**La valeur d’un athlète :**

**Classement à la place ou au mérite :**

1. **Introduction**

L’arrivée d’une compétition donne lieu des comportements très variés, l’exubérance ou la joie plus retenue des vainqueurs, le silence ou l’abattement de ceux qui n’ont pas atteint leurs objectifs, le bonheur d’avoir participé à l’épreuve et d’avoir terminé…

Généralement, chaque athlète se dirige vers les listings affichés à proximité pour prendre connaissance de son temps et de sa place, au scratch ou dans sa catégorie.

Seulement un classement peut-être trompeur quant à l’évaluation de sa valeur ce jour là.

Considérons ceux qui sont au bas du classement !

Un observateur non éclairé pourrait les qualifier de faibles, de nuls, de médiocres… Sans compter la condescendance de quelques athlètes de premier plan à l’arrivée des athlètes qui terminent l’épreuve dans des conditions pénibles ou douloureuses.

Pourtant, perdre, échouer, contre performer lors d’une compétition, ne signe pas obligatoirement le niveau d’un athlète et les mérites de celui-ci.

Je propose d’en faire la démonstration, certes sur un schéma simpliste mais pas si éloigné que cela de la réalité sur le terrain, comme peuvent en témoigner les entraineurs.

1. **A l’issue d’une compétition, comparaison les résultats au classement ou au mérite.**

Prenons le classement de 10 athlètes au scratch.

Athlète Michel : 1er

Athlète Caroline : 2ème

Athlète Jacques : 3ème

Athlète Emeline : 4ème

Athlète Olivier : 5ème

Athlète Carole : 6ème

Athlète Pedro : 7ème

Athlète Audrey : 8ème

Athlète Guy-Noël: 9ème

Athlète Estelle : 10ème

Si on se réfère à un référentiel traditionnel de classement, les trois premiers sont des champions. Ils sont sur le podium. Les trois derniers ont vraiment des résultats « médiocres » et sans mérite (remarquons que les « premiers » dans les classements de toutes nature, à l’école ou l’entreprise, sont souvent qualifiés de méritants).

Adoptons maintenant des critères tenant compte des spécificités des athlètes.

**Critère 1**– Sérieux de la préparation : bon 3 points, moyen 2 points, insuffisant ou inadapté 1 point.

**Critère 2** – Respect des cycles de préparation à la compétition (DG, DS, Affutage, allègement) : bon 3 points, moyen 2 points, non respecté 1 points.

**Critère 3**– Départ trop rapide : 1 point, départ raisonnable (ou adapté) : 3 points.

**Critère 4**– Gestion de la course : intelligente 3 points, moyenne 2 points, inadaptée 1 point.

**Critère 5**- Courage et combativité : fort 3 points, faible 1 point.

Appliquons maintenant ces critères aux dix athlètes, en leur affectant les points correspondants *(en imaginant qu’ils sont l’expression de la réalité)*

**Crit. 1 Crit. 2 Crit. 3 Crit. 4 Crit. 5 Total** (en points)

Athlète Michel :  1 1 1 1 3 **7**

Athlète Caroline :  2 2 1 3 3 **11**

Athlète Jacques :  3 3 1 2 3 **12**

Athlète Emeline : 3 1 2 1 2 **9**

Athlète Olivier :  2 1 3 2 2 **13**

Athlète Carole :  3 3 2 1 1 **10**

Athlète Pedro :  2 1 2 2 1 **8**

Athlète Audrey :  1 1 2 3 3 **10**

Athlète Guy-Noël :  3 1 2 2 2 **10**

Athlète Estelle :  3 3 3 3 3 **15**

Comparons maintenant le classement final, à la place ou au mérite.

**Place** **Mérite**

Athlète Michel : 1er Athlète Estelle : 1 ère

Athlète Caroline : 2ème Athlète Olivier : 2ème

Athlète Jacques : 3ème Athlète Jacques : 3ème

Athlète Emeline : 4ème Athlète Caroline : 4ème

Athlète Olivier : 5ème Athlète Carole : 5ème

Athlète Carole : 6ème Athlète Audrey : 6ème

Athlète Pedro : 7ème Athlète Guy-Noël: 7ème

Athlète Audrey : 8ème Athlète Emeline : 8ème

Athlète Guy-Noël: 9ème Athlète Pedro : 9ème

Athlète Estelle : 10ème Athlète Michel : 10ème

Le classement est chamboulé. Si Jacques et Carole ont un classement qui correspond au mérite qu’ils ont eu à l’obtenir, c’est plutôt l’inverse pour Michel et Estelle.

Quelques constats par athlète.

**Michel** est certainement l’athlète le plus rapide, sur le simple critère de la VMA, mais il s’entraîne n’importe comment et gère la compétition de manière irréfléchie. Il a eu beau se battre durant l’épreuve et mériter les 3 points de la combativité, il gâche totalement ses potentialités. **Estelle** est le pendant inverse de Michel. Elle n’a pas les ressources de Michel mais elle a donné le meilleur d’elle-même sur tous les plans (préparation et gestion de l’épreuve).

**Jacques** a effectué une excellente préparation, c’est un athlète courageux mais il est parti beaucoup trop vite leur jour « J ». Il le paye à la fin de la compétition en voyant fondre son avance acquise dans la première partie de l’épreuve.

**Audrey** n’a pas effectué une bonne préparation de l’épreuve et, de fait, elle n’est pas vraiment prête le jour « J ». Elle a beau effectuer une gestion de course exemplaire, le résultat est moyen. Rappelons ici une évidence : la qualité de la préparation vaut pour moitié dans le résultat d’une compétition.

**Guy-Noël** s’est bien préparé pour l’épreuve mais il en a « trop fait ». En d’autres termes, il a été victime de ce qu’on appelle le surentraînement. Le jour «J », il a fait ce qu’il a pu mais comme on dit dans notre jargon, il était « cramé » et le résultat final est loin d’être à la hauteur de ses espérances.

**Carole** symbolise toutes les circonstances fâcheuses que l’on peut rencontrer lors d’une épreuve, c’est à dire des difficultés indépendantes de notre volonté. Malgré une excellente préparation, cela ne passe pas le jour « J » pour des raisons de natures bien différentes : « pas la pêche », problème physique, soucis psychologique qui influent sur le moral, etc.

**Conclusion générale**

Une compétition est un contexte particulier qui est gèré plus ou moins bien par les athlètes.

L'optimisation de l'état psychologique pour la réalisation de la performance passe par une préparation psychologique correspondant à un ensemble de méthodes. Des qualités psychologiques élevées sont indispensables pour s'entraîner dur et élever son potentiel initial (ressources physiques, techniques, tactiques…), ainsi que pour restituer cette évolution le jour de la compétition.

Il y a aussi une part « aléatoire » (bio-rythme, sensation, etc .), le jour « J », qui fait que, lorsque tous les paramètres sont réunis, la performance peut être sublimée, comme ce fut le cas pour Emmanuelle Jaeger ce week-end lors du championnat du monde des 100 km.

**Reste que le classement le plus juste est celui au mérite.**

**Est méritant celui qui a fait ce qu’il a pu, aussi bien dans la préparation que le jour de l’épreuve.**