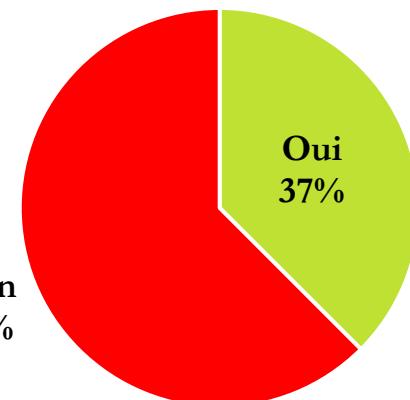
Pas de réponse
17%



Progrès

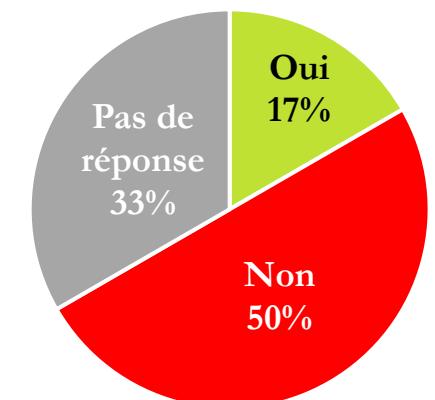
Entraîneurs de secteur

Non
63%



Responsables de pôle

Pas de réponse
33%



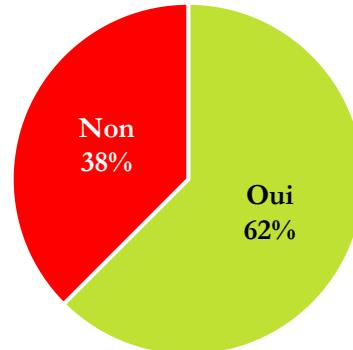
Résultat reflet de l'atteinte de l'objectif fixé

IDENTIFICATION DES ACTIONS FRUCTUEUSES

Question

Parmi les actions prioritaires que vous aviez ciblées et menées, en identifiez-vous qui ont eu **un impact supérieur à vos espérances** ? Si oui, quelles sont les conditions de leur succès ?

Entraîneurs de secteur



Actions menées

Conditions de succès

Psychologie de la performance.

Adhésion sans réserve des athlètes + entraîneur. Partage. Confiance. Bienveillance.

Capacité à rester soudé et avancer ensemble dans les moments difficiles et/ou à fortes pressions

Mettre tout le monde au même niveau d'information. Ne pas penser à la place des autres. Les principaux scénarios sont exprimés au calme, en amont.

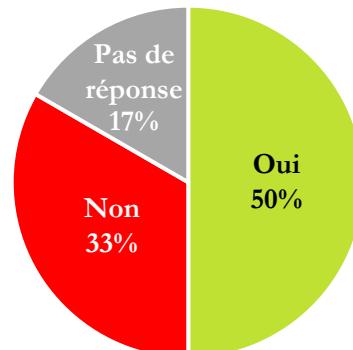
Gagner des watts sur 2000m en bateau

Modifier le programme d'entraînement toute l'année

Paramètres physiques

Sensation qu'ils étaient avec les bons coéquipiers

Responsables de pôle



Protocole d'adaptation à la chaleur

Préparation et tests en amont

Anticipation du décalage horaire et la prise de mélatonine

Arrivée d'un bon élément l'année de la qualification

Insouciance de la Jeunesse, spontanéité, qualité physique et technique.

La perte de poids pour changer de bateau

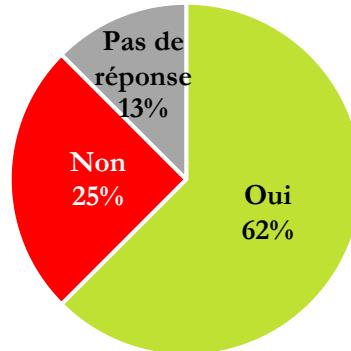
Travail commun avec l'entraîneur du secteur, le médecin fédéral ainsi que le diététicien de la structure d'entraînement



Question

Avec le recul, identifiez-vous d'autres facteurs de performance et actions **qui auraient eu un intérêt à être davantage travaillés en priorité**? Quels ont été les freins à les mettre en place?

Entraîneurs de secteur



Facteurs et actions qui ont manqué

Connaitre plus précisément les mécanismes mentaux en course qui influencent la stratégie de course

Capacité à délivrer son optimum en situation de stress

Travail psychologique plus important

Confiance en soi

Fraîcheur mentale

Responsabilisation des rameur.es sur la gestion de leur charge de travail

Gestion de la jeunesse

Fixation d'objectifs à l'entraînement et pour la saison

Pouvoir mesurer des marqueurs de perf sur tous les entraînements souhaités

Kilométrage et charge d'entraînement

Privilégier les paramètres et capacités physiques, Préparation physique, développement du niveau de force

Modifier le programme d'entraînement pour gagner des watts

Le contrôle plus précis des facteurs physiologiques

Freins à leur mise en œuvre

Améliorer les connaissances et compétences dans ce domaine ; temps, moyens financiers, freins culturels

Pas de perception du problème de la part des rameurs, résistance

Résistances sur le programme

Manque de moyens

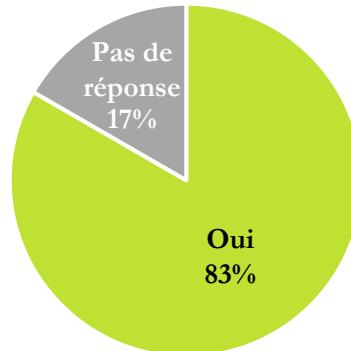
Temps, COVID

Engagement au quotidien ; Manque de moyens financiers; Manque de temps lié au calendrier, COVID

Compliqué vis à vis du collectif

Manque de recul sur l'équipage

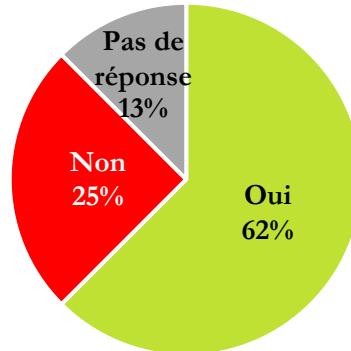
Responsables de pôle



Question

Avec le recul, identifiez-vous d'autres facteurs de performance et actions **qui auraient eu un intérêt à être davantage travaillés en priorité**? Quels ont été les freins à les mettre en place?

Entraîneurs de secteur



Facteurs et actions qui ont manqué

Connaitre plus précisément les mécanismes mentaux en course qui influencent la stratégie de course

Capacité à délivrer son optimum en situation de stress

Travail psychologique plus important

Confiance en soi

Fraîcheur mentale

Responsabilisation des rameur.es sur la gestion de leur charge de travail

Gestion de la jeunesse

Fixation d'objectifs à l'entraînement et pour la saison

Pouvoir mesurer des marqueurs de perf sur tous les entraînements souhaités

Kilométrage et charge d'entraînement

Privilégier les paramètres et capacités physiques, Préparation physique, développement du niveau de force

Modifier le programme d'entraînement pour gagner des watts

Le contrôle plus précis des facteurs physiologiques

Freins à leur mise en œuvre

Améliorer les connaissances et compétences dans ce domaine ; temps, moyens financiers, freins culturels

Pas de perception du problème de la part des rameurs, résistance

Résistances sur le programme

Manque de moyens

Temps, COVID

Engagement au quotidien ; Manque de moyens financiers; Manque de temps lié au calendrier, COVID

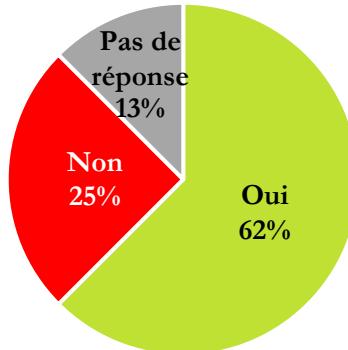
Compliqué vis à vis du collectif

Manque de recul sur l'équipage

Question

Avec le recul, identifiez-vous d'autres facteurs de performance et actions **qui auraient eu un intérêt à être davantage travaillés en priorité**? Quels ont été les freins à les mettre en place?

Entraîneurs de secteur



Facteurs et actions qui ont manqué

Mise en concurrence de tous les sportifs du projet

Freins à leur mise en œuvre

Difficulté à prendre du recul ; chercher absolument à construire le bateau autour de la meilleure individualité

Choix plus tôt de la composition du bateau, favoriser l'émergence d'association performantes et durable

Manque de temps, crise COVID ; dispersion des rameurs sur le territoire ; chercher absolument à construire le bateau autour de la meilleure individualité

La stratégie de composition du bateau, et, par voie de conséquence, la stratégie globale dans la catégorie d'aviron concernée.

Recenter plus encore tous les protagonistes sur les axes techniques communs

Justesse technique

Aspect biomécanique et placement dans le bateau

Difficultés des rameurs.ses à changer leurs habitudes

Efficacité technique

Manque de fraîcheur mentale ; manque de temps lié au calendrier

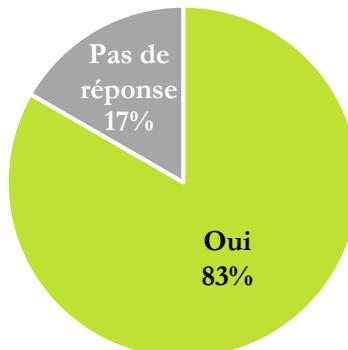
Repères tactiques

Manque de temps

Difficulté de collaboration avec les intervenants extérieurs dans le temps

Relations et habitudes du système

Responsables de pôle



FACTEURS DE RISQUE PROPRES AUX RAMEURS.SES

Avez-vous identifié des facteurs de risque propres à vos sportifs (blessure, études, travail, etc.) qui ont déstabilisé leur performance lors des JO ?	Comment évaluez-vous la stratégie que vous avez mis en place pour répondre à ces facteurs de risques ?	Comment évaluez-vous la mise en oeuvre de votre stratégie auprès des sportifs ?	Comment évaluez-vous le niveau d'anticipation face à ces facteurs de risques ?
Blessures	Adaptée	Totalement réalisée	Anticipée, complète
Blessures	Adaptée	Partiellement réalisée	Tardive, complète
Blessures, fragilité	Perfectible	Partiellement réalisée	Anticipée, complète
Blessures physiques. Alternance charge - récup.	Perfectible	Partiellement réalisée	Tardive, complète
Soucis au niveau du bassin	Adaptée	Partiellement réalisée	Anticipée, complète
Lombalgie	Perfectible	Partiellement réalisée	Tardive, complète
Problèmes récurrents de dos	Adaptée	Partiellement réalisée	Anticipée, complète
Peur de se blesser (fracture de cote) d'où des arrêts fréquents ou des allègements non programmés	Adaptée	Partiellement réalisée	Tardive, complète
Lombalgie et stress dans la fatigue	Adaptée	Partiellement réalisée	Tardive, complète
Irrégularité des performances - Surmenage			
Gestion de l'hydratation et du poids	Adaptée	Partiellement réalisée	Anticipée, complète
Rentabilité technique à améliorer	Adaptée	Totalement réalisée	Anticipée, complète
Relationnel avec l'entraîneur difficile.	Adaptée	Partiellement réalisée	Anticipée, complète

FACTEURS DE RISQUE PROPRES AUX RAMEURS.SES

Avez-vous identifié des facteurs de risque propres à vos sportifs (blessure, études, travail, etc.) qui ont déstabilisé leur performance lors des JO ?	Comment évaluez-vous la stratégie que vous avez mis en place pour répondre à ces facteurs de risques ?	Comment évaluez-vous la mise en oeuvre de votre stratégie auprès des sportifs ?	Comment évaluez-vous le niveau d'anticipation face à ces facteurs de risques ?
 Nervosité et pessimiste dans la fatigue	Adaptée	Totalement réalisée	Anticipée, complète
 Difficulté de feeling technique, pessimiste et très centré sur la critique	Adaptée	Totalement réalisée	Anticipée, complète
 Manque de capacité à se concentrer, se recentrer et relativiser	Adaptée	Totalement réalisée	Anticipée, complète
Manque de stabilité mentale et organisationnelle	Adaptée	Partiellement réalisée	Anticipée, complète
Maturité compétitive à renforcer	Adaptée	Totalement réalisée	Tardive, incomplète
 Lassitude du programme et manque d'adhésion; difficultés à gérer les contraintes du collectif	Perfectible	Partiellement réalisée	Tardive, complète
Disponibilité professionnelle	Adaptée	Totalement réalisée	Anticipée, complète
 Gestion études-examens / année olympique dense en absences et stages-compétitions.	Adaptée	Totalement réalisée	Anticipée, complète
Sollicitations extérieures	Adaptée	Non réalisée	Anticipée, complète
 Cadre familial parfois négatif.	Pas de stratégie		Anticipée, complète

Question

Avez-vous identifié des facteurs de risque propres à votre staff qui ont déstabilisé la performance des sportifs lors des JO ?



Partage des informations médicales

Relationnel difficile avec l'entraîneur

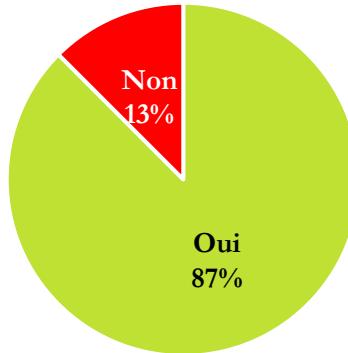
Disponibilité et coût du préparateur physique

Intervenants multiples, manque de cadre clair

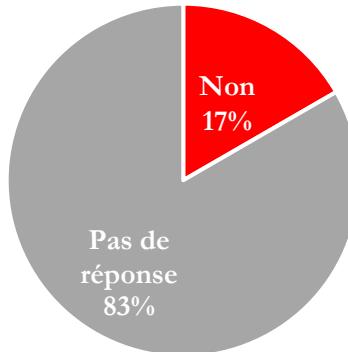
Question

Certaines spécificités des JO de Tokyo (chaleur, décalage horaire, etc.) vous ont-elles semblé particulièrement importantes à maîtriser ?

Entraîneurs de secteur



Responsables de pôle



Entraîneurs de secteur	Chaleur	Décalage horaire	Matériel
	Stratégie innovante, anticipée, totalement réalisée & complète	Stratégie adaptée, anticipée, totalement réalisée & complète	Stratégie adaptée, anticipée, totalement réalisée & complète
	Stratégie innovante, anticipée, totalement réalisée & complète	Stratégie adaptée, anticipée, totalement réalisée & complète	Stratégie adaptée, anticipée, totalement réalisée & complète
	Stratégie innovante, anticipée, totalement réalisée & complète	Stratégie perfectible, partiellement réalisée, complète mais tardive	Stratégie adaptée, anticipée, totalement réalisée & complète
	Stratégie innovante, anticipée, totalement réalisée & complète	Stratégie adaptée, anticipée, complète mais tardive	
	Stratégie innovante, anticipée, totalement réalisée & complète	Stratégie adaptée, anticipée, complète mais tardive	

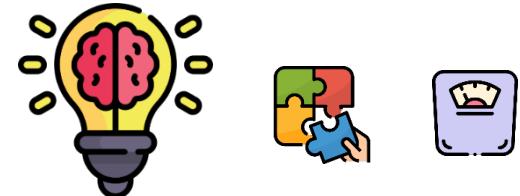
1. Choix des priorités confortés

79%



3. Actions particulièrement fructueuses

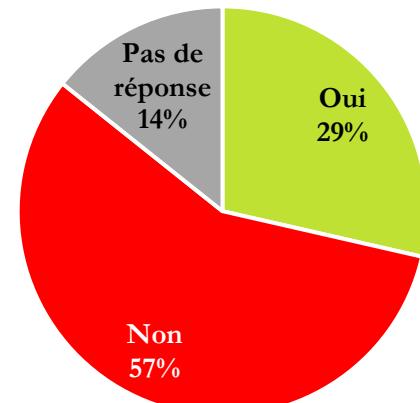
57%



5. Facteurs de risques (rameurs.ses)

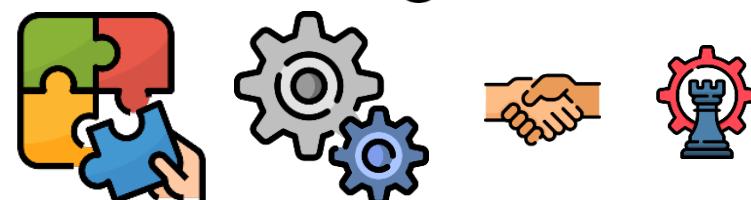
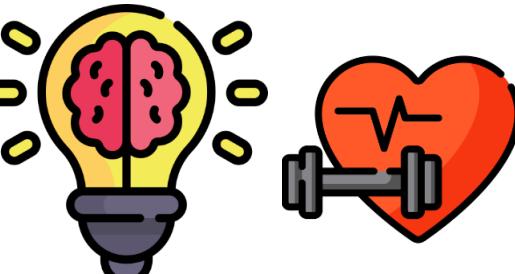


2. Progrès suffisants



4. Actions à renforcer

71%



6. Facteurs de risques (staff)





Sérénité individuelle et collective, engagement, maîtrise des mécanismes mentaux sous pression



Efficacité collective autour du projet via la collaboration entre tous les acteurs



Stratégie de composition du bateau



Repères tactiques et capacité d'exécution de la stratégie de course



Efficience, stabilité et homogénéité technique



Poids & nutrition



Développement des qualités musculaires et énergétiques



Prophylaxie, gestion des blessures et de la fatigue