



**HAL**  
open science

## Enquête sur les conditions de préparation des sportifs sélectionnés pour les Jeux olympiques de Tokyo (2021)

Fabrice Burlot, Mathilde Desenfant, Hélène Joncheray, Antoine Heiligenstein, Rafael Lemaire, Franck Bignet, André-Pierre Goubert

### ► To cite this version:

Fabrice Burlot, Mathilde Desenfant, Hélène Joncheray, Antoine Heiligenstein, Rafael Lemaire, et al.. Enquête sur les conditions de préparation des sportifs sélectionnés pour les Jeux olympiques de Tokyo (2021) : Enquête sociologique. [Rapport de recherche] INSEP; Agence nationale du sport (ANS); CNOSF. 2022. hal-03783845

**HAL Id: hal-03783845**

**<https://insep.hal.science//hal-03783845>**

Submitted on 22 Sep 2022

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

# ENQUÊTE SUR LES CONDITIONS DE PRÉPARATION DES SPORTIFS SÉLECTIONNÉS POUR LES JEUX OLYMPIQUES DE TOKYO (2021)

## ENQUÊTE SOCIOLOGIQUE



### RAPPORT STATISTIQUE (Mai 2022)

Responsables scientifiques du projet :

**BURLOT Fabrice** <sup>(1)</sup>, **DESENFANT Mathilde** <sup>(2) (1)</sup>,

Collaborateur.trice.s scientifiques du projet

**JONCHERAY Hélène** <sup>(1)</sup>, **HEILIGENSTEIN Antoine** <sup>(1)</sup>, **LEMAIRE Rafaël** <sup>(1)</sup>

Collaborateurs sportifs du projet :

**BIGNET Frank** <sup>(3)</sup>, **GOUBERT André Pierre** <sup>(2)</sup>

Financement :

**ANS et CNOSF**

(1) INSEP – Pôle Performance – Laboratoire Sport Expertise Performance.  
Équipe d'Accueil 7370

(2) CNOSF – Comité National Olympique et Sportif Français

(3) ANS – Agence Nationale du Sport



## Chapitre 1

### Le choix de la population ..... 6

## Chapitre 2

### Présentation des données : qui sont les sportifs interrogés ? ..... 8

2.1. Les résultats sportifs .....	8
2.2. Les lieux d'entraînement .....	9
2.3. Un recul important du nombre de salariés d'entreprise chez les médaillés et les finalistes comparativement aux Jeux de Rio.....	10
2.4. Les sports en fonction de la performance.....	11
2.5. Les femmes ont davantage répondu au questionnaire .....	12
2.6. Des médaillés plus âgés.....	12
2.7. Des médaillés beaucoup moins en couple.....	13
2.8. Très peu de sportives déclarent être « mère » et parmi elles, toutes ont rencontré des difficultés de garde d'enfants. .	14
2.9. L'héritage sportif.....	15

## Chapitre 3..... 16

### Préparation sportive ..... 16

3.1. Des volumes horaires d'entraînement dépendant fortement des activités déclarées .....	16
3.2. Préparation mentale : un sportif sur deux en fait régulièrement.....	18
3.3. Préparation physique : les médaillés ont une pratique plus importante que les autres.....	20
3.4. Soins de récupération : des pratiques de plus en plus utilisées.....	21
3.5. Composition du staff : l'entraînement et la santé restent sous l'encadrement fédéral, la préparation mentale est mobilisée en dehors du système fédéral .....	22
3.6. Innovations et nouvelles ressources : des frontières poreuses .....	31
3.7. Regard des sportifs sur leurs conditions de préparation sportive.....	33
3.7.1 Optimisation des ressources mobilisées : Six sportifs sur dix satisfaits .....	33
3.7.2 Problème de Staff et planification/individualisation, les améliorations les plus attendus par les sportifs.....	34

## Chapitre 4

### Des projets professionnels ou de formation qui se sont allégés depuis Rio ..... 36

4.1. Les sportifs en formation pendant l'année préolympique (2020-21) : une augmentation forte des cours à distance.....	37
4.2. Les sportifs salariés pendant l'année préolympique (2020-2021) : Une baisse importante des heures travaillées comparativement aux Jeux de Rio.....	42
4.3. Salarié d'un club sportif, d'une ligue professionnelle et sportifs professionnels. ....	48
4.4. Cumul des heures de cours et de travail : Une baisse importante des heures consacrées au projet professionnel ou de formation depuis Rio. ....	49
4.5. Les sportifs sans activité professionnelle : un choix délibéré mais aux bénéfices mitigés.....	51

## Chapitre 5

### Les blessures des athlètes de Tokyo. Des taux de blessures toujours importants notamment pendant l'année olympique ..... 55

5.1. Une diminution du taux de blessures sur l'olympiade de Tokyo, à l'exception des médaillés .....	55
5.2. Des temps d'arrêt cumulés pour blessure durant l'olympiade qui augmentent légèrement, notamment chez les médaillés ..	56
5.3. Un nombre de blessures stable depuis Rio, sauf pour les médaillés .....	57
5.4. Des médaillés davantage blessés pendant l'année préolympique 2021 .....	58
5.5. Vers une généralisation de l'arrêt partiel pendant la blessure .....	60
5.6. Vers la généralisation des protocoles de prise en charge de la reprise .....	60
5.7. Des taux de récurrences importants et en augmentation chez les médaillés .....	61
5.8. Le sentiment d'une bonne gestion de la blessure reste élevé .....	62
5.9. Des normes médicales davantage respectées .....	63
5.10. Avoir contracté le Covid : la principale raison des arrêts en dehors des blessures .....	64

## Chapitre 6

### Impact de la situation pandémique ..... 66

6.1. L'impact de la situation pandémique sur la préparation sportive .....	66
6.2. L'impact sur le projet professionnel et de formation .....	68
6.2.1. Concernant les sportifs en formation .....	68
6.2.3. Concernant les sportifs sans emploi et formation .....	69
6.3. L'impact sur la santé .....	69

## Chapitre 7

### Performances sportives ..... 70

7.1. Le parcours de performances sportives des sportifs présents aux Jeux olympiques de Tokyo .....	70
7.2. Un sentiment de réussite accru chez les médaillés .....	72
7.3. Au sujet des éléments les plus déterminants dans la réussite .....	73
7.4. Au sujet des éléments ayant le plus contribué à la non atteinte des objectifs .....	73
7.5. Les modifications idéales qu'ils auraient apportées à leur préparation, organisation ou manière de vivre .....	74
7.6. Des sportifs plutôt satisfaits de l'évolution de leurs conditions de préparation .....	74
7.7. Presque quatre sportifs sur dix touchés par des difficultés financières durant leur préparation .....	75
7.8. Les aides personnalisées : le principal type d'accompagnement .....	78

### Conclusion ..... 80

L'essentiel sur la préparation sportive .....	80
L'essentiel sur le regard des sportifs sur leurs performances .....	80
L'essentiel sur le projet socio professionnel .....	81
L'essentiel sur les blessures .....	81
L'essentiel sur les effets de la situation pandémique .....	81

### Annexe ..... 82

# Introduction

En 2016, à l'initiative de la Mission d'Optimisation de la Performance (MOP), une enquête a été réalisée sur la base d'un questionnaire identique auprès des sportifs olympiques et paralympiques ayant participé aux Jeux Olympiques et Paralympiques de Rio. Cette enquête a été reconduite auprès des sportifs olympiques d'hiver en 2018 en collaboration avec le CNOSF.

Le principe retenu sur l'enquête sportif post-Jeux de Rio<sup>1</sup> (2016) était de renouveler la passation du même questionnaire après chaque olympiade avec le même mode de questionnement, dans une optique de suivi longitudinal. Le but était de pouvoir mesurer les évolutions des conditions de préparation des sportifs, d'une olympiade à l'autre et d'ainsi mesurer les éventuels changements.

L'enquête sur les conditions de préparation des sportifs ayant participé aux Jeux de Tokyo s'inscrit dans cet objectif. Mais, à la différence des deux enquêtes précédentes, elle porte uniquement sur les sportifs sélectionnés aux Jeux Olympiques, les enquêtes auprès des sportifs paralympiques sont réalisées en parallèle dans le cadre d'un projet PPR « PARAPERF »<sup>2</sup>.

L'ANS et le CNOSF ont collaboré à la réalisation de cette enquête. Son but est à la fois descriptif et compréhensif et revêt un triple objectif :

En premier lieu, comme ce fut le cas pour les enquêtes post-Rio (2016) et post-Pyeong Chang (2018), il s'agit de décrire les conditions de préparation de la performance, en faisant émerger les bonnes pratiques et principales difficultés rencontrées par les sportifs ; mais aussi d'expliquer et mieux comprendre les phénomènes ainsi repérés. Il s'agit également de mener l'analyse sous l'angle de la performance des sportifs. La performance étant, dans cette étude, entendue dans le sens restreint des résultats obtenus aux Jeux Olympiques de Tokyo.

En deuxième lieu, il s'agit de repérer et d'analyser les évolutions de ces conditions de préparations depuis les Jeux de Rio (bonnes pratiques, résolution de difficultés, nouvelles problématiques).

En dernier lieu, il s'agit d'analyser les effets de la crise sanitaire sur ces conditions de préparation.

Pour répondre à ce questionnement sur les conditions de la performance des sportifs, l'étude a été organisée en deux phases :

Phase 1 : une enquête quantitative, par questionnaire, a été mise en œuvre avec l'objectif de mieux décrire les conditions de préparation en faisant émerger les bonnes pratiques et difficultés rencontrées par les sportifs.

Phase 2 : une enquête qualitative, par entretien, a ensuite été réalisée avec l'objectif de mieux expliquer et comprendre les phénomènes repérés dans l'enquête quantitative.

Le rapport, présenté dans ce document, est un rapport statistique qui concerne uniquement les données quantitatives de cette étude recueillies à l'aide d'un questionnaire pendant la phase 1.

Pour traiter les résultats sous l'angle de la performance sportive, trois catégories d'athlètes ont été identifiées, au regard de leurs résultats aux JO de Rio :

- les sélectionné(e)s : les sportifs n'ayant pas atteint les finales de leurs disciplines aux JO ;
- les finalistes (top 8) : les sportifs ayant atteint le top 8 dans leur discipline aux JO mais n'étant pas sur le podium ;
- les médaillé(e)s : les sportifs ayant obtenu au moins une médaille aux JO.

<sup>1</sup> Afin de simplifier l'écriture du rapport, pour parler de l'enquête sportif post Rio, nous utiliserons l'appellation « enquête Rio »

<sup>2</sup> Co-responsables scientifiques du versant sociologique : Hélène Joncheray (Laboratoire SEP, INSEP) et Rémi Richard (Université de Montpellier), en collaboration avec Valentine Duquesne (Laboratoire SEP, INSEP & CPSF).

Quatre grands thèmes ont guidé la construction du questionnaire (annexe 1 : questionnaire de l'enquête Amélioration des conditions de la performance) :

1. La préparation sportive 9 qui aborde les volumes horaires d'entraînement, les préparations mentale et physique, la récupération, la composition des staffs et les ressources et innovations mobilisées pendant l'olympiade.
2. Le projet professionnel et de formation, 23 qui traite des sportifs en formation pendant l'année préolympique (2015-16), 23 des sportifs salariés 26 et des sportifs sans activité professionnelle. 30
3. La santé qui aborde principalement le sujet des blessures. Il s'intéresse aux types de blessure, aux taux de blessure, à la temporalité des arrêts, aux récurrences mais aussi aux dispositifs de prise en charge : rééducation et réathlétisation.
4. Les performances sportives 41, qui explorent le sentiment de réussite accru chez les médaillés, 41 les éléments les plus déterminants dans la réussite 41, les éléments ayant le plus contribué à la non atteinte des objectifs 41 et les modifications idéales que les sportifs auraient apportées à leur préparation, organisation ou manière de vivre 42.

Afin d'analyser les effets de la crise sanitaire, des questions spécifiques ont été ajoutées à chacune de ces quatre thématiques.

Les résultats, présentés dans le cadre de ce rapport, sont ceux des 155 sportifs interrogés, répartis dans 24 sports. Sur les 238 sportifs ciblés<sup>3</sup>, le taux de retour au questionnaire est de 65%, ce qui valide la qualité des résultats obtenus.

Dans ce rapport, les premiers résultats bruts sont consignés. Ils permettent une première analyse qui peut être approfondie pour chacune des 24 spécialités sportives olympiques étudiées et dont les résultats seront bien entendu discutés par les données de la phase qualitative.

---

<sup>3</sup> Le choix a ainsi été fait d'exclure de cette enquête les sportifs professionnels.



# Chapitre 1

## Le choix de la population

La population visée par l'enquête (population mère) présente 238 sportifs répartis dans 24 sports. Il aurait été intéressant d'interroger l'ensemble des sportifs qui ont participé aux JO de Tokyo, mais, comme ce fut le cas lors de l'enquête Rio pour des raisons de faisabilité et d'économie de la recherche, la population de l'enquête a été réduite.

Le choix a ainsi été fait d'exclure de cette enquête les sports professionnels. En effet, les pratiquants de ces sports ont été jugés plus difficiles à contacter après les JO car la plupart retourne dans leur club ou sur le circuit professionnel. Le recueil des informations, auprès de ces sportifs, aurait nécessité un investissement supplémentaire, en temps, associé à une espérance de retour peu élevée. Au final, au regard des objectifs de l'étude, il est apparu que cette population était beaucoup moins concernée même si effectivement, il aurait été intéressant de comparer les conditions de préparation et de vie des sportifs professionnels dont la plupart du temps l'unique métier est d'être sportifs, et de sportifs qui, en règle générale, s'inscrivent dans une problématique de double projet. Par ailleurs notre objectif était surtout de conserver un périmètre d'activités sportives identiques afin de pouvoir faire des comparaisons. Seuls ont été ajoutées à la sélection d'activité, les activités sportives nouvellement engagées aux Jeux Olympiques (Escalade, karaté, skateboard, basket-ball à trois féminin et rugby à 7 féminin).

La population mère de l'enquête réalisée après les Jeux de Tokyo, concernant 238 sportifs répartis dans 24 sports, est présentée dans le tableau n°1. Les taux de retour des questionnaires complétés sont compris entre 33 et 100% par sport. 155 ont répondu au questionnaire sur les 238 sportifs ciblés, soit 65% de la population mère. Ces sportifs se répartissent comme indiqués dans le tableau 1.

Puisque nous allons adopter une perspective comparatiste, à titre de rappel, la population ayant réalisé les Jeux de Rio concerne 222 sportifs répartis dans 19 sports différents. Le taux de retour y était plus élevé puisque 172 sportifs avaient répondu, soit un taux de retour de 77%.

Tableau 1 – JO TOKYO – Population mère de l'enquête par sports - effectifs théoriques, répondants et taux de réponse.

SPORTS	EFFECTIFS THÉORIQUES	RÉPONDANTS	TAUX DE RÉPONSE
Athlétisme	55 (1)	29	53%
Aviron	12	9	75%
Badminton	4	2	50%
Basket 3x3	4	2	50%
Boxe	5	4	80%
Canoë-Kayak	12	10	83%
Cyclisme	23	11	48%
Escalade	4	2	50%
Escrime	18	16	89%
Gymnastique	9	5	56%
Haltérophilie	4	2	50%
Judo	13	5	38%
Karaté	3	1	33%
Lutte	2	2	100%
Natation eau libre	3	1	33%
Natation synchronisée	2	2	100%
Pentathlon moderne	4	4	100%

Plongeon	3	3	100%
Rugby à 7	12	11	92%
Skateboard	5	4	80%
Taekwondo	2	2	100%
Tennis de table	6	3	50%
Tir	10	8	80%
Tir à l'arc	4	3	75%
Triathlon	5	2	40%
Voile	14	12	86%
Total	238	155	65%

(1) lecture : Tous les tableaux se lisent sous le modèle : sur les 55 athlètes présents aux Jeux de Tokyo, 29 ont répondu au questionnaire. Le taux de réponse est de 53%.

D'un point de vue statistique, la fiabilité de l'échantillon est limitée. En effet, même si le taux de retour est relativement élevé (65%), la marge d'erreur reste supérieure au seuil de 2,5%, seuil habituellement reconnu pour ce type d'enquête. Avec 155 retours sur 238 sportifs, la marge d'erreur de l'échantillon est de 4,74%, à un seuil de confiance de 95%. Autrement dit, les résultats statistiques obtenus présentent une erreur de +/- 4,74% vis à vis des résultats statistiques présentés dans les tableaux. Par ailleurs, trois sports (karaté, triathlon et judo) sont sous-représentés avec moins de 40% de retour, ce qui engendre un biais important dans leurs analyses respectives.

D'un point de vue statistique, afin de comparer les conditions de préparation suivant la performance de sportifs, l'analyse s'appuie sur les tests de significativité du khi<sup>2</sup> par case. Ce test permet de dire si un écart entre deux distributions statistiques est significatif ou non. L'échelle de significativité va de non significatif (NS) à très significatif (\*\*\*) :

(+) : effectif observé supérieur à l'effectif théorique

(-) : effectif observé inférieur à l'effectif théorique

NS : test du khi<sup>2</sup> par case non significatif au seuil alpha = 0,100

\* : test du khi<sup>2</sup> par case significatif au seuil alpha = 0,100

\*\* : test du khi<sup>2</sup> par case significatif au seuil alpha = 0,050

Aucun test statistique n'est mobilisable pour comparer les évolutions entre les Jeux de Rio et Tokyo. En raison de l'anonymisation des données recueillies, il ne nous est en effet pas possible d'identifier les sportifs ayant participé aux deux olympiades. La comparaison portera uniquement sur les résultats globaux de manière à percevoir les évolutions.



# Chapitre 2

## Présentation des données : qui sont les sportifs interrogés ?

Dans cette partie, sont présentés les résultats sportifs réalisés par les athlètes français à Tokyo, croisés avec les caractéristiques générales de ces derniers (lieu d'entraînement, pratique sportive, statut professionnel, âge, sexe, situation matrimoniale, passé sportif des parents).

Un tableau présente systématiquement les résultats des Jeux de Tokyo. Il est ensuite suivi soit d'un tableau présentant les résultats de Jeux de Rio, soit d'un graphique comparant les données des Jeux de Rio et celles de Tokyo.

### 2.1. Les résultats sportifs

Pour lier les analyses à la question de la performance, une variable performance a été créée. Elle permet de répartir, dans trois catégories, les athlètes français, au regard de leurs résultats aux JO de Tokyo :

- sélectionné(e) : les sportifs n'ayant pas atteint les finales de leurs disciplines aux JO,
- finaliste (top 8) : les sportifs ayant atteint le top 8 dans leur discipline aux JO mais n'étant pas médaillés,
- médaillé(e) : les sportifs ayant obtenu au moins une médaille aux JO.

Le tableau 2.1 présente la répartition des sportifs qui ont répondu au questionnaire, en fonction de leurs résultats aux JO de Tokyo. L'échantillon est donc constitué de 73 sélectionnés, 47 finalistes et 35 médaillés.

Tableau 2.1 – JO TOKYO – Répartition des sportifs en fonction des modalités de performance.

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Population répondante	73	47	35	155
% de l'échantillon	47%	30%	23%	100%

## 2.2. Les lieux d'entraînement

L'INSEP (35%) et les structures fédérales (25%) sont les lieux d'entraînement qui regroupent le plus grand nombre de sportifs de haut niveau interrogés (35%). En raison de la possibilité pour les sportifs de sélectionner plusieurs lieux d'entraînement (contrairement à l'enquête réalisée après les Jeux de Rio), aucun test de significativité n'a pu être réalisé pour cette variable.

Du point de vue de la performance, on constate qu'il y a davantage de médaillés dans les structures fédérales (34% alors que les sportifs en structures fédérales représentent 25% des sportifs interrogés) et à l'INSEP (43% alors que les sportifs à l'INSEP représentent 35% des sportifs interrogés)

Tableau 2.2.a – JO TOKYO – Quel était votre lieu principal d'entraînement pendant l'année préolympique (saison 2020-2021) ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL GÉNÉRAL
INSEP	36%	28%	43%	35%
CREPS	8%	11%	3%	8%
Club	18%	17%	6%	15%
Club professionnel	0%	4%	0%	1%
Structures privées	7%	15%	14%	11%
Structures fédérales (pôle France, centres nationaux)	23%	22%	34%	25%
A domicile	7%	11%	0%	6%
A l'étranger	7%	2%	3%	5%

Tableau 2.2.b – JO RIO – Quel était votre lieu principal d'entraînement pendant l'année préolympique (saison 2015-2016) ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Club	18% (+) NS	15% (-) NS	14% (-) NS	16%
INSEP	40% (-) NS	57% (+) NS	44% (-) NS	46%
Pôle	20% (-) NS	13% (-) NS	31% (+) NS	20%
CREPS	11,24 (+)*	4% (-) NS	0,00 (-) NS	7%
Structure hors établissement	3% (-) NS	4% (+) NS	6% (+) NS	4%
Structure privée	7% (+) NS	7% (+) NS	3% (-) NS	6%
A l'étranger	0%	0%	3%	1%
Total	100%	100%	100%	100%

## 2.3. Un recul important du nombre de salariés d'entreprise chez les médaillés et les finalistes comparativement aux Jeux de Rio

Un peu plus de la moitié (57%) des sportifs de l'échantillon est salariée, 31% sont en formation, 12% déclarent être sans activité (tableau 2.3). Au regard de la performance obtenue par les sportifs, aucune différence n'est statistiquement significative.

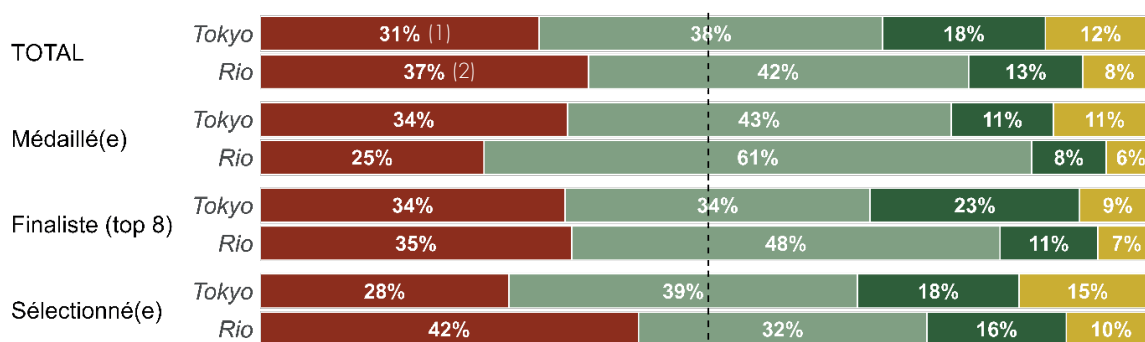
Comparativement à Rio (Graphique 2.3), on constate une légère baisse du nombre de sportifs déclarant être en formation (-6%) et salariés d'une entreprise (-4%) et parallèlement un léger accroissement du nombre de sportifs se déclarant sans emploi ou formation (+4%) et salariés d'un club (+5%).

Si l'on examine plus précisément ce constat du point de vue des performances obtenues par les sportifs, des différences émergent : on constate une baisse très importante du nombre de salariés d'entreprise chez les médaillés. On passe de 61% à Rio à 43% à Tokyo soit une baisse de 18 points (cf. graphique 2.3). Chez les finalistes, on trouve également une baisse de 14% et parallèlement un accroissement de 12% des salariés clubs. On passe de 11% à Rio à 23% à Tokyo.

Tableau 2.3 – JO TOKYO – Quel était votre statut professionnel pendant l'année pré-olympique (saison 2020-2021) ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
En formation	27 % (-) NS	34 % (+) NS	34 % (+) NS	31 %
Salarié d'une entreprise privée ou publique	38 % (+) NS	34 % (-) NS	43 % (+) NS	38 %
Salarié d'un club	19 % (+) NS	23 % (+) NS	11 % (-) NS	19 %
Sans activité professionnelle ou de formation	15 % (+) NS	9 % (-) NS	11 % (-) NS	12 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 2.3 – Comparaison Tokyo/Rio – Quel était votre statut professionnel pendant l'année pré-olympique ?



Lecture : (1) 31% des sportifs ayant participé aux Jeux de Tokyo était en formation pendant l'année préolympique

(2) 37% des sportifs ayant participé aux jeux de Rio était en formation pendant l'année préolympique

## 2.4. Les sports en fonction de la performance

Dans l'échantillon de l'enquête, des sportifs de 16 disciplines sportives différentes ont été médaillés aux Jeux de Tokyo. Parmi ces disciplines, 8 ont concerné des médailles individuelles (Escrime / judo / karaté / tir / athlétisme / natation / voile / taekwondo), parfois plusieurs, pour un total de 16 médailles individuelles. Les autres médailles ont été le fruit d'une épreuve collective, c'est-à-dire obtenues au moins par une équipe de deux athlètes. Même si nous maintenons la variable performance en trois modalités (médaillés/finalistes/sélectionnés), nous avertissons le lecteur sur le fait qu'une part importante des résultats et plus particulièrement des médailles ont été obtenues au sein d'un collectif.

Les Jeux Olympiques de Tokyo ont donc été marqués par une part importante de médailles obtenues par des collectifs comme nous l'avons constaté plus haut. L'une des conséquences de cette situation est une surreprésentation de l'escrime et du rugby (féminin) parmi les médaillés avec des effets comme nous le verrons sur des variables comme le sexe.

Tableau 2.4.a – JO TOKYO – Répartition des résultats par sport

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Athlétisme	22	7	0	29
Aviron	6	0	3	9
Badminton	2	0	0	2
Basket 3x3	0	2	0	2
Boxe	4	0	0	4
Canoé - Kayak	6	4	0	10
Cyclisme	2	9	0	11
Escalade	0	2	0	2
Escrime	4	1	11	16
Gymnastique	2	3	0	5
Haltérophilie	0	2	0	2
Judo	2	0	3	5
Lutte	2	0	0	2
Natation artistique	0	2	0	2
Natation eau libre	1	0	0	1
Pentathlon moderne	2	2	0	4
Plongeon	3	0	0	3
Rugby à 7	0	0	11	11
Skateboard	2	2	0	4
Tir	4	4	0	8
Tir à l'arc	2	1	0	3
Triathlon	0	0	2	2
Taekwondo	1	0	1	2
Tennis de table	1	2	0	3
Voile	5	3	4	12
Karaté	0	1	0	1
Total	73	47	35	155

## 2.5. Les femmes ont davantage répondu au questionnaire

Les sportives ont beaucoup plus répondu au questionnaire que les sportifs. La population répondante est composée de 61% de femmes alors qu'elles étaient 49% dans la population de cette enquête.

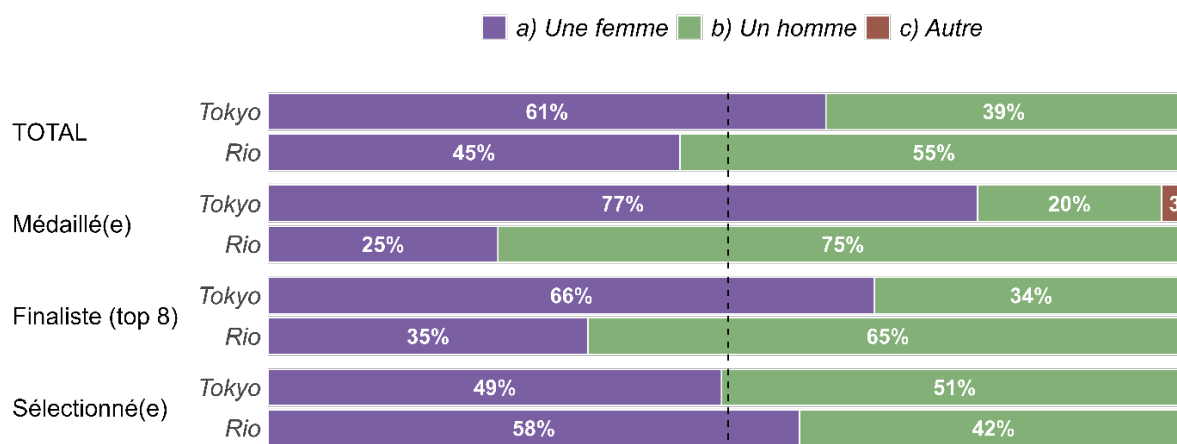
Cet écart s'explique en partie par la présence dans les disciplines sélectionnées d'une équipe féminine d'un sport collectif (le rugby à 7) qui, de surcroît, a massivement répondu.

Du point de vue de la performance, les femmes répondantes ont été significativement plus performantes que les hommes. Enfin, les femmes représentent 77% des médaillés alors qu'elles ne représentaient que 61% des répondantes.

Tableau 2.5 – JO TOKYO – La performance selon le genre

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL	POPULATION MÈRE
Femme	51 % (-) **	66 % (+) NS	77 % (+) **	61 %	49%
Homme	49 % (+) **	34 % (-) NS	20 % (-) **	38 %	51%
Autre	0 % (-) NS	0 % (-) NS	3 % (+) NS	1 %	0%
Total	100 %	100 %	100 %	100 %	100%

Graphique 2.5 – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon le genre



## 2.6. Des médaillés plus âgés

Plus de la moitié (61%) des athlètes interrogés a entre 25 et 34 ans (tableau 2.6).

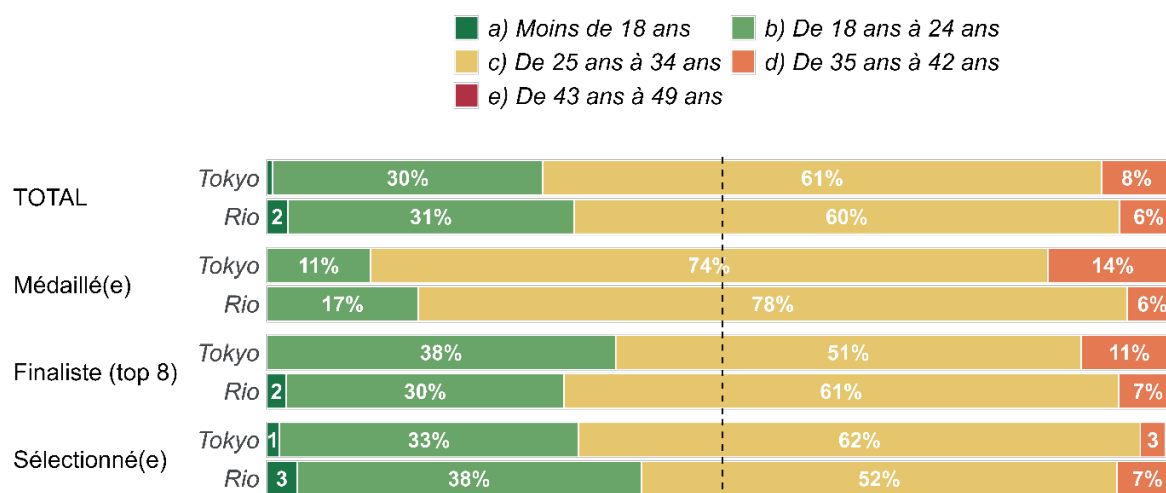
Du point de vue de la performance, les médaillés sont plus âgés : 88% des médaillés ont plus de 25 ans alors que les plus de 25 ans ne représentent que 70% de la population totale.

Si l'on compare ces résultats à ceux de Rio (Graphique 2.6), on ne note aucune différence.

Tableau 2.6 – JO TOKYO – La performance selon l'âge

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Moins de 18 ans	1 % (+) NS	0 % (-) NS	0 % (-) NS	1 %
De 18 à 24 ans	33 % (+) NS	38 % (+) NS	11 % (-) **	30 %
De 25 ans à 34 ans	62 % (+) NS	51 % (-) NS	74 % (+) NS	61 %
De 35 ans à 42 ans	3 % (-) *	11 % (+) NS	14 % (+) NS	8 %
De 35 ans à 49 ans	1 % (+) NS	0 % (-) NS	0 % (-) NS	1 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 2.6 – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon l'âge



## 2.7. Des médaillés beaucoup moins en couple

Du point de vue de la situation personnelle des sportifs, 71% vivent en couple, sont mariés ou pacsés (tableau 2.7).

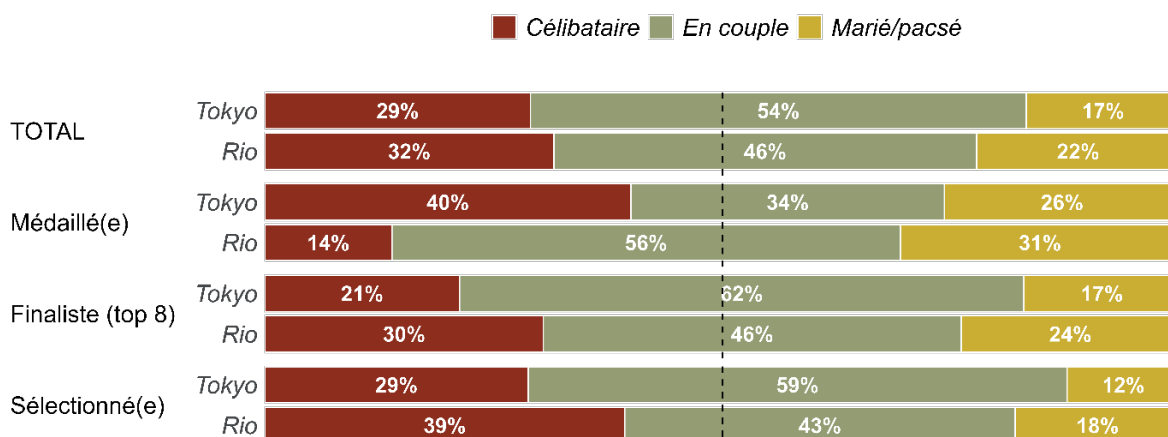
En croisant la situation matrimoniale avec la performance, les résultats montrent que les médaillés sont significativement moins en couple que les autres.

Par rapport aux Jeux de Rio, la part des médaillés en couple a particulièrement baissé (56% à Rio pour 34% à Tokyo) et celle des célibataires a fortement augmenté (14% à Rio pour 40% à Tokyo).

Tableau 2.7 – JO TOKYO – La performance selon la situation matrimoniale

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Célibataire	29 % (-) NS	21 % (-) NS	40 % (+) NS	29 %
En couple	59 % (+) NS	62 % (+) NS	34 % (-) **	54 %
Marié/pacsé	12 % (-) NS	17 % (+) NS	26 % (+) NS	17 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 2.7 – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon la situation matrimoniale



## 2.8. Très peu de sportives déclarent être « mère » et parmi elles, toutes ont rencontré des difficultés de garde d'enfants.

17% des sportifs présents aux jeux de Tokyo déclarent avoir des enfants (Tableau 2.8a). Avec 18%, la proportion de parents est similaire à celle constatée pour les jeux de Rio (tableau 2.8b).

Du point de vue de la performance, aucune différence significative n'apparaît.

Tableau 2.8a – JO TOKYO – Avez-vous des enfants ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	81 % (-) NS	81 % (+) NS	89 % (+) NS	83 %
Oui	19 % (+) NS	19 % (+) NS	11 % (-) NS	17 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 2.8b – JO RIO – Avez-vous des enfants ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	88 % (+) NS	83 % (+) NS	67 % (-) NS	82 %
Oui	12 % (-) NS	17 % (+) NS	33 % (-) NS	18 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Du point de vue du genre, les femmes sont significativement sous représentées parmi les sportifs parents. Elles déclarent en effet beaucoup moins que les hommes avoir des enfants. Seulement 7% des sportives présentes aux jeux de Tokyo ont déclaré avoir un enfant pour 33% des hommes (tableau 2.8c).



Tableau 2.8c – JO TOKYO – Avez-vous des enfants ?

	FEMMES	HOMMES	AUTRE	TOTAL
Non	93%(+) ***	67% (-) ***	100% (+) NS	83%
Oui	7%(-) ***	33%(+) ***	0%(-) NS	17%
Total	100%	100%	100%	100%

Suite à cette question de la parentalité, une question complémentaire a été ajoutée dans le questionnaire Tokyo sur les éventuelles difficultés de garde d'enfants que les sportifs avaient pu rencontrer lors de l'olympiade.

Sur les 28 sportifs, hommes et femmes confondus, déclarant être parents, environ la moitié (54%) déclarent avoir été en difficulté pour garder leurs enfants (15 sportifs sur 28). Dans le détail, les femmes sont beaucoup plus concernées par cette problématique. En effet, 100% des sportives déclarant « être mère » ont rencontré des difficultés de garde de leurs enfants pour seulement 38% des hommes.

Tableau 2.8d – JO TOKYO – Avez-vous rencontré des difficultés de garde de vos enfants ?

	FEMMES	HOMMES	AUTRE	TOTAL
Non	0% (0)	62% (13)	100% (1)	46% (13)
Oui	100% (7)	38% (8)	0% (0)	54% (15)
Total	100% (7)	100% (21)	100%	100% (28)

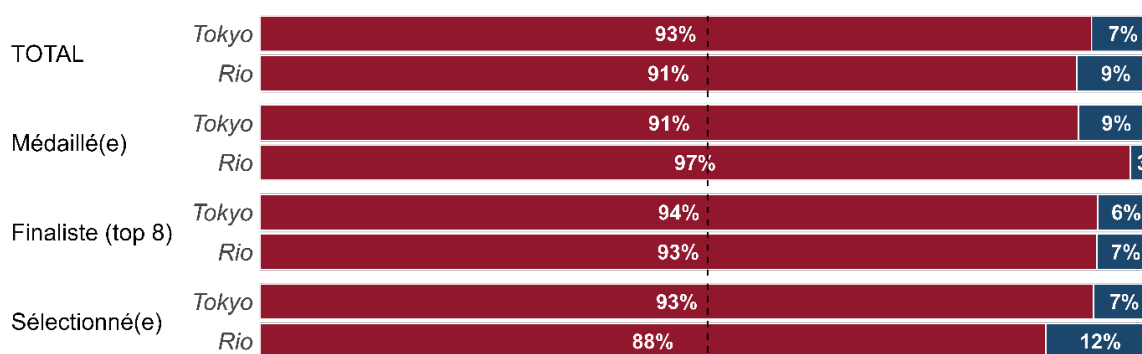
## 2.9. L'héritage sportif

7% de la population interrogée est issu d'une famille dont l'un des membres a été sportif de haut niveau ou professionnel (tableau 2.9). Ce chiffre est assez proche de l'enquête Rio (Burlot et al, 2016) ou de l'enquête sur le Rythme de vie des SHN de l'INSEP (Burlot et al., 2014).

Tableau 2.9 – JO TOKYO – L'un de vos deux parents était-il un sportif de haut niveau ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	93 % (+) NS	94 % (+) NS	91 % (-) NS	93 %
Oui	7 % (-) NS	6 % (-) NS	9 % (+) NS	7 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 2.9 – Comparaison Tokyo/Rio – L'un de vos deux parents était-il un sportif de haut niveau ?



# Chapitre 3

## Préparation sportive

### 3.1. Des volumes horaires d'entraînement dépendant fortement des activités déclarées

Comme le montre le tableau 3.1.b, les heures déclarées d'entraînement varient en fonction des sports. Il faut donc prendre avec beaucoup de précautions les résultats statistiques globaux.

Du point de vue de la performance obtenue aux Jeux de Tokyo, on note une sous-représentation des sportifs sélectionnés s'entraînant plus de 30 heures qui laisserait supposer que les moins performants s'entraînent moins que les plus performants.

Comparativement aux Jeux de Rio, on note par ailleurs une progression du nombre d'athlète médaillés s'entraînant plus de 30 heures par semaine. 26% des médaillés déclarent s'entraîner plus de 30 heures par semaine alors qu'ils étaient seulement 14% à Rio (Graphique 3.1).

Tableau 3.1.a – JO TOKYO – Pendant l'année préolympique (saison 2020-2021), en moyenne combien d'heures vous entraîniez vous par semaine (semaine type) ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Moins de 15h	10 % (+) NS	9 % (+) NS	6 % (-) NS	8 %
De 15h à moins de 20h	30 % (+) NS	23 % (+) NS	17 % (-) NS	25 %
De 20h à moins de 25h	34 % (+) NS	28 % (-) NS	43 % (+) NS	34 %
De 25h à moins de 30h	16 % (+) NS	17 % (+) NS	9 % (-) NS	15 %
30h et plus	10% (-) **	23% (+) NS	26% (+) NS	17%
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 3.1 – Comparaison Tokyo/Rio – Pendant l'année préolympique, en moyenne combien d'heures vous entraîniez vous par semaine (semaine type) ?

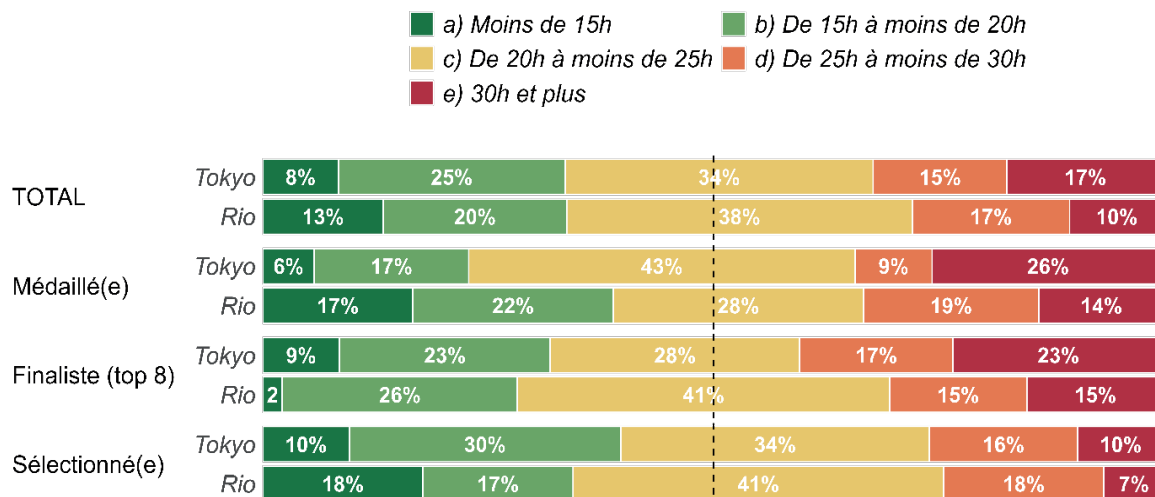


Tableau 3.1.b. – JO TOKYO – Les temps d'entraînement selon les sports.

	MOINS DE 15H	DE 15H À MOINS DE 20H	DE 20H À MOINS DE 25H	DE 25H À MOINS DE 30H	PLUS DE 30H	TOTAL GÉNÉRAL
Athlétisme	24%	31%	24%	14%	7%	100%
Aviron	0%	33%	67%	0%	0%	100%
Badminton	0%	50%	50%	0%	0%	100%
Basket 3x3	0%	0%	50%	0%	50%	100%
Boxe	0%	0%	75%	25%	0%	100%
Canoë - Kayak	0%	40%	60%	0%	0%	100%
Cyclisme	9%	45%	18%	27%	0%	100%
Escalade	0%	0%	50%	50%	0%	100%
Escrime	6%	13%	44%	19%	19%	100%
Gymnastique	0%	0%	20%	20%	60%	100%
Haltérophilie	0%	0%	100%	0%	0%	100%
Judo	0%	40%	60%	0%	0%	100%
Karaté	0%	0%	100%	0%	0%	100%
Lutte	0%	50%	50%	0%	0%	100%
Natation	0%	0%	0%	33%	67%	100%
Pentathlon moderne	0%	0%	0%	0%	100%	100%
Plongeon	0%	0%	33%	67%	0%	100%
Rugby à 7	18%	18%	27%	0%	36%	100%
Skate	50%	25%	25%	0%	0%	100%
Taekwondo	0%	0%	100%	0%	0%	100%
Tennis de table	0%	33%	0%	33%	33%	100%
Tir	0%	25%	25%	25%	25%	100%
Tir à l'arc	0%	0%	33%	33%	33%	100%
Triathlon	0%	0%	0%	50%	50%	100%
Voile	0%	25%	17%	17%	42%	100%
Total général	8%	23%	35%	15%	19%	100%

## 3.2. Préparation mentale : un sportif sur deux en fait régulièrement

Comparativement aux Jeux de Rio (Graphique 3.2.a), on constate une progression importante de l'usage de la préparation mentale dans la préparation des sportifs. Un peu plus d'un sportif sur deux (53%) présent à Tokyo déclare faire régulièrement de la préparation mentale contre 30% à Rio<sup>4</sup>. A l'inverse 25% n'en font jamais (contre 34% à Rio) et 22% ponctuellement (contre 36% à Rio). L'usage de la préparation mentale s'inscrit progressivement dans la culture de la performance.

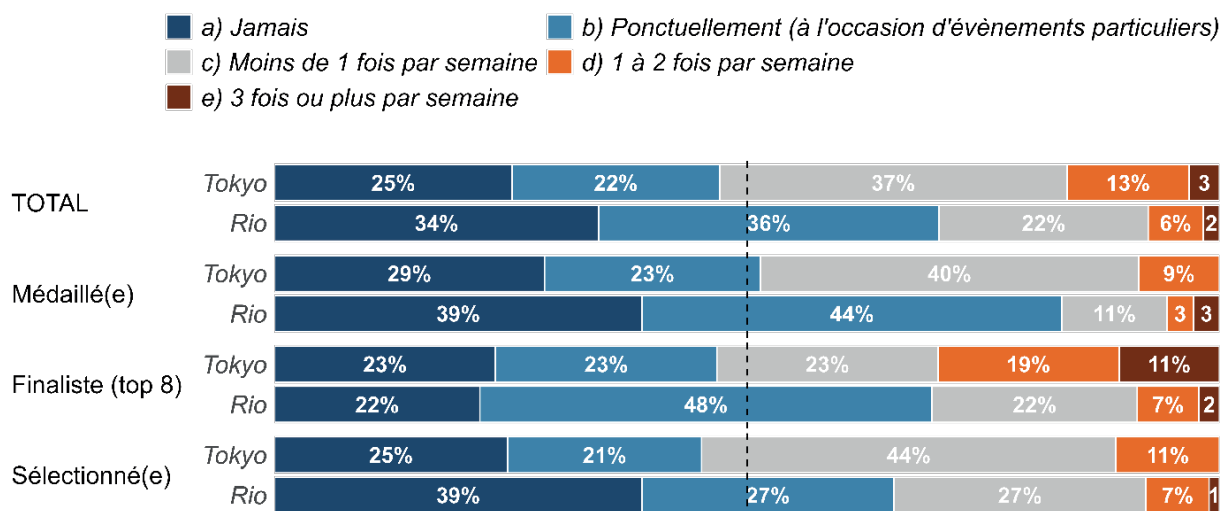
Au regard des performances obtenues à Tokyo (Tableau 3.2a), les finalistes ont une fréquence de pratique de la préparation mentale significativement plus élevée que les autres.

Si l'on compare les Jeux de Rio et de Tokyo (Graphique 3.2b), on constate une progression très importante de l'usage de la préparation mentale chez les médaillés. Seulement 17% des médaillés de Rio déclaraient faire régulièrement de la préparation mentale. A Tokyo, ils sont désormais 49%, soit une progression de presque trois fois plus.

Tableau 3.2a – JO TOKYO – Avez-vous fait de la préparation mentale ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Jamais	25 % (-) NS	23 % (-) NS	29 % (+) NS	25 %
Ponctuellement (à l'occasion d'événements particuliers)	21 % (-) NS	23 % (+) NS	23 % (+) NS	22 %
Moins de 1 fois par semaine	44 % (+) NS	23 % (-) **	40 % (+) NS	37 %
1 à 2 fois par semaine	11 % (-) NS	19 % (+) NS	9 % (-) NS	13 %
3 fois ou plus par semaine	0 % (-) *	11 % (+) ***	0 % (-) NS	3 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 3.2.a – Comparaison Tokyo/Rio – Avez-vous fait de la préparation mentale



4 Pour définir les sportifs faisant régulièrement de la préparation mentale, nous avons fait le total des sportifs déclarant en faire « trois fois ou plus par semaine », « une à deux fois par semaine » et « moins de une fois par semaine ».

Afin de mieux décrire la pratique de la préparation mentale, il a été demandé aux sportifs de préciser ce qu'ils faisaient: « en quoi consiste votre préparation mentale ». Sur les 116 sportifs qui déclaraient faire de la préparation mentale au moins ponctuellement, 93 ont répondu. L'analyse laisse apparaître une diversité importante de réponses. Elles ont été regroupées dans différentes catégories présentées dans le tableau 3.2b. Aucun groupe de pratique ne se détache véritablement des autres.

Dans l'ordre d'importance, 24% des sportifs évoquent des discussions, des échanges, pouvant prendre la forme d'un suivi permettant d'aborder des problématiques à la fois sportives ou extra sportives. Les techniques individuelles de respiration et de relaxation (23%), le travail de visualisation/imagerie mentale (22%), ou encore la gestion du stress (20%) font également partis des éléments les plus cités.

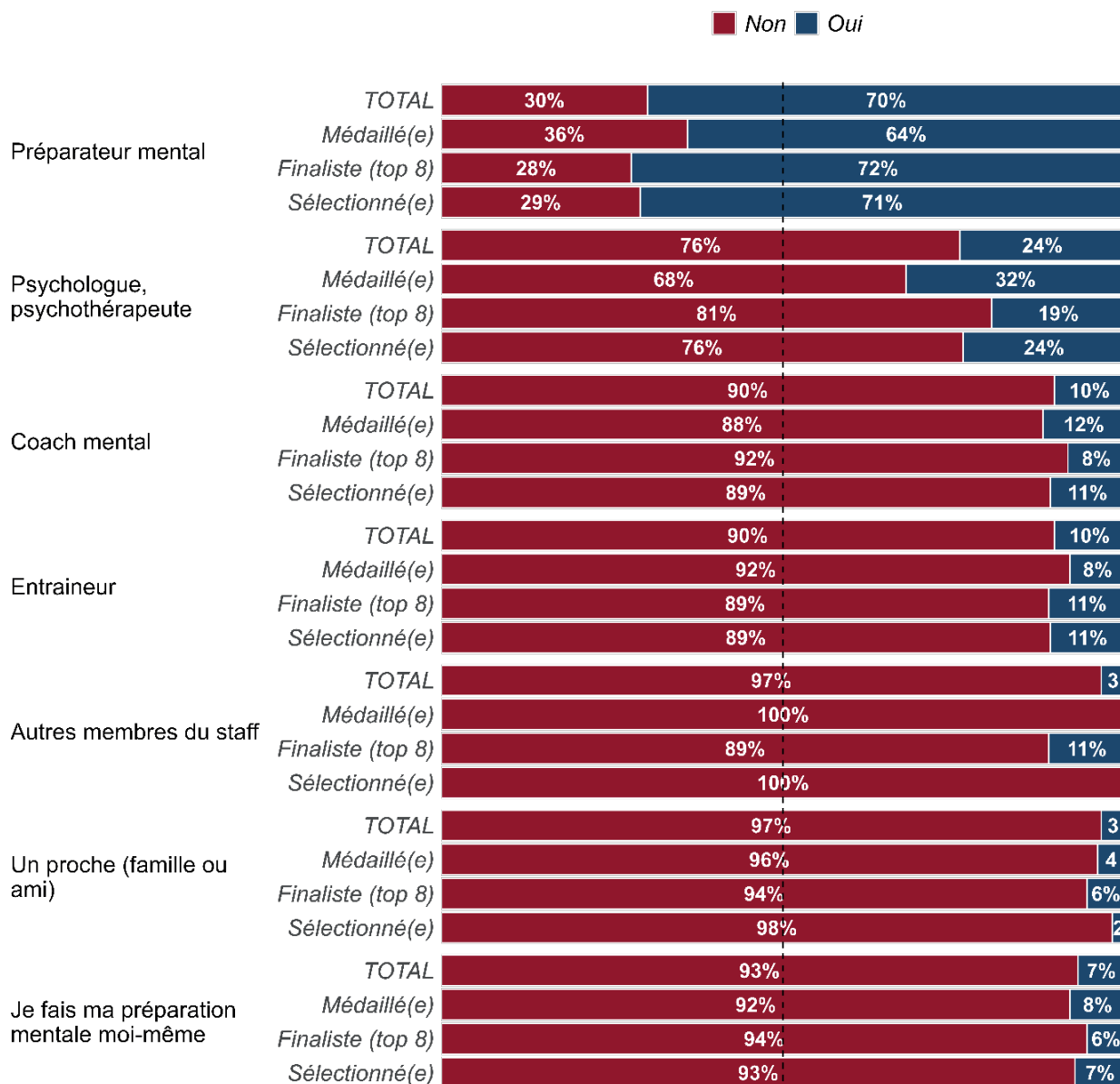
Ensuite deux groupes sont cités par 17% des sportifs : d'une part la gestion des compétitions/conditions et exigences du haut niveau, et d'autre part la communication/travail de groupe.

Tableau 3.2b – JO TOKYO – En quoi consiste votre préparation mentale ?

	EFFECTIFS	POURCENTAGE
Echanges/discussions/suivi sur des problématiques sportives/extra sportives	20	24%
Respiration, méditation, relaxation	19	23%
Visualisation/Imagerie mentale	18	22%
Gestion du stress	17	20%
Gestion des échéances, exigences du haut niveau/compétition	14	17%
Relation communication/travail de groupe	14	17%
Amélioration du rapport à soi (optimisme, lâcher prise, instant présent) et aux événements	12	14%
Confiance en soi, connaissance de soi	11	13%
Rapport aux objectifs	10	12%
Gestion de l'attention, concentration, prise de décision	8	10%
Gestion des émotions	7	8%
Gestion de la pression, des doutes, de l'incertitude	6	7%
Routine	6	7%
Hypnose	6	7%
Sophrologie	4	5%
Motivation	2	2%
Douleurs ou Blessures	2	2%

La préparation mentale est rarement effectuée par les sportifs eux-mêmes (7%), par l'entraîneur ou un coach mental (10%). 70% des sportifs, déclarent travailler avec un préparateur mental et près d'1/4 déclarent faire leur préparation mentale avec un « psychologue/psychothérapeute » (Graphique 3.2b). Du point de vue de la performance il n'apparaît aucune différence.

Graphique 3.2b – JO TOKYO – Avec qui faites-vous de la préparation mentale ?



### 3.3. Préparation physique : les médaillés ont une pratique plus importante que les autres

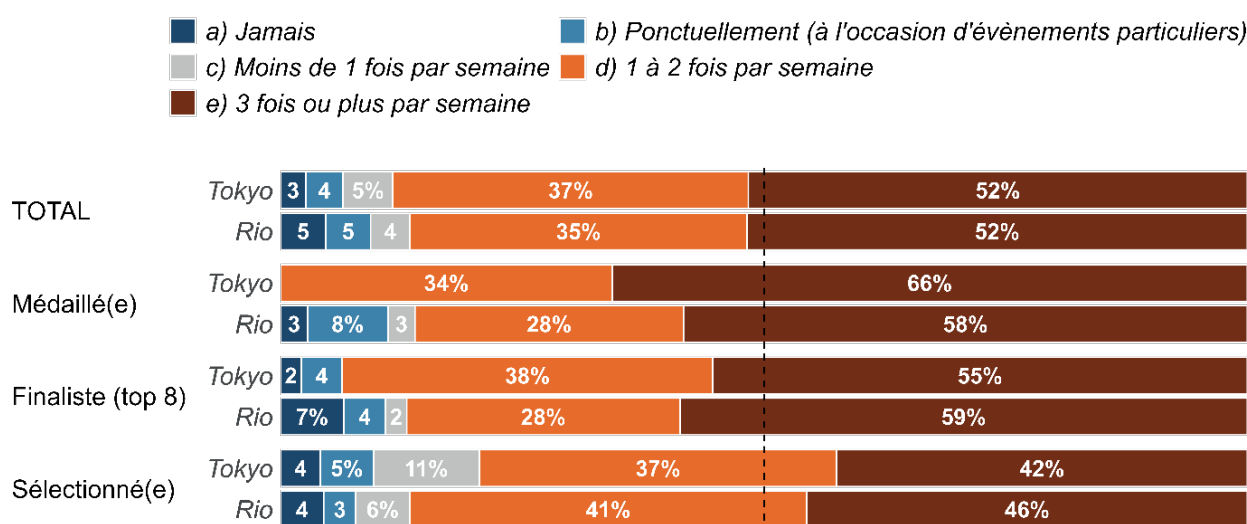
Comme cela avait déjà été constaté dans l'enquête Rio, la pratique de la préparation physique est quasiment généralisée et très intensive. 88% des sportifs présents aux Jeux de Tokyo déclarent en faire au moins une fois par semaine et un peu plus de la moitié (52%) au moins trois fois par semaine (Tableau 3.3).

Du point de vue de la performance, on constate un lien entre préparation physique et performance. Les médaillés ont une pratique de préparation physique beaucoup plus importante que les autres. 66% des médaillés déclarent faire de la préparation physique au moins trois fois par semaine contre seulement 42% des sélectionnés. Comparativement à l'enquête post-Rio, on constate une progression de l'usage de la préparation physique chez les médaillés (Graphique 3.3).

Tableau 3.3 – JO TOKYO – Avez-vous fait de la préparation physique ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Jamais	4 % (+) NS	2 % (-) NS	0 % (-) NS	3 %
Ponctuellement (à l'occasion d'évènements particuliers)	5 % (+) NS	4 % (+) NS	0 % (-) NS	4 %
Moins de 1 fois par semaine	11 % (+) ***	0 % (-) NS	0 % (-) NS	5 %
1 à 2 fois par semaine	37 % (+) NS	38 % (+) NS	34 % (-) NS	37 %
3 fois ou plus par semaine	42 % (-) **	55 % (+) NS	66 % (+) *	52 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 3.3 – Comparaison Tokyo/Rio – Avez-vous fait de la préparation physique ?



### 3.4. Soins de récupération : des pratiques de plus en plus utilisées

L'usage des soins de récupération est une pratique fortement répandue : 79% des sportifs présents aux Jeux de Tokyo en font régulièrement et 61% au moins une fois par semaine (Tableau 3.4). Au regard des performances obtenues par les sportifs à Tokyo, il semble exister un lien entre récupération et performance. Plus les sportifs ont été performants et plus ils ont utilisé, pendant leur préparation, des soins de récupération. 37% des médaillés déclarent faire des soins de récupération au moins trois fois par semaine pour seulement 18% des sélectionnés.

Comparativement aux Jeux de Rio, on constate que l'intensité des soins de récupération (plus de trois fois par semaine) a fortement progressé chez les médaillés (27% des médaillés à Tokyo contre seulement 17% pour Rio) et inversement baissé chez les sélectionnés (18% à Tokyo contre 24% à Rio) (Graphique 3.4).





## UNE ACTIVITÉ D'ENTRAÎNEMENT MAJORITAIREMENT FÉDÉRALE

La quasi-totalité (84%) des sportifs de l'échantillon bénéficie d'un encadrement fédéral de l'entraînement (tableau 3.5.a), ce qui n'empêche pas, pour une grande partie d'entre eux, de travailler également avec des entraîneurs en dehors de la fédération : 30% des SHN ayant été sélectionnés aux Jeux de Tokyo étaient suivis à la fois par des intervenants fédéraux et des intervenants en dehors du système fédéral (tableau 3.5.b).

Au regard des performances obtenues à Tokyo, les médaillés ont moins eu recours à des entraîneurs hors système fédéral que les autres (33% des médaillés contre 48% des sélectionnés). Même si cette différence de 15 points n'est pas statistiquement significative, elle renforce le constat de baisse constatée entre les deux olympiades (Graphique 3.5.a) quant au recours à des entraîneurs en dehors du système fédéral. A Tokyo, 32% des médaillés déclaraient avoir recours à des intervenants en dehors du système fédéral. A Rio, ils étaient 53%.

Tableau 3.5.a – JO TOKYO – Concernant l'entraînement dans votre discipline : Pourriez-vous préciser la composition du staff (fédéral ou hors système fédéral) qui vous a accompagné durant cette année 2020-2021 ?

	ENTRAÎNEUR FÉDÉRAL				ENTRAÎNEUR EN DEHORS DU SYSTÈME FÉDÉRAL			
	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total
<b>Non</b>	18 % (+) NS	18 % (+) NS	13 % (-) NS	17 %	52 % (-) NS	53 % (-) NS	68 % (+) NS	56 %
<b>Oui</b>	82 % (-) NS	82 % (-) NS	87 % (+) NS (3)	83 % (1)	48 % (+) NS	47 % (+) NS	32 % (-) NS (4)	44 % (2)
<b>Total</b>	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Lecture : (1) 83% des sportifs présents aux Jeux de Tokyo déclarent avoir un entraîneur fédéral

(2) 44% des sportifs présents aux Jeux de Tokyo déclarent avoir un entraîneur en dehors du système fédéral

(3) 87% des médaillés avaient un entraîneur fédéral

(4) 32% des médaillés avaient un entraîneur en dehors du système fédéral

Tableau 3.5.b – JO TOKYO – L'encadrement de l'entraînement fédéral et hors fédéral<sup>5</sup>

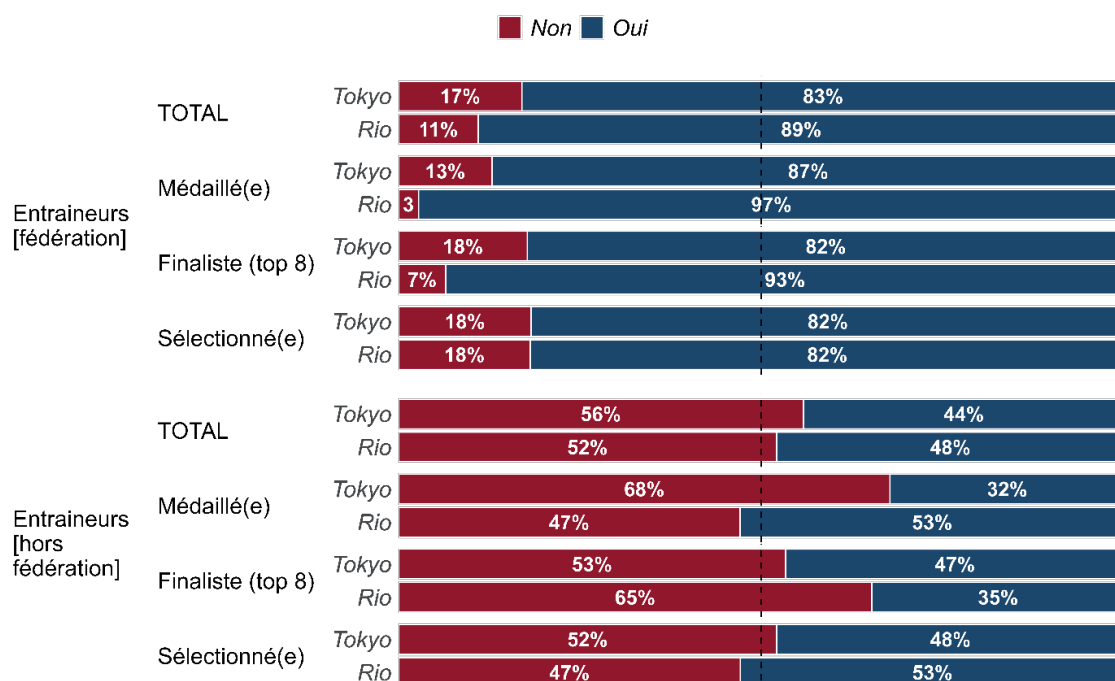
ENTRAÎNEMENTS		INTERVENANT HORS FÉDÉRAL		
		Oui	Non	Total général
INTERVENANT FÉDÉRAL	Oui	30% (1)	53%	83%
	Non	14% (2)	3%	17%
	Total	44%	56%	100%

Lecture : (1) 30% des sportifs présents aux Jeux de Tokyo déclarent avoir à la fois un entraîneur dans la fédération de leur spécialité sportive et en dehors du système fédéral

(2) 14% des sportifs présents aux Jeux de Tokyo déclarent avoir un entraîneur uniquement en dehors du système fédéral (pas d'entraîneur dans la fédération)

<sup>5</sup> Afin de savoir si certains sportifs pouvaient à la fois avoir des entraîneurs dans le système fédéral et en dehors du système fédéral, nous avons croisé les variables (fédération/hors fédération) dans un même tableau.

Graphique 3.5.a – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon les entraîneurs « fédération / hors fédération »



### UNE PRÉPARATION PHYSIQUE PARTAGÉE ENTRE LE MONDE FÉDÉRAL ET HORS FÉDÉRAL SAUF POUR LES MÉDAILLÉS (DAVANTAGE SYSTÈME FÉDÉRAL)

Contrairement à l’entraînement, le degré d’institutionnalisation de la préparation physique est beaucoup moins important : 49% des sportifs réalisent leur préparation physique dans le cadre du dispositif fédéral et 38% font appel à des acteurs extérieurs au système fédéral (tableau 3.5-D).

On constate également un recours de plus en plus important à des spécialistes de la préparation physique. Alors que plus de 97% des sportifs disent faire de la préparation physique (tableau 3.3), 20% des sportifs interrogés déclarent ne pas avoir de préparateur physique spécifique (tableau 3.5.d). Aux Jeux de Rio, ils étaient 32%. Même si cette situation interroge sur les acteurs de la mise en œuvre de la préparation physique (Sont-ce les entraîneurs ? Est-ce réalisé par les sportifs ?), elle s’inscrit dans un processus de professionnalisation du dispositif d’encadrement.

Du point de vue de la performance obtenue à Tokyo, on constate une évolution notable. Les plus performants ont davantage recours à des intervenants en préparation physique présents dans le système fédéral : 65% des médaillés contre 42% des finalistes et 45% des sélectionnés.

Le phénomène s’est accentué entre les deux olympiades (Graphique 3.5.b). A Tokyo, 65% des médaillés ont eu recours à des préparateurs physique fédéraux contre seulement 44% aux Jeux de Rio. Parallèlement on constate une baisse, chez les médaillés, du recours à des intervenants en dehors du système fédéral. A Tokyo ils sont 32%, à Rio, ils étaient 44%. Par contre, on constate une tendance inverse chez les finalistes avec une baisse du recours au système fédéral (42% à Tokyo contre 54% à Rio) et une augmentation du recours à des intervenants externes (40% à Tokyo pour 16% à Rio).

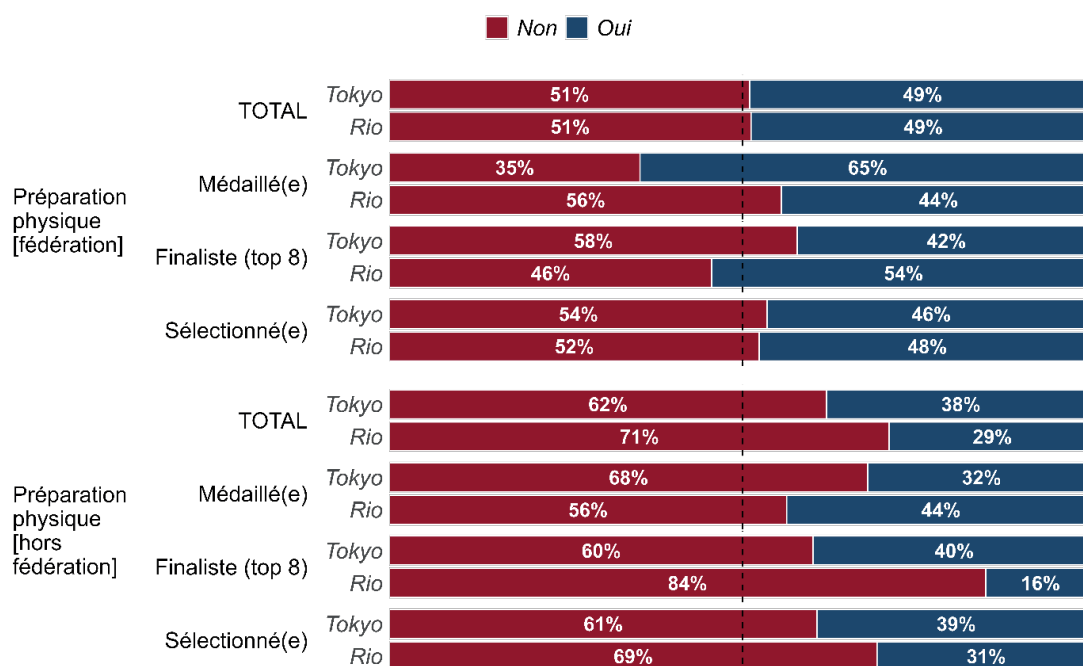
Tableau 3.5.c – JO TOKYO – Concernant la préparation physique : Pourriez-vous préciser la composition du staff (fédéral ou hors système fédéral) qui vous a accompagné durant cette année ?

	FÉDÉRATION				HORS FÉDÉRATION			
	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total
Non	54 % (+) NS	58 % (+) NS	35 % (-) *	51 %	61 % (-) NS	60 % (-) NS	68 % (+) NS	62 %
Oui	46 % (-) NS	42 % (-) NS	65 % (+) *	49 %	39 % (+) NS	40 % (+) NS	32 % (-) NS	38 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 3.5.d – JO TOKYO – L’encadrement de la préparation physique fédéral et hors fédéral

PRÉPARATION PHYSIQUE		INTERVENANT HORS FÉDÉRAL		
		Oui	Non	Total
INTERVENANT FÉDÉRAL	Oui	8%	42%	49%
	Non	31%	20%	51%
	Total	38%	62%	100%

Graphique 3.5.b – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon l’accompagnement fédérale ou hors fédéral de la préparation physique



### DES PRÉPARATEURS MENTAUX RECRUTÉS EN DEHORS DU SYSTÈME FÉDÉRAL SAUF POUR LES MÉDAILLÉS (DAVANTAGE FÉDÉRATION)

Au total, 71% des sportifs interrogés déclarent avoir recours à des préparateurs mentaux ou assimilés (Tableau 3.5.f). On note une augmentation assez importante depuis Rio où ils étaient 58%. Cette augmentation va de pair avec la progression importante de l’usage de la préparation mentale dans la préparation sportive des athlètes décrite dans la partie précédente (3.2 Préparation mentale : un sportif sur deux en fait régulièrement).

Même si les sportifs ont eu davantage recours pour la préparation des Jeux de Tokyo à des intervenants en dehors du système fédéral – 47% (hors fédération) contre 31% (fédération) –, l’écart a tendance à s’atténuer entre les olympiades Rio et Tokyo comme le montre les chiffres de Rio où ils étaient quasiment deux fois plus nombreux à avoir recours à des intervenants extérieurs : 41% hors fédération pour 22% fédération (Graphique 3.5.c).

Du point de la performance aux jeux de Tokyo, on note de fortes différences. Les médaillés ont eu beaucoup moins que les autres recours à des intervenants extérieurs (33% pour 46% en population générale) et, dans des proportions moindres, à des intervenants fédéraux (26% pour 31% en population générale). Cette situation trouve ses explications dans le fait que les médaillés sont aussi ceux qui déclarent le moins faire de la préparation mentale : 29% déclarent ne jamais en faire (Tableau 3.2).

Comparativement aux Jeux de Rio, on constate pour les médaillés une augmentation du recours à des intervenants fédéraux (17% à Rio pour 26% à Tokyo) et parallèlement une baisse très importante du recours à des spécialistes de la préparation mentale en dehors du système fédéral (55% à Rio pour 33% à Tokyo). Par contre, on constate chez les sélectionnés un recours accru à des intervenants en dehors du dispositif fédéral.

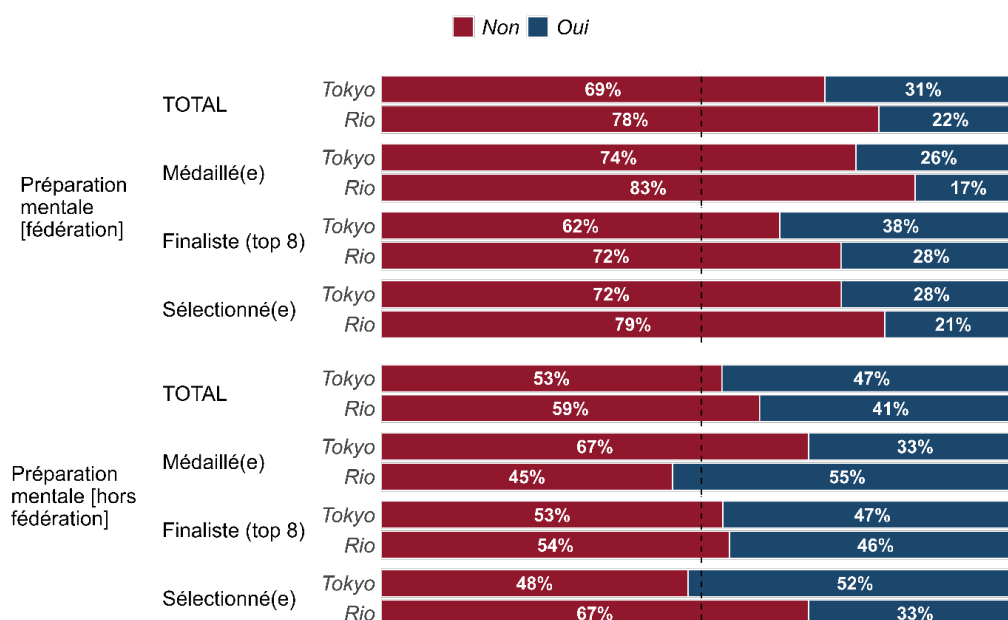
Tableau 3.5.e – JO TOKYO – Concernant la préparation mentale : Pourriez-vous nous préciser la composition du staff (fédéral ou hors système fédéral) qui vous a accompagné durant cette année ?

	FÉDÉRATION				HORS FÉDÉRATION			
	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total
Non	72 % (+) NS	62 % (-) NS	74 % (+) NS	69 %	48 % (-) NS	53 % (-) NS	67 % (+) *	53 %
Oui	28 % (-) NS	38 % (+) NS	26 % (-) NS	31 %	52 % (+) NS	47 % (+) NS	33 % (-) *	47 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 3.5.f – JO TOKYO – L’encadrement de la préparation mentale fédérale et hors fédérale

PRÉPARATION MENTALE		INTERVENANT HORS FÉDÉRAL		
		Oui	Non	Total
INTERVENANT FÉDÉRAL	Oui	5%	25%	30%
	Non	40%	29%	70%
	Total	46%	54%	100%

Graphique 3.5.c – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon l’accompagnement fédéral ou hors fédérale de la préparation mentale



## UN ENCADREMENT DE LA NUTRITION PARTAGÉ ENTRE FÉDÉRATION ET HORS FÉDÉRATION À L'EXCEPTION DES MÉDAILLÉ (DAVANTAGE FÉDÉRATION)

D'un point de vue général, on constate peu d'évolution depuis Rio. On trouve à peu près autant de sportifs ayant recours à des intervenants fédéraux qu'à des intervenants en dehors du cadre fédéral.

Par contre du point de vue de la performance, on constate un renforcement important de l'encadrement fédéral de la nutrition chez les médaillés. En effet entre les Jeux de Rio et de Tokyo, le recours à des intervenants fédéraux s'est renforcé – 23% des médaillés de Rio déclaraient avoir recours à des intervenants fédéraux pour le suivi nutritionnel. A Tokyo, ils sont 35%, soit une augmentation de 12% –, et à l'inverse le recours à des intervenants en dehors du système fédéral a diminué, – de 41% à 29%, soit une baisse de 12%. Si on s'intéresse uniquement aux sportifs sélectionnés aux Jeux de Tokyo, on constate un phénomène identique. Les médaillés utilisent beaucoup plus le système fédéral pour l'encadrement de leur alimentation comparativement aux autres. 35% des médaillés déclarent avoir eu recours à des intervenants fédéraux contre 18% des sélectionnés (Graphique 3.5.d).

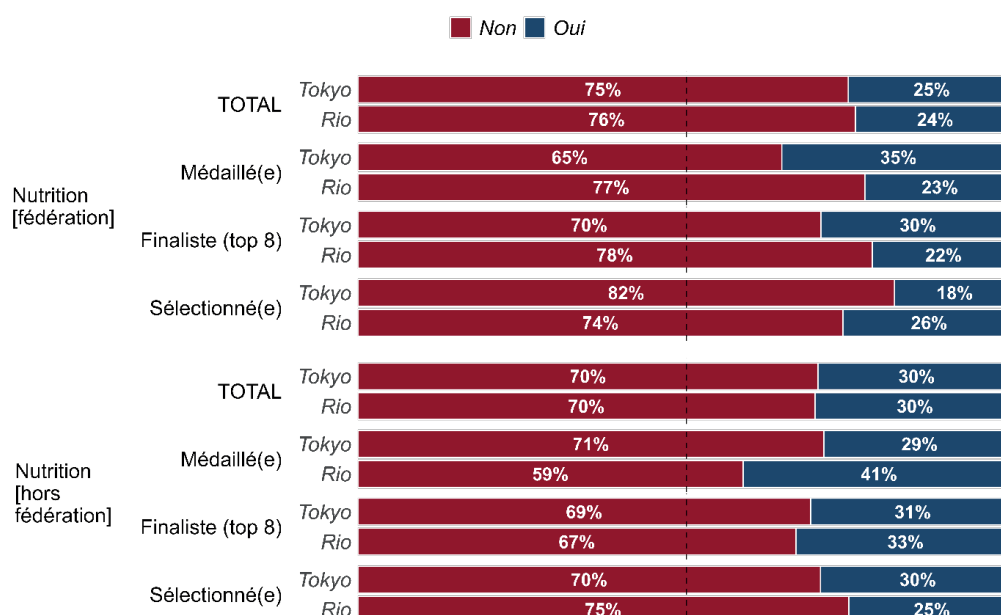
Tableau 3.5.g – JO TOKYO – Concernant le suivi nutritionnel : Pourriez-vous nous préciser la composition du staff (fédéral ou hors système fédéral) qui vous a accompagné durant cette année ?

	FÉDÉRATION				HORS FÉDÉRATION			
	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total
Non	82 % (+) *	70 % (-) NS	65 % (-) NS	75 %	70 % (+) NS	69 % (-) NS	71 % (+) NS	70 %
Oui	18 % (-) *	30 % (+) NS	35 % (+) NS	25 %	30 % (-) NS	31 % (+) NS	29 % (-) NS	30 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 3.5.h – JO TOKYO – Le suivi nutritionnel fédéral et hors fédéral

NUTRITION		INTERVENANT HORS FÉDÉRAL		
		Oui	Non	Total
INTERVENANT FÉDÉRAL	Oui	2%	23%	25%
	Non	28%	47%	75%
	Total	30%	70%	100%

Graphique 3.5.d – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon l'accompagnement fédéral ou non du suivi nutritionnel



## UN ENCADREMENT MÉDICAL ANCRÉ DANS LE SYSTÈME FÉDÉRAL ET PLUS ENCORE POUR LES MÉDAILLÉS.

Un peu plus des deux tiers des sportifs interrogés font appel à des intervenants du secteur médical fédéral (Tableau 3.5.i) et 58% à des ressources médicales en hors cadre fédéral. Comparativement aux Jeux de Rio, on note, pour l'ensemble des sportifs, une baisse importante du recours à des intervenants fédéraux. On passe de 88% à Rio à 69% à Tokyo (Graphique 3.5.e).

Au regard des performances obtenues à Tokyo, les médaillés ont, pour le suivi médical, plus recours que les autres à des intervenants fédéraux (84% pour 69% de l'ensemble des athlètes) et beaucoup moins que les autres à des intervenants en dehors du cadre fédéral (32% pour 58% pour l'ensemble de la population) (Tableau 3.5.i). Comparativement à Rio, on constate que pour les médaillés, si le recours au dispositif fédéral est toujours aussi important, le recours à des intervenants médicaux en dehors du système fédéral a profondément baissé (Graphique 3.5.e).

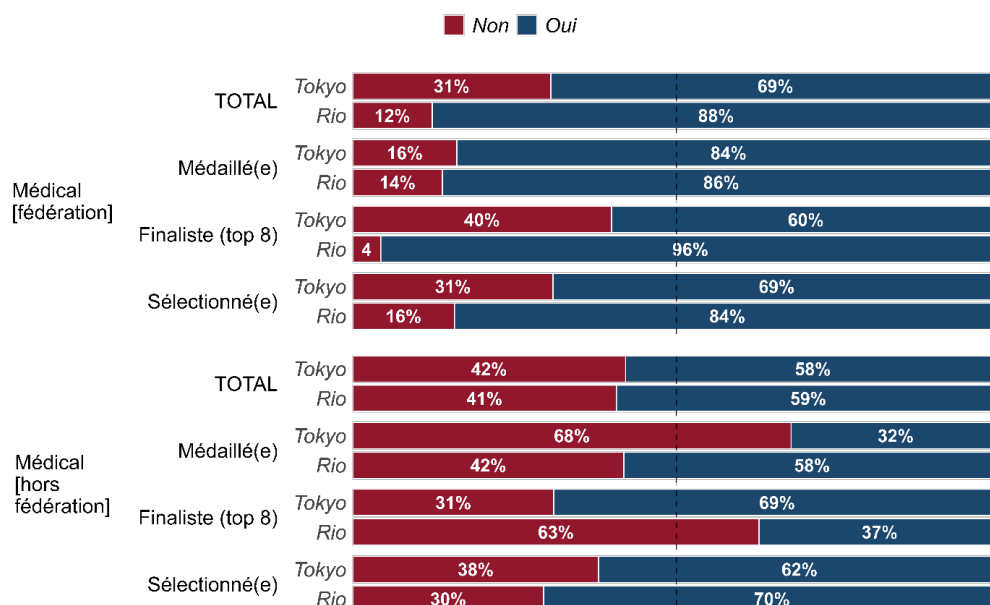
Tableau 3.5.i – JO TOKYO – Concernant le suivi médical : Pourriez-vous nous préciser la composition du staff (fédéral ou hors système fédéral) qui vous a accompagné durant cette année ?

	FÉDÉRATION				HORS FÉDÉRATION			
	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total
Non	31 % (+) NS	40 % (+) NS	16 % (-) **	31 %	38 % (-) NS	31 % (-) NS	68 % (+) ***	42 %
Oui	69 % (-) NS	60 % (-) NS	84 % (+) **	69 %	62 % (+) NS	69 % (+) NS	32 % (-) ***	58 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 3.5.j – JO TOKYO – Le suivi médical fédéral et hors fédéral

MÉDICAL		INTERVENANT HORS FÉDÉRAL		
		Oui	Non	Total
INTERVENANT FÉDÉRAL	Oui	34%	35%	69%
	Non	25%	6%	31%
	Total	58%	42%	100%

Graphique 3.5.e – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon l'accompagnement fédéral ou non du suivi médical





## DES SOINS DE RÉCUPÉRATION PARTAGÉS ENTRE SYSTÈME FÉDÉRAL ET HORS FÉDÉRAL À L'EXCEPTION DES MÉDAILLÉS (DAVANTAGE FÉDÉRATION)

La question de la récupération, au même titre que la préparation physique, est un élément de la préparation des sportifs qui tend à se professionnaliser. Seulement 27% des sportifs déclarent ne pas faire appel à des intervenants sur cette question (tableau 3.5.l). Cette pratique connaît une institutionnalisation moyenne puisqu'autant d'athlètes déclarent avoir recours à des intervenants liés au système fédéral (44%) que dans le système hors fédéral (42%) Tableau 3.5.l. Il faut cependant constater que cette institutionnalisation a fortement baissé puisque lors des Jeux de Rio, 67% des sportifs déclaraient faire appel à des intervenants dans le cadre fédéral.

Par contre au regard des performances obtenues à Tokyo, on note de fortes disparités. Les médaillés ont plus que les autres recours à des intervenants fédéraux (65% contre 41% des sélectionnés et 33% des finalistes). Parallèlement, les médaillés ont beaucoup moins recours à des intervenants en dehors du système fédéral (tableau 3.5.k).

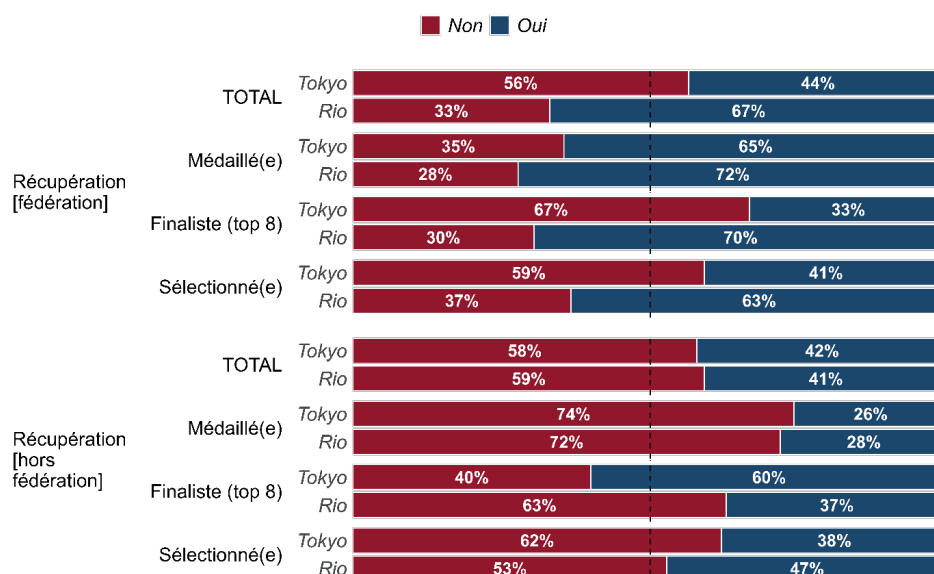
Tableau 3.5.k – JO TOKYO – Concernant la récupération : Pourriez-vous préciser la composition du staff (fédéral ou hors système fédéral) qui vous a accompagné durant cette année ?

	FÉDÉRATION				HORS FÉDÉRATION			
	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total	Sélectionné(e)	Finaliste (top 8)	Médaillé(e)	Total
Non	59 % (+) NS	67 % (+) NS	35 % (-) ***	56 %	62 % (+) NS	40 % (-) ***	74 % (+) *	58 %
Oui	41 % (-) NS	33 % (-) NS	65 % (+) ***	44 %	38 % (-) NS	60 % (+) ***	26 % (-) *	42 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 3.5.l – JO TOKYO – Les intervenants de la récupération fédéral et hors fédéral

RÉCUPÉRATION		INTERVENANT HORS FÉDÉRAL		
		Oui	Non	Total
INTERVENANT FÉDÉRAL	Oui	13%	31%	44%
	Non	29%	27%	56%
	Total	42%	58%	100%

Graphique 3.5.f – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon l'accompagnement fédéral ou non de la récupération



## CONCLUSION : UNE INSTITUTIONNALISATION DIFFÉRENCIÉE

Deux constats ressortent de l'analyse de la composition des staffs.

Il apparaît tout d'abord une institutionnalisation différenciée des différentes dimensions de la performance (Tableau 3.5.m). Comme pour la préparation en vue des Jeux de Rio, plus on s'éloigne du cœur du métier et plus la ressource est mobilisée en dehors du système fédéral excepté pour les médaillés de Tokyo qui bien plus que les autres font appel à des intervenants fédéraux.

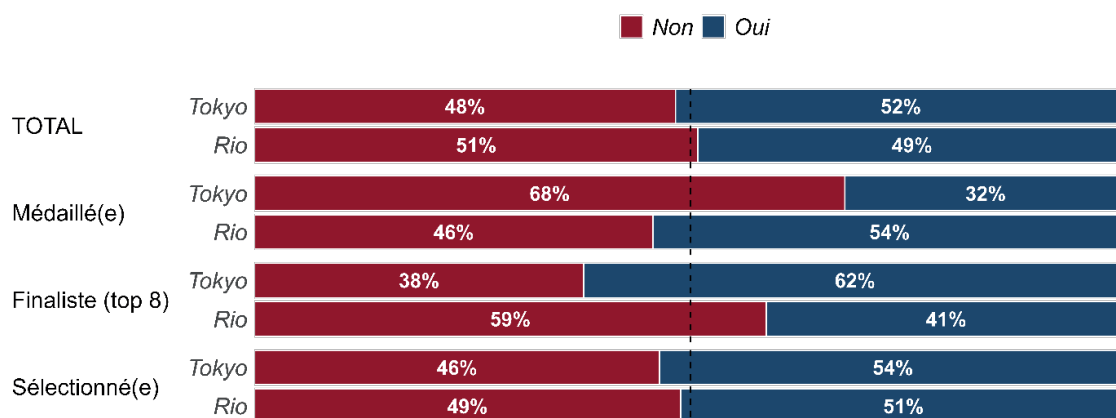
L'entraînement et le médical restent les deux dimensions les plus institutionnalisées. Ensuite, la préparation physique et la récupération ont une institutionnalisation partagée entre ressources issues du système fédéral et en dehors du système. Enfin la préparation mentale et la nutrition restent les dimensions de la performance les moins institutionnalisées et pour la préparation mentale beaucoup plus mobilisée en dehors du système fédéral.

Il apparaît ensuite que les médaillés bien plus que les autres mobilisent le système fédéral comme nous l'avons systématiquement constaté dans les analyses précédentes et comme le montre le graphique de synthèse (graphique 3.5.g).

Tableau 3.5.m – Comparaison Tokyo/Rio – Tableau de synthèse composition du staff (fédéral/hors fédéral)

	TOKYO		RIO	
	Fédéral	Hors fédéral	Fédéral	Hors fédéral
Entraînement	83%	33%	89%	48%
Médical	69%	58%	88%	59%
Préparation physique	49%	38%	49%	29%
Récupération	44%	42%	67%	41%
Préparation mentale	31%	47%	22%	41%
Nutrition	25%	30%	24%	30%

Graphique 3.5.g – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon si vous avez recours à 3 ressources hors fédération (ou plus)



## 3.6. Innovations et nouvelles ressources : des frontières poreuses

Innovations : 40% des sportifs a eu recours à de la recherche et de l'innovation (des innovations qui correspondent essentiellement à des pratiques nouvellement mobilisées par le sportif).

La question posée était « Avez-vous eu recours à la recherche ou à des innovations technologiques durant votre préparation ? »

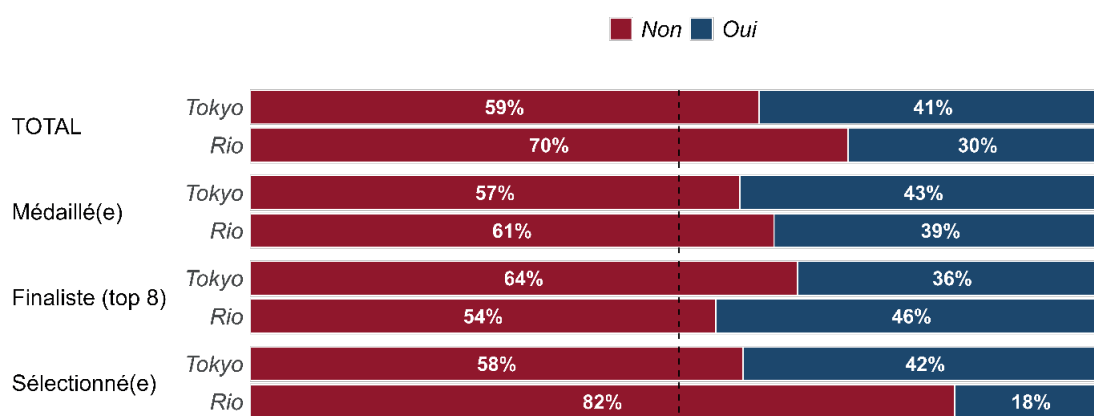
40% des sportifs sélectionnés aux Jeux de Tokyo ont eu recours à la recherche et l'innovation technologique pendant l'année préolympique (tableau 3.6.a). Comparativement aux Jeux de Rio (29%), on note une légère augmentation (Graphique 3.6.a).

Du point de vue des performances atteintes par les sportifs, on ne constate aucune différence entre ceux qui ont eu recours à de la recherche et de l'innovation et ceux qui n'y ont pas eu recours.

Tableau 3.6.a – JO TOKYO – Avez-vous eu recours à la recherche ou à des innovations technologiques durant votre préparation ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	58 % (-) NS	64 % (+) NS	57 % (-) NS	59 %
Oui	42 % (+) NS	36 % (-) NS	43 % (+) NS	41 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 3.6.a – Comparaison Tokyo/Rio – Avez-vous eu recours à la recherche ou à des innovations technologiques durant votre préparation ?



Suite à la question de savoir si les sportifs ont eu recours ou non à des innovations (tableau 3.6.a), il était demandé de préciser le type d'innovations (ces innovations ont été regroupées).

Quand on examine les innovations déclarées par les sportifs (tableau 3.6.b), on constate que le recours à la science constitue la plus grande part des innovations citées avec presque la moitié (46%) et apparaît par ailleurs en forte progression comparativement à l'enquête Rio où elles représentaient alors 23% des innovations citées.

Ensuite, le recours à des innovations matérielles et des pratiques de récupération constituent comme ce fut le cas pour la préparation aux Jeux de Rio des thématiques importantes.

Comme nous l'avons constaté dans l'enquête post-Rio, une grande partie des pratiques citées par les sportifs (préparation physique ou mentale, nutrition ...), ne sont pas forcément innovantes dans le sport de haut niveau. Elles restent cependant, pour les sportifs concernés, des innovations dans le sens où elles se présentent comme nouvelles dans leur dispositif d'entraînement.

Tableau 3.6.b – JO TOKYO – Type d'innovations déclarées par les sportifs

TYPE D'INNOVATION	TOKYO %	RIO (%)
Scientifique	46%	23%
Matériel	22%	29%
Récupération	17%	23%
Préparation physique	8%	13%
Préparation mentale	10%	10%
Nutrition	3%	4%

### L'ACCLIMATATION À LA CHALEUR ET LE YOGA : LES NOUVELLES RESSOURCES LES PLUS MOBILISÉES

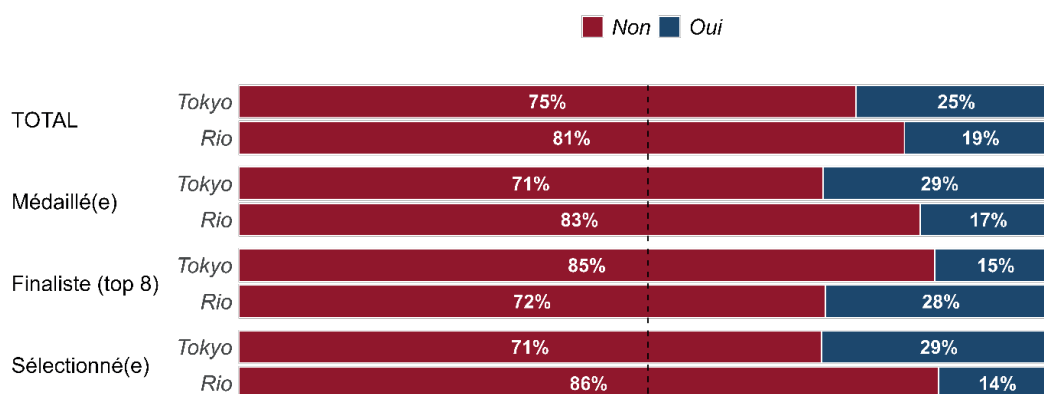
À la suite de la question sur les innovations était posée une question sur les autres types de nouvelles ressources mobilisées : « Avez-vous mobilisé d'autres types de nouvelles ressources pendant votre préparation ? »

25% des sportifs interrogés déclarent avoir utilisé des nouvelles ressources pendant l'année préolympique (Tableau 3.6.c). Du point de vue de la performance, on constate de fortes différences. La part des médaillés déclarant avoir eu recours à de nouvelles ressources pendant l'année préolympique a fortement progressé : 29% à Tokyo contre 17% à Rio (Graphique 3.6.b). Parallèlement, on note le phénomène inverse chez les finalistes : 15% à Tokyo pour 28% à Rio.

Tableau 3.6.c – JO TOKYO – Avez-vous mobilisé d'autres types de ressources pendant votre préparation ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	71 % (-) NS	85 % (+) NS	71 % (-) NS	75 %
Oui	29 % (+) NS	15 % (-) NS	29 % (+) NS	25 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 3.6.b – Comparaison Tokyo/Rio – Avez-vous mobilisé d'autres types de ressources pendant votre préparation ?



Comme pour les innovations, il était demandé aux sportifs ayant déclaré l'utilisation de nouvelles ressources pendant l'année préolympique de préciser le type de nouvelles ressources mobilisées. L'accompagnement scientifique (9 sur 35 répondants) et plus particulièrement l'acclimatation à la chaleur (thermo room) constitue le type de ressource le plus souvent cité. Ensuite, en dehors du recours au yoga (6) et à des améliorations matérielles (5), les ressources mobilisées sont très hétérogènes.

Tableau 3.6.d – JO TOKYO – Type de nouvelles ressources déclarées par les sportifs

TYPE DE NOUVELLES RESSOURCES	EFFECTIF	POURCENTAGE RÉPONDANTS
Accompagnement scientifique	9	26%
Yoga	6	17%
Matériel	4	12%
Vidéo	3	9%
Danse	2	6%
Préparation mentale	2	6%
Expérience autres athlètes	2	6%
Famille	2	6%
Médicale	2	6%
Nutrition	2	6%
Récupération	2	6%
Préparation physique	2	6%
Réathlétisation	1	3%

## 3.7. Regard des sportifs sur leurs conditions de préparation sportive

### 3.7.1 OPTIMISATION DES RESSOURCES MOBILISÉES : SIX SPORTIFS SUR DIX SATISFAITS

Même si une majorité de sportifs est plutôt satisfaite (60%), il n'en demeure pas moins que 40% pensent que toutes les ressources n'ont pas été mobilisées pour leur préparation (Tableau 3.7.a).

On constate encore des différences importantes au regard des performances obtenues à Tokyo. Les médaillés sont beaucoup plus satisfaits de leur situation que les autres et particulièrement les sélectionnés. Ainsi, 74% des médaillés considèrent que toutes les ressources ont été mobilisées pour leur préparation contre seulement 48% des sélectionnés.

Tableau 3.7.a – JO TOKYO – Considérez-vous que toutes les ressources ont été mobilisées pour votre préparation ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	52 % (+) ***	32 % (-) NS	26 % (-) *	40 %
Oui	48 % (-) ***	68 % (+) NS	74 % (+) *	60 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Suite à cette question sur les ressources estimées ne pas avoir été mobilisées pendant la préparation, il était demandé aux sportifs d'en préciser la nature : sinon quelles ressources auriez-vous souhaité mobiliser ?

47 sportifs se sont exprimés (Tableau 3.7.b). La préparation physique (10) et le préparation mentale (7) apparaissent comme les deux principales ressources manquantes. Ensuite dans une moindre mesure on trouve la récupération (5), la nutrition (5) et des ressources globales liées à la préparation sportive (5). Au-delà de ces 5 éléments, les demandes des sportifs sont très hétérogènes et ponctuelles.

Tableau 3.7.b – JO TOKYO – Sinon quelles ressources auriez-vous souhaité mobiliser ?

RESSOURCES SOUHAITÉES	EFFECTIF	POURCENTAGE RÉPONDANTS
Préparation physique	10	21%
Préparation mentale	7	15%
Nutrition	5	11%
Récupération	5	11%
Médical (dont kiné ostéo)	5	11%
Ressources humaines et financières	5	11%
Accès aux infrastructures	2	4%
Technologique	2	4%
Planification de l'entraînement	2	4%
Entraîneur	2	4%
Stages	2	4%
Fédération	1	2%
Individualisation de l'entraînement	1	2%
Matériel	1	2%
Partenaire d'entraînement	1	2%
Approfondissement de l'existant	1	2%
Danse	1	2%
Recherche	1	2%
Relations humaines	1	2%
Suivi socio professionnel	1	2%
Total	47	

### 3.7.2 PROBLÈME DE STAFF ET PLANIFICATION/INDIVIDUALISATION, LES AMÉLIORATIONS LES PLUS ATTENDUES PAR LES SPORTIFS

La question posée était : "Dans l'idéal (et si c'était à refaire), quelles améliorations apporteriez-vous à votre dispositif de préparation sportive ?". 83 sportifs ont répondu à cette question. Parmi les améliorations que les sportifs apporteraient à leur dispositif de préparation, quatre problématiques apparaissent plus souvent que les autres. Le tableau 3.7.c propose un bilan des problématiques évoquées par les sportifs.

Problème de staff dont entraîneurs. Une proportion importante de sportifs évoque des problèmes liés au fonctionnement de leur staff (25). Ces problèmes touchent pour une partie d'entre eux à la composition du staff (des manques sur certaines compétences) ou à des problèmes de management/communication du staff (16). Pour une autre partie, ils concernent précisément l'entraîneur (9) (problèmes relationnels et remise en cause de ses compétences). Cette amélioration staff/entraîneurs était beaucoup moins soulignée après les Jeux de Rio (13% des sportifs qui s'étaient exprimés contre 33% à Tokyo).

Problématique de planification/individualisation. Une planification (12) accrue des compétitions, des entraînements en lien avec une individualisation accrue (9) de la charge d'entraînement.

Un manque de soins de récupération. L'accès à des soins de récupération (15) et plus particulièrement des massages de récupération est souvent exprimé.

Le besoin de préparation mentale (13) est également important. Il faut souligner que le besoin de préparation mentale s'est profondément réduit depuis Rio. 33% des sportifs qui s'étaient exprimés sur cette question ouverte à Rio souhaitaient améliorer leur préparation mentale. A Tokyo, ils ne représentent plus que 13% des déclarations.

Enfin, sans que le nombre de sportifs soit très élevé, plusieurs domaines sont évoqués en termes de préparation : préparation physique (8) ; nutrition (3) ; organisation : besoins en matériel (6), manque de stages (9) et manque de ressources financières (5). En lien souvent avec la situation pandémique, de nombreux sportifs (9) soulignent des infrastructures difficilement accessibles et souhaitent davantage de centralisation.

Tableau 3.7.c – JO TOKYO – Dans l'idéal (et si c'était à refaire), quelles améliorations apporteriez-vous à votre dispositif de préparation sportive ? Bilan des thématiques évoquées

AMÉLIORATIONS SOUHAITÉES	EFFECTIFS
Problème staff (communication, composition)	16
Problème entraîneur	9
Récupération	15
Préparation mentale	13
Planification	12
Individualisation	9
Accès aux infrastructures	9
Stages	9
Préparation physique	8
Matériel	6
Financier	5
Manque de ressources médicales	3
Nutrition	3
Fédération	2
Rythme de vie moins dense	2
Aucun changement	8



# Chapitre 4

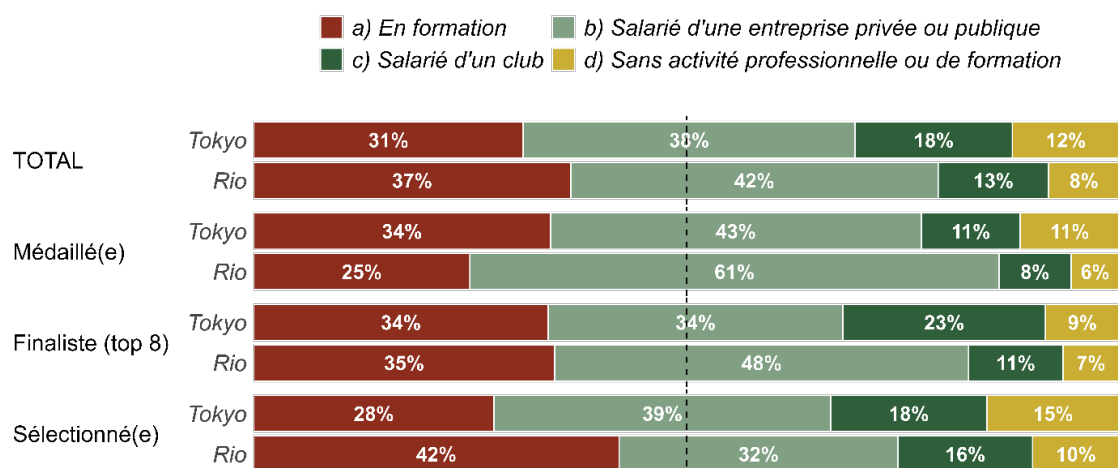
## Des projets professionnels ou de formation qui se sont allégés depuis Rio

Dans l'échantillon, parmi les sportifs ayant réalisé les JO de Rio, 59% étaient salariés, 31% en formation et 10% sans activité (Tableau 4). Nous le verrons dans le détail par la suite, mais les médaillés sont davantage salariés et les sélectionnés sont davantage en formation que les autres.

Tableau 4 – JO TOKYO – La performance selon le statut professionnel principal

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
En formation	27% (20)	34% (16)	34% (12)	31% (48)
Salarié	60% (44)	57% (27)	57% (20)	59% (91)
Sans activité professionnelle ou de formation	14% (10)	9% (4)	6% (2)	10% (16)

Graphique 4 – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon le statut professionnel principal



## 4.1. Les sportifs en formation pendant l'année préolympique (2020-21) : une augmentation forte des cours à distance

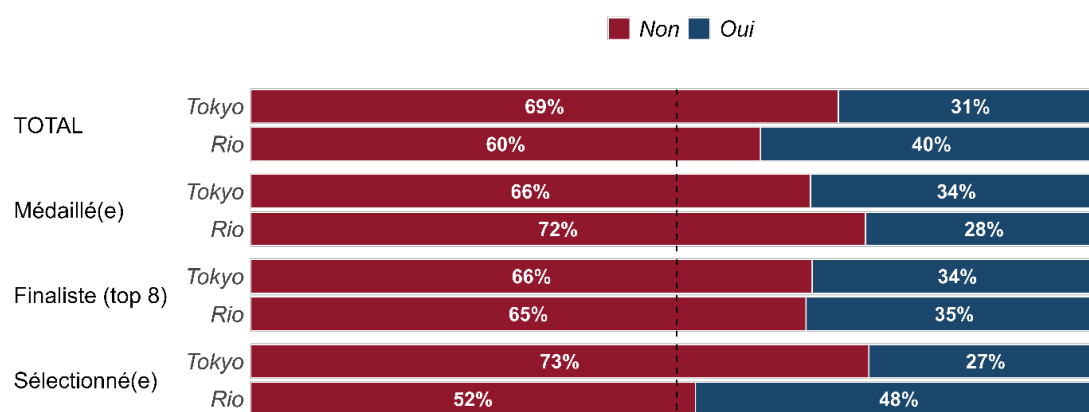
### UNE BAISSÉ DE LA PART DES SPORTIFS EN FORMATION PENDANT L'ANNÉE PRÉOLYMPIQUE COMPARATIVEMENT AUX JEUX DE RIO

31% des SHN interrogés étaient en formation pendant la préparation des Jeux de Tokyo (tableau 4.1.a). Du point de vue des performances obtenues, on note peu de différence. Par contre en termes d'évolution par rapport à Rio, on note une baisse globale du nombre de sportifs en formation avec des écarts selon la performance. On constate notamment une baisse très importante des sélectionnés déclarant être en formation (48% à Rio pour 27% à Tokyo) et à contrario une légère augmentation du nombre de médaillés (28% à Rio pour 34% à Tokyo).

Tableau 4.1.a – JO TOKYO – La performance selon le statut "en formation"

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	73 % (+) NS	66 % (-) NS	66 % (-) NS	69 %
Oui	27 % (-) NS	34 % (+) NS	34 % (+) NS	31 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.1.a – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon le statut "en formation"



### LES HEURES DE FORMATION EFFECTUÉES PENDANT L'ANNÉE PRÉ OLYMPIQUE ONT DIMINUÉ DEPUIS RIO

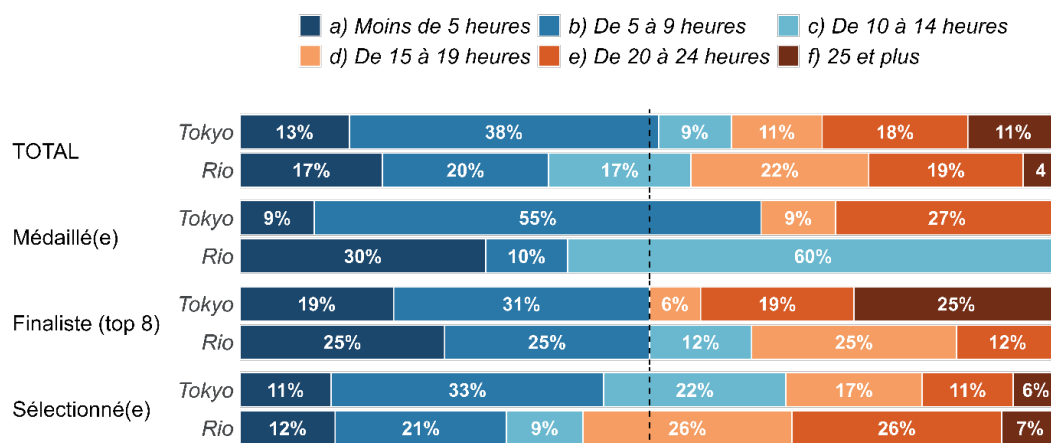
Depuis Rio, le nombre d'heures de formation réalisée par semaine par les sportifs a considérablement diminué. Un peu plus de la moitié des sportifs de Tokyo (51%) déclare réaliser moins de 10 heures de formation par semaine (Graphique 4.1.b) pour 37% pour Rio. Cette tendance est renforcée chez les médaillés avec plus de 64% pour Tokyo et 40% pour Rio. Par contre même si la part des médaillés à déclarer moins de 10 heures par semaine a fortement augmenté depuis Tokyo, on constate qu'elle a aussi augmenté sur les 15 heures et plus avec 37% des médaillés contre aucun pendant les Jeux de Rio.

Dans l'ensemble il faut souligner qu'en lien avec les performances obtenues à Tokyo, le constat selon lequel plus le SHN est performant et moins il fait d'heures de cours n'est plus significatif même si les écarts demeurent importants : 64% des médaillés déclarent moins de 10 heures quand ils sont 44% chez les sélectionnés.

Tableau 4.1.b – JO TOKYO – En moyenne, combien d’heures de cours aviez-vous par semaine ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Moins de 5 heures	11 % (-) NS	19 % (+) NS	9 % (-) NS	13 %
De 5 à 9 heures	33 % (-) NS	31 % (-) NS	55 % (+) NS	38 %
De 10 à 14 heures	22 % (+) **	0 % (-) NS	0 % (-) NS	9 %
De 15 à 19 heures	17 % (+) NS	6 % (-) NS	9 % (-) NS	11 %
De 20 à 24 heures	11 % (-) NS	19 % (+) NS	27 % (+) NS	18 %
25 et plus	6 % (-) NS	25 % (+) *	0 % (-) NS	11 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.1.b – Comparaison Tokyo/Rio – En moyenne, combien d’heures de cours aviez-vous par semaine ?



## LA FORMATION À DISTANCE AUGMENTE CONSIDÉRABLEMENT SURTOUT CHEZ LES MÉDAILLÉS.

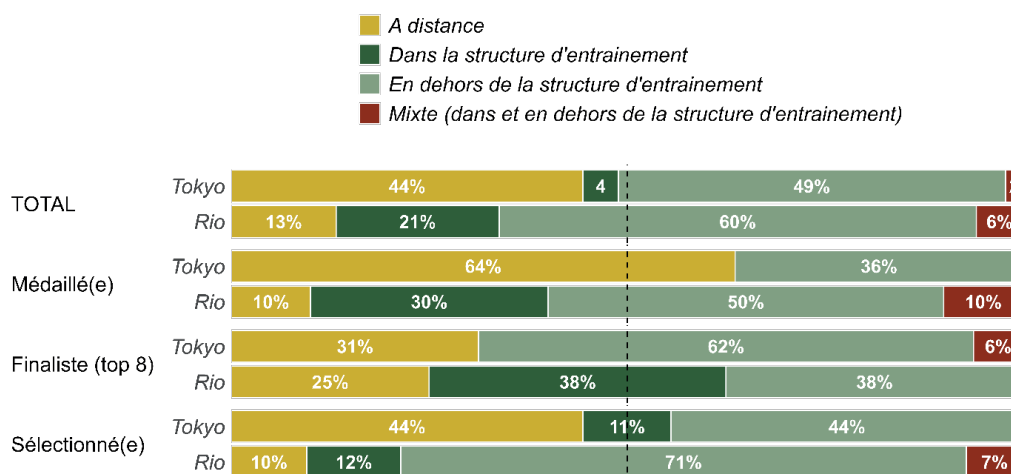
La part des sportifs déclarant faire des formations à distance a fortement augmenté depuis Rio. A Tokyo, presque la moitié des sportifs (44%) déclaraient faire une formation à distance pendant l’année pré olympique alors qu’à Rio, ils étaient 13% (Graphique 4.1.c). Être en formation dans sa structure d’entraînement s’est parallèlement fortement réduit (21% à Rio pour seulement 4% à Tokyo).

Du point de vue de la performance, cette évolution montre des écarts encore plus importants. A Rio, seulement 10% des sportifs avaient une formation à distance. A Tokyo, ils sont 64% et plus aucun n’est en formation dans sa structure d’entraînement contre 40% à Rio (Graphique 4.1.c).

Tableau 4.1.c – JO TOKYO – Votre formation se déroulait :

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
A distance	44 % (=) NS	31 % (-) NS	64 % (+) NS	44 %
En dehors de la structure d’entraînement	44 % (-) NS	63 % (+) NS	36 % (-) NS	49 %
Dans la structure d’entraînement	11 % (+) NS	0 % (-) NS	0 % (-) NS	4 %
Mixte (dans et en dehors de la structure d’entraînement)	0 % (-) NS	6 % (+) NS	0 % (-) NS	2 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.1.c – Comparaison Tokyo/Rio – Votre formation se déroulait



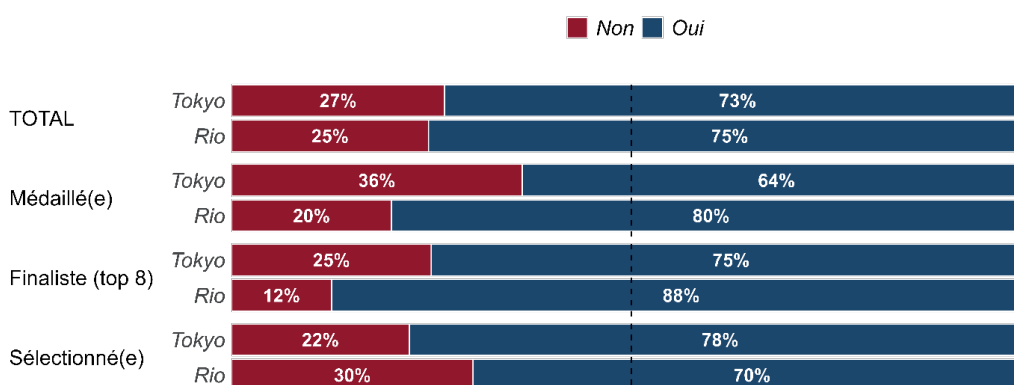
## LES TROIS-QUARTS DES SPORTIFS ONT VU LEUR FORMATION RÉAMÉNAGÉE PENDANT L'ANNÉE PRÉOLYMPIQUE

Comme ce fut le cas lors de la préparation aux Jeux de Rio, près des trois-quarts des sportifs (73%) ont vu leur formation réaménagée pendant l'année pré olympique (Graphique 4.1.d). Du point de vue de la performance les médaillés sont moins concernés.

Tableau 4.1.d – JO TOKYO – Avez-vous bénéficié d'aménagements de votre formation durant cette année préolympique (par rapport aux 4 années précédentes) ? (ex.: étalement d'année, cours à distance)

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	22 % (-) NS	25 % (-) NS	36 % (+) NS	27 %
Oui	78 % (+) NS	75 % (+) NS	64 % (-) NS	73 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.1.d – Comparaison Tokyo/Rio – Avez-vous bénéficié d'aménagements de votre formation durant cette année préolympique (par rapport aux 4 années précédentes) ? (ex. étalement d'année, cours à distance)



## L'ÉTALEMENT DES ÉTUDES TOUJOURS PRIVILÉGIÉ ET PROGRESSION DES COURS À DISTANCE

Parmi les adaptations déclarées par les sportifs, l'étalement des études – formation étalée et dédoublement des années – est la plus fréquente (54%) (Tableau 4.1.e). Comme pour la préparation aux Jeux de Rio, plus de la moitié des sportifs a réalisé ce type d'aménagement. Par contre, on constate une forte progression des aménagements permettant aux sportifs des cours à distance (21% à Tokyo pour 6% à Rio), ce qui confirme la part grandissante des cours à distance relevée précédemment (Tableau 4.1.e et 4.1.f)

Tableau 4.1.e – JO TOKYO – Les types d'aménagement mis en place pendant l'année préolympique

TYPES D'AMÉNAGEMENTS MIS EN PLACE PENDANT L'OLYMPIADE	
Formation étalée	54%
Cours à distance	21%
Horaires aménagés	18%
Césure	7%
Total général	100,00%

Tableau 4.1.f – JO RIO – Les types d'aménagement mis en place pendant l'année préolympique

TYPES D'AMÉNAGEMENTS MIS EN PLACE PENDANT L'OLYMPIADE	
Formation étalée	52%
Dispense d'assiduité	19%
Allègement des cours	17%
Flexibilité des horaires	6%
Cours à distance	6%
Total	100,00%

## UNE MAJORITÉ DE SPORTIFS SATISFAITE DE L'ARTICULATION PROJET DE FORMATION/ PROJET SPORTIF

La question posée était : « Sur l'ensemble de l'olympiade, estimez-vous que l'organisation de votre formation était adaptée à votre projet sportif ? ». Comme pour les résultats de l'enquête post-Rio, les trois-quarts des sportifs ont jugé que leur projet de formation était adapté à leur projet sportif. Par contre, des écarts très importants sont à noter en fonction des performances obtenues par les sportifs. Si à Rio, seulement 10% des médaillés était insatisfaits, à Tokyo, ils sont 36% (Graphique 4.1.e). Une analyse détaillée montre que les médaillés insatisfaits sont ceux qui déclarent faire le plus d'heures de cours : 75% des médaillés déclarant faire plus de 15 heures par semaine (Tableau 4.1.h) sont insatisfaits de cette articulation. Concernant les sportifs insatisfaits de cette situation, les revendications d'adaptations suivantes ont été recensées (tableau 4.1.i) : soutiens, horaires aménagés, étalement des cours et césure.

Tableau 4.1.g – JO TOKYO – Sur l'ensemble de l'olympiade, estimez-vous que l'organisation de votre formation était adaptée à votre projet sportif ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	28 % (+) NS	6 % (-) NS	36 % (+) NS	22 %
Oui	72 % (-) NS	94 % (+) NS	64 % (-) NS	78 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 4.1.h – JO TOKYO – Part des médaillés olympiques estimant leur formation non adaptée à leur projet sportif en fonction des heures de cours de formation par semaine

	MÉDAILLÉ(E)	PART DES INSATISFAITS
Moins de 5 heures	9 % (-) NS	25%
De 5 à 9 heures	55 % (+) NS	
De 10 à 14 heures	0 % (-) NS	
De 15 à 19 heures	9 % (-) NS	75%
De 20 à 24 heures	27 % (+) NS	
25 et plus	0 % (-) NS	
Total	100%	100%

Graphique 4.1.e – Comparaison Tokyo/Rio – Sur l'ensemble de l'olympiade, estimez-vous que l'organisation de votre formation était adaptée à votre projet sportif ?

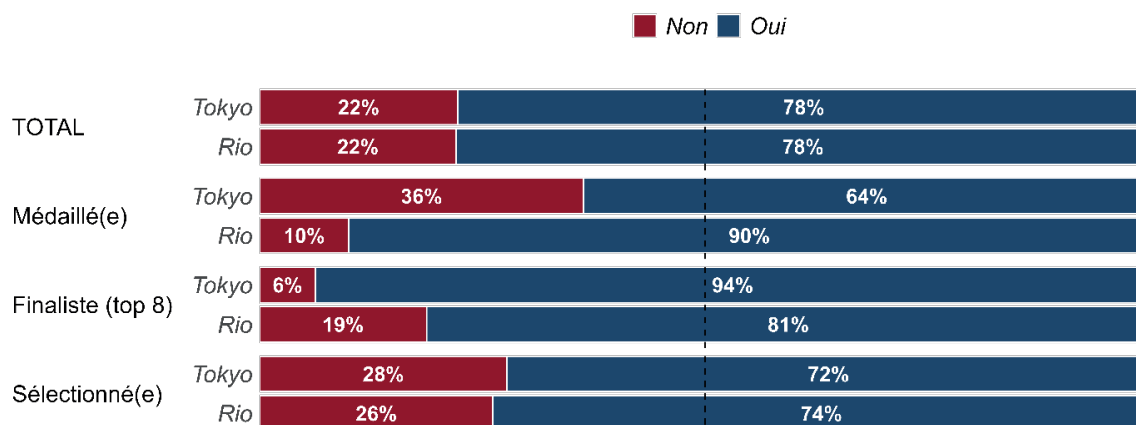


Tableau 4.1.i – JO TOKYO – Les types d'aménagement souhaités

TYPES D'AMÉNAGEMENTS SOUHAITÉS	
Aménagement d'horaires	2
Étalement des cours plus important	1
Césure	1
Soutien	4
Total général	8

Tableau 4.1.j – JO RIO – Les types d'aménagement souhaités

TYPES D'AMÉNAGEMENTS SOUHAITÉS	
Aménagement d'horaires	3
Aménagement pour les examens	2
Communication entre fédération et école	2
Cours par correspondance	2
Étalement des cours plus important	2
Transports	2
Plus à l'écoute	1
Suivi personnel	1
Tutorat	1
Total	16

## 4.2. Les sportifs salariés pendant l'année préolympique (2020-2021) : Une baisse importante des heures travaillées comparativement aux Jeux de Rio

Cette partie traite uniquement les salariés d'entreprises publiques ou privées. Les données concernant les salariés clubs sont traités dans la partie suivante.

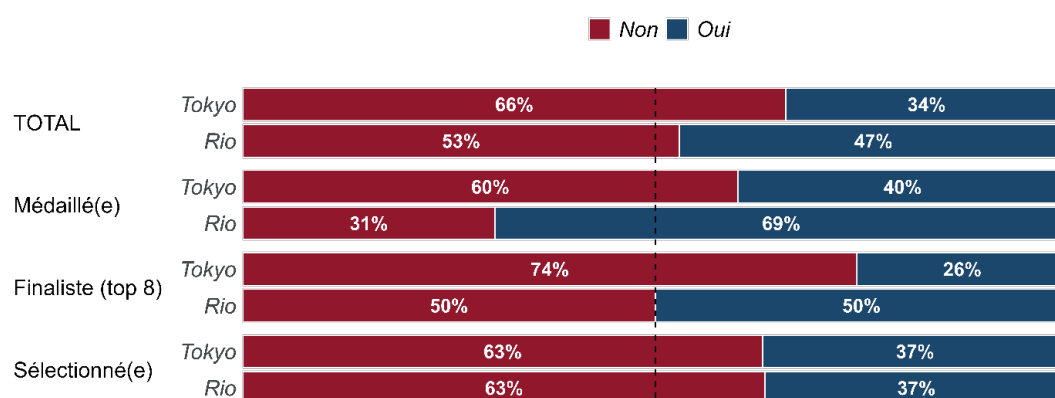
### UNE DIMINUTION IMPORTANTE DU NOMBRE DE SPORTIFS DÉCLARANT ÊTRE SALARIÉS

La part des sportifs déclarant être salariés a baissé depuis les Jeux de Rio. Elle est passée de 47% à Rio à 34% à Tokyo (Graphique 4.2.a). Du point de vue de la performance, cette diminution est encore plus importante chez les médaillés (69% à Rio pour 40% à Tokyo) et les finalistes (50% à Rio pour 26% à Tokyo).

Tableau 4.2.a – JO TOKYO – La performance selon le statut « salariés »

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	63 % (-) NS	74 % (+) NS	60 % (-) NS	66 %
Oui	37 % (+) NS	26 % (-) NS	40 % (+) NS	34 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.2.a – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon le statut « salariés »



### UN VOLUME HORAIRE DE TRAVAIL BEAUCOUP MOINS IMPORTANT CHEZ LES SPORTIFS DE TOKYO

Le nombre d'heures de travail hebdomadaire déclaré par les sportifs salariés a beaucoup diminué depuis Rio. A Tokyo, 70% des sportifs ont déclaré travailler moins de 10 heures par semaine pour 56% à Rio (Graphique 4.2.b). La baisse est encore plus importante chez les sportifs qui ont déclaré ne pas travailler l'année préolympique : plus de la moitié à Tokyo (53%) pour 35% à Rio.

Du point de vue de la performance, les finalistes semblent être ceux qui affichent les plus grosses différences à la fois en termes d'évolution (Tokyo/Rio) – plus des deux tiers (67%) déclarent n'avoir pas travaillé pour 42% à Rio –, et par rapport aux autres pendant les Jeux de Tokyo – 67% pour 50% des médaillés et 48% des sélectionnés.

Tableau 4.2.b – JO TOKYO – Pouvez-vous préciser le nombre d’heures par semaine consacré à votre travail par semaine

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
0	48 % (-) NS	67 % (+) NS	50 % (-) NS	53 %
De 1 à moins de 10	22 % (+) NS	8 % (-) NS	14 % (-) NS	17 %
10 à moins de 20	7 % (-) NS	17 % (+) NS	21 % (+) NS	13 %
20 à moins de 30	15 % (+) NS	0 % (-) NS	0 % (-) NS	8 %
30 et plus	7 % (-) NS	8 % (-) NS	14 % (+) NS	9 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.2.b – Comparaison Tokyo/Rio – Pouvez-vous préciser le nombre d’heures par semaine consacré à votre travail par semaine

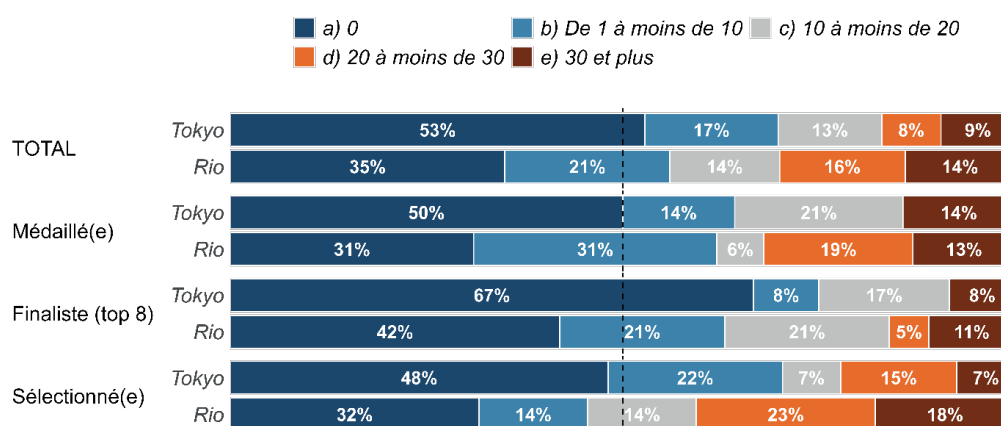


Tableau 4.2.c – JO TOKYO – Volume d’heures de travail par semaine

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Moins de 10 heures	70 % (+) NS	75 % (+) NS	64 % (-) NS	70 %
Plus de 10 heures	30 % (-) NS	25 % (-) NS	36 % (+) NS	30 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 4.2.d – JO RIO – Volume d’heures de travail par semaine

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Moins de 10 heures	46%	63%	62%	56%
Plus de 10 heures	54%	37%	38%	44%
Total	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0

## DES SPORTIFS DAVANTAGE PROFESSIONNALISÉS DANS LE SECTEUR PUBLIC

Comme lors de la préparation des Jeux de Rio, les emplois dans le secteur public représentent 60% des emplois déclarés par les sportifs salariés ayant participé aux Jeux de Tokyo (Graphique 4.2.e)

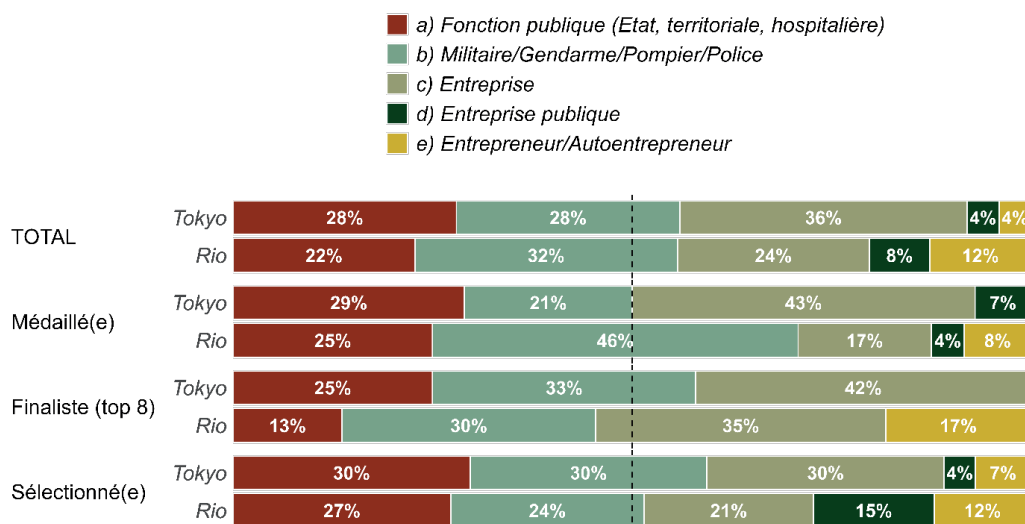
Aucune différence n'a été constatée en fonction de la performance réalisée à Tokyo (tableau 4.2-e).



Tableau 4.2.e – JO TOKYO – La performance selon l'activité salariale

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Fonction publique (État, territoriale, hospitalière)	30 % (+) NS	25 % (=) NS	29 % (-) NS	28 %
Militaire/Gendarme/pompier/police	30 % (-) NS	33 % (+) NS	21 % (-) NS	28 %
Entreprise publique	4 % (+) NS	0 % (-) NS	7 % (-) NS	4 %
Entreprise	30 % (-) NS	42 % (=) NS	43 % (+) NS	36 %
Entrepreneur/Autoentrepreneur	7 % (+) NS	0 % (-) NS	0 % (-) NS	4 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.2.e – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon l'activité salariale



## LA QUASI-TOTALITÉ DES SPORTIFS PRÉSENTS À TOKYO A BÉNÉFICIÉ D'AMÉNAGEMENTS AVEC NOTAMMENT UN TAUX ÉLEVÉ DE CIP/CAE

Les contrats de droit privé (CDI ou CDD) représentent la quasi-totalité (85%) des contrats de travail des sportifs (Tableau 4.2.f).

La quasi-totalité (85%) des sportifs salariés a bénéficié d'aménagements statutaires de leur contrat de travail (Tableau 4.2.h).

Les Conventions d'Insertion Professionnelles (CIP) et les contrats d'Accompagnement dans l'Emploi (CAE) représentent plus de la moitié (51%) des contrats de travail dans lesquels s'inscrivent les sportifs (Tableau 4.2.k). On note une progression de 11% depuis Rio où 40% des sportifs déclaraient être en CIP/CAE (Tableau 4.2.g). Ensuite les emplois SHN constituent un quart des aménagements (26%).

Du point de vue de la performance, les finalistes de Tokyo déclarent plus que les autres avoir des CIP/CAE : 67% des finalistes sont en CIP CAE pour 50% des médaillés et 44% des sélectionnés.

Tableau 4.2.f – JO TOKYO – La performance selon le type de contrat

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
CDD	37 % (+) NS	25 % (-) NS	29 % (-) NS	32 %
CDI	37 % (+) NS	33 % (-) NS	36 % (-) NS	36 %
CDD ou CDI	7 % (-) NS	25 % (+) NS	29 % (+) NS	17 %
Fonctionnaire	15 % (+) NS	17 % (+) NS	7 % (-) NS	13 %
Contrats aidés (emploi d'avenir, CUI)	4 % (+) NS	0 % (-) NS	0 % (-) NS	2 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 4.2.g – JO RIO – La performance selon le type de contrat

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
CDD	13,64%	26,32%	25,00%	21,05%
CDI	13,64%	36,84%	18,75%	22,81%
CIP/CAE (en CDD ou CDI)	54,55%	26,32%	37,50%	40,35%
Fonctionnaire	4,55%	5,26%	6,25%	5,26%
Indépendant/auto-entrepreneur (contrat image...)	13,64%	5,26%	12,50%	10,53%
Total	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %

Tableau 4.2.h – JO TOKYO – Avez-vous bénéficié d'un aménagement ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL GÉNÉRAL
Aucun	19%	8%	21%	17%
CIP / CAE	44%	67%	50%	51%
Emploi SHN	30%	25%	21%	26%
Temps partiel	0%	0%	7%	2%
Détachement	4%	0%	0%	2%
Service civique	4%	0%	0%	2%
Total général	100%	100%	100%	100%

## UN NOMBRE D'HEURES TRAVAILLÉES BIEN EN DESSOUS DES HEURES CONTRACTUELLES

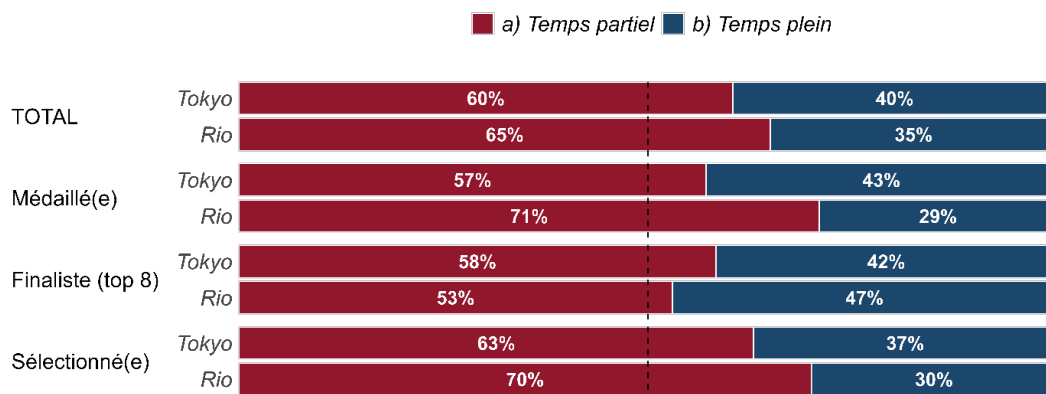
Un décalage est constaté entre le type de contrat (temps partiel / temps plein) et le nombre d'heures déclarées réellement réalisées chez les employeurs. Si 40% des sportifs disent être à temps plein (tableau 4.2.i), très peu déclarent des volumes horaires correspondant à cette situation. Ainsi, moins de 10% des sportifs disent travailler plus de 30 heures par semaine (tableau 4.2.b).

On constate peu d'évolution depuis Rio.

Tableau 4.2.i – JO TOKYO – La performance selon le temps de travail

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Temps partiel	63 % (+) NS	58 % (-) NS	57 % (-) NS	60 %
Temps plein	37 % (-) NS	42 % (+) NS	43 % (+) NS	40 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.2.d – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon le temps de travail



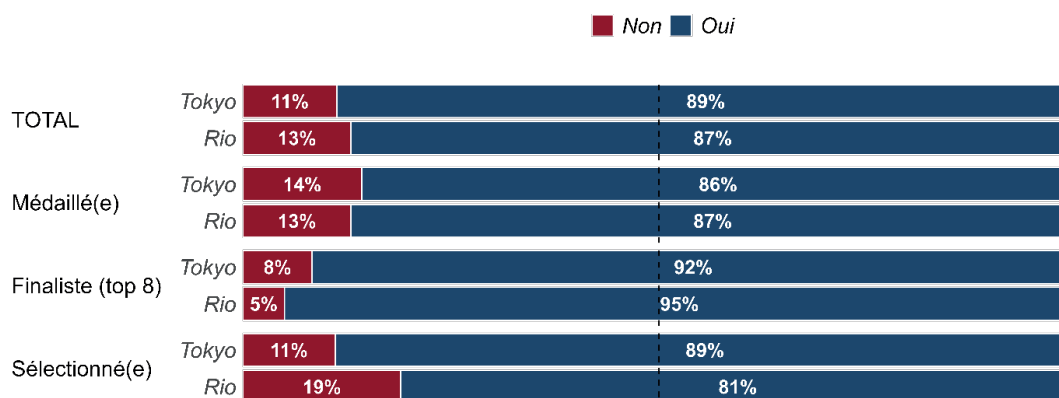
## LA SITUATION DES SPORTIFS EN PRÉPARATION DES JO EST LARGEMENT PRISE EN COMPTE PAR LES EMPLOYEURS

Comme nous l'avons constaté pour les Jeux de Rio, presque la quasi-totalité des sportifs a vu sa situation de sportif en préparation des Jeux Olympiques de Tokyo prise en compte par son employeur (tableau 4.2.j et Graphique 4.2.j). Aucune différence n'est relevée en fonction des performances obtenues à Tokyo.

Tableau 4.2.j – JO TOKYO – Durant l'année préolympique, votre situation d'athlète en préparation des JO de Tokyo a-t-elle été prise en compte par votre employeur ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	11 % (-) NS	8 % (-) NS	14 % (+) NS	11 %
Oui	89 % (+) NS	92 % (+) NS	86 % (-) NS	89 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.2.j – Comparaison Tokyo/Rio – Durant l'année préolympique, votre situation d'athlète en préparation des JO a-t-elle été prise en compte par votre employeur ?



## LE DÉTACHEMENT À 100% : UNE ADAPTATION LARGEMENT MISE EN ŒUVRE DURANT L'ANNÉE PRÉOLYMPIQUE PAR LES EMPLOYEURS

A la suite de la question précédente, il a été demandé aux sportifs en préparation aux JO de Tokyo la nature des adaptations mises en place pendant l'année préolympique. Comme à Rio, le détachement à 100% apparaît comme l'adaptation la plus largement mise en œuvre par les employeurs dans la dernière année de préparation. 14 sportifs sur 31 déclarent avoir bénéficié de cette situation pendant l'année préolympique (tableau 4.2.k). Ensuite, environ la même proportion (17 sur 31) a bénéficié d'aménagements partiels. Alors qu'aux Jeux de Rio quelques sportifs déclaraient ne pas avoir eu d'aménagement. A Tokyo, plus aucun sportif ne déclare cette situation.

Tableau 4.2.k – JO TOKYO – Les adaptations mises en place par l'employeur

ADAPTATIONS MISES EN PLACE	
Détachement à 100%	14
Aménagement d'horaire	13
Réduction du temps	4
Total général	31

Tableau 4.2.l – JO RIO – Les adaptations mises en place par l'employeur

ADAPTATIONS MISES EN PLACE	
Détachement à 100%	23
Aménagement d'horaire	10
Réduction du temps	7
Absence possible	4
Aucune	7
Total	51

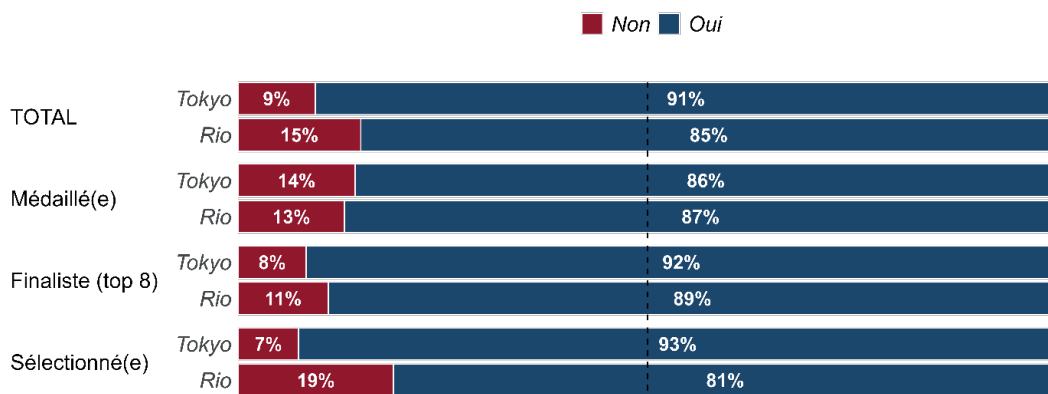
## UN PROJET PROFESSIONNEL ADAPTÉ AU PROJET SPORTIF

Comme ce fut le cas aux Jeux de Rio, pour la plupart des sportifs, le projet professionnel était adapté au projet sportif (Graphique 4.2.f). Seulement 9% déclarent des projets en décalage (tableau 4.2.m). La performance selon l'adaptation au projet sportif). Aucune différence n'est relevée en fonction des performances obtenues.

Tableau 4.2.m – JO TOKYO – Sur l'ensemble de l'olympiade, estimez-vous que l'organisation de votre projet professionnel était adaptée à votre projet sportif ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	7 % (-) NS	8 % (-) NS	14 % (+) NS	9 %
Oui	93 % (+) NS	92 % (+) NS	86 % (-) NS	91 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.2.f – Comparaison Tokyo/Rio – Sur l'ensemble de l'olympiade, estimez-vous que l'organisation de votre projet professionnel était adaptée à votre projet sportif ?



### 4.3. Salarié d'un club sportif, d'une ligue professionnelle et sportifs professionnels.

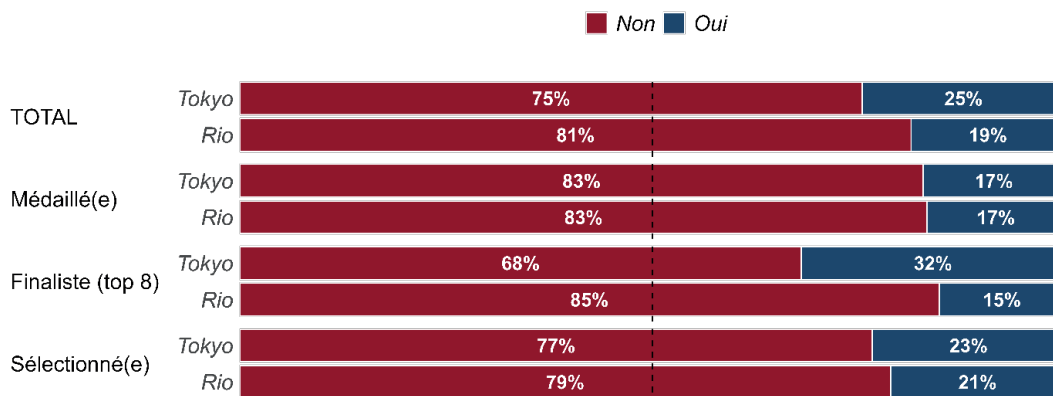
Un quart des sportifs présents aux Jeux Olympiques de Tokyo était salarié d'un club sportif, d'une ligue professionnelle ou sportifs professionnels (Tableau 4.3.a). Aucune différence n'apparaît du point de vue des performances obtenues à Tokyo.

En termes d'évolution depuis Rio, on constate une hausse importante de la part des finalistes déclarant avoir ce statut (Graphique 4.3.a).

Tableau 4.3.a – JO TOKYO – La performance selon le statut " salarié d'un club professionnel "

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	77 % (+) NS	68 % (-) NS	83 % (+) NS	75 %
Oui	23 % (-) NS	32 % (+) NS	17 % (-) NS	25 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.3.a – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon le statut " salarié d'un club professionnel "



## LE CONTRAT À DURÉE DÉTERMINÉE (CDD) : LE CONTRAT DE TRAVAIL LE PLUS RÉPANDU AVEC LES CLUBS SPORTIFS

Loin devant les autres types de contrat, le CDD est le contrat le plus largement cité par les sportifs quand ils déclarent les liens contractuels au travail qui les lient à leur club sportif. Presque les trois-quarts des sportifs étaient en CDD avec un club.

Tableau 4.3.b – JO TOKYO – La performance selon le type de contrat

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
CDD	76 % (+) NS	67 % (-) NS	83 % (+) NS	74 %
CDI	12 % (-) NS	13 % (+) NS	17 % (+) NS	13 %
Indépendant/auto-entrepreneur	12 % (-) NS	20 % (+) NS	0 % (-) NS	13 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

La quasi-totalité des sportifs salarié d'un club sont disponible à 100%. Les quelques sportifs qui ont répondu par la négative à ces questions sont des sportifs qui sont en parallèle en formation et ont estimé à ce titre ne pas être disponible à 100%. Par contre ils ont tous déclaré travailler 0 heure pour leur club.

Tableau 4.3.c – JO TOKYO – Étiez-vous disponible à 100% pour votre pratique sportive ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	18 % (+) NS	20 % (+) NS	0 % (-) NS	16 %
Oui	82 % (-) NS	80 % (-) NS	100 % (+) NS	84 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

## 4.4. Cumul des heures de cours et de travail : Une baisse importante des heures consacrées au projet professionnel ou de formation depuis Rio.

Parmi les sportifs interrogés, un certain nombre déclare être, à la fois, salariés et en formation. Pour mesurer l'éventuel existence de liens entre la performance obtenue aux Jeux et l'allègement du projet professionnel et de formation, nous avons réalisé comme nous l'avons fait pour l'enquête Rio le cumul des heures de travail et de formation déclarées par les sportifs. A Rio, nous avons mis en évidence un lien statistiquement avéré : les plus performants (les médaillés) consacraient beaucoup moins d'heures à leur projet professionnel.

A Tokyo, ce constat n'est plus significatif. Il n'y a plus de lien entre la performance obtenue et l'allègement des heures. Cette évolution s'explique par un phénomène de rattrapage. Si à Rio 80% des médaillés déclaraient moins de 15 heures contre seulement 56% des sélectionnés (Tableau 4.4.d), à Tokyo, cette différence n'existe plus : les sélectionnés ont profondément réduit leurs heures et sont désormais au même titre que les médaillés environ 81% à déclarer moins de 15 heures par semaine (Tableau 4.4.b). Quel que soit le niveau de performance obtenu aux Jeux, les sportifs avaient donc profondément réduit les heures consacrées au deuxième projet.

Tableau 4.4.a – JO TOKYO – Cumul des heures de travail et de formation

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
0	55 % (-) NS	62 % (+) NS	50 % (-) NS	56 %
De 1 à moins de 10	19 % (-) NS	15 % (-) NS	24 % (+) NS	19 %
10 à moins de 20	13 % (+) NS	6 % (-) NS	12 % (+) NS	11 %
20 à moins de 30	10 % (-) NS	11 % (+) NS	9 % (-) NS	10 %
30 et plus	3 % (-) NS	6 % (+) NS	6 % (+) NS	5 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 4.4.b – JO TOKYO – Cumul des heures de travail et de formation

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
0 à 14h	81 % (-) NS	81% (-) NS	79 % (+) NS	81%
15h et plus	19 % (+) NS	19 % (-) NS	21 % (+) NS	19%
Total	100 %	100 %	100 %	100%

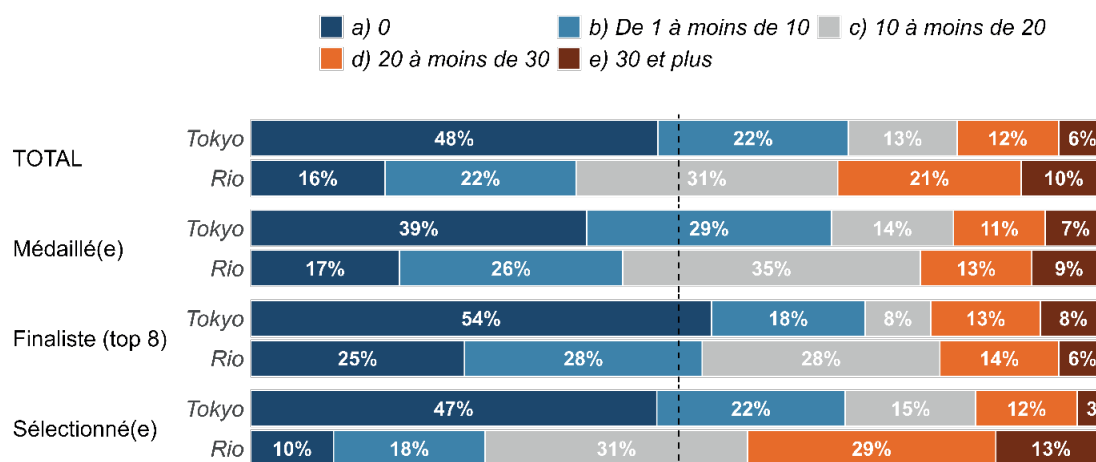
Tableau 4.4.c – JO RIO – Cumul des heures de travail et de formation

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
0	38%	41%	47%	41%
De 1 à moins de 10	12%	22%	17%	16%
10 à moins de 20	21%	22%	22%	22%
20 à moins de 30	20%	11%	8%	15%
30 et plus	9%	4%	6%	7%
Total général	100%	100%	100%	100%

Tableau 4.4.d – JO RIO – Cumul des heures de travail et de formation

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
0 à 14h	55,56 % (-) ***	73,91 % (+) NS	80,56 % (+) *	65,70 %
15h et plus	44,44 % (+) ***	26,09 % (-) NS	19,44 % (-) *	34,30 %
Total	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %

Graphique 4.4.a – Comparaison Tokyo/Rio – Cumul des heures de travail et de formation



## 4.5. Les sportifs sans activité professionnelle : un choix délibéré mais aux bénéfices mitigés

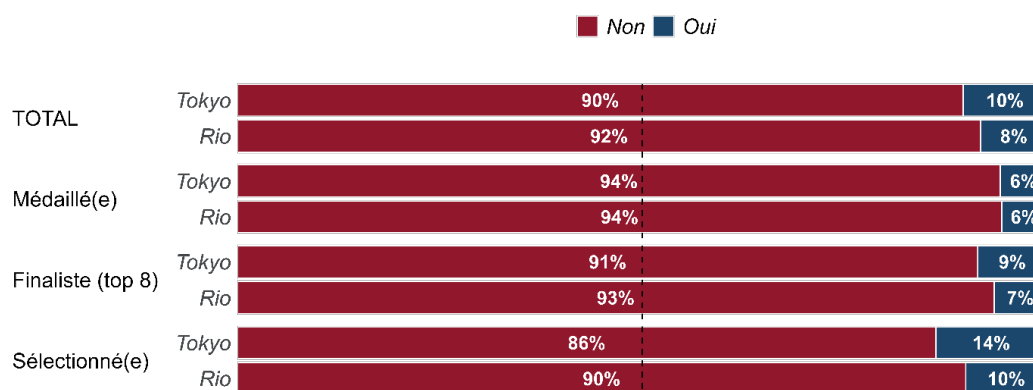
### PEU DE SPORTIFS SANS ACTIVITÉ

Comme lors des jeux de Rio, peu de sportifs déclarent être sans activité. Seulement 10% disent n’être ni engagés dans une activité professionnelle, ni engagés dans une activité de formation (tableau 4.5.a et Graphique 4.5.a). Au regard des performances obtenues aux Jeux de Tokyo, aucune différence significative n’est constatée entre les trois catégories.

Tableau 4.5.a – JO TOKYO – La performance selon le statut "sans activité professionnelle ou de formation"

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	86 % (-) NS	91 % (+) NS	94 % (+) NS	90 %
Oui	14 % (+) NS	9 % (-) NS	6 % (-) NS	10 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.5.a – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon le statut "sans activité professionnelle ou de formation"





## LE CHOIX D'ÊTRE SANS ACTIVITÉ : UNE SITUATION DÉLIBÉRÉMENT CHOISIE PAR LES SPORTIFS AFIN DE SE CONSACRER AU PROJET OLYMPIQUE

Parmi les SHN déclarant être sans activité, la plupart (88%), comme nous l'avons déjà constaté pour les Jeux de Rio, avaient arrêté leur activité pour se consacrer au projet olympique (Tableau 4.5.b. La performance selon la raison d'arrêt d'activité).

Par contre, on note une légère dégradation depuis Rio. Un quart des sportifs estime que cet arrêt n'a pas été bénéfique alors qu'à Rio la quasi-totalité estimait que l'arrêt avait été bénéfique pour leur préparation (Graphique 4.5.c). Parmi les arguments avancés de l'effet bénéfique de cet arrêt, un principal constat ressort : cet arrêt leur a permis de pouvoir se concentrer à 100% sur les Jeux (tableau 4.5.d Les conséquences jugées bénéfiques de l'arrêt).

Tableau 4.5.b – JO TOKYO – La performance selon la raison d'arrêt d'activité

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Vous avez arrêté vos études pour vous consacrer à la préparation des Jeux de Tokyo	50 % (-) NS	50 % (-) NS	100 % (+) NS	56 %
Vous avez arrêté votre activité professionnelle pour vous consacrer à la préparation des Jeux de Tokyo	40 % (+) NS	25 % (-) NS	0 % (-) NS	31 %
Chômage	10 % (+) NS	0 % (-) NS	0 % (-) NS	6 %
Autre	0 % (-) NS	25 % (+) NS	0 % (-) NS	6 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.5.b – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon la raison d'arrêt d'activité

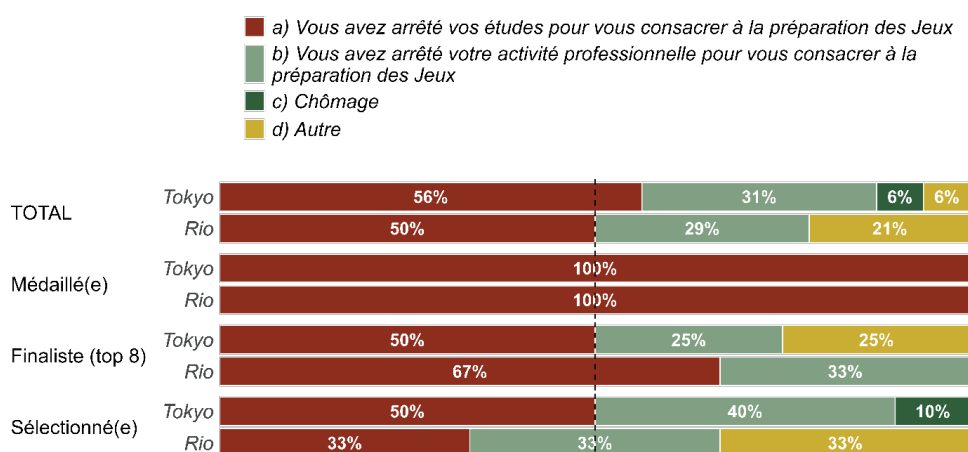


Tableau 4.5.c – JO TOKYO – Cet arrêt (momentané ou pas) de votre formation ou de votre activité professionnelle a-t-il été bénéfique pour votre préparation aux Jeux de Tokyo ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	30 % (+) NS	25 % (=) NS	0 % (-) NS	25 %
Oui	70 % (-) NS	75 % (=) NS	100 % (+) NS	75 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.5.c – Comparaison Tokyo/Rio – Cet arrêt (momentané ou pas) de votre formation ou de votre activité professionnelle a-t-il été bénéfique pour votre préparation aux Jeux ?

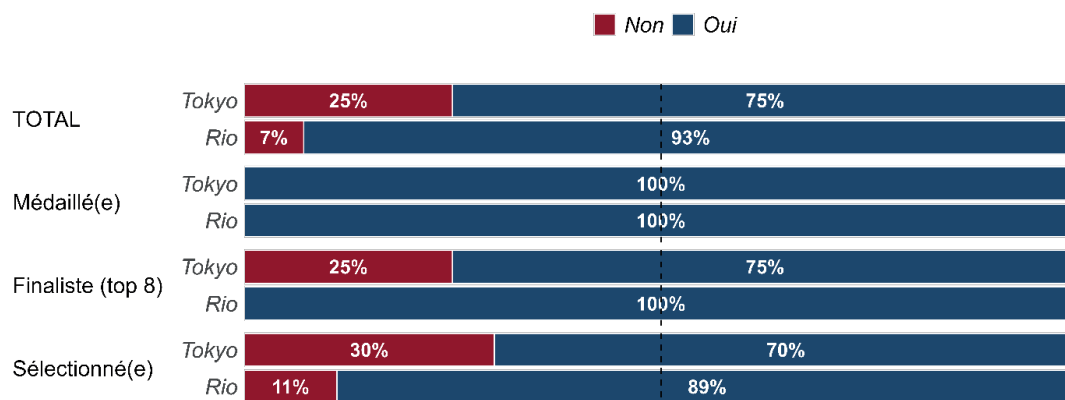


Tableau 4.5.d – JO TOKYO – Les conséquences jugées bénéfiques de l’arrêt

	NOMBRE DE SPORTIFS
Se consacrer davantage à l'entraînement	6
S'investir à 100%	2
Possibilité de partir en stages	1
Plus de récupération	1

Un projet professionnel ou de formation non adapté sur l’ensemble de l’olympiade pour la moitié des sportifs se déclarant sans activité.

Un peu plus de la moitié (56%) des sportifs qui se sont exprimés estiment que leur projet de formation ou professionnel n’était pas adapté à leur projet olympique. Parmi les adaptations qu’ils auraient souhaitées, sur les six sportifs qui se sont exprimés, trois d’entre eux souhaitent un meilleur suivi socio professionnel et accompagnement de la part de leur fédération.

Tableau 4.5.e – JO TOKYO – Sur l’ensemble de l’olympiade, estimez-vous que l’organisation de votre formation ou de votre projet professionnel était adaptée à votre projet sportif ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	80 % (+) *	0 % (-) **	50 % (-) NS	56 %
Oui	20 % (-) *	100 % (+) **	50 % (+) NS	44 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 4.5.d – Comparaison Tokyo/Rio – Sur l'ensemble de l'olympiade, estimez-vous que l'organisation de votre formation ou de votre projet professionnel était adaptée à votre projet sportif ?

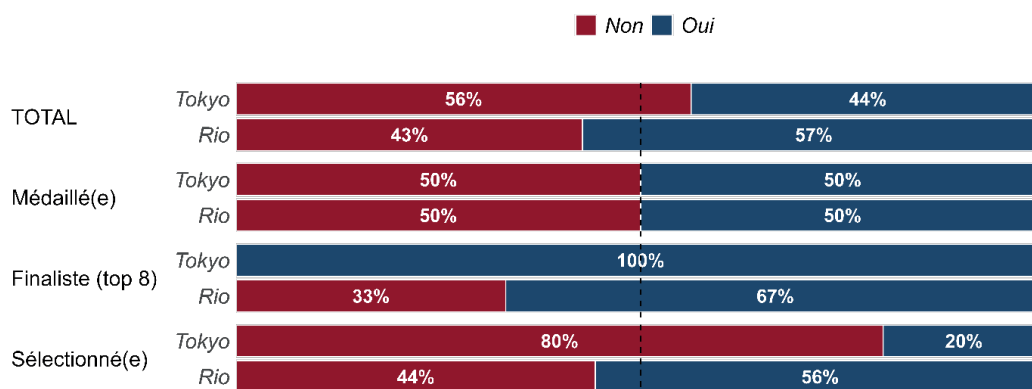


Tableau 4.5.f – JO TOKYO – Si non quels types d'adaptation auriez-vous souhaité ?

	NOMBRE DE SPORTIFS
Avoir le statut de sportif professionnel	1
Des efforts de la fédération au sujet du suivi socio professionnel et de l'accompagnement	3
Meilleur équilibre sportif/activité professionnelle	2
Moins de présentiel	1

# Chapitre 5

## Les blessures des athlètes de Tokyo. Des taux de blessures toujours importants notamment pendant l'année olympique.

### 5.1. Une diminution du taux de blessures sur l'olympiade de Tokyo, à l'exception des médaillés

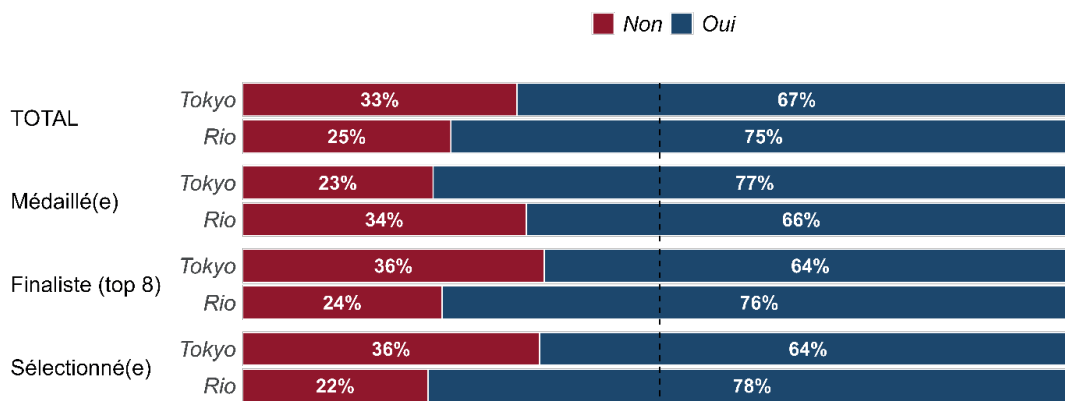
On constate une légère baisse du taux de blessure entre les deux olympiades de Rio et Tokyo. 67% des sportifs ayant participé aux JO de Tokyo ont été blessés pendant l'olympiade pour 75% à Rio (Graphique 5.1).

Du point de vue de la performance, les médaillés de Tokyo ont été un peu plus blessés que les non médaillés. La situation est inversée par rapport aux Jeux de Rio où les médaillés étaient moins blessés que les autres.

Tableau 5.1 – JO TOKYO – Avez-vous été blessé durant ces quatre dernières années

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	36 % (+) NS	36 % (+) NS	23 % (-) NS	33 %
Oui	64 % (-) NS	64 % (-) NS	77 % (+) NS	67 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 5.1 – Comparaison Tokyo/Rio – Avez-vous été blessé durant ces quatre dernières années



## 5.2. Des temps d'arrêt cumulés pour blessure durant l'olympiade qui augmentent légèrement, notamment chez les médaillés

Nous avons demandé à tous les sportifs de décrire les quatre principales blessures qu'ils ont eu pendant l'olympiade et notamment les temps d'arrêt consécutifs à cette ou ces blessure(s). Ainsi, nous avons pu cumuler, pour chaque sportif, l'ensemble des temps d'arrêt déclarés pendant l'olympiade (tableau 5.2).

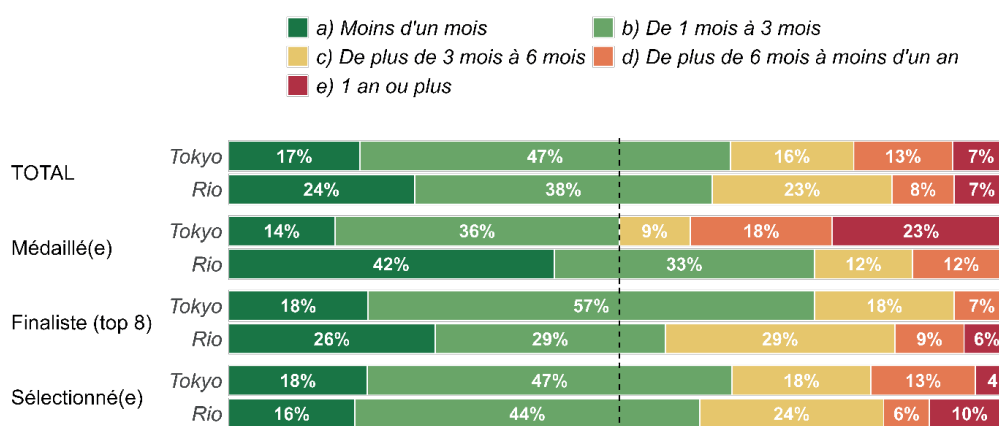
Parmi les sportifs déclarant avoir été blessés pendant l'olympiade, 20% ont été arrêtés au moins 6 mois pendant l'olympiade de Tokyo en temps cumulé, contre 15% à Rio (Graphique 5.2) et inversement 17% ont été arrêtés moins de un mois alors qu'ils étaient 24% à Rio.

Du point de vue des performances obtenues, les médaillés aux Jeux de Tokyo ont été arrêtés beaucoup plus longtemps que les autres contrairement à Rio. Un quart d'entre eux a eu une blessure qui les a arrêtés plus d'une année.

Tableau 5.2 – JO TOKYO – Durée cumulée des blessures pendant l'olympiade

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Moins d'un mois	18 % (+) NS	18 % (+) NS	14 % (-) NS	17 %
De 1 mois à moins de 3 mois	47 % (-) NS	57 % (+) NS	36 % (-) NS	47 %
De 3 mois à moins de 6 mois	18 % (+) NS	18 % (+) NS	9 % (-) NS	16 %
De 6 mois à moins d'un an	13 % (+) NS	7 % (-) NS	18 % (+) NS	13 %
1 an et plus	4 % (-) NS	0 % (-) NS	23 % (+) ***	7 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 5.2. – Comparaison Tokyo/Rio – Parmi les blessés, durée cumulée des blessures pendant l’olympiade



### 5.3. Un nombre de blessures stable depuis Rio, sauf pour les médaillés

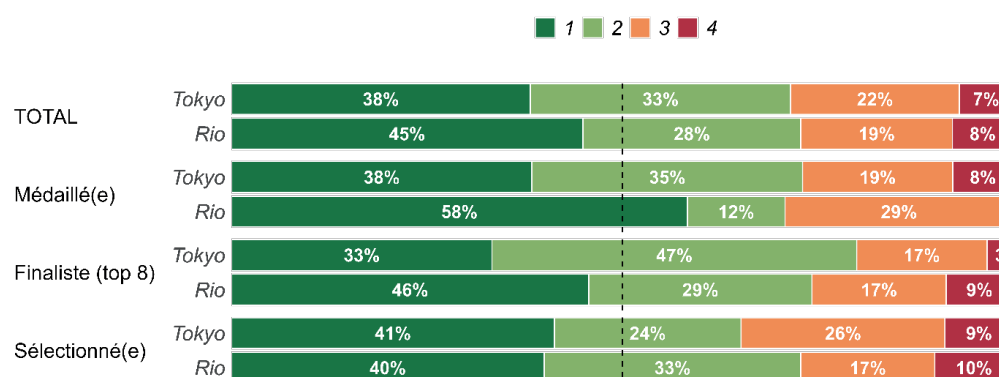
On ne constate pas d'évolution du nombre de blessures entre les deux olympiades. Près de 70% des sportifs blessés déclare avoir été blessés au moins deux fois pendant l’olympiade (Graphique 5.3).

Du point de vue de la performance, on constate une légère augmentation du nombre de blessures déclaré des médaillés entre les deux olympiades. 58% des médaillés de Tokyo déclarent avoir eu au moins deux blessures pour 42% à Rio (Graphique 5.3).

Tableau 5.3 – JO TOKYO – La performance selon le nombre de blessures

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
1	41 % (+) NS	33 % (-) NS	38 % (+) NS	38 %
2	24 % (-) NS	47 % (+)*	35 % (-) NS	33 %
3	26 % (+) NS	17 % (-) NS	19 % (-) NS	22 %
4	9 % (+) NS	3 % (-) NS	8 % (+) NS	7 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 5.3 – Comparaison Tokyo/Rio – Parmi les blessés, la performance selon le nombre de blessures



## 5.4. Des médaillés davantage blessés pendant l'année préolympique 2021

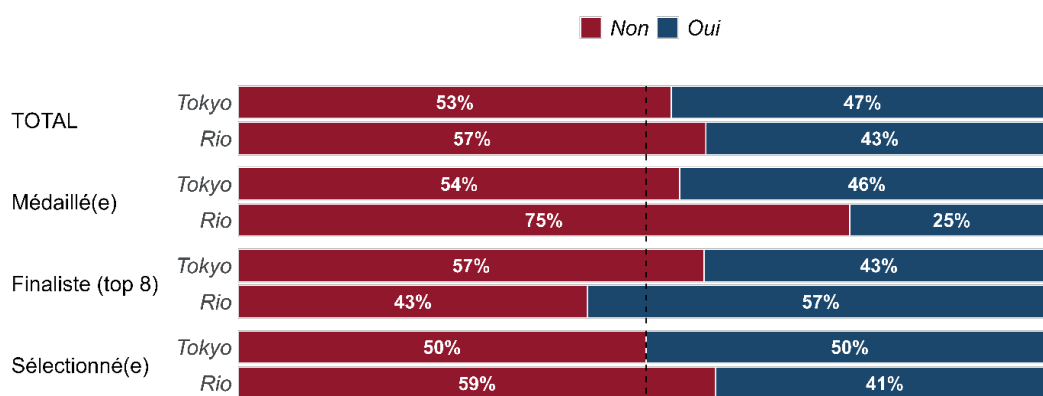
Presque la moitié des sportifs blessés (47%) déclare avoir été blessés dans les six mois précédant les Jeux de Tokyo sur une période supérieure à une semaine (tableau 5.4.a. La performance selon les blessures durant l'année olympique).

On constate peu d'évolution entre les deux olympiades sauf pour les médaillés qui, comparativement aux médaillés de Rio, ont été beaucoup plus blessés pendant l'année préolympique. A Rio, seulement 25% avaient déclarés être blessés dans les 6 mois précédents les Jeux. A Tokyo, ils sont 46% (Graphique 5.4.a).

Tableau 5.4.a – JO TOKYO – La performance selon les blessures en 2021

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Oui	50 % (+) NS	43 % (-) NS	46 % (+) NS	47 %
Non	50 % (-) NS	57 % (+) NS	54 % (-) NS	53 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 5.4.a – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon les blessures lors de l'année des Jeux



Si on examine les temps d'arrêt pendant les 6 mois précédant les Jeux, on constate que 42% des sportifs blessés en 2021 ont été arrêtés au moins un mois et 22% deux mois et plus (Tableau 5.4.b). On retrouve sensiblement les mêmes chiffres qu'aux Jeux de Rio (Graphique 5.4.b).

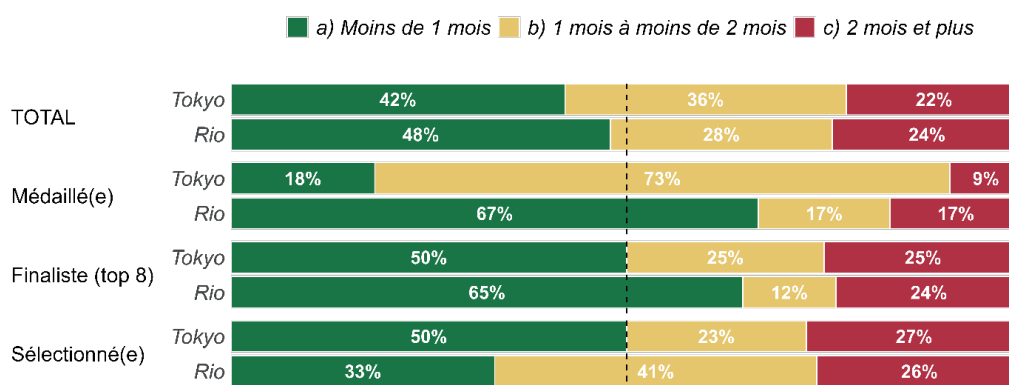
Par contre, au regard des performances obtenues à Tokyo, on constate d'importantes différences notamment chez les médaillés. Les médaillés ont été arrêtés plus longtemps que les autres pendant l'année préolympique. Presque les trois-quarts des médaillés blessés en 2021 ont été arrêtés entre un mois et deux mois et seulement 18% déclarent avoir été arrêtés moins d'un mois alors qu'ils sont 50% des sélectionnés et 50% des finalistes dans ce cas (Tableau 5.4.b).

Ce constat interroge car si l'on compare aux médaillés de Rio, on constate une forte augmentation du nombre de blessures. A Rio, 67% des médaillés déclaraient avoir été blessés moins de 1 mois pendant les 6 mois préolympiques. A Tokyo, ils sont seulement 18%. A l'inverse, 73% déclaraient avoir été arrêtés entre un et deux mois pour seulement 17% à Tokyo.

Tableau 5.4.b – JO TOKYO – Les déclarations d'arrêt pour blessures en 2021

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Trois semaines et moins	50 % (-) NS	50 % (+) NS	18 % (-) *	42 %
1 mois à moins de 2 mois	23 % (-) NS	25 % (-) NS	73 % (+) *	36 %
2 mois et plus	27 % (+) NS	25 % (-) NS	9 % (-) NS	22 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 5.4.b – Comparaison Tokyo/Rio – Parmi les blessés, la performance selon la durée d'arrêt pour blessures lors de l'année des Jeux



### 30% DES SPORTIFS PRÉSENTS AUX JEUX ONT ÉTÉ BLESSÉS DANS LES 6 MOIS PRÉCÉDENTS LES JEUX

29% des sportifs qui ont participé aux Jeux de Tokyo avaient été blessés en 2021 (Tableau 5.4c). On retrouve sensiblement les mêmes chiffres qu'à Rio. (Tableau 5.4.d). Par contre, on constate une dégradation chez les médaillés. 32% des médaillés présents aux jeux de Tokyo déclarent avoir été arrêtés au moins un mois dans les six mois qui ont précédé les Jeux contre seulement 17% pour les jeux de Rio.

Tableau 5.4c – JO TOKYO – La part des blessés en 2021 par rapport à l'ensemble des sportifs présents au Jeux

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Trois semaines et moins	15%	13%	6%	12%
1 mois à moins de 2 mois	7%	6%	23%	10%
2 mois et plus	8%	6%	3%	6%
Pas blessé en 2021	70%	74%	69%	71%
Total des sportifs présents à Rio	100 %	100 %	100 %	100 %

Tableau 5.4.d – JO RIO – La part des blessés en 2016 par rapport à l'ensemble des sportifs présents au Jeux

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Trois semaines et moins	10%	28%	11 %	16%
1 mois à moins de 2 mois	13%	8%	3 %	9%
2 mois et plus	6%	4%	3 %	5%
Pas blessé en 2016	71%	61%	83 %	70%
Total des sportifs présents à Rio	100 %	100 %	100 %	100 %



## 5.5. Vers une généralisation de l'arrêt partiel pendant la blessure

La majorité des sportifs ne s'arrête que partiellement suite à une blessure. Ils continuent à entraîner certaines parties de leur corps. Presque 90%, en moyenne, continuent à entraîner certaines parties de leur corps (tableau 5.5.a). Évidemment, cela dépend également du type de blessures.

Par rapport aux Jeux de Rio, cette situation s'est renforcée puisqu'à Rio seulement 75% en moyenne continuaient à s'entraîner (Tableau 5.5.b).

Tableau 5.5.a – JO TOKYO – Gestion de la blessure

	BLESSURE 1	BLESSURE 2	BLESSURE 3	BLESSURE 4
Vous avez arrêté toute forme d'entraînement	27%	11%	10%	11%
Vous avez continué à entraîner certaines parties du corps	73%	89%	90%	89%
Total	100%	100%	100%	100%

Tableau 5.5.b – JO RIO – Gestion de la blessure

	BLESSURE 1	BLESSURE 2	BLESSURE 3	BLESSURE 4
Arrêt de toute forme d'entraînement	32,80 %	30,43 %	15,15 %	21,43 %
Entraînement de certaines parties du corps	67,20 %	69,57 %	84,85 %	78,57 %
Total	100,00 %	100,00 %	100,00 %	100,00 %

## 5.6. Vers la généralisation des protocoles de prise en charge de la reprise

On constate un accroissement important de la mise en œuvre de protocoles de reprise suite à une blessure. A Rio, environ 25% des sportifs interrogés disaient ne pas avoir réalisé de protocoles de reprise (rééducation et/ou réathlétisation). A Tokyo, ils ne sont plus que 15% en moyenne.

Parallèlement on constate une hausse importante de la mise en œuvre de protocoles complets (rééducation et réathlétisation). A Tokyo, environ 50% des sportifs déclarent avoir associé rééducation et réathlétisation après leur blessure alors qu'ils étaient en moyenne 20% à Rio.

Tableau 5.6.a – JO TOKYO – Blessures et protocole de reprise

	BLESSURE 1	BLESSURE 2	BLESSURE 3	BLESSURE 4
Réathlétisation	13,86%	17,46%	16,67%	0%
Rééducation	20,79%	19,05%	16,67%	75,00%
Rééducation et réathlétisation	47,52%	47,62%	53,33%	25,00%
Aucun	17,82%	15,87%	13,33%	0%
Total	100,00 %	100,00 %	100,00 %	100,00 %

Tableau 5.6.b – JO RIO – Blessures et protocole de reprise

	BLESSURE 1	BLESSURE 2	BLESSURE 3	BLESSURE 4
Réathlétisation	9,45 %	10,00 %	8,82 %	53,85 %
Rééducation	32,28 %	41,43 %	47,06 %	30,77 %
Rééducation et réathlétisation	33,07 %	20,00 %	17,65 %	7,69 %
Aucun	25,20 %	28,57 %	26,47 %	7,69 %
Total	100,00 %	100,00 %	100,00 %	100,00 %

## 5.7. Des taux de récurrences importants et en augmentation chez les médaillés

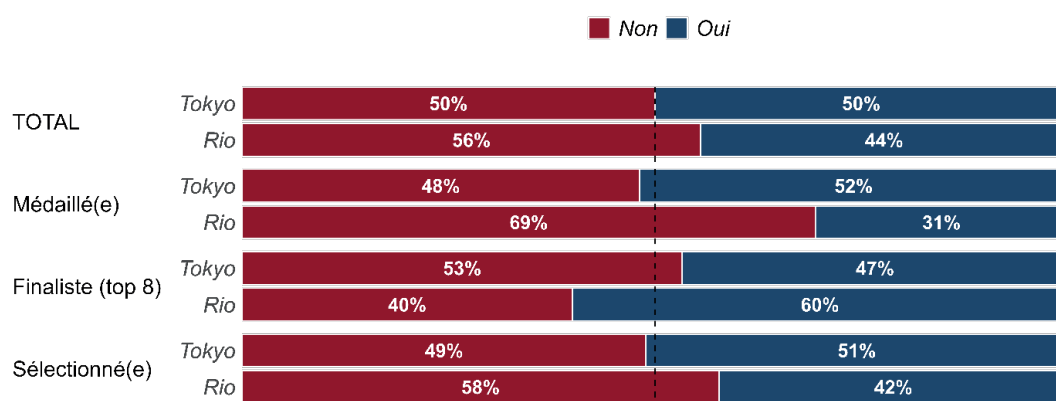
La moitié des blessés présents à Tokyo a connu des récurrences (Tableau 5.7.a). On trouve sensiblement la même situation lors des Jeux de Rio (Graphique 5.7.a).

Par contre, on constate des différences importantes entre Rio et Tokyo, au regard des performances obtenues. Les blessures sur récurrences ont particulièrement augmenté chez les médaillés de Tokyo puisque 52% d'entre eux déclarent avoir eu des récurrences sur certaines blessures alors qu'ils étaient seulement 31% à Rio.

Tableau 5.7.a – JO TOKYO – Sur certaines blessures, avez-vous connu des récurrences ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	49 % (-) NS	53 % (+) NS	48 % (-) NS	50 %
Oui	51 % (+) NS	47 % (-) NS	52 % (+) NS	50 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 5.7.a – Comparaison Tokyo/Rio – Sur certaines blessures, avez-vous connu des récurrences ?



Suite à cette question les sportifs étaient relancés sur les causes de leurs récurrences (Tableau 5.7.b). 63 d'entre eux se sont exprimés. Deux cas de figure apparaissent. Si un tiers des sportifs analyse cette récurrence comme inéluctable (usure, blessures chroniques, accident ...) (16) ou incompréhensible (5), les deux-tiers évoquent des problèmes liés à la gestion de leur blessure. Quatre thématiques apparaissent dans leurs propos. En premier lieu un problème d'ajustement de la charge d'entraînement (9) comme l'exprime ce sportif « Mauvaise quantification de la charge de travail ». Jugée parfois trop importante, cette charge est souvent associée à l'idée de fatigue. Plusieurs sportifs (9) évoquent en effet la fatigue comme raison de cette récurrence. Ensuite, un troisième groupe de sportifs évoquent des raisons (18) qui tiennent à des manques en termes de préparation physique, rééducation, prévention et gestion. Enfin, la reprise trop rapide est également évoquée (6).

Tableau 5.7.b – JO TOKYO – Cause des récédives

MODALITÉ	EFFECTIF
Caractère inéluctable	16
Incompréhensible	5
Ajustement charge d'entraînement	9
Fatigue	9
Manque de préparation, prévention, rééducation	18
Reprise trop rapide	6
Total	63

## 5.8. Le sentiment d'une bonne gestion de la blessure reste élevé

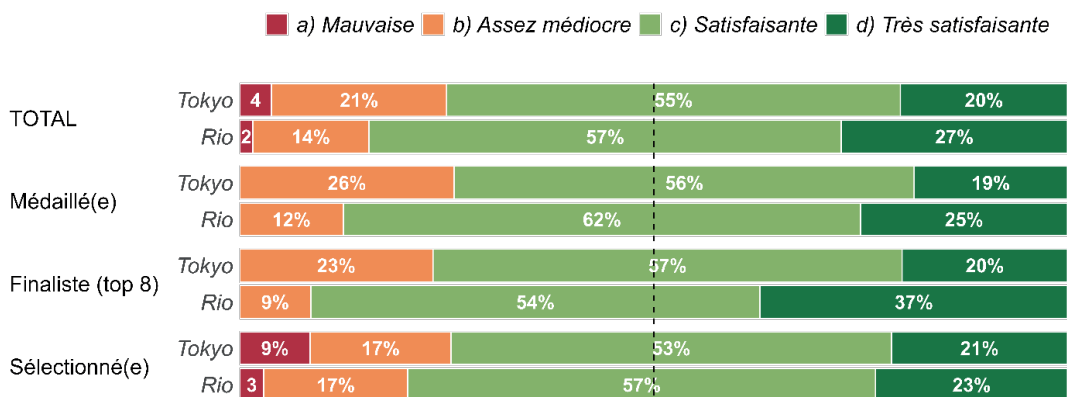
Comme lors des Jeux de Rio, les sportifs dans leur ensemble sont majoritairement satisfaits de la gestion de leurs blessures. On constate toutefois que si à Rio, ils étaient 16% à être insatisfaits, ils sont désormais 25% à Tokyo (Graphique 5.7.a).

Du point de vue de la performance, les médaillés (12% d'insatisfaits à Rio pour 26% à Tokyo) et les finalistes (9% à Rio pour 23% à Tokyo) ont connu la plus forte diminution de leur sentiment de satisfaction.

Tableau 5.8 – JO TOKYO – La performance selon le sentiment de gestion de blessure

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Mauvaise	9 % (+) *	0 % (-) NS	0 % (-) NS	4 %
Assez médiocre	17 % (-) NS	23 % (+) NS	26 % (+) NS	21 %
Satisfaisante	53 % (-) NS	57 % (+) NS	56 % (+) NS	55 %
Très satisfaisante	21 % (+) NS	20 % (-) NS	19 % (-) NS	20 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 5.8 – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon le sentiment de gestion de blessure



## 5.9. Des normes médicales davantage respectées

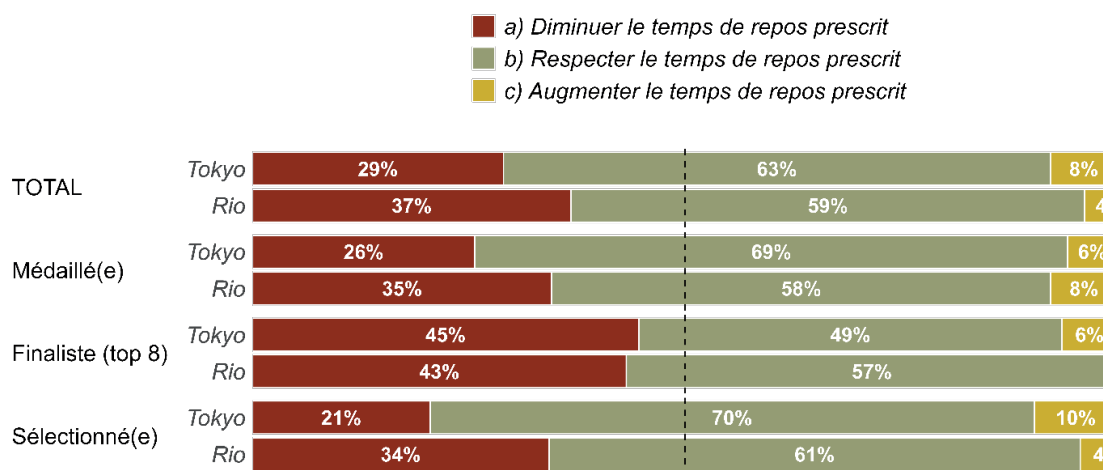
Même si presque les deux-tiers (63%) des sportifs interrogés disent respecter les normes médicales, une partie assez importante semble encore ne pas en tenir toujours compte. 29% des sportifs disent en effet réduire le temps d'arrêt et reprendre plus tôt (tableau 5.9.a La performance selon le respect des prescriptions médicales). On constate cependant que cette situation s'est réduite depuis les Jeux de Rio. A Rio, ils étaient 37% à ne pas respecter les temps de repos prescrits (Graphique 5.9.a).

Du point de vue de la performance, ce sont les finalistes qui ont le plus tendance à diminuer les temps de repos prescrit : 45% contre 21% des sélectionnés et 26% des médaillés. Ce même constat avait été remarqué chez les finalistes de Rio.

Tableau 5.9.a – JO TOKYO – La performance selon le respect des prescriptions médicales

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Augmenter le temps de repos prescrit	10 % (+) NS	6 % (-) NS	6 % (-) NS	8 %
Diminuer le temps de repos prescrit	21 % (-) **	45 % (+) ***	26 % (-) NS	29 %
Respecter le temps de repos prescrit	70 % (+) NS	49 % (-) **	69 % (+) NS	63 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 5.9.a – Comparaison Tokyo/Rio – La performance selon le respect des prescriptions médicales



Le croisement de la question sur le respect des prescriptions médicales avec les données sur les résultats sur les récurrences ne montre pas de différences significatives (Tableau 5.9.b). Les sportifs qui augmentent le temps de repos prescrit sont un peu moins soumis à la récurrence mais les effectifs sont trop faibles pour que les tests statistiques soient significatifs. Presque les trois-quarts des sportifs qui ont augmenté le temps de repos prescrit déclarent ne pas avoir eu de récurrences pour 52% des sportifs qui ont réduit le temps de repos prescrit.

Tableau 5.9.b – JO TOKYO – Respect des prescriptions d'arrêt et récidives

	AUGMENTER LE TEMPS DE REPOS PRESCRIT	DIMINUER LE TEMPS DE REPOS PRESCRIT	RESPECTER LE TEMPS DE REPOS PRESCRIT	TOTAL
Déclare avoir eu des récidives sur des blessures	29 % (-) NS	48 % (-) NS	53 % (+) NS	50 %
Déclare ne pas avoir eu de récidives sur des blessures	71 % (+) NS	52 % (+) NS	47 % (-) NS	50 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

## 5.10. Avoir contracté le Covid : la principale raison des arrêts en dehors des blessures

Presqu'un tiers des sportifs déclare avoir été arrêté pour d'autres raisons qu'une blessure (tableau 5.10.a). Le chiffre est en augmentation par rapport à Rio où ils étaient seulement 24%.

Du point de vue de la performance, les médaillés déclarent, plus que les autres, des cas de récurrence – 40% des médaillés déclare avoir été arrêté pour d'autres raisons qu'une blessure contre pour 32% pour l'ensemble des sportifs – et surtout beaucoup plus que lors des Jeux de Rio. A Rio ils étaient 25% à avoir été arrêtés pour d'autres raisons. A Tokyo, ils sont 40% (Graphique 5.10.a).

Suite à cette question il était demandé aux sportifs de préciser la raison de leur arrêt et la durée de cet arrêt.

Concernant la raison de l'arrêt, « Avoir eu le covid » constitue la principale raison évoquée par les sportifs. 7 sportifs sur 10 disent avoir été arrêtés car ils ont contracté le covid (Tableau 5.10.b).

Concernant la durée de cet arrêt, presque 30% des sportifs ont été arrêtés plus d'un mois. On retrouve sensiblement les mêmes chiffres pour l'olympiade de Rio (Graphique 5.10.b).

Tableau 5.10.a – JO TOKYO – Votre préparation a-t-elle été interrompue par d'autres raisons qu'une blessure (covid, fatigue, raisons familiale, maladie, ...)

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
oui	37 % (+) NS	17 % (-) NS	40 % (-) NS	32 %
non	63 % (-) NS	83 % (+) NS	60 % (-) NS	68 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 5.10.a – Comparaison Tokyo/Rio – Votre préparation a-t-elle été interrompue par d’autres raisons qu’une blessure (fatigue, raisons familiale, maladie, ...)

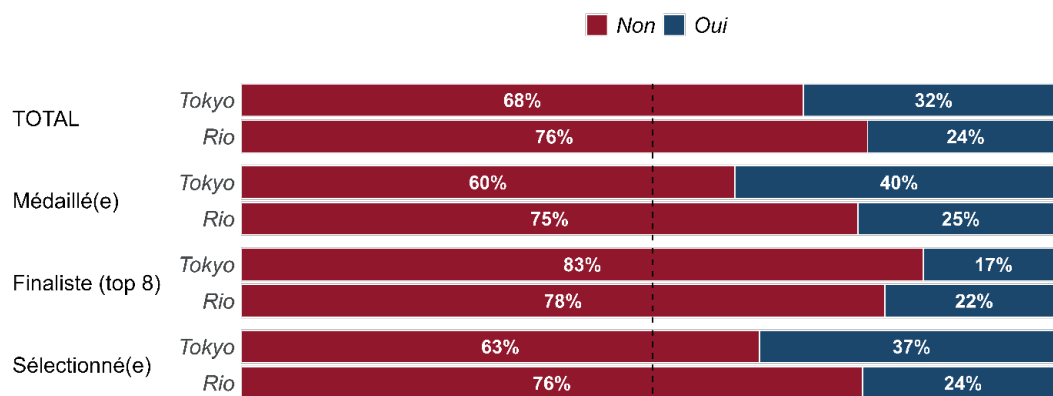
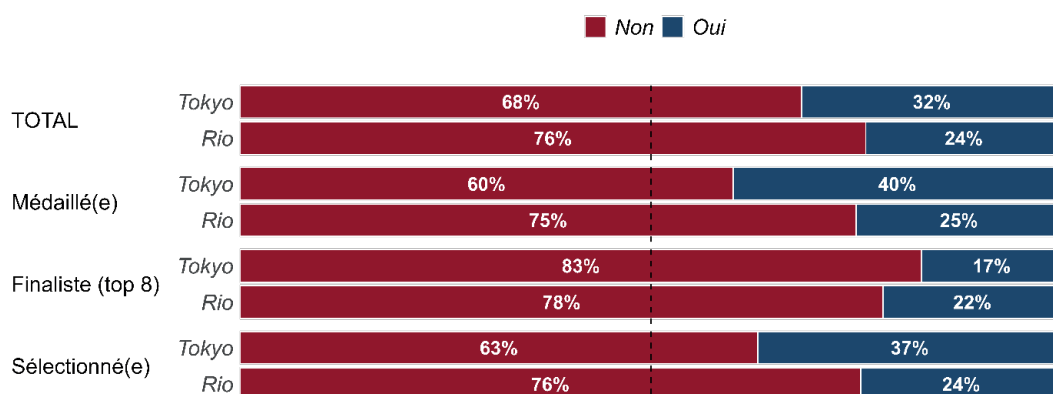


Tableau 5.10.b – JO TOKYO – Raisons d’arrêts autre qu’une blessure

Covid	32	68%
Fatigue/surmenage	5	11%
Maladie	4	9%
Raisons familiales	3	6%
Décès	1	2%
Événements professionnels	1	2%
Cambriolage	1	2%
Total général	47	100%

Graphique 5.10.b – Comparaison Tokyo/Rio – Combien de temps votre préparation a-t-elle été interrompue par d’autres raisons qu’une blessure



# Chapitre 6

## Impact de la situation pandémique

### 6.1. L'impact de la situation pandémique sur la préparation sportive

Très peu de sportifs (16%) disent ne pas avoir été impacté par la situation pandémique du point de vue de leur préparation sportive. Ils sont 32% à estimer avoir été fortement impactés, un peu plus de la moitié disant avoir été modérément impactés (Tableau 6.1.a).

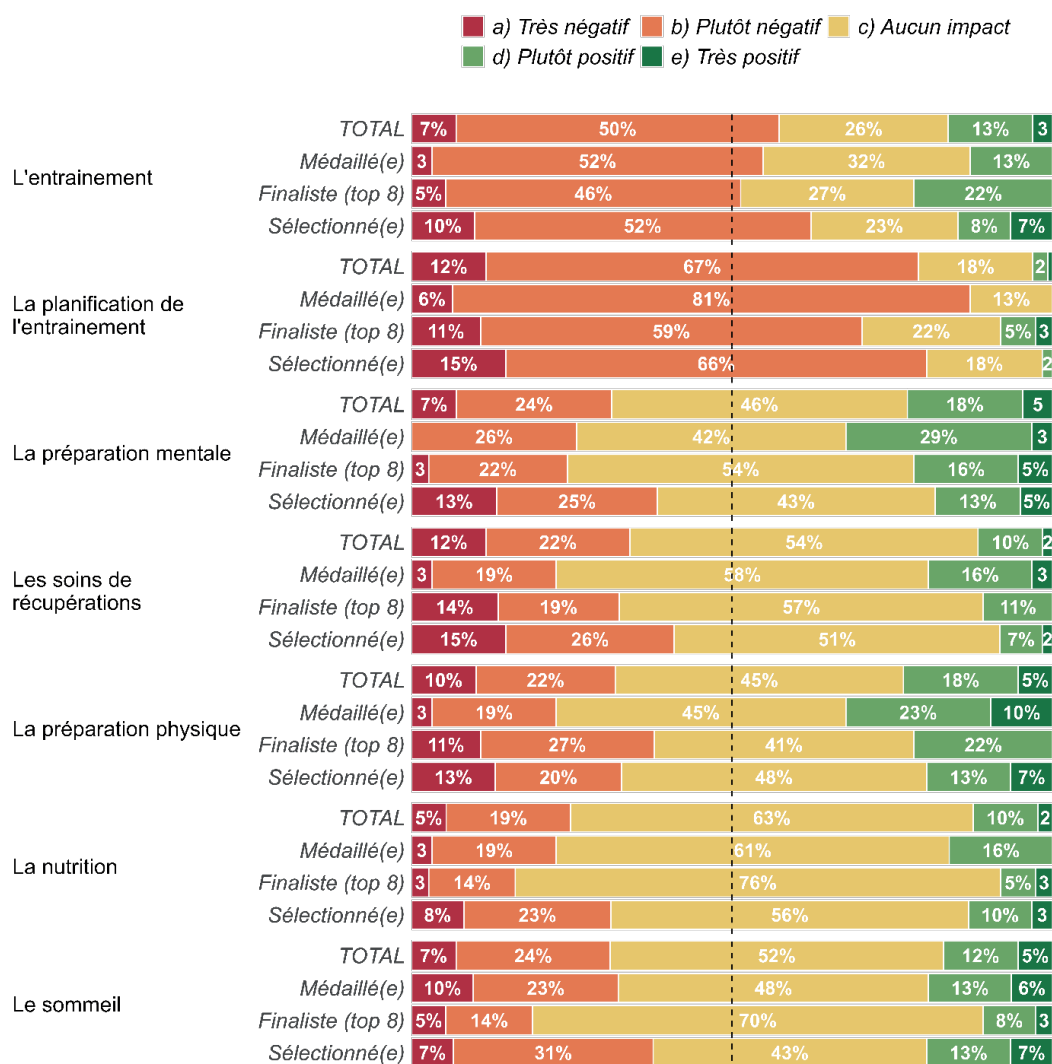
Tableau 6.1.a – JO TOKYO – La situation pandémique a-t-elle impactée votre préparation sportive en 2020-21 ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Pas du tout	16 % (+) NS	21 % (+) NS	9 % (-) NS	16 %
Modérément	52 % (+) NS	49 % (-) NS	54 % (+) NS	52 %
Fortement	32 % (-) NS	30 % (-) NS	37 % (+) NS	32 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Afin de préciser cet impact, les sportifs ont été relancés sur la nature positive ou négative des effets sur chacune des dimensions de leur préparation sportive (Graphique 6.1.a). Même si, concernant l'entraînement et la planification de l'entraînement, l'impact est plutôt jugé négativement, contrairement aux idées reçues, sur les autres dimensions de la préparation sportive les opinions sont partagées avec d'une part à peine un tiers des sportifs estimant les conséquences négatives : 31% pour la préparation mentale, 34% pour les soins de récupération, 32% pour la préparation physique, 24% pour la nutrition et 24% pour le sommeil et d'autre part en parallèle une partie non négligeable tirant même des conséquences plutôt positives de la situation – 23% pour la préparation mentale, 12% pour les soins de récupération, 23% pour la préparation physique, 12% pour la nutrition, 17% pour le sommeil.

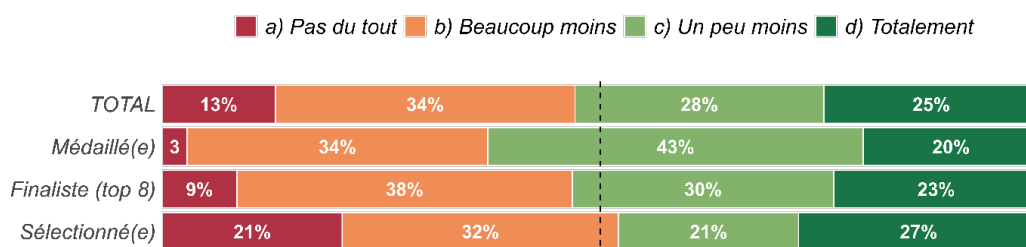
Du point de vue de la performance, en dehors des questions d'entraînement et de planification, les médaillés jugent beaucoup plus positivement que les autres les effets de la situation pandémique sur les autres dimensions de leur préparation : Préparation mentale, préparation physique, récupération, nutrition, sommeil.

Graphique 6.1.a – Si modérément ou fortement, pouvez-vous préciser la nature de cet impact sur :



Presque la moitié des sportifs dit avoir considérablement réduit leur temps d'entraînement pendant le premier confinement. Cela signifie qu'une partie d'entre eux semble donc avoir trouvé des adaptations leur permettant de continuer à s'entraîner. Du point de vue de la performance, les médaillés sont ceux qui ont le moins souffert d'une diminution de leur temps d'entraînement.

Graphique 6.1.b– Concernant la crise sanitaire, pendant le premier confinement (mars à mai 2020), avez-vous continué à vous entraîner ?





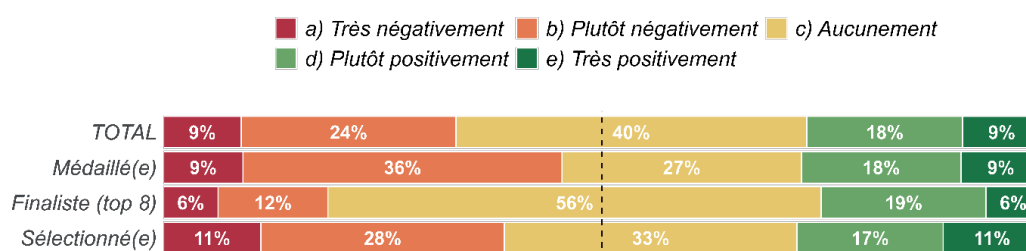
## 6.2. L'impact sur le projet professionnel et de formation

### 6.2.1. CONCERNANT LES SPORTIFS EN FORMATION

Concernant les sportifs en formation, les avis sont partagés avec 33% estimant l'impact négatif et 27% plutôt positif.

Par contre du point de vue de la performance, les médaillés sont les sportifs qui estiment le plus avoir été négativement impactés.

Graphique 6.2.1 – la situation pandémique a-t-elle impactée votre projet de formation ?

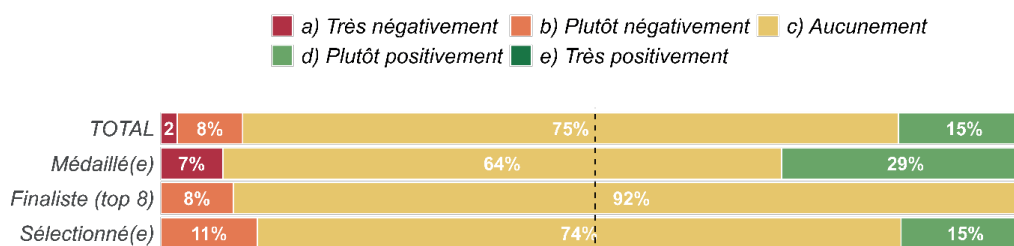


### 6.2.2. CONCERNANT LES SPORTIFS SALARIÉS D'ENTREPRISE ET SALARIÉS CLUB

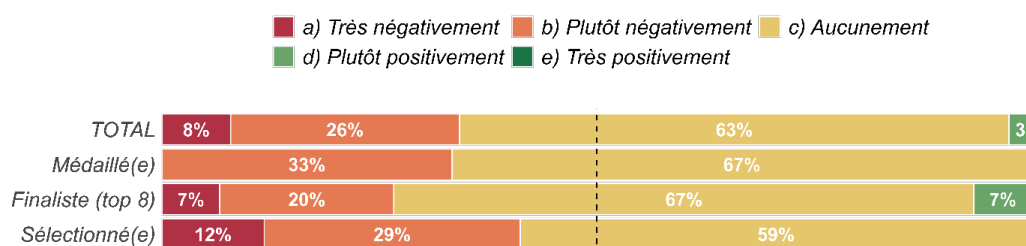
Concernant les sportifs salariés d'entreprise, très peu estiment avoir été impactés négativement par le Covid (10%). Pour la majorité (75%), il n'y a eu aucun impact sur leur projet professionnel. Par contre, le ressenti n'est pas similaire pour les salariés clubs dont plus d'un tiers estiment que l'impact de la situation pandémique a plutôt été négatif pour eux.

Du point de vue de la performance, concernant les salariés d'entreprise privée ou publique, presque un tiers des médaillés jugent plutôt positivement les effets de la situation pandémique sur leur projet professionnel. La situation est encore une fois inversée concernant les salariés club. Ils sont effet un tiers à qualifier de négatif cet impact.

Graphique 6.2.2.a – (concernant les salariés d'entreprise) la situation pandémique a-t-elle impactée votre projet professionnel en 2020 - 2021 ?



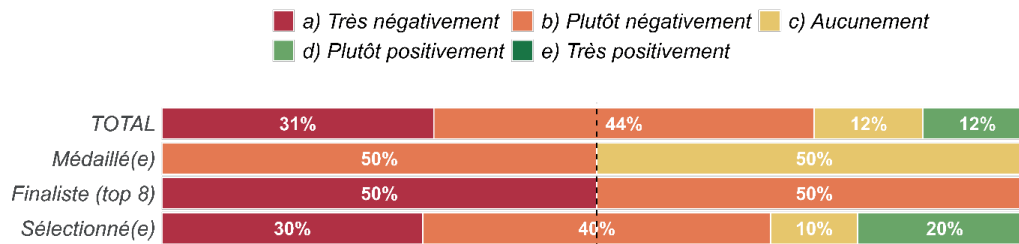
Graphique 6.2.2.b – (concernant les salariés club) la situation pandémique a-t-elle impactée votre projet professionnel en 2020 - 2021 ?



### 6.2.3. CONCERNANT LES SPORTIFS SANS EMPLOI ET FORMATION

Concernant les sportifs sans emploi et formation, les trois-quarts estiment que l'impact sur leur situation a été négatif et 31% le qualifient même de très négatif. Du point de vue de la performance, tous les médaillés et finalistes qualifient de négatif l'impact du Covid.

Graphique 6.2.3 – (concernant les sportif sans activité professionnelle ou de formation en 2020-2021) la situation pandémique a-t-elle impactée votre projet professionnel en 2020 - 2021?

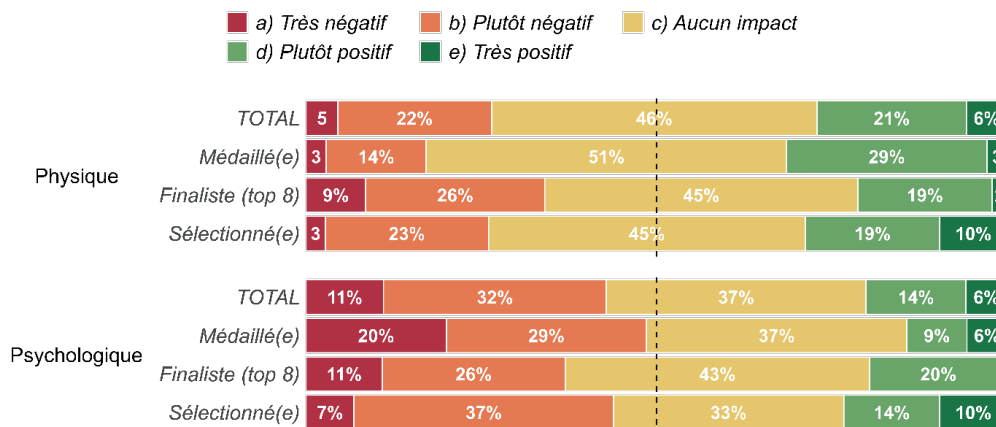


## 6.3. L'impact sur la santé

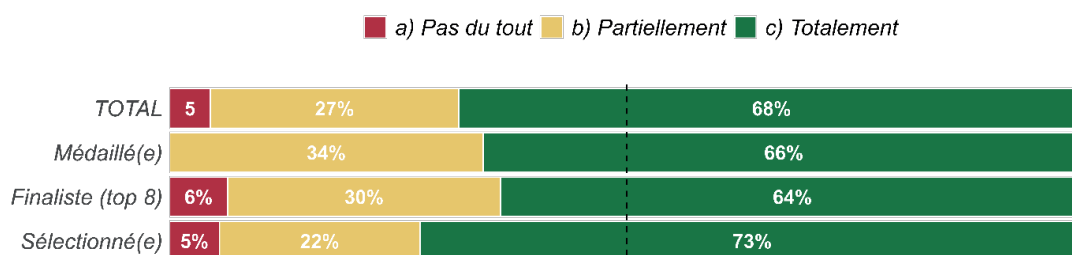
En termes de santé, l'impact rapporté par les sportifs a été beaucoup plus important d'un point de vue de la santé psychologique que physique (Graphique 6.3.a). Du point de vue de la santé physique, les avis sont en effet partagés avec des proportions égales de sportifs qui estiment que l'impact a été négatif et d'autres que l'impact a été positif. Par contre du point de vue de la santé psychologique, l'impact est majoritairement jugé négativement par 43% des sportifs contre 20% qui estiment l'impact positif.

On ne constate pas de différence au regard des performances obtenues à Tokyo. Pour la quasi-totalité des sportifs, cette situation est résolue ou partiellement résolue (Graphique 6.3.b).

Graphique 6.3a – Estimez-vous que la crise sanitaire (dans son ensemble) a eu impact sur votre santé :



Graphique 6.3.b – Si vous avez été en difficulté, estimez-vous que cette situation est résolue ?



# Chapitre 7

## Performances sportives

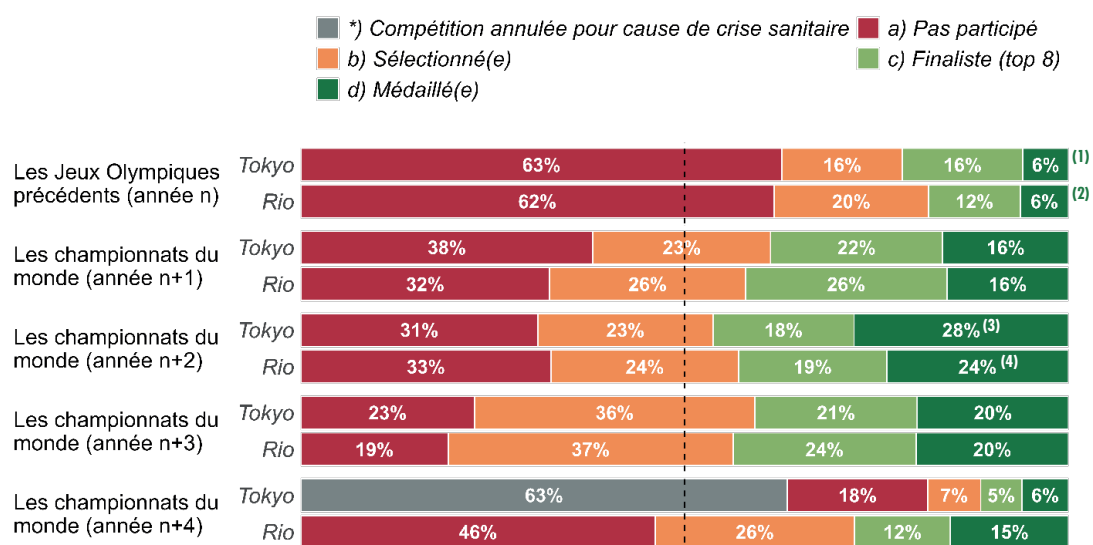
### 7.1. Le parcours de performances sportives des sportifs présents aux Jeux olympiques de Tokyo

Nous avons questionné les sportifs qui ont participé aux Jeux de Tokyo sur les performances qu'ils avaient obtenues aux Jeux précédents (Rio) et aux Championnats du Monde qui s'étaient déroulés en 2017, 2018, 2019 et en 2020 et 2021. Concernant les années 2020 et 2021, les résultats sont à prendre avec précaution car, en raison de la situation pandémique, les calendriers ont été bouleversés. Suivant la date des Championnats du Monde, le pays d'accueil et le type d'activité ces Championnats du Monde n'ont pas toujours été possibles. Nous avons conservé (année N+4 dans les graphiques) le meilleur résultat obtenu par le sportif sur ces deux années 2020-21 pour permettre la représentation graphique.

L'analyse des résultats des sportifs ayant participé aux Jeux de Tokyo et Rio, sous l'angle du top 3, aux 5 compétitions majeures précédentes, révèle une dynamique "de cloche" pour l'ensemble des sportifs (sur les graphiques 7.1, 7.2, 7.3 et 7.4 prendre pour repère visuel le vert foncé à droite des diagrammes qui correspond au fait d'avoir été médaillé). Le pic de cloche se situe presque systématiquement en N+2 (pour Tokyo l'année N+2 correspond aux Championnats du Monde de 2018 et pour Rio aux Championnats du Monde de 2014).

Concernant l'ensemble des sportifs ayant participé aux Jeux de Tokyo (graphique 7.1), on passe de 6% qui ont été médaillés aux Jeux de Rio à 28% aux championnats du monde 2018 (année N+2) et 6% aux championnats du monde 2020-21 (année N+4). En dehors de l'année N+4, on constate sensiblement la même évolution pour les sportifs de Rio.

Graphique 7.1 – Comparaison Tokyo/Rio – Pour l'ensemble des sportifs présents aux Jeux : Quels résultats aviez-vous obtenus dans les compétitions suivantes ?



Lecture : (1) 6% des sportifs présents aux Jeux de Tokyo ont été médaillés aux Jeux précédents (Rio)  
 (2) 6% des sportifs présents aux Jeux de Rio ont été médaillés aux jeux précédents (Londres)  
 (3) 28% des sportifs présents aux Jeux de Tokyo ont été médaillés aux championnats du monde n+2 (2018)  
 (4) 24% des sportifs présents aux Jeux de Rio ont été médaillés aux championnats du monde n+2 (2014)

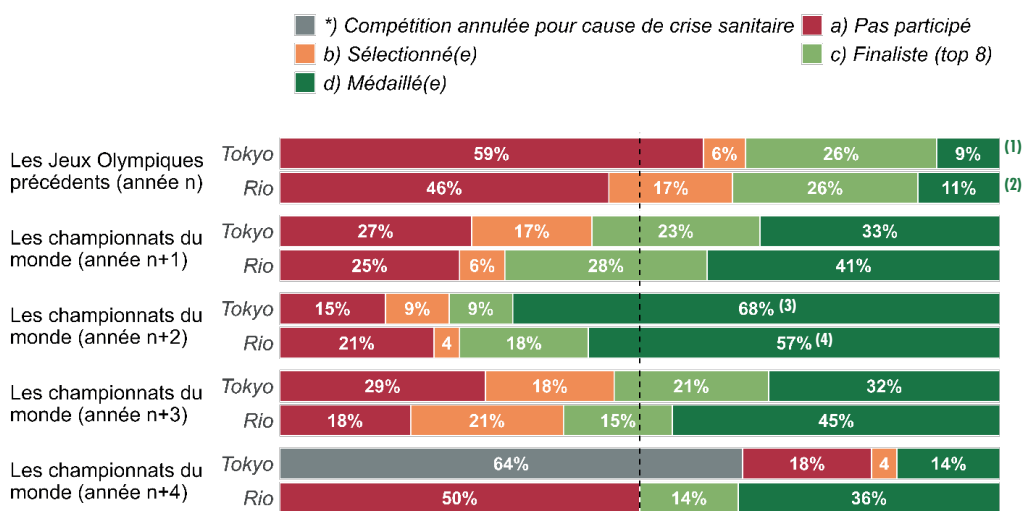
Si l'on traite séparément les sportifs de Tokyo et Rio en fonction de leur performance – les médaillés (Graphique 7.2), les finalistes (graphique 7.3) et les sélectionnés (graphique 7.4) –, on retrouve la même dynamique de cloche mais différemment accentuée. Plus les sportifs ont obtenu une performance élevée, plus le pic de la cloche est élevé.

Concernant les sportifs qui ont été médaillés aux Jeux de Tokyo (graphique 7.2), on passe de 9% qui ont été médaillés aux JO Rio, 33% aux championnats du monde 2017 à 68% aux championnats du monde 2018 pour redescendre ensuite à 32% aux championnats du monde 2019 et 14% aux championnats du monde 2020/21. On retrouve un schéma quasi identique pour les médaillés des Jeux Olympiques de Rio.

Concernant les finalistes (graphique 7.3), le pic est à 21% mais la cloche est beaucoup moins prononcée.

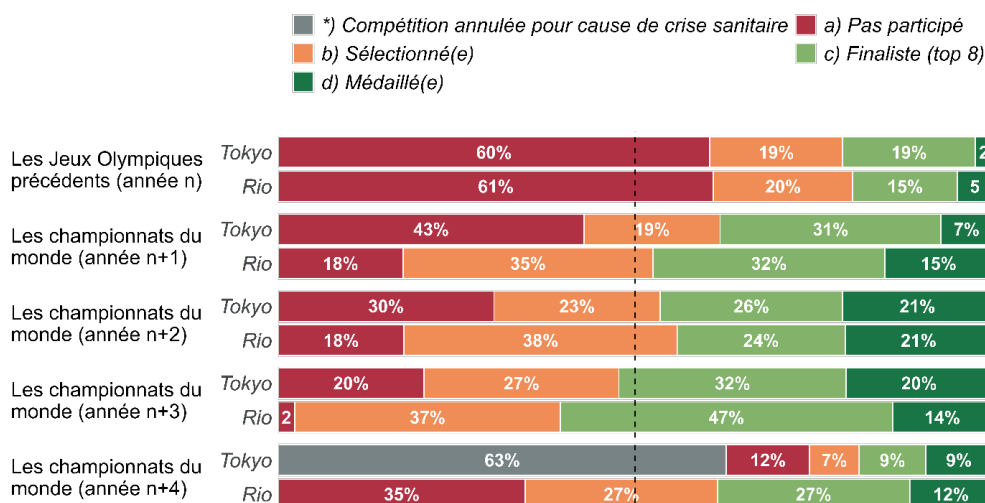
Concernant les sélectionnés, c'est-à-dire les sportifs qui n'ont pas été finalistes ou médaillés (graphique 7.4), la courbe en cloche est quasiment inexistante et est beaucoup plus à plat. On la retrouve quelque peu pour les Jeux de Rio (5/5/12/12/9) avec un pic à 12%. Pour les Jeux de Tokyo, il n'y a pas vraiment de pic car il y a un léger décrochage.

Graphique 7.2 – Comparaison Tokyo/Rio – Pour les médaillés de Tokyo, Quels résultats aviez-vous obtenus dans les compétitions suivantes ?

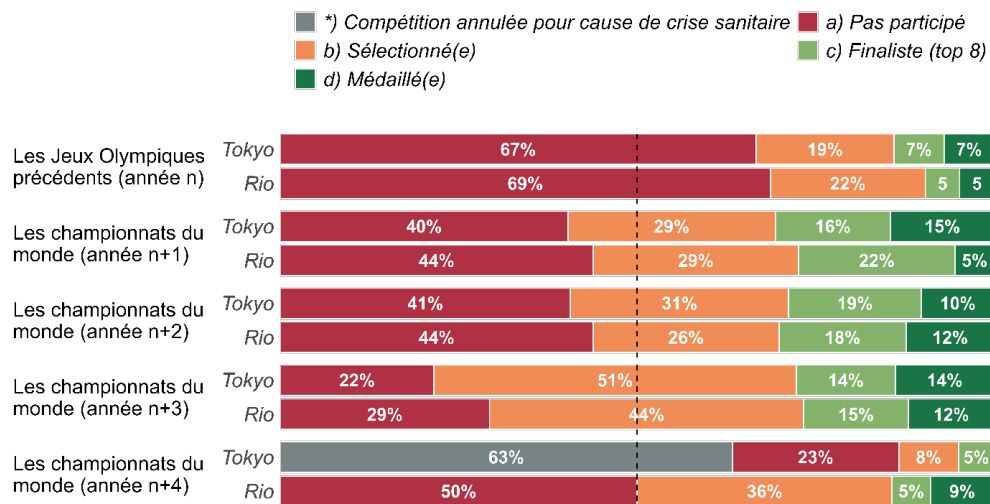


Lecture : (1) 9% des sportifs médaillés à Tokyo ont été médaillés aux Jeux précédents (Rio)  
 (2) 11% des sportifs médaillés à Rio ont été médaillés aux jeux précédents (Londres)  
 (3) 68% des sportifs médaillés à Tokyo ont été médaillés aux championnats du monde n+2 (2018)  
 (4) 57% des sportifs médaillés à Rio ont été médaillés aux championnats du monde n+2 (2014)

Graphique 7.3 – Comparaison Tokyo/Rio – Pour les athlètes finalistes à Tokyo : Quels résultats aviez-vous obtenus dans les compétitions suivantes ?



Graphique 7.4 – Comparaison Tokyo/Rio – Pour les athlètes sélectionnés à Tokyo : Quels résultats aviez-vous obtenus dans les compétitions suivantes ?



## 7.2. Un sentiment de réussite accru chez les médaillés

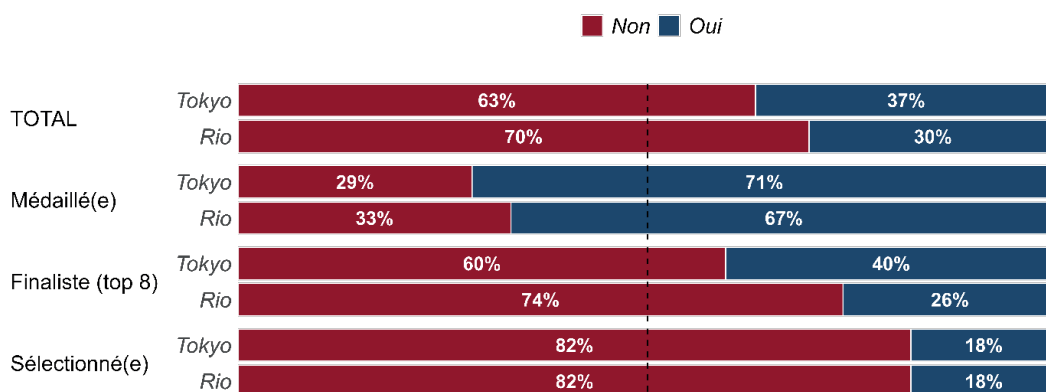
La question de départ était : « Vos résultats aux JO de Tokyo étaient-ils à la hauteur de vos objectifs ? ». En toute logique, comme ce fut le cas pour les sportifs ayant participé aux Jeux de Rio, le sentiment de réussite est significativement supérieur chez les médaillés : 71% des médaillés pour seulement 18% chez les sélectionnés.

Entre les deux olympiades, on constate une différence chez les finalistes. Les finalistes de Tokyo sont davantage satisfaits de leurs résultats.

Tableau 7.2 – JO TOKYO – Vos résultats aux JO de Tokyo étaient-ils à la hauteur de vos objectifs ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Non	82 % (+) ***	60 % (-) NS	29 % (-) ***	63 %
Oui	18 % (-) ***	40 % (+) NS	71 % (+) ***	37 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 7.2 – Comparaison Tokyo/Rio – Vos résultats aux JO étaient-ils à la hauteur de vos objectifs ?



## 7.3. Au sujet des éléments les plus déterminants dans la réussite

Il était également demandé de préciser les éléments qui selon eux avaient été les plus déterminants dans leur réussite. 44 sportifs se sont exprimés. Cinq éléments ressortent principalement de l'analyse des verbatim.

De façon prépondérante, la question du mental et de sa préparation est l'élément qui ressort le plus dans les propos des sportifs. 18 sportifs parmi les 44, soit plus de 40%, attribuent leur réussite à la préparation mentale.

Ensuite la qualité du staff de préparation (11) est fortement évoquée comme ayant contribué à l'atteinte des objectifs comme l'exprime ce sportif : « Tout l'environnement de performance que nous nous sommes constitués, en particulier : préparation mentale (individuelle et collective), prise en charge médicale, individualisation de l'entraînement et de la planification. Notre coach. ».

Les sportifs (6) considèrent également qu'ils doivent leur réussite à leur motivation personnelle (détermination, engagement, persévérance, envie de réussir).

Enfin, la préparation physique (6), l'optimisation de la performance (5) et la planification (3) sont également des éléments évoqués pour expliquer les conditions de leur réussite.

## 7.4. Au sujet des éléments ayant le plus contribué à la non atteinte des objectifs

Afin de préciser les éléments qui selon les sportifs avaient le plus contribué à la non atteinte de leurs objectifs, une question ouverte était posée. 77 sportifs se sont exprimés. Cinq éléments ressortent plus particulièrement de leurs propos.

1. Les effets de la situation pandémique (13). De nombreux sportifs estiment que la situation pandémique a impacté fortement l'atteinte de leurs objectifs : manque de compétition, d'entraînement et bulle sanitaire lors des Jeux sont mobilisés pour justifier cette position comme le souligne ce sportif : « la situation Covid et l'incertitude liée avec en conséquence un manque de programmation + le manque d'entraînement + le manque de compétition + l'éloignement de ma famille (ma femme et mes enfants) ».

2 & 3. La blessure (11) et le manque de préparation mentale (11) sont ensuite les deux éléments qui apparaissent le plus dans les propos des sportifs.

4. Les problèmes liés à l'équipe d'encadrement. En effet, plusieurs sportifs ont évoqué des problèmes d'entente avec leur fédération et leur entraîneur.

5. Enfin, le manque d'expérience dans ce type de compétition est une raison qui revient également fortement : « Première sélection individuelle. Trop stressé ». De nombreux sportifs évoquent le manque d'expériences face à ce type d'événement, les conduisant à mal gérer et prendre de mauvaises décisions.

Sans que cela soit aussi important, plusieurs sportifs indiquent également le manque de ressources financières, l'inadaptation de la préparation et la malchance.

## 7.5. Les modifications idéales qu'ils auraient apportées à leur préparation, organisation ou manière de vivre

"Si c'était à refaire, que modifieriez-vous dans votre préparation, votre organisation ou votre manière de vivre ?". 89 sportifs se sont exprimés. L'analyse des verbatim fait apparaître trois thèmes principaux de modifications à apporter qui semblent largement partagés.

Loin devant les deux autres thématiques, la préparation mentale apparaît, comme lors des Jeux de Rio, la plus importante revendication. Près d'un quart des sportifs ayant répondu à cette question (22) partage ce besoin à l'image de cet athlète : « Une meilleure préparation en amont avec mon préparateur mental pour être mieux préparé à vivre une compétition olympique ».

Le deuxième thème (15 sportifs) est celui d'une meilleure gestion de la charge d'entraînement – « Gestion de la charge d'entraînement entre charge d'entraînement spécifique et charge prepa physique » –, de la planification et de la gestion des temps de repos : « ajouter un temps de repos pour attaquer la préparation finale des Jeux avec de la fraîcheur physique pour arriver en pleine possession de ses moyens. »

Le troisième thème (13) est relatif à la remise en cause de l'équipe d'encadrement et plus particulièrement de l'entraîneur « Avoir le choix de mon entraîneur afin d'avoir une relation de confiance ». La gouvernance de la fédération est également mise en cause.

Ensuite plusieurs thèmes apparaissent de façon moins prépondérante : la nutrition (6), le sommeil et la récupération (5), la préparation physique (8), la gestion du calendrier compétitif (5), les besoins en partenaire d'entraînement (4), la gestion des blessures (4).

## 7.6. Des sportifs plutôt satisfaits de l'évolution de leurs conditions de préparation

Il a été demandé aux sportifs ayant participé aux Jeux de Tokyo et qui avaient déjà participé antérieurement aux jeux de Rio, s'ils avaient le sentiment que leurs conditions de préparation avaient évolué depuis les jeux précédent.

Un peu plus de la moitié de ces sportifs (56%) sont satisfaits de l'évolution de leurs conditions de préparation depuis Rio. Seulement un quart, estiment que l'évolution a été négative et 20% sont sans avis.

Tableau 7.6 – JO TOKYO – Pour les sportifs qui ont participé ou ont préparé les Jeux de Rio, avez-vous le sentiment que vos conditions de préparation ont évolué depuis les Jeux de Rio ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Très positivement	11%	18%	14%	14%
Positivement	47%	29%	50%	42%
Sans avis	11%	24%	29%	20%
Négativement	32%	29%	7%	24%
Total	100%	100%	100%	100%

## 7.7. Presque quatre sportifs sur dix touchés par des difficultés financières durant leur préparation

38% des sportifs disent avoir rencontré des difficultés financières pendant l'olympiade. Aucune différence n'est constatée selon le niveau de performance atteint (tableau 7.7.a– La performance selon les difficultés financières).

En termes d'évolution, on constate une légère dégradation de la situation financière des sportifs olympiques. Un peu plus de 38% des sportifs déclarent avoir été en difficulté financière pendant l'olympiade de Tokyo. Ils étaient 31% à Rio. Du point de vue de la performance obtenue aux Jeux de Tokyo, la situation s'est davantage dégradée pour les médaillés. A Rio, ils étaient 28% à avoir déclaré avoir été en difficulté financière pendant l'olympiade. A Tokyo, ils sont désormais 40%.

Suite à cette question de savoir si les sportifs avaient connu des difficultés financières durant l'olympiade, il était demandé aux sportifs d'en préciser la nature. La plupart des sportifs parlent d'aides qui ne sont pas à la hauteur du projet de performance (des besoins personnels et de performance sportive). Derrière la plupart des propos des sportifs, il ressort que les aides n'étaient pas suffisantes, « Budget insuffisant pour réaliser une saison optimale : choix parfois fait en fonction du manque de moyens », « Très faibles revenus durant le début de l'olympiade ». Certains sportifs évoquent même l'absence d'aide de leur côté : « J'ai eu aucune aide financière ».

Ce qui ressort également assez fortement est le caractère incertain de la situation financière sur les aides à venir comme sur les aides déjà programmées. En effet certains sportifs évoquent l'incertitude des aides à venir avec d'une part la difficulté d'en connaître exactement le montant « Incertitude quant aux aides attribuées par la fédération: attribution individualisée, floue, qui évolue en cours d'année » et d'autre part la difficulté de savoir parfois quand elles seront versées « les aides ne tombant jamais à date précise, les dépenses et budget sont difficiles à prévoir et parfois j'ai fait des paiements ou pris des engagements en comptant sur le versement et le versement arrivait plus tard engendrant toute sorte de problème bancaire (agios, refus de virement, carte bloquée...) ». D'autres parlent d'annulation de certaines aides notamment perte de sponsors (sans doute en relation avec la situation conjoncturelle de crise sanitaire) « Des sponsors qui n'ont pas pu m'accompagner financièrement comme il était prévu (frais engagés que j'ai dû combler comme je pouvais) », mais aussi parfois la perte de certaines aides institutionnelles « Perte de mon contrat pacte de performance ».

Pour de nombreux sportifs, ces difficultés financières ont constitué une pression supplémentaire qui a engendré beaucoup de stress et ne les a pas mis dans une situation de sérénité pour préparer une telle épreuve : « Besoin de travailler pour payer mes études et mon loyer. Beaucoup de stress lié à l'incertitude des ressources financières. 100% du salaire de ma mère qui passe dans mes études en 2018 et 2019. Pas toujours en capacité de payer pour les soins médicaux adéquat. Pression pour revenir à l'entraînements afin de garder les aides financières => encore plus de blessures », dit un sportif.

Ce type de situation a eu deux conséquences.

### 1/ DES DIFFICULTÉS POUR FINANCER SA VIE PERSONNELLE

Rencontrer des difficultés, pour assumer sa vie quotidienne (repas, loyer, déplacements), est une situation évoquée par plusieurs sportifs de façon assez récurrente. Certains évoquent la difficulté de payer leurs études, de se loger « Difficultés à payer mon loyer, incapacité à payer mon coach et à payer des déplacements en stage. Parfois incapacité à payer mon staff médical », de faire garder leurs enfants « Pas les moyens de payer la garde des enfants type périscolaire et centre de loisirs. Petits salaires à deux », mais aussi tout simplement d'avoir des repas corrects « Des difficultés pour avoir une alimentation au niveau du volume d'entraînement et pour les soins médicaux laissé de côté », « Manger moins de protéines parce que la viande coûte cher ».

En conséquence, certains sportifs ont été dans l'obligation de s'auto financer en cherchant du travail du type « petits boulots » (recherche coûteuse en temps et en énergie) : « En 2017 j'ai dû reprendre un emploi pour pouvoir subvenir à mes besoins. J'ai diminué l'intensité de mes entraînements. », en demandant de l'aide auprès de leur entourage, notamment leurs parents. Plusieurs sportifs évoquent l'aide financière des parents comme ayant été déterminante pour leur maintien dans une carrière de haut niveau. C'est majoritairement le cas pour les étudiants qui n'ont pas la possibilité d'avoir de revenus alors qu'ils gèrent leurs études et leur carrière sportive.



## 2/ UNE LIMITATION DES RESSOURCES UTILISÉES POUR LA PERFORMANCE

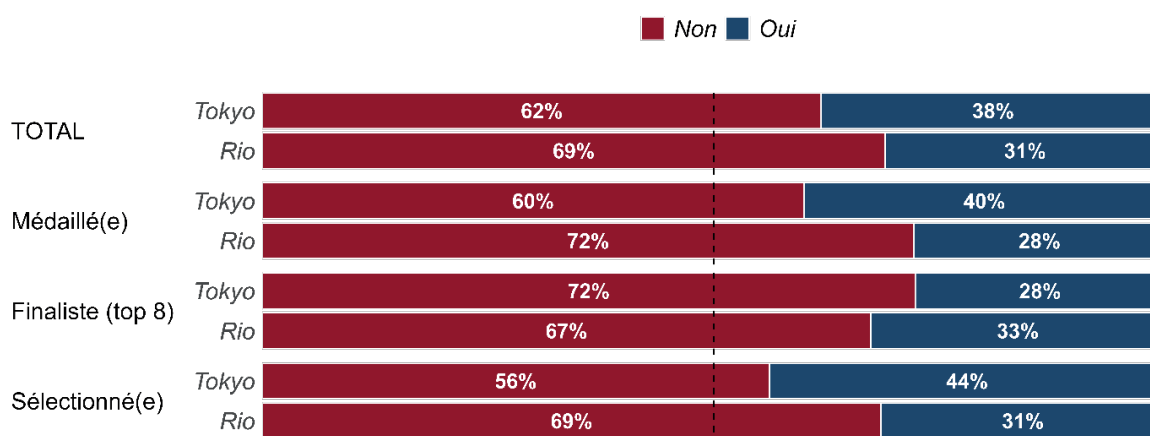
Mais, les conséquences n'ont pas été simplement d'ordre extra sportives (obtenir des revenus complémentaires) ou psychologiques (stress et manque de sérénité), de nombreux sportifs évoquent des effets directs sur les éléments de leur préparation à la performance sportive. Une partie des sportifs dit avoir été dans l'obligation de faire l'impasse sur des soins, des stages, du matériel performant, un suivi psychologique : « Pas assez de moyen pour organisation de stages, pour achat de matériel de récupération », « Pas de prise en charge fédérale de la préparation mentale excessivement chère ». Plusieurs sportifs disent avoir financé personnellement ces ressources : « J'ai dû investir personnellement dans mes stages d'entraînement, sur mon suivi osthéopathique et dans mes transports lors des compétitions, ce qui ne m'a pas permis d'investir dans mon après carrière. Bien entendu je ne néglige en aucun cas les aides qui m'ont été attribuées car elles m'ont déjà permis de réaliser un très beau chemin mais je réalise qu'il faut encore progresser pour avoir les conditions optimales de préparation à la performance. ».

Les difficultés rencontrées par les sportifs sont très diverses et ne permettent pas de faire de constats généraux. Par contre, le nombre de sportifs qui évoque des difficultés financières est comme lors des Jeux de Rio suffisamment important pour que la question soit encore approfondie. Sur les 155 sportifs qui ont répondu, plus de 50 évoquent leurs difficultés financières et des liens directs ou indirects avec leur performance. On aurait pu imaginer que seuls les moins performants aux Jeux (les sélectionnés) auraient pu être touchés par ces difficultés mais, comme nous l'avons déjà souligné dans le cadre de l'enquête Rio, ce n'est pas le cas. Les sportifs concernés sont tout autant médaillés que non médaillés.

Tableau 7.7.a – JO TOKYO – Avez-vous, durant l'Olympiade, rencontré des difficultés financières qui ont impacté négativement votre préparation ?

	SÉLECTIONNÉ(E)	FINALISTE (TOP 8)	MÉDAILLÉ(E)	TOTAL
Oui	44 % (+) NS	28 % (-) NS	40 % (+) NS	38 %
Non	56 % (-) NS	72 % (+) NS	60 % (-) NS	62 %
Total	100 %	100 %	100 %	100 %

Graphique 7.7.a – Comparaison Tokyo/Rio – Avez-vous, durant l'Olympiade, rencontré des difficultés financières qui ont impacté négativement votre préparation ?



## LES HOMMES ET LES PLUS ÂGÉS ONT ÉTÉ DAVANTAGE EN DIFFICULTÉS FINANCIÈRES

On constate que les hommes et les plus âgés ont été significativement plus en difficulté financière que les autres. La tranche d'âge des 25/34 ans est beaucoup plus, que les autres, confrontée à ces difficultés. Les 25/34 ans représentent 72% des sportifs qui ont connu des difficultés financières alors que cette tranche d'âge ne représente que 60% de l'ensemble des sportifs de notre échantillon (tableau 6.5 - C. Difficultés financières et âge).

Tableau 7.7.b – JO TOKYO – Difficultés financières et genre

	NON	OUI	TOTAL
Une femme	69 % (+) *	31 % (-) *	100 %
Un homme	52 % (-) *	48 % (+) *	100 %
Autre	0 % (-) NS	100 % (+) NS	100 %
Total	62 %	38 %	100 %

Graphique 7.7.b – Comparaison Tokyo/Rio – Difficultés financières et genre

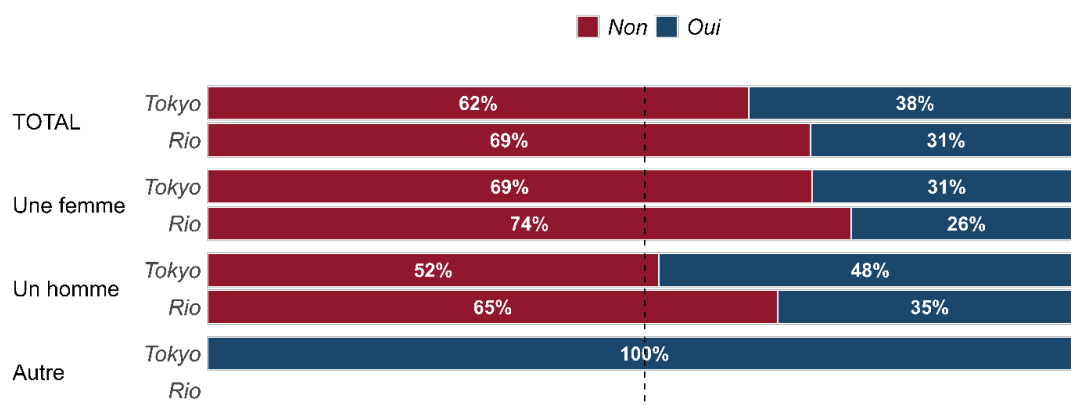
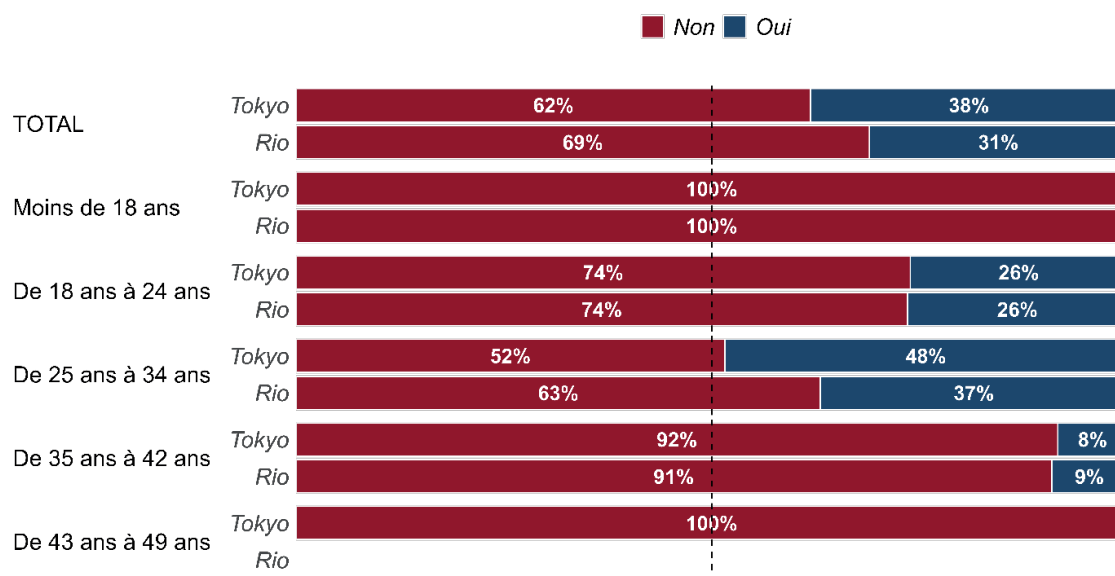


Tableau 7.7.c – JO TOKYO – Difficultés financières et âge

	NON	OUI	TOTAL
Moins de 18 ans	100 % (+) NS	0 % (-) NS	100 %
De 18 à 24 ans	74 % (+) *	26 % (-) *	100 %
De 25 ans à 34 ans	52 % (-) ***	48 % (+) ***	100 %
De 35 ans à 42 ans	92 % (+) **	8 % (-) **	100 %
Total	62 %	38 %	100 %

Graphique 7.7.c – Comparaison Tokyo/Rio – Difficultés financières et âge



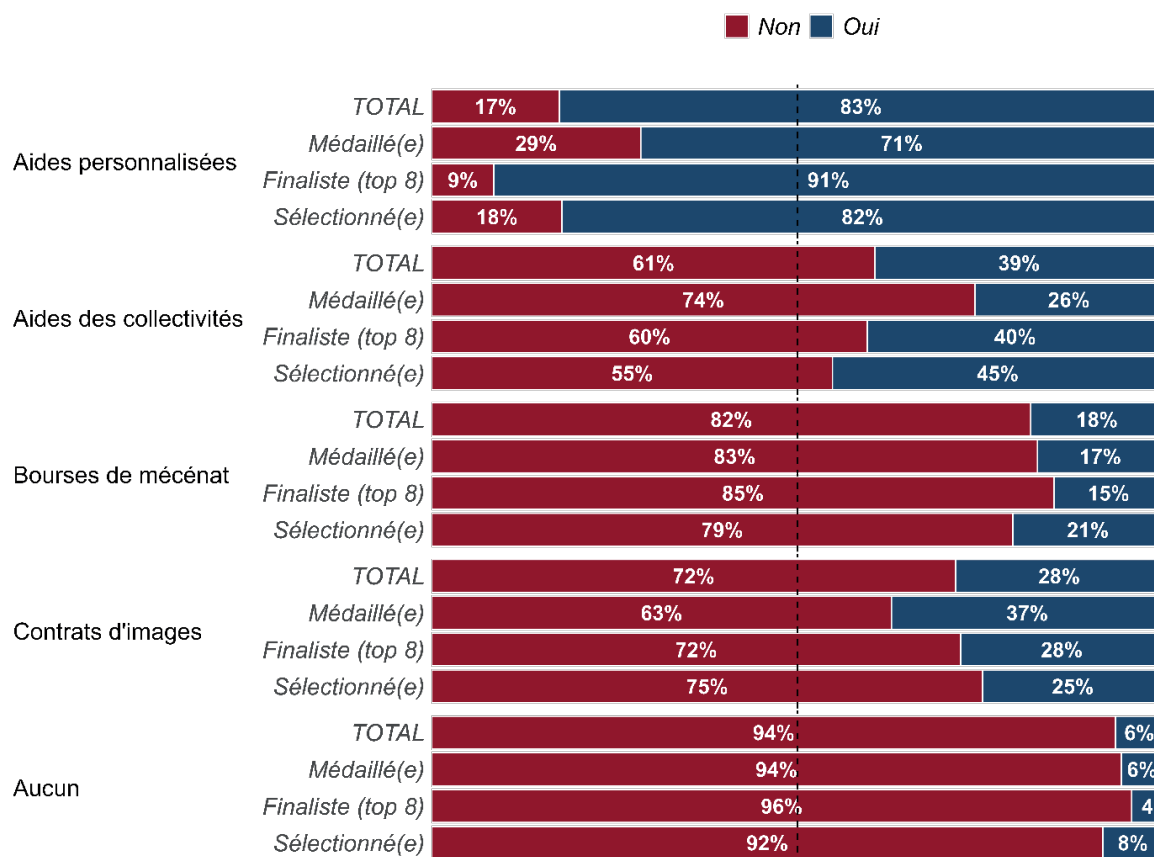
## 7.8. Les aides personnalisées : le principal type d'accompagnement

Très peu de sportifs (6%) et quel que soit le niveau de performance obtenu aux Jeux de Tokyo déclarent ne pas avoir eu d'aide.

Parmi les accompagnements, la quasi-totalité des sportifs (83%) déclarent avoir obtenu des aides personnalisées. Dans l'ordre, 40% des aides de la part des collectivités et 28% des revenus provenant de contrats d'images, 18% des bourses de mécénat.

Au regard des performances obtenues aux Jeux de Tokyo, on ne constate pas de différences importantes sauf à dire que les médaillés sont ceux qui bénéficient le moins d'aides personnalisées ou de la part des collectivités. Par contre, ils ont davantage de contrats d'images que les autres.

Graphique 7.8 – JO TOKYO – De quel type d'accompagnement avez-vous bénéficié pendant l'Olympiade ?





# Conclusion

**Ce rapport statistique portant sur les conditions de préparation des sportifs, ayant participé aux Jeux olympiques de Tokyo, fait apparaître plusieurs éléments saillants, pour chacune des thématiques abordées.**

## L'ESSENTIEL SUR LA PRÉPARATION SPORTIVE

1. En termes de préparation sportive, ce qui marque l'olympiade de Tokyo est le renforcement du recours à la préparation mentale dans la préparation de la performance. Les sportifs déclarent faire plus régulièrement de la préparation mentale et le besoin, même s'il reste important, apparaît moins dans leurs revendications que dans l'enquête concernant l'olympiade de Rio. En revanche, le volume hebdomadaire consacré à l'entraînement et à la préparation physique évolue peu. Celui concernant les soins de récupération est en légère baisse (la présence de spécialistes dédiés dans les staffs a aussi fortement baissé comparativement à l'enquête concernant l'olympiade de Rio), au point qu'ils apparaissent dans les revendications (voir la question ouverte sur les améliorations à apporter au dispositif de préparation sportive).
2. Du point de vue de la composition des staffs, on constate une présence accrue des préparateurs physiques et mentaux au sein des staffs fédéraux et, comme indiqué plus haut, une diminution du nombre de spécialistes en soins de récupération. Dans les améliorations à apporter au dispositif de préparation, les sportifs mettent en avant des besoins en planification/individualisation, le sentiment d'un manque de compétences au sein de leur staff, ainsi que des besoins d'accès à davantage de soins de récupération et de préparation mentale. Au final, 40% des sportifs rapportent que toutes les ressources utiles pour leur performance n'ont pas été mises en œuvre.
3. En termes de préparation sportive, une attention particulière est à porter aux soins de récupération (en baisse), à la nécessité de poursuivre le déploiement de la préparation mentale et au renforcement de la planification/individualisation des charges de travail. Cette dernière s'avère être une attente importante des sportifs qui apparaît également dans les entretiens réalisés avec des sportifs ayant participé aux Jeux olympiques de Tokyo.

## L'ESSENTIEL SUR LE REGARD DES SPORTIFS SUR LEURS PERFORMANCES

1. D'une façon générale, un peu plus de 60% des sportifs interrogés estiment que leurs résultats n'étaient pas à la hauteur de leurs attentes. Pour expliquer cette situation, les sportifs mettent en avant dans l'ordre d'importance : 1/ les effets de la situation pandémique – 2/ la blessure – 3/ le manque de préparation mentale – 4/ des problèmes de staff (problèmes relationnels avec et au sein du staff) et – 5/ le manque d'expérience aux Jeux olympiques. A l'inverse, concernant les sportifs satisfaits par leurs performances, ils citent majoritairement la préparation mentale comme l'élément ayant le plus contribué à l'atteinte de leurs résultats (40%). Viennent ensuite la qualité du staff (professionnalisation du dispositif, compétence du coach ...), la préparation physique et enfin la motivation personnelle.
2. A noter que parmi les sportifs ayant participé aux Jeux de Tokyo, un focus a été réalisé sur ceux qui avaient également participé aux Jeux de Rio afin d'avoir leur sentiment sur l'évolution de leurs conditions de préparation entre les deux olympiades. Un peu plus de la moitié des sportifs les juge positives, et un quart négatives.
3. Enfin, une part importante (38%) des sportifs disent avoir été en difficulté financière, ce qui constitue un pourcentage plus important comparativement à l'enquête concernant l'olympiade de Rio.

## L'ESSENTIEL SUR LE PROJET SOCIO PROFESSIONNEL

### CONCERNANT LES SPORTIFS EN FORMATION

Le volume d'heures de cours effectué par les sportifs a légèrement baissé comparativement à l'enquête concernant l'olympiade de Rio. On constate toujours un lien entre allègement du projet de formation et performance sportive. A noter que les formations sont de plus en plus réalisées à distance. Presque 80% des sportifs estiment que leur projet de formation était adapté à leur projet de performance sportive.

### CONCERNANT LES SPORTIFS SALARIES

Le volume d'heures de travail par semaine a baissé depuis l'enquête concernant l'olympiade de Rio. Davantage de sportifs disent avoir été en détachement à 100% et la quasi-totalité des sportifs rapporte avoir bénéficié d'aménagements. Au final, la quasi-totalité (86%) des sportifs estime que leur projet professionnel était adapté à leur projet de performance sportive. Par contre, contrairement aux résultats de l'enquête concernant l'olympiade de Rio, il n'y a plus de lien entre allègement du projet professionnel et performance sportive.

## L'ESSENTIEL SUR LES BLESSURES

1. Si le nombre de sportifs ayant été blessés pendant l'olympiade de Tokyo a légèrement reculé, on constate cependant une augmentation des blessures dans les 6 mois qui ont précédé les Jeux olympiques (année 2021). On observe également un allongement des périodes d'arrêts pour blessures sur l'ensemble de l'olympiade et également pendant l'année 2021. Ainsi 17% des sportifs qui ont participé aux Jeux de Tokyo disent avoir été arrêtés au moins un mois en 2021 durant les six mois précédant les Jeux.
2. Les taux de blessures sur récurrences ont également légèrement progressé, en comparaison avec l'enquête concernant l'olympiade de Rio. Les sportifs en attribuent principalement la cause à des problèmes de quantification de la charge de travail, de fatigue, de préparation/prévention et de reprise trop anticipée. Les sportifs sont toutefois majoritairement satisfaits de la gestion de leur blessure même si on constate une petite dégradation en comparaison avec l'enquête concernant l'olympiade de Rio, de 84% de sportifs satisfaits à 76%.

## L'ESSENTIEL SUR LES EFFETS DE LA SITUATION PANDÉMIQUE

Les domaines dans lesquels les sportifs disent avoir été les plus impactés négativement par la situation pandémique sont : la planification (80%) et l'entraînement (58%). Parmi les autres dimensions de la préparation sportive, les constats sont partagés. La majorité des sportifs dit avoir été peu impactée et en moyenne entre 15% et 20% disent même avoir été impacté positivement. Au final, seulement un tiers dit avoir été impacté négativement.

# ANNEXE

## Enquête

### Amélioration des conditions de la performance

Dans le but d'améliorer les conditions de préparation aux futurs JO, une enquête est lancée auprès de l'ensemble des sportifs ayant participé aux Jeux Olympiques de Tokyo afin de mieux cerner les conditions dans lesquelles vous avez pu vous préparer, et avoir un retour sur les problèmes que vous avez pu rencontrer sur votre chemin.

Vos réponses ont une grande importance. Vous et vos successeurs serez les premiers bénéficiaires de cette opération.

Le questionnaire est anonyme. Nous vous demandons de répondre le plus sérieusement possible pour que les meilleures conditions soient mises en place pour améliorer votre futur quotidien.

Nous vous remercions de votre investissement.

L'équipe du Département de la Recherche de l'INSEP  
Le Pôle Haute Performance de l'Agence nationale du Sport

### VOTRE PRÉPARATION SPORTIVE

**1/ Pendant l'année préolympique (saison 2020-2021), en moyenne combien d'heures vous entraînez vous par semaine (semaine type) ?**

.....

**2/ Avez-vous fait des séances de (mettre une croix dans la colonne correspondante) :**

	Jamais	Ponctuellement (à l'occasion d'événements particuliers)	Moins de 1 fois par semaine	1 à 2 fois par semaine	3 fois ou plus par semaine
Préparation physique					
Soins de récupération (massages, balnéo, cryothérapie...)					
Préparation mentale					

### 3/ Précision sur la préparation mentale

Si vous n'avez jamais fait de préparation mentale, pourquoi ?

.....

Si vous avez déclaré faire de la préparation mentale (même ponctuellement),

En quoi consiste votre préparation mentale ?

.....

Avec qui faites-vous de la préparation mentale ? (Plusieurs choix de réponses possibles)

- Préparateur mental
- Psychologue
- Coach mental
- Entraîneur
- Autre membres du staff
- Un proche (famille ou amis)
- Je fais ma préparation mentale moi-même
- Autres : .....

**4 / Pourriez-vous nous préciser la composition du staff (fédéral ou hors système fédéral) qui vous a accompagné durant cette année ?**

Domaines	Nombre d'intervenant(s)	
	Fédéral	Hors système fédéral
Entraînement dans votre discipline		
Préparation physique/Musculation (si différent de(s) l'entraîneur(s))		
Préparation Mentale		
Diététique/Nutrition		
Médical (Médecin, Kiné ...)		
Récupération (massages, balnéo, cryothérapie ...)		

**5 / Avez-vous eu recours à la recherche ou à des innovations technologiques durant votre préparation ?**

Oui / Non

Si oui : - dans quel domaine :

.....

**6 / Avez-vous mobilisé d'autres types de ressources pendant votre préparation ?**

Oui / Non

Si oui lesquels ?

.....

.....

**7/ Considérez-vous que toutes les ressources ont été mobilisées pour votre préparation ?**

Oui / Non

Si non quelles ressources auriez-vous souhaité mobiliser ?

.....



**8 / Quel était votre lieu principal d'entraînement pendant l'année préolympique (saison 2020-2021) ?**

Dans une structure / Hors structure

Si dans une structure

- INSEP
- CREPS
- Club
- Structure privée
- Club professionnel
- Autre (précisez) : .....

Si hors structure, pouvez-vous préciser ?

.....

**9/ Dans l'idéal (et si c'était à refaire), quelles améliorations apporteriez-vous à votre dispositif de préparation sportive ?**

.....  
 .....

**10/ La situation pandémique a-t-elle impacté votre préparation sportive en 2020-2021 ?**

- Fortement
- Modérément
- Pas du tout

Si fortement ou modérément, pouvez-vous préciser la nature de cet impact sur :

.....

	Très Négatif	Plutôt négatif	Aucun impact	Plutôt positif	Très Positif
L'entraînement					
La planification de l'entraînement					
La préparation mentale					
Les soins de récupérations					
La préparation physique					
La nutrition					
Le sommeil					

**11 / Si de telles conditions pandémiques devaient se répéter, que souhaiteriez-vous améliorer en priorité pour optimiser vos conditions de préparation sportive ?**

.....  
 .....

**VOS ÉTUDES ET VOTRE ACTIVITÉ SALARIALE**

**12 / Pendant l'année préolympique (saison 2020-2021), vous étiez (plusieurs réponses possibles) :**

- Lycéen => dans ce cas, répondez aux questions 10 à 15, puis allez à la 32
- Etudiant/stagiaire => dans ce cas, répondez aux questions 10 à 15, puis allez à la 32
- Salarié d'une entreprise privée ou publique (ou indépendant) => dans ce cas, répondez aux questions 16 à 22, puis allez à la 32
- Salarié d'un club sportif, d'une ligue sportive ou sportif professionnel => dans ce cas, répondez aux questions 23 à 26, puis allez à la 32
- Sans activité professionnelle ou formation => dans ce cas, répondez aux questions 27 à 31, puis allez à la 32
- Autres, précisez : .....

Si vous êtes concernés par plusieurs situations, répondez aux questions correspondantes

Si vous n'êtes concernés par aucune situation, allez à la question 32

**POUR LES ÉTUDIANTS/STAGIAIRES ET LYCÉENS**

**13 / Quelle formation suiviez-vous ?**

.....

**14 / Votre formation se déroulait :**

- Dans la structure d'entraînement
- En dehors de la structure d'entraînement
- A distance (par correspondance/en ligne)
- Mixte (dans et en dehors de la structure d'entraînement)

**15 / En moyenne, combien d'heures de cours aviez-vous par semaine ?**

.....

**16 / Avez-vous bénéficié d'aménagements de votre formation durant cette année préolympique (par rapport aux 4 années précédentes) ? (ex. étalement d'année, cours à distance)**

Oui / Non

Si oui, de quel type ? :

.....

**17/ La situation pandémique a-t-elle impacté votre projet de formation en 2020-2021 ?**

- Très négativement
- Plutôt négativement
- Aucunement
- Plutôt positivement
- Très positivement

Pouvez-vous préciser ? .....

**18 / Sur l'ensemble de l'olympiade, estimez-vous que l'organisation de votre formation était adaptée à votre projet sportif ?**

Oui / Non

**19/ Si non, quels types d'adaptation auriez-vous souhaités ?**

.....  
.....

## **POUR LES SALARIÉS :**

**20 / Quelle était votre profession pendant l'année préolympique ?**

.....

**21 / Quel type de contrat aviez-vous ?**

CDI / CDD / Fonctionnaire / Indépendant / auto-entrepreneur / Autre

**22/ avez-vous bénéficié d'un aménagement ?**

CIP-CAE

Emploi SHN

Service civique

Aucun

Autre : .....

**23 / Dans quel type de structure ?**

- Entreprise privée
- Entreprise publique
- Association
- Fonction publique territoriale
- Fonction publique d'Etat
- Autre : .....

**24 / Etiez-vous à :**

- Temps plein
- Temps partiel

Précisez le nombre d'heures par semaine consacré à votre travail

.....

**25 / Durant l'année préolympique, votre situation d'athlète en préparation des JO de Tokyo a-t-elle été prise en compte par votre employeur ?**

Oui / Non

Si oui, quel(s) type(s) d'adaptations ont été mis en place ?

.....

.....

**26/ La situation pandémique a-t-elle impacté votre projet professionnel en 2020-2021 ?**

- Très négativement
- Plutôt négativement
- Aucunement
- Plutôt positivement
- Très positivement

Pouvez-vous préciser ? .....

**27 / Sur l'ensemble de l'olympiade, estimez-vous que l'organisation de votre projet professionnel était adaptée à votre projet sportif ?**

Oui / Non

**28/ Si non quels types d'adaptation auriez-vous souhaités ?**

.....

**29/ Envisagez-vous de rester sur cet emploi après votre carrière ?**

Oui / Non

Si non, qu'envisagez-vous comme type de métier après votre carrière sportive ?

.....

**30/ Souhaitez-vous reprendre une formation avant de vous engager dans ce métier ?**

Oui / Non

## **POUR LES SALARIÉS D'UN CLUB SPORTIF, D'UNE LIGUE PROFESSIONNELLE ET LES SPORTIFS PROFESSIONNELS :**

**31 / Quel type de contrat aviez-vous ?**

- CDI
- CDD
- Indépendant/auto-entrepreneur
- Autre : .....

**32 / Etiez-vous disponible à 100% pour votre pratique sportive ?**

Oui / Non

Si non ? quelle autre activité aviez-vous ? .....

Pouvez-vous préciser le nombre d'heures par semaine en moyenne consacré à cette activité ? .....

**33/ qu'envisagez-vous comme type de métier après votre carrière sportive ?**

.....

**34/ Souhaitez-vous reprendre une formation avant de vous engager dans ce métier ?**

Oui / Non

**35/ La situation pandémique a-t-elle impacté votre situation en 2020-2021 ?**

Très négativement / Plutôt négativement / Aucunement / Plutôt positivement / Très positivement

Pouvez-vous préciser ? .....

## POUR LES SPORTIFS N'AYANT EU AUCUNE ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE OU FORMATION :

### 36/ Cette année, vous étiez sans activité car :

- Vous avez arrêté vos études pour vous consacrer à la préparation des Jeux de Tokyo
- Vous avez arrêté votre activité professionnelle pour vous consacrer à la préparation des Jeux de Tokyo
- Autre raison, laquelle ? .....

### 37/ Que faisiez-vous l'année précédente ?

.....

### 38/ Cet arrêt (momentané ou pas) de votre formation ou de votre activité professionnelle a-t-il été bénéfique pour votre préparation aux Jeux de Tokyo ?

Oui / Non

Pourquoi ? .....

### 39/ Sur l'ensemble de l'olympiade, estimez-vous que l'organisation de votre formation ou de votre projet professionnel était adaptée à votre projet sportif ?

Oui / Non

### 40/ Si non quels types d'adaptation auriez-vous souhaité ?

.....

### 41/ La situation pandémique a-t-elle impacté votre situation de sportif sans activité professionnelle ou de formation en 2020-2021 ?

- Très négativement
- Plutôt négativement
- Aucunement
- Plutôt positivement
- Très positivement

Pouvez-vous préciser ? .....

## VOTRE SANTÉ

**42 / Avez-vous été blessé durant ces quatre dernières années (citez uniquement les 4 plus importantes blessures ayant entraîné au moins une semaine d'arrêt) ?**

Oui / Non

=> Si non allez à la question 37

=> Si oui, répondez aux questions suivantes

	Types de blessures	Temps d'arrêt	Année
Blessure n°1			
Blessure n°2			
Blessure n°3			
Blessure n°4			

**43 / Quand vous étiez blessé (cochez la case correspondante),**

	Blessure n°1	Blessure n°2	Blessure n°3	Blessure n°4
Vous avez arrêté toute forme d'entraînement				
Vous avez continué à entraîner certaines parties du corps ?				

**44/ Suite à ces blessures :**

	Blessure n°1	Blessure n°2	Blessure n°3	Blessure n°4
Vous avez bénéficié d'un protocole de reprise (plusieurs réponses possibles) :	Rééducation	Rééducation	Rééducation	Rééducation
	Réathlétisation	Réathlétisation	Réathlétisation	Réathlétisation
	Aucun	Aucun	Aucun	Aucun

**45/ Sur certaines blessures, avez-vous connu des récurrences ?**

Oui / Non

A quoi en attribuez-vous la cause ? .....

**46 / D'une façon générale, estimez-vous que la gestion de votre ou vos blessures ont été :**

- Très satisfaisante
- Satisfaisante
- Assez médiocre
- Mauvaise

**47/ Lorsque vous êtes blessé, vous avez tendance à :**

- Augmenter le temps de repos prescrit
- Respecter le temps de repos prescrit
- Diminuer le temps de repos prescrit

**48/ Votre préparation a-t-elle été interrompue par d'autres raisons qu'une blessure (covid, fatigue, raisons familiale, maladie, ...)**

Oui / Non

Si oui quels types d'événements ? .....

Combien de temps ? .....

**49/ Concernant la crise sanitaire, pendant le premier confinement (mars à mai 2020), avez-vous continué à vous entraîner ?**

- Totalement
- Un peu moins
- Beaucoup moins
- Pas du tout

**50/ Estimez-vous que la crise sanitaire (dans son ensemble) a eu un impact sur votre santé****Physique :**           Très négatif    Plutôt négatif    Aucun impact    Plutôt positif    Très positif**Psychologique :**   Très négatif    Plutôt négatif    Aucun impact    Plutôt positif    Très positif

Si vous avez été en difficulté, estimez-vous que cette situation est résolue ?

- Totalement
- Partiellement
- Pas du tout

**VOS PERFORMANCES SPORTIVES DANS LES COMPÉTITIONS MAJEURES****51 / Aux Jeux Olympiques de Tokyo, vous avez été :**

- Médaillé (e)
- Finaliste (top 8)
- Sélectionné (e)



**52 / Quels résultats aviez-vous obtenus à Rio en 2016 (si vous y étiez) et dans les compétitions suivantes ?**

(Mettre une croix dans la case correspondante)

	Année(s)	Résultats		
		Médaillé (e)	Finaliste	Sélectionné (e)
Jeux Olympiques Rio	2016			
Championnat du Monde Sénior	2017			
	2018			
	2019			
	2020/21			

**53/ Pour les sportifs qui ont participé ou qui ont préparé les jeux de Rio, avez-vous le sentiment que vos conditions de préparation ont évolué sur les 5 dernières années ?**

- Très positivement
- Positivement
- Sans avis
- Négativement
- Très négativement

**54 / Vos résultats aux JO de Tokyo étaient-ils à la hauteur de vos objectifs ?**

Oui / Non

**55 / Si oui, quels sont les éléments qui selon vous, ont été les plus déterminants dans votre réussite ?**

.....

**Si non, quels sont les éléments qui selon vous ont contribué le plus à la non atteinte de vos objectifs ?**

.....

**56/ Si c'était à refaire, que modifieriez-vous dans votre préparation, votre organisation ou votre manière de vivre ?**

.....

**QUI ÊTES-VOUS ?**

**57 / Vous êtes :**

- Une femme
- Un homme

**58 / Quelle est votre année de naissance ?**

.....

**59 / Vous êtes :**

- Célibataire
- En couple
- Marié/pacsé

**60/ Avez-vous des enfants**

Oui / Non

Combien ? .....

Avez-vous rencontré des difficultés de garde de vos enfants ?

Oui / Non

**61 / Quelle est votre discipline sportive (et spécialité si nécessaire)?**

.....  
 .....

**62/ L'un de vos deux parents était-il un sportif de haut niveau ?**

Oui / Non

**63/ quelle est la profession de vos parents (si retraité, précisez le dernier métier exercé) ?**

- Mère .....
- Père .....

**64/ Avez-vous, durant l'Olympiade, rencontré des difficultés financières qui ont impacté négativement votre préparation ?**

Oui / Non

Si oui, précisez : .....

**65/ De quel accompagnement avez-vous bénéficié pendant l'Olympiade ?**

- Aides personnalisées
- Aides des collectivités
- Bourses de mécénat
- Contrats d'Image
- Autres ? .....







**INSTITUT NATIONAL DU SPORT,  
DE L'EXPERTISE ET DE LA PERFORMANCE**

11, avenue du Tremblay - 75012 PARIS  
Tél. : 01 41 74 41 00

[www.insep.fr](http://www.insep.fr)     