



Ce numéro spécial a pour ambition d'inviter le lecteur à élargir son regard et sa compréhension sur la formation du coureur de demi-fond. Plutôt qu'une approche conventionnelle caractérisée par la spécificité des entraînements en fonction des distances de course, notre intention est d'identifier des éléments de transversalité du parcours de formation du coureur de demi-fond.

La transversalité est une posture intellectuelle qui cherche à appréhender les différentes courses de demi-fond en identifiant les déterminants communs qui rassemblent ces courses. Ce processus d'analyse permet ainsi d'envisager le demi-fond comme une entité à part entière plutôt que comme un ensemble fractionné d'épreuves spécifiques.

Dans ce numéro spécial, différentes acceptions de la transversalité sont envisagées :

- **Transversalité de la formation** afin que l'entraîneur de club puisse prendre en compte, au sein d'un même groupe d'entraînement, différents profils de coureurs de demi-fond : homme ou femme, jeune ou adulte, débutant ou confirmé.
- **Transversalité des connaissances** : parce que la dimension physiologique ne peut constituer à elle seule l'unique prisme d'analyse de la performance en demi-fond, des connaissances sur la motricité, le développement des capacités physiques et biologiques sont mobilisées. Parce que « Être fort » ne saurait être confondu avec « Se sentir fort », l'optimisation des qualités et des capacités psychologiques est un déterminant de la performance. En permettant au coureur de construire cette relation singulière du rapport à l'effort ou plutôt du rapport à l'inconfort physique généré. En permettant à l'athlète de construire un rapport à la performance autonome (relations entraîneur et entraîné), incarné (personnalisation des intentions de course grâce à une meilleure connaissance de soi), intuitif (identification et confiance dans ses propres ressentis) et rationnel (comprendre la course afin de déterminer mais aussi d'adapter les tactiques).
- **Transversalité des points de vue** : les connaissances proposées ne sont pas seulement déductives et scientifiques. Fruit d'une expérience réfléchie et d'une analyse raisonnée, les connaissances exposées sont aussi inductives et pratiques.
- **Transversalité de l'action** : la définition des contenus d'entraînement ou d'apprentissage aussi pertinente soit-elle ne saurait être séparée de l'expertise de la mise en œuvre, ce que l'on désigne comme étant la pédagogie.

L'analyse, la compréhension, la modélisation obligent à la partition, au découpage. La pratique oblige à la synthèse. Dans ce numéro, comme dans tous les autres de l'AEFA, notre projet est donc bien d'éveiller la curiosité, d'interroger les pratiques, de susciter la réflexion, de valoriser la mutualisation des expériences.

Je tiens à remercier tous les contributeurs qui ont participé à la réalisation de ce numéro spécial demi-fond qui, je l'espère, vous apportera toute satisfaction.

Je vous souhaite une bonne lecture.