

## J-500 Jeux Paralympiques #Paris2024

*L'INSEP met en lumière son projet PARAPERF :*

***un programme de recherche au service des athlètes paralympiques et de leur encadrement pour maximiser les chances de podium aux Jeux de Paris.***

Dans 500 jours, s'ouvriront les Jeux Paralympiques de Paris 2024, du 28 août au 8 septembre. Au programme 22 para sports (23 disciplines), pour un total de 549 épreuves, réparties sur 269 sessions.

A cette occasion l'INSEP met en lumière le projet PARAPERF, dont l'objectif principal est de mettre la recherche au service des athlètes paralympiques et leurs staffs pour maximiser les chances de podium aux Jeux de Paris. Ce programme s'appuie sur un travail collaboratif réunissant de nombreux acteurs, il concerne 13 des 22 sports Paralympiques d'été, représentant 86% des épreuves au programme des Jeux de 2024.

### UN PROJET D'ENVERGURE CONDUIT PAR L'INSEP

Capitalisant sur une approche interdisciplinaire, le projet PARAPERF a été retenu parmi les 12 lauréats du Programme Prioritaire de Recherche « Sport de Très Haute Performance » lancé par l'Etat en 2019. Il vise à accompagner le parcours des athlètes paralympiques français vers les podiums des Jeux de Paris 2024 en optimisant l'analyse **de performances en compétitions, du couple athlète-fauteuil, et des facteurs socio-environnementaux.**

Coordonné par l'INSEP et conduit par Jean-François Toussaint, Directeur de l'IRMES, ce projet est significatif par son envergure « exceptionnelle ». Il rassemble notamment 13 laboratoires, 38 chercheurs associés, 13 disciplines inscrites au programme des Jeux Paralympiques d'été et de nombreux acteurs du parasport.

Mis en œuvre depuis 2020, il vient accompagner les entraîneurs jusqu'à la préparation terminale des Jeux Paralympiques 2024.



### Un projet au service de la recherche paralympique

Depuis les Jeux Paralympiques de Rio en 2016, les fédérations impliquées et les institutions sportives ont pris conscience que les domaines de recherche sont nécessaires pour mieux comprendre et répondre aux besoins des athlètes.

Le projet Paraperf vise à élaborer des avancées majeures dans le domaine paralympique **grâce à sa capacité à faire collaborer les acteurs scientifiques de disciplines différentes autour de problématiques de terrain.**

Trois axes de recherche composent le projet Paraperf :

**Axe 1 : analyser les performances des athlètes français, à modéliser leur trajectoire de progression et à les situer dans le contexte concurrentiel de leur discipline.**

- Objectif : développer et d'adapter ces méthodes d'analyse aux spécificités des disciplines paralympiques, afin de mettre à disposition des staffs des outils d'aide à la décision.

=> A titre d'exemple l'analyse de la densité de concurrence dans différentes épreuves et disciplines permet d'identifier les meilleures opportunités de performance et d'ajuster en conséquence la préparation.

Ces outils permettent un accès exhaustif aux performances en compétition et de proposer des analyses sur-mesure pour les encadrements afin de leur fournir des données utiles, objectives et de leur faire gagner du temps.

### **Axe 2 : optimiser le couple athlète - fauteuil.**

Sur les 22 sports aux Jeux paralympiques, 12 nécessitent l'utilisation de fauteuils roulants manuels dont 9 sont étudiés dans le cadre du projet.

- Objectif : optimiser chaque couple athlète-équipement grâce à des évaluations individualisée, des tests standardisés, le développement de capteurs, l'automatisation du traitement de leurs signaux, et prévenir les risques de blessures, en fonction de l'ergonomie et des conditions de pratique.

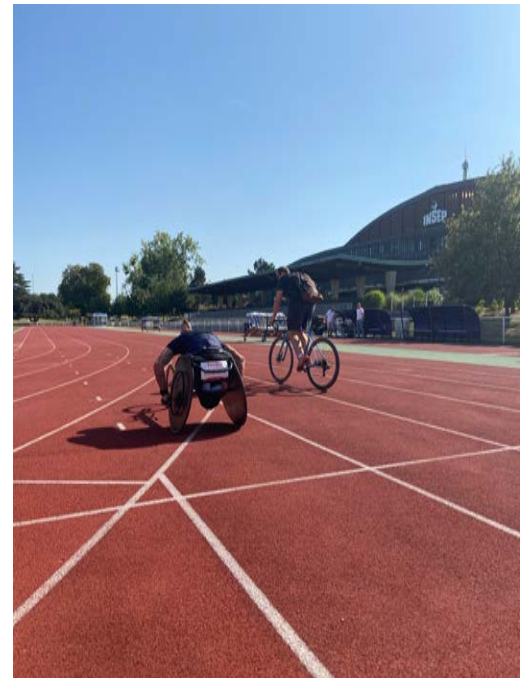
=> A titre d'exemple, il s'agit de faire évoluer le matériel à travers des prototypes comme ont pu récemment le présenter l'ANS et Airbus sur des fauteuils roulants. Il s'agit aussi de développer des protocoles de mesure spécifiques pour mieux comprendre les facteurs de performance et de risque de blessures en particuliers aux épaules.

### **Axe 3 : appréhender les facteurs psychosociaux, juridiques et environnementaux favorables à la très haute performance.**

- Objectif : identifier les configurations caractérisant les contextes les plus favorables.

=> A titre d'exemple, un guide intitulé « Performances et équilibre de vie : les environnements sportifs favorables à la performance paralympiques » a récemment été transmis aux fédérations partenaires. Ce guide, à travers des exemples concrets, vise à donner des repères aux encadrements pour créer les conditions favorables : quelles sont les implications d'un contexte d'entraînement mixte (para-valide), spécifique ou lorsque l'athlète s'entraîne seul...

Sur le plan juridique, cela porte sur des préconisations d'évolutions réglementaires, contractuelles voire législatives : par exemple une clarification des statuts pour les guides et accompagnants des athlètes para ou bien sur les éléments du suivi médical réglementaire de ces athlètes qui n'est pas toujours adapté.



-----  
« Ce projet est l'occasion pour les sciences du sport d'investir, le champ paralympique avec une ampleur et d'une manière inédite, et de développer des outils et des méthodes spécifiques à ces disciplines. Ce projet ouvre un vaste horizon de collaboration avec des interlocuteurs très impliqués qui accompagnent les para-athlètes tricolores dans leur ambition de très haute performance lors des Jeux 2024 ... Mais aussi au-delà, en continuant de développer de nouveaux projets et les relations entre les encadrements et la recherche pour répondre au mieux aux besoins des athlètes tout en améliorant les connaissances sur la performance Paralympique » explique Nicolas Forstmann, chercheur à l'INSEP et coordinateur du projet PARAPERF.

« Paris 2024 est un vrai accélérateur pour la recherche sportive de haut niveau. Avec PARAPERF, nous réaffirmons l'engagement scientifique de l'INSEP pour développer et valoriser la recherche et l'innovation en sport de haut niveau. PARAPERF démontre qu'en matière d'accompagnement scientifique de la performance, la France dispose d'une expertise solide, qui n'a rien à envier à d'autres nations... il est temps de le faire savoir ! » explique Fabien Canu Directeur Général de l'INSEP.

Au-delà de l'effet attendu à court terme sur les chances de podium aux JOP de Paris 2024 pour les athlètes paralympique, PARAPERF s'inscrit aussi dans la mission héritage des Jeux. Par exemple, par la mise en place dès 2024 d'un Diplôme Inter-Universitaire qui s'appuiera sur les différents axes de PARAPERF afin de contribuer à la formation des encadrements et des médecins aux spécifiés du parasport.

Pour en savoir plus sur le projet PARAPERF, l'interview de Nicolas Forstmann, chercheur à l'INSEP et coordinateur du projet PARAPERF :  
[https://www.youtube.com/watch?v=5CtD5l-Gs\\_E](https://www.youtube.com/watch?v=5CtD5l-Gs_E)

#### **À propos de l'INSEP**

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

#### **Contacts presse : Shadow Communication :**

Aurélie Vinzent – 06 58 66 80 49 [aurelievinzent@shadowcommunication.fr](mailto:aurelievinzent@shadowcommunication.fr)  
Karima Doukkali – 07 77 36 64 10 [karimadoukkali@shadowcommunication.fr](mailto:karimadoukkali@shadowcommunication.fr)  
Nina Djitli Chaumont – 06 62 94 86 84 [ninadjitlichautmont@shadowcommunication.fr](mailto:ninadjitlichautmont@shadowcommunication.fr)  
**INSEP** : Camille Alengrin – 01 41 74 42 94 [Camille.alengrin@insep.fr](mailto:Camille.alengrin@insep.fr)