

À 1 an des JOP Paris 2024, Le pôle de la Performance de l'INSEP renforce son accompagnement à 360° auprès des fédérations sportives françaises

Les entraîneurs sont des acteurs essentiels à l'amélioration des résultats des sportifs de haut-niveau. Leur métier rime avec exigence à tel point qu'un entraîneur de haut niveau est renouvelé en moyenne tous les 3 à 4 ans. Ces professionnels du haut niveau subissent par ailleurs une pression supplémentaire avec des JOP qui se déroulent 'à domicile'.

« Dans le contexte des jeux, l'INSEP s'est fixé pour mission de mettre les entraîneurs des différents pôles sportifs français dans les meilleures conditions possibles pour Paris 2024. Pour cela, à travers notre pôle de la Performance, nous nous inscrivons dans une démarche d'accompagnement, lancée il y a 5 ans déjà et qui prend désormais plus d'envergure à 1 an du rendez-vous olympique. » relate Fabien Canu, directeur général de l'INSEP

Une montée en puissance de la démarche d'accompagnement de l'INSEP

Valoriser les missions de l'entraîneur, lui proposer un accompagnement sur mesure et transversal, telles sont les ambitions du pôle de la Performance de l'INSEP à travers son plan d'accompagnement 360°. Lancée en 2018, cette mission prend de l'envergure à l'approche des JOP de Paris.

Les équipes du pôle de la performance ont en effet mis en place des contacts réguliers avec l'ensemble des entraîneurs afin de faire remonter leurs besoins. Après avoir mené un audit de leurs attentes, une feuille de route spécifique à chaque fédération a été élaborée.

La démarche intègre par ailleurs les autres pôles de l'INSEP (Pôle Médical, pôle Haut niveau, etc.) pour établir un plan d'accompagnement sur mesure intégrant l'ensemble des éléments clés à l'accompagnement des athlètes : la nutrition, la préparation physique individualisée, le sommeil, l'adaptation au stress environnemental, etc. voire l'aménagement des plannings de cours pour les athlètes scolarisés.



« Les entraîneurs ont tendance à considérer que l'INSEP est uniquement un lieu d'entraînement. Il nous fallait recréer du lien avec eux pour qu'ils prennent conscience que nous pouvons les aider à plusieurs niveaux. Ils sont naturellement soumis à une forte pression mais l'approche des jeux accentue cette situation, couplée au fait qu'ils doivent gérer un environnement mouvant et instable et de très fortes sollicitations. Ils ont besoin d'avoir un sas et une considération spécifiques. » explique Alexandre GUYON DES DIGUERES Adjoint au Chef du Pôle de la Performance.

« Lorsque l'on travaille main dans la main avec les staffs des fédérations, que l'accompagnement des athlètes s'en ressent et donne des résultats en termes de performance sportive ...alors on sait que l'on est sur la bonne voie. Résultat : les staffs expriment le souhait de pérenniser cet accompagnement. » complète Thierry DUMAINE, Adjoint au Chef du Pôle de la Performance.

Optimiser la performance ... en respectant les méthodes en place

L'objectif pour le pôle de la Performance est de fournir un avantage concurrentiel et durable aux fédérations françaises pour obtenir des résultats sportifs. A un an des jeux, l'INSEP a décidé de renforcer cet accompagnement car il est stratégique. Il ne vise pas à modifier mais optimiser les tactiques des équipes en challengeant les projets de performance des entraîneurs, et en sécurisant les pratiques d'entraînements en place.

Le pôle de la Performance est doté d'experts qui disposent d'une fine connaissance de chaque discipline et des sportifs de haut niveau. Conscient que chaque sport a sa propre culture et évolue dans un univers différent avec ses propres contraintes, le pôle est en mesure de réunir les expertises nécessaires pour établir une proposition d'accompagnement qui soit la plus adaptée et transversale possible.

« Notre but n'est pas d'intervenir dans le champ de l'entraînement spécifique à leur discipline, mais plutôt de les aider à gagner en efficacité et en temps en leur proposant nos différentes expertises (dimension mentale, physique, récupération...) pour être les plus performants possibles. Qui dit entraîneurs mieux informés, bien accompagnés et entourés, dit athlètes plus performants. » expliquent Thierry DUMAINE et Alexandre GUYON DES DIGUERES.



Le pôle de la Performance regroupe près de 100 personnes soit un tiers des effectifs de l'INSEP, c'est-à dire l'importance donnée par la direction de l'établissement à la performance sportive. Le pôle est composé de 4 unités dont deux laboratoires (SEP et IRMES).

A l'approche des JOP de Paris, l'INSEP démontre à nouveau l'unicité de son modèle et sa capacité à accompagner in-situ, et de manière intégrée les fédérations sportives, sur de nombreuses dimensions. Au cœur des Jeux à venir,

l'institut occupera par ailleurs une place capitale au titre de camp de base arrière des équipes de France.

À propos de l'INSEP

Acteur de référence de l'écosystème sportif national et international, l'INSEP accueille la plupart des fédérations olympiques et paralympiques, 19 fédérations résidentes, et accompagne ainsi 800 athlètes et 150 entraîneurs dédiés à la performance. L'institut constitue un lieu unique, d'entraînement et de vie, mais aussi de recherche et d'études sur le sport, où les ressources sont mobilisées pour développer avec chaque sportif un parcours sur mesure. Dédié à l'expertise la plus innovante dans le champ du sport, l'INSEP figure au cœur des prochains rendez-vous internationaux et constitue un pré-village Olympique inédit dans le monde. www.INSEP.fr

Contacts presse : Shadow Communication :

Aurélié Vinzent – 06 58 66 80 49 aurelievinzent@shadowcommunication.fr

Karima Doukkali – 07 77 36 64 10 karimadoukkali@shadowcommunication.fr

Nina Djitli Chaumont – 06 62 94 86 84 ninadjitlichautmont@shadowcommunication.fr

INSEP : Camille Alengrin – 01 41 74 42 94 Camille.alengrin@insep.fr