

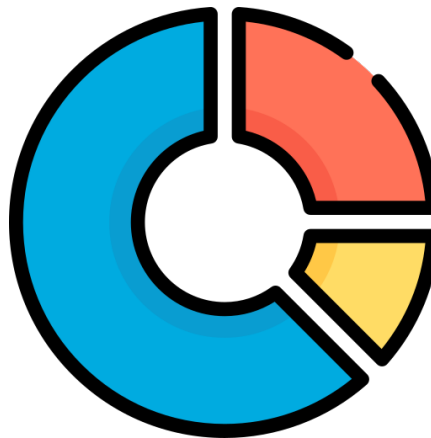


Débriefing des Jeux Olympiques de Tokyo et de l'Olympiade 2016-21

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



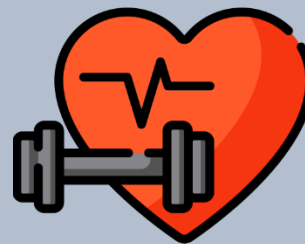
Repères tactiques et capacité d'exécution de la stratégie de course



Efficience, stabilité et homogénéité technique



Poids & nutrition



Développement des qualités musculaires et énergétiques



Prophylaxie, gestion des blessures et de la fatigue

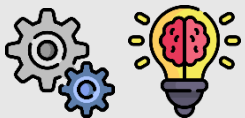
Question

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 efficacité 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



- 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



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



- 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 entraîneur nationaux.
- Rappeler les règles de fonctionnement communes.



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



- Gestion de l'état de forme



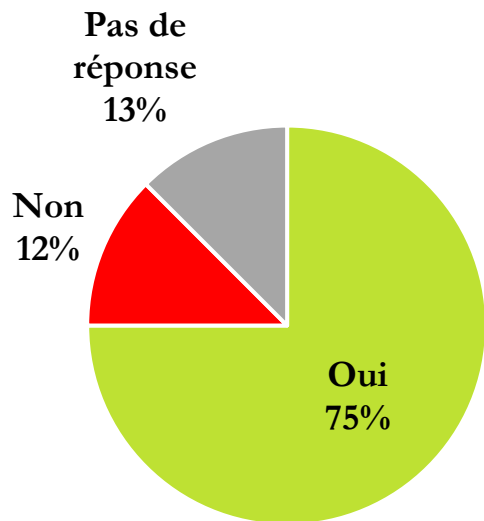
- Maîtrise de la diététique pré-compétition

Question

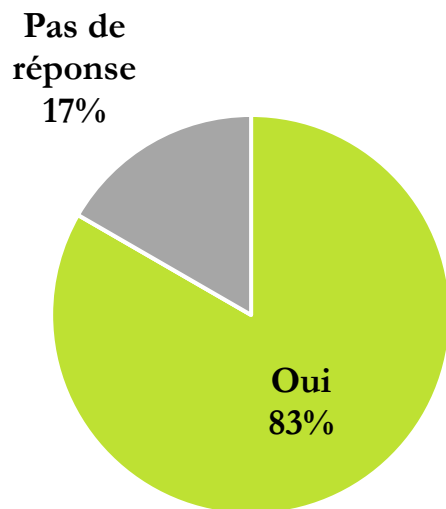
Le déroulement de la compétition vous a-t-il conforté sur le **choix des priorités** que vous aviez fixé pendant l'olympiade ?

Choix des priorités

Entraîneurs de secteur



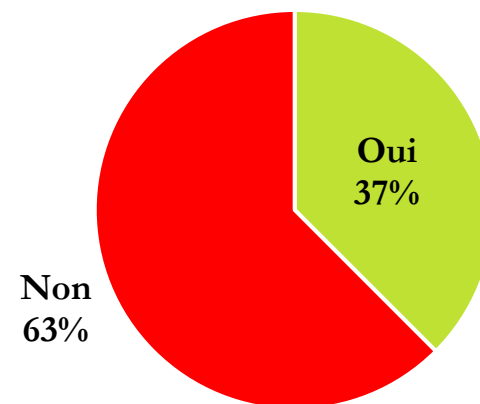
Responsables de pôle



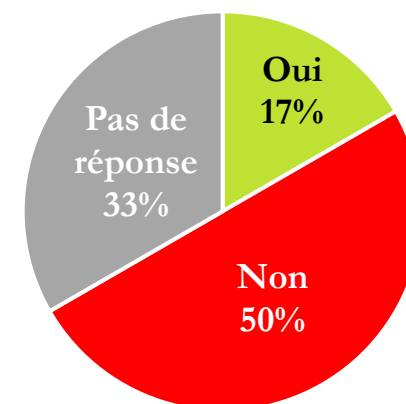
Les **progrès** démontrés par vos athlètes sur ces axes prioritaires ont-ils été suffisants pour combler le retard vis-à-vis de vos concurrents, voire pour prendre un ascendant sur eux ?

Progrès

Entraîneurs de secteur



Responsables de pôle

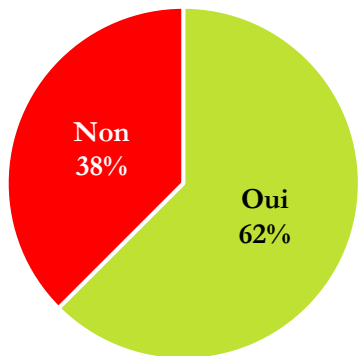


Résultat reflet de l'atteinte de l'objectif fixé

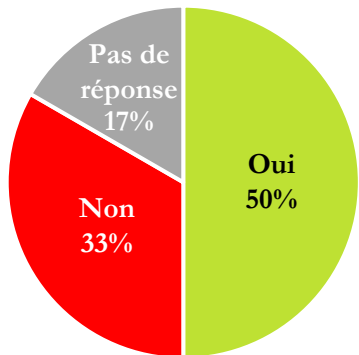
Question

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



Responsables de pôle

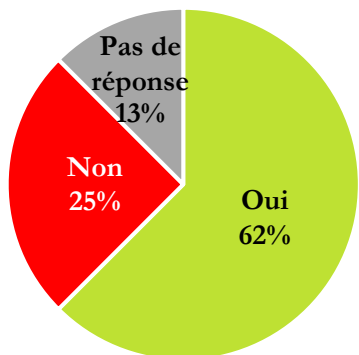


Actions menées	Conditions de succès
Psychologie de la performance.	Adhésion sans réserve des athlètes + entraîneur. Partage. Confiance. Bienveillance.
Capacité à rester soudé et avancer ensemble dans les moments difficiles et/ou à fortes pressions	Mettre tout le monde au même niveau d'information. Ne 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
Protocole d'adaptation à la chaleur Anticipation du décalage horaire et la prise de mélatonine	Préparation et tests en amont
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

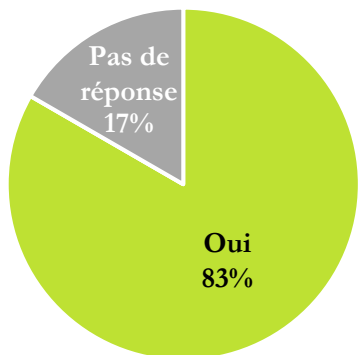
Question

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



Responsables de pôle



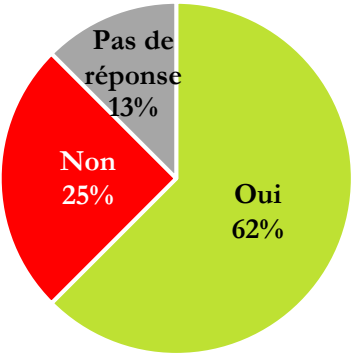
Facteurs et actions qui ont manqué	Freins à leur mise en œuvre
Connaitre plus précisément les mécanismes mentaux en course qui influencent la stratégie de course	
Capacité à délivrer son optimum en situation de stress	Améliorer les connaissances et compétences dans ce domaine ; temps, moyens financiers, freins culturels
Travail psychologique plus important	Pas de perception du problème de la part des rameurs, résistance
Confiance en soi	
Fraicheur mentale	
Responsabilisation des rameur.ses sur la gestion de leur charge de travail	Résistances sur le programme
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	Manque de moyens
Kilométrage et charge d'entraînement	Temps, COVID
Privilégier les paramètres et capacités physiques, Préparation physique, développement du niveau de force	Engagement au quotidien ; Manque de moyens financiers; Manque de temps lié au calendrier, COVID
Modifier le programme d'entraînement pour gagner des watts	Complicé vis à vis du collectif
Le contrôle plus précis des facteurs physiologiques	Manque de recul sur l'équipage

Question

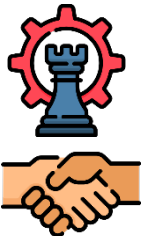
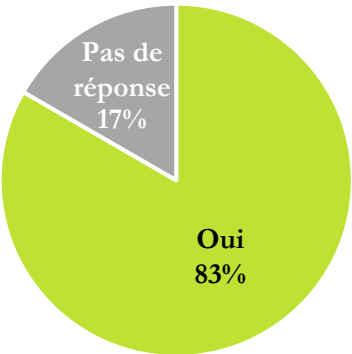
Avec le recul, identifiez-vous d'autres facteurs de performance et actions **qui auraient eu un intérêt à être davantage travaillés en priorité** ?

Quels ont été les freins à les mettre en place ?

Entraîneurs de secteur



Responsables de pôle



Facteurs et actions qui ont manqué	Freins à leur mise en œuvre
Mise en concurrence de tous les sportifs du projet	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 voix de conséquence, la stratégie globale dans la catégorie d'aviron concernée.	
Recentrer 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	
Vision partagée et de collaboration autour du projet du bateau	Relations et habitudes du système

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

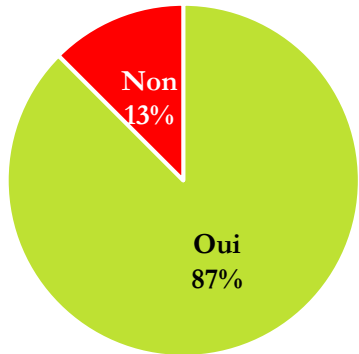
Disponibilité et coût du préparateur physique

Intervenants multiples, manque de cadre clair

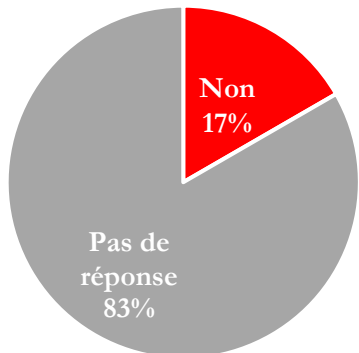
Question

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

Entraîneurs de secteur



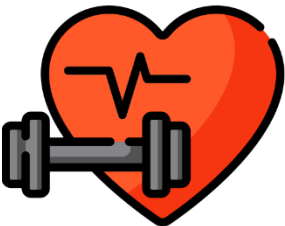
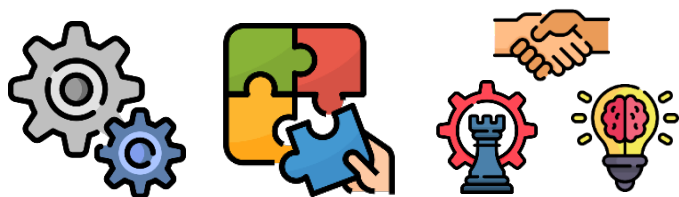
Responsables de pôle



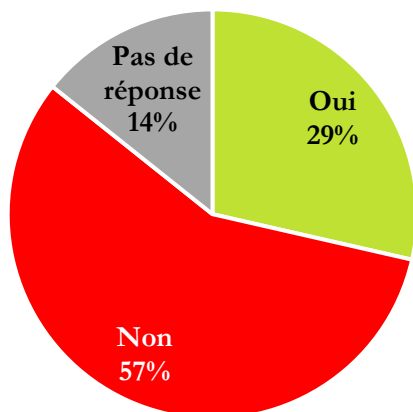
Chaleur	Décalage horaire	Matériel
Stratégie innovante,anticipée, totalement réalisée & complète	Stratégie adaptée, anticipée, totalement réalisée & complète	Stratégie adaptée, anticipée, totalement réalisée & complète
Stratégie innovante,anticipée, totalement réalisée & complète	Stratégie adaptée, anticipée, 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%


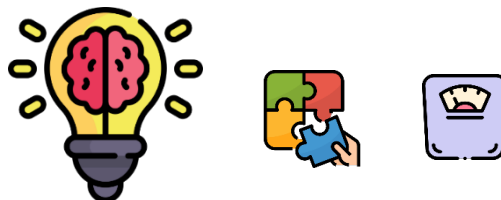



2. Progrès suffisants



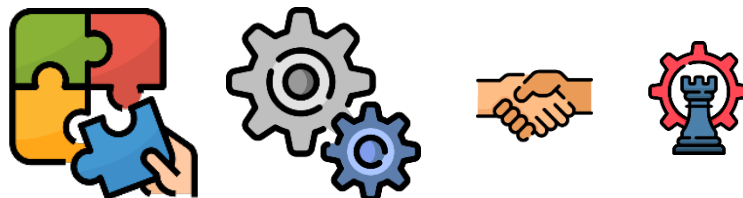
3. Actions particulièrement fructueuses

57%

4. Actions à renforcer

71%

5. Facteurs de risques (rameurs.ses)



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



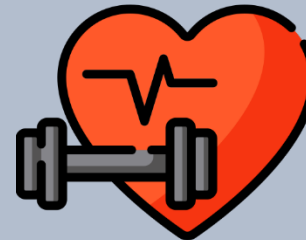
Repères tactiques et capacité d'exécution de la stratégie de course



Efficience, stabilité et homogénéité technique



Poids & nutrition



Développement des qualités musculaires et énergétiques



Prophylaxie, gestion des blessures et de la fatigue