

# La vitesse en sport



# La vitesse en sport

- Définitions

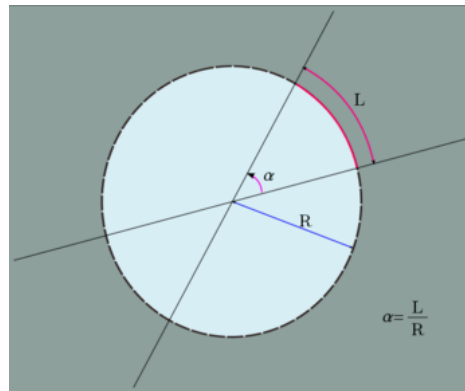
- Mesure de déplacement en fonction du temps

- $v = \Delta d / \Delta t$

- Linéaire, Course, échelle d'organisme/ système

- $\omega = \Delta \theta / \Delta t$

- Articulations, lancers

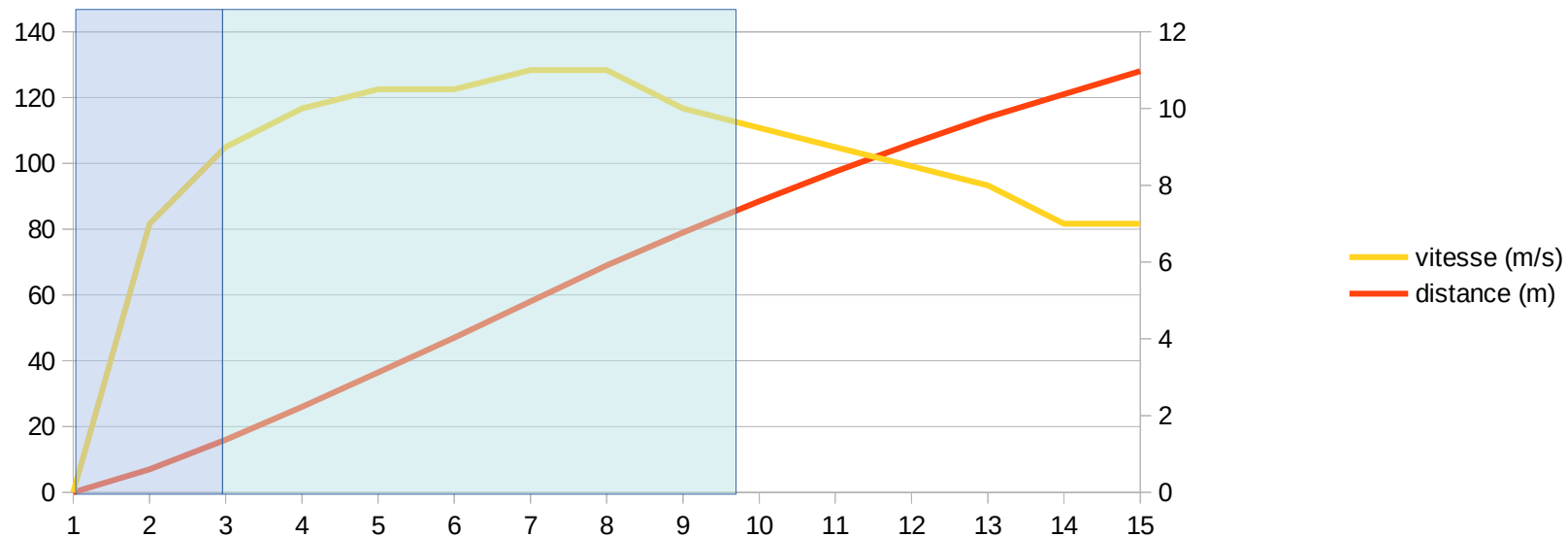


# La vitesse en sport

- **Définition dépendante du contexte**
  - Concept de vitesse
    - Sport collectif
    - Art martiaux
    - Crossfit ?
    - Course
  - Du contexte dépend l'évaluation

# La vitesse en sport

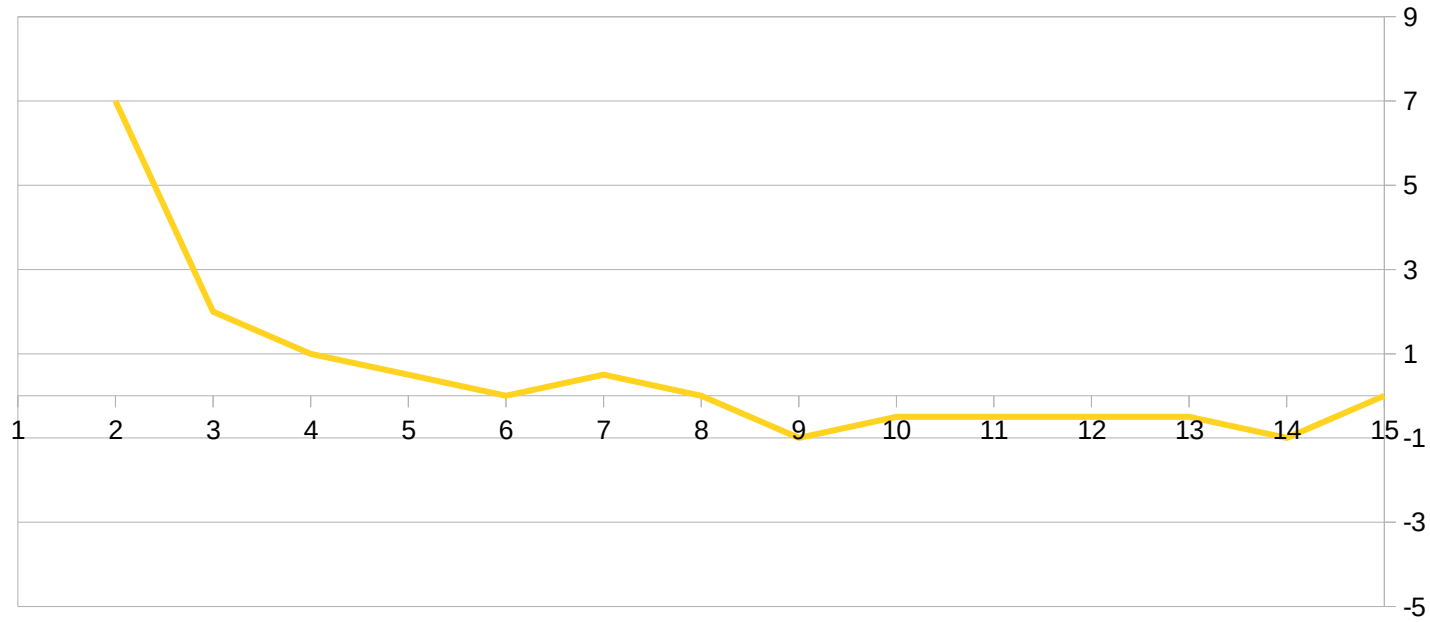
- Evaluation de la vitesse



- Outils d'évaluations

- Technologie.

# La vitesse en sport

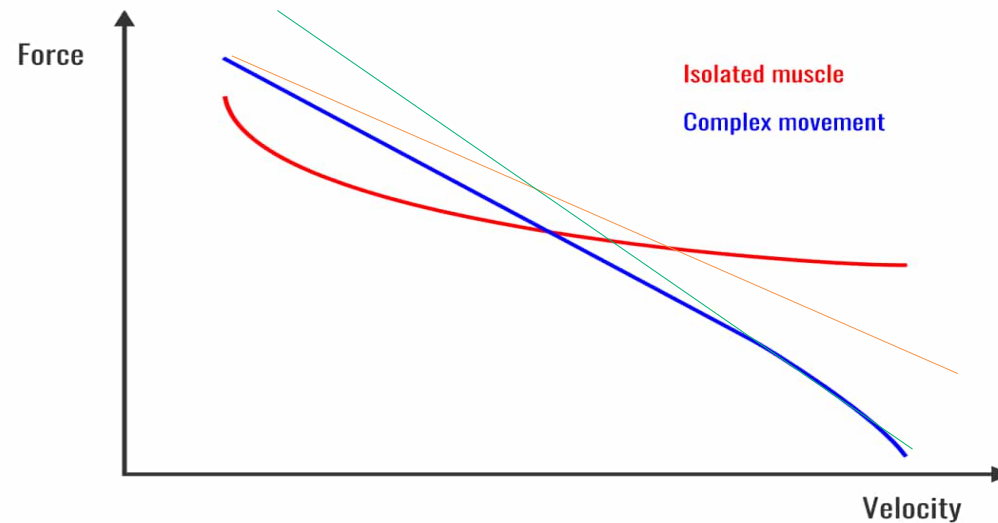


# La vitesse en sport

- **Relation force vitesse**

- Qualités physiques ? qu'entraîne-t-on ?

- Où se situe le sport, l'athlète ?



# La vitesse en sport

## Catégories de facteurs de la vitesse globale

- **Temps de réaction**

physiologique TR, lecture / anticipation

- **Neuro dynamique**

La capacité du SNC à produire de hautes intensités.

On peut soupçonner de la qualité de cette capacité en croisant des évaluations car elle est dépendante d'inhibitions possibles.

- Tests rapports de vitesse

- **Structurel**

# La vitesse en sport

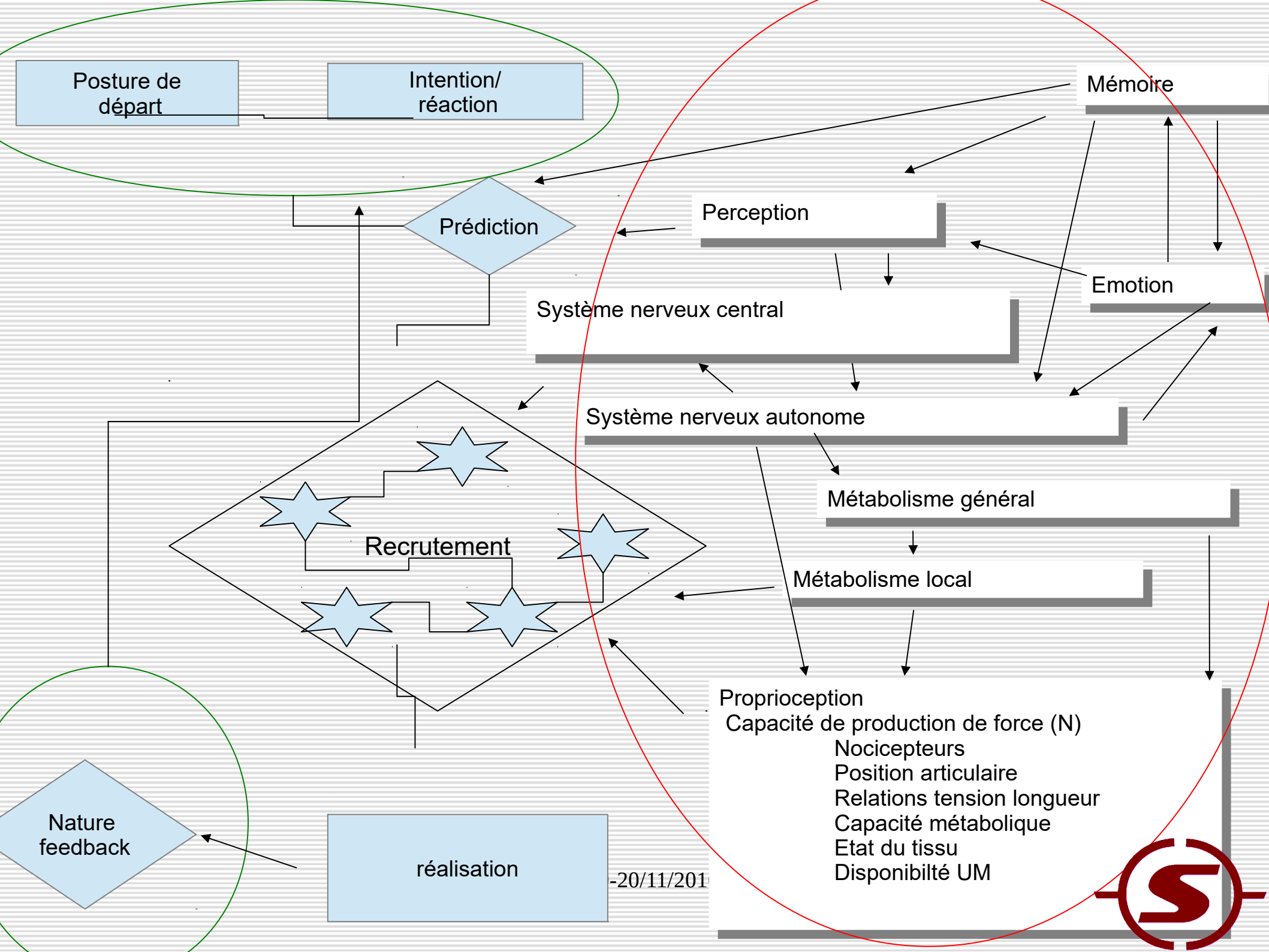
- **Le structurel**

- Puissance relative
- Puissance absolue
- Inhibitions



**la séquence optimale de contractions / allongements dans l'ordre, au rythme et à la vitesse appropriés à la réalisation d'un but intentionnellement préétabli.**



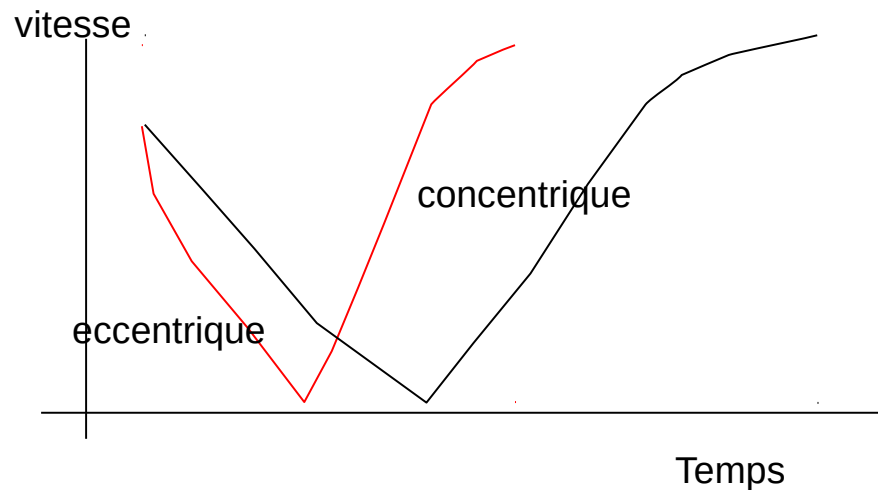


-20/11/201



# La vitesse en sport

- **Structurel**



La signature de la performance

Mise en tension / renvoi

Valable pour articulation comme pour un système

Système: transmission et déperdition