

Facteurs anthropométriques

Contexte



Définition

Par « facteurs anthropométriques », on entend les dimensions caractéristiques du corps humain (par ex. la taille) pouvant avoir une influence positive ou négative sur la performance sportive future d'un athlète.



En quoi cela est-il important

Selon le sport, les facteurs anthropométriques peuvent compter parmi les principaux facteurs déterminant les performances (envergure des bras pour la natation, hauteur de portée pour les joueurs de basket). Il est donc important de les prendre en compte et de les pondérer comme il se doit lors de la sélection des talents. Cependant, il ne faut pas oublier que dans de nombreux sports, il n'y a pas de morphologie idéale, et que le critère « facteurs anthropométriques » y est donc peu pertinent, voire inutile.

Mise en pratique



Méthode d'évaluation

- Mesure et pesée (taille, poids, envergure des bras, longueur des jambes, somatotype, ...)
- Evaluation objective de l'entraîneur (A l'aide d'une grille d'évaluation spécifique à chaque sport, les caractéristiques physiques déterminantes pour la performance sont évaluées par l'entraîneur.)

A prendre en compte

Estimation des caractéristiques à l'âge adulte et évaluation de ces dernières par rapport aux valeurs de référence de l'élite actuelle.

Etat du développement biologique

Il est préférable de connaître l'état du développement biologique de l'athlète car les caractéristiques anthropométriques peuvent encore fortement changer avant la fin de la puberté. La notice « Etat du développement biologique » donne des conseils à ce sujet.

Pondération

Quelle est l'importance du critère « facteurs anthropométriques » face aux autres critères d'évaluation ?

Pratique



Exemples de bonnes pratiques

Volleyball

Un élément central dans le volleyball est la hauteur de frappe (combinaison de la hauteur de portée et de la détente). La hauteur de frappe est notamment déterminée par la taille. La batterie de tests de saut, associée à la mesure de la taille et de l'envergure actuelles et à l'estimation de la taille et de l'envergure futures, permet d'établir un pronostic global.

Comme l'anthropométrie est un facteur décisif dans le volleyball, elle se voit accorder un grand poids dans le classement PISTE.

Méthodes d'évaluation

Mesure et pesée

Définition

Pour mesurer les caractéristiques anthropométriques, il est important de respecter un degré de standardisation élevé.

Évaluation

Les mesures permettent de faire une estimation des caractéristiques physiques à l'âge adulte (par ex. à l'aide de courbes de percentiles). Les pronostics sont comparés aux valeurs de référence, qui permettent de juger si les caractéristiques sont favorables ou défavorables à la performance dans un sport donné.

Dans une optique de développement de l'athlète et moins de sélection, des mesures à intervalles réguliers de la taille apportent des renseignements supplémentaires sur la croissance/le développement global de l'athlète. Le Tool « Monitoring de la croissance » permet de répertorier ces mesures et de suivre la croissance de l'athlète sur le long terme et en identifier les différentes phases.

Avantages et inconvénients

- + Objectivité
- Matériel et temps requis

Outil

- ▶ [Tool Khamis-Roche](#)
- ▶ [Tool Monitoring de la croissance](#)

Évaluation objective de l'entraîneur

Définition

À l'aide d'une grille d'évaluation spécifique à chaque sport, les caractéristiques physiques déterminantes pour la performance sont évaluées par l'entraîneur.

Évaluation

Les caractéristiques actuelles permettent d'estimer les caractéristiques physiques d'un athlète à l'âge adulte. Le pronostic est comparé aux valeurs de référence (par ex. valeurs de l'élite actuelle), ce qui permet de juger si les caractéristiques sont favorables ou défavorables à la performance dans un sport donné.

Avantages et inconvénients

- + Facilité d'application
- + Estimation subjective