

# CONCEPTE DE BASE PISTE



JUILLET 2025

# CONTENU

1.	INTRODUCTION	12
2.	AGENDA	12
3.	ÉVOLUTION DES PERFORMANCES SUR PLUSIEURS SAISONS	13
4.	PERFORMANCE ACTUELLE	13
5.	RÉSILIENCE	15
6.	CONDITIONS ANTHROPOMÉTRIQUES	15
7.	BIOGRAPHIE DU·DE LA SPORTIF·VE	15
8.	AUTRES CRITÈRES SPÉCIFIQUES AU SPORT	16
9.	ÂGE BIOLOGIQUE	17
10.	INTÉGRATION DES ATHLÈTES HIGH DIVING	18
11.	APERÇU DU TOTAL DES POINTS	19
12.	CRITÈRES DE SÉLECTION POUR LES CADRES RÉGIONAUX ET NATIONAUX DE LA RELÈVE	19

# 1. INTRODUCTION

« PISTE » est l'outil développé par Swiss Olympic (SO) que les fédérations sportives doivent utiliser dans leurs processus afin de constituer une base de jeunes athlètes. Swiss Aquatics Diving (SAD) propose son propre concept PISTE, qui s'appuie sur certains outils développés par SO, mais aussi sur des indicateurs spécialement conçus pour notre discipline, le plongeon. Ces indicateurs, leur méthode d'évaluation et l'échelle qui leur est appliquée sont décrits dans ce manuel. Ces éléments sont pondérés en fonction de l'âge de l'athlète et de la durée de sa carrière sportive par rapport au concept « FTEM Diving ». Les points obtenus par les athlètes sont ensuite utilisés comme base rationnelle pour une proposition de sélection dans l'équipe régionale ou nationale de jeunes talents, conformément aux échelles et aux critères présentés.

# 2. AGENDA

L'agenda suivant s'applique à la période de collecte des données par SAD auprès des clubs de formation. Le calendrier suivant est contraignant : tout club qui n'aura pas transmis les données dans les délais impartis ou qui n'aura pas répondu au questionnaire recevra, dans les 10 jours suivant l'expiration du délai, un premier rappel lui demandant de remédier à cette omission. À l'expiration de ce délai, les données non reçues seront considérées comme nulles et non avenues et ne pourront être attribuées aux athlètes concernés.

<b>1<sup>er</sup> au 31 mars</b>	Inscription et désinscription à la PISTE Diving
<b>1<sup>er</sup> mars au 30 avril</b>	Période de collecte des données BIO <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Questionnaire sur les performances à l'entraîneur·euse</li> <li>➤ Questionnaire "Outil_Environnement"</li> </ul>
<b>10 au 17 mai</b>	Période de collecte des données T-DAY <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Le déroulement des journées de test sera précisé dans l'invitation séparée.</li> </ul>
<b>1<sup>er</sup> mai au 21 juillet</b>	Période de collecte des données PERF <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Les entraîneurs·euses, responsable de centre d'entraînement peuvent remplir les tableaux pour chacun de leurs athlètes dans leur document en ligne personnel.</li> </ul>
<b>1<sup>er</sup> au 31 juillet</b>	Vérification des données collectées et calcul des points PISTE.
<b>2 août</b>	Transmission de la proposition de sélection à la commission de sélection SAD et à SO.
<b>Août</b>	Conseil auprès de SAD et SO et validation de la sélection.
Une fois la sélection validée, SAD annoncera les sélectionné·e·s et transmettra les commentaires aux clubs.	
<b>1<sup>er</sup> septembre au 31 août</b>	Durée de validité SOTC

### 3. ÉVOLUTION DES PERFORMANCES SUR PLUSIEURS SAISONS (MAX. 6 POINTS)

Grâce à un suivi amélioré des résultats des athlètes sur plusieurs saisons, il est possible de déterminer l'évolution des performances sur une période plus longue qu'une saison. Les progrès des athlètes sont ainsi pris en compte à long terme. Pour chaque discipline (1m, 3m, plateforme, HD), évaluée lors de la dernière PISTE à l'aide de l'indicateur PERF, un maximum de 3 points peut être attribué. Pour cela, il faut au moins deux évaluations consécutives sur deux saisons. Un maximum de 6 points est attribué selon le tableau suivant :

Points	1	2	3	4	5	6
Evolution en %	< -3.3	-3.3-0	0-3.3	3.3-6.6	6.6-9.9	> 9.9

### 4. PERFORMANCE ACTUELLE

#### a) Performance en compétition (max. 30 points)

Les performances des athlètes en compétition sont calculées pour chaque hauteur (plongeon de 1 m et 3 m, plateforme, HD de 15 m et 20 m) sur la base des points obtenus lors de chaque compétition WA, comme indiqué dans le tableau des résultats de la saison précédente. La moyenne des points des trois meilleures performances de la saison est ensuite comparée aux points de référence.

Toutes les compétitions conformes aux règles du programme de plongeon de la relève de World Aquatics sont prises en compte dans l'évaluation PISTE. Parmi celles-ci, les championnats suisses de la relève sont obligatoires. Les championnats régionaux ou les compétitions internationales de la relève sont facultatifs.

Attribution des points par rapport aux pourcentages du tableau de référence										
Points	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
%	<60	61-65	66-70	71-75	76-80	81-85	86-90	91-95	96-99	100 +

Tableau de référence des performances actuelles des filles										
Catégorie	D			C		B		A		
Âge	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1m	146	154	162	205	216	257	271	317	334	350
3m	156	164	173	219	231	274	289	326	344	361
Plateforme	138	146	154	195	205	244	257	291	307	322
Synchro 3m	97	102	108	136	144	171	180	213	225	236
Synchro PF	92	98	103	130	137	163	172	204	215	225

Tableau de référence des performances actuelles des garçons										
Catégorie	D			C		B		A		
Âge	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1m	173	182	192	243	256	304	321	385	406	426
3m	195	206	217	275	289	343	362	441	465	488
Plateforme	167	177	186	236	248	295	311	394	415	435
Synchro 3m	108	114	120	152	160	190	200	237	250	262
Synchro PF	101	107	112	142	150	178	188	223	235	246

**b) Performance à l'entraînement (max. 16 points)**

Les performances à l'entraînement de l'athlète sont évaluées à l'aide du questionnaire sur les performances à l'entraînement, qui comprend 8 points spécifiques. Pour chaque point, les deux entraîneurs-euses responsables (si possible, afin d'avoir une meilleure vue d'ensemble du comportement de l'athlète) doivent cocher la réponse qui correspond le mieux au comportement général de l'athlète à l'entraînement. Les réponses rapportent entre 0,5 et 2 points. La somme donne le nombre de points PISTE tel quel.

**c) Performance lors de tests spécifiques à la discipline sportive (max. 18 points)**

Les performances lors des tests spécifiques réalisés pendant le TDAY se concentrent sur les capacités physiques et techniques des athlètes. Chaque exercice peut rapporter un maximum de 5 points pour une exécution parfaite.

## 5. RÉSILIENCE

Au niveau physique et mental (max. 4 points)

La résistance de l'athlète est évaluée à l'aide des points n° 1 et n° 6 du questionnaire sur les performances à l'entraînement et rapporte entre 0,5 et 2 points par élément.

## 6. CONDITIONS ANTHROPOMÉTRIQUES

Spécifique à un sport (non pris en compte)

La taille, l'envergure et le poids de l'athlète sont des indicateurs qui ne sont pour l'instant pas pris en compte dans le concept Diving PISTE et n'ont aucune influence sur le processus de sélection des athlètes.

## 7. BIOGRAPHIE DU·DE LA SPORTIF·VE

L'âge et le volume d'entraînement sont enregistrés lors de l'inscription à PISTE.

a) Âge de l'entraînement (max. 2 points)

Les points sont attribués en fonction de l'âge d'entraînement comme suit :

Âge d'entraînement	Points	0-2 années	2-4 années	4-6 années	6-8 années	dès 8 années
< 16 ans	Total points de	2	2	1.5	1	0.5
> 16 ans	Total points de	2	1.5	1	0.5	0

b) Volume d'entraînement (max. 2 points)

Les points pour le volume d'entraînement sont attribués comme suit, sur la base des heures d'entraînement recommandées par le concept FTEM :

Âge	0	0.5	1	1.5	2
< 12		< 4h	4-5h	6-7h	8h
12-13	< 6h	6-7h	8-9h	10-11h	12h et plus
14-15	< 6h	6-7h	8-9h	10-11h	12h et plus
> 16 ans	< 6h	6-8h	9-11h	12-14h	15h et plus

**c) Environnement (max. 2 points)**

L'environnement de l'athlète (famille, éducation scolaire, etc.) est un indicateur fourni par l'« outil Environnement » mis à disposition par SO. Les entraîneurs-euses responsables attribuent des points en fonction de leur connaissance de l'environnement scolaire de l'athlète et du soutien familial qu'ils perçoivent.

## 8. AUTRES CRITÈRES SPÉCIFIQUES AU SPORT

La qualité globale de la performance d'un athlète est calculée pour chaque hauteur (plongeoir de 1 m et 3 m, plateforme, HD) sur la base des moyennes obtenues pour chaque compétition WA, comme indiqué dans le tableau des résultats de la saison précédente. Cette moyenne est ensuite comparée à la moyenne idéale indiquée dans le tableau des points, des moyennes de qualité et des difficultés de référence.

Points	1	2	3	4	5
%	< 71	71-80	81-90	90-99	100 +

Tableau de référence des performances actuelles (note moyenne par saut) pour les filles										
Catégorie	D			C		B		A		
Âge	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1m	18	19	20	25	27	32	34	35	37	39
3m	19	20	21	27	29	34	36	36	38	40
Plateforme	19	20	22	27	29	34	36	36	38	40
Synchro 3m	19	20	21	27	28	34	36	42	45	47
Synchro PF	18	19	20	26	27	32	34	40	43	45

Tableau de référence des performances actuelles (note moyenne par saut) Garçons										
Catégorie	D			C		B		A		
Âge	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1m	19	20	21	27	28	33	35	38	40	42
3m	21	22	24	30	32	38	40	44	46	48
Plateforme	18	19	20	26	27	32	34	43	46	48
Synchro 3m	21	22	24	30	32	38	40	47	50	52
Synchro PF	20	21	22	28	30	35	37	44	47	49

## 9. ÂGE BIOLOGIQUE

L'âge biologique et l'âge relatif sont pris en compte dans le système PISTE. Un point peut être attribué pour chacun d'entre eux.

Points PISTE Âge biologique		
Prématuré	Normale	En retard
-1	0	1

Points PISTE Âge biologique			
1 <sup>er</sup> trimestre	2 <sup>e</sup> trimestre	3 <sup>e</sup> trimestre	4 <sup>e</sup> trimestre
-1	-0.5	0.5	1

## 10. INTEGRATION DES ATHLÈTES HIGH DIVING

Les athlètes du High Diving peuvent être admis dans le processus PISTE Diving dans la catégorie T4, avec une spécialisation reconnue, dès l'âge des catégories B et A du High Diving, soit un an plus tard que les catégories WA classiques. Le tableau de points suivant sert à évaluer les résultats des athlètes en compétition ainsi que le niveau de difficulté de leur programme de compétition. Les autres indicateurs à remplir sont exactement les mêmes que pour tous les athlètes suivis par Swiss Aquatics Diving. Les athlètes spécialisés en High Diving ne peuvent être admis que dans les cadres régionaux de la relève.

Tableau de référence des performances actuelles des filles					
Catégorie	B		A		
Âge	15	16	17	18	19
	215	220	225	230	235

Tableau de référence des performances actuelles des garçons					
Catégorie	B		A		
Âge	15	16	17	18	19
	215	220	230	240	250

## 11. APERÇU DU TOTAL DES POINTS

En résumé, les domaines et les indicateurs pour tous les athlètes sont évalués et complétés comme suit :

<u>Domaines</u>	<u>Indicateurs</u>	<u>Outils</u>	<u>Points</u> <u>max.</u>	<u>Informations de la</u> <u>part de</u>	<u>Saisie des</u> <u>résultats par</u>	
Développement	Aug. Performance	<i>base de données</i>	6	SAD	Responsable de la relève	
Performance actuelle	Perf. en compétition	<i>Base de données</i>	30			
	Perf. d'entraînement	<i>Questionnaire coach</i>	16	Entraîneur du club		
	<i>Spécifique</i>	<i>Journée teste-PISTE</i>	18	SAD		
Résilience	<i>Physique et mental</i>	<i>Questionnaire coach</i>	4	Club-Trainer		
Biographie	<i>Âge et volume d'entr.</i>	<i>Incription PISTE</i>	4			
	<i>Environnement</i>	<i>Outil SO Environnem.</i>	2			
Spécifique	Qualité	<i>Base de données</i>	5	SAD		
<i>Âge biologique</i>	<i>Âge relatif</i>	<i>Date de naissance</i>	1	SAD		
	<i>Stade de dév. biologique</i>	<i>Test de Mirwald</i>	1	SAD		
Total			87			

## 12. CRITÈRES DE SÉLECTION POUR LES CADRES RÉGIONAUX ET NATIONAUX DE LA RELÈVE

Remarque : Ces critères s'appliquent à l'évaluation de la période comprise entre le 1<sup>er</sup> septembre et le 31 août, qui détermine la sélection pour la saison suivante.

L'évaluation finale selon les critères et indicateurs PISTE comprend un total maximal de points attribués selon les six domaines sélectionnés, qui sont pondérés différemment. Ces domaines sont d'abord pondérés en fonction du total des points pouvant être obtenus, puis en fonction de la catégorie d'âge, sur la base de l'importance du domaine à ce moment-là dans la carrière de l'athlète.

Les critères requis sont les suivants :

- **Cadre régionale Diving et High Diving** : L'athlète doit...
  - ...être titulaire d'une licence valide délivrée par Swiss Aquatics Diving.
  - ...avoir participé à un championnat suisse de la relève (hiver ou été) - (pas le High Diving).
  - ...ont démontré une performance individuelle moyenne correspondant à au moins 70% de la référence.
  - ...atteindre le nombre minimum de points requis pour le cadre régional sur l'échelle PISTE correspondant à l'année de naissance.
  
- **Cadre national** : Apart la *nationalité suisse, l'athlète doit..*
  - ...être titulaire d'une licence valide délivrée par Swiss Aquatics Diving.
  - ...avoir participé aux championnats suisses de la relève (hiver et été).
  - ...avoir démontré une performance individuelle moyenne correspondant à au moins 90% de la référence.
  - ...atteindre le nombre minimum de points requis pour l'équipe nationale sur l'échelle PISTE correspondant à l'année de naissance.

Le total des points obtenus dans les trois domaines principaux (indicateurs BIO, indicateurs PERF et résultat de la journée de test PISTE) ainsi que la situation particulière de chaque athlète sont pris en compte pour décider s'il ou elle fait partie d'une des équipes. L'échelle PISTE des points minimums à atteindre en fonction de l'âge est définie comme suit :

Catégorie	D			C		B		A		
Points RK	42	42	42	42	42	52	52	52	52	52
Points HD RK							52	52	52	52
Points NK					54	58	58	58	58	58
Maximum	<u>87</u>	<u>87</u>	<u>87</u>	<u>87</u>	<u>87</u>	<u>87</u>	<u>87</u>	<u>87</u>	<u>87</u>	<u>87</u>

L'application stricte des critères susmentionnés peut être adaptée au cas par cas (blessure grave lors de la saison précédente, changement de discipline, talents particuliers, etc.) par le comité de sélection de Swiss Aquatics Diving. Les cas particuliers sont d'abord discutés entre la personne responsable de la relève et l'entraîneur-euse responsable du club concerné, puis par la commission de sélection afin de décider d'une éventuelle sélection, toujours en tenant compte des intérêts de l'athlète et de Swiss Aquatics Diving.

Le comité de sélection de Swiss Aquatics Diving valide la proposition de sélection des cadres pour la saison suivante, soumise par la personne responsable de la relève, après que tous les résultats PISTE de la saison en cours ont été saisis. Swiss Olympic donne ensuite son accord, sous réserve de modifications ou d'ajustements éventuels, et délivre les Talent Cards régionales et nationales. Swiss Aquatics Diving et Swiss Olympic se réservent le droit de valider ou de refuser la sélection d'un athlète dans l'équipe, ainsi que de l'exclure si les critères ne sont plus remplis ou en cas de comportement contraire à l'éthique sportive. Les contingents maximaux sont fixés par Swiss Olympic à 28 Talent Cards nationales et 40 Talent Cards régionales. Si ces quotas sont atteints, le classement des athlètes selon l'échelle PISTE détermine quels athlètes se trouvent en dehors du quota. En cas d'égalité dans le classement, le critère déterminant est le classement des points dans le domaine PERF.