PRÉPARATION PHYSIQUE · ANALYSE COLLECTIVE ET INDIVIDUELLE

RAPPORT DE MATCH

ATHLÈTE
Équipe à domicile — match 2

DATE
non communiquée

TEST
Match

01 SYNTHÈSE

3 – 2
SCORE
14 joueurs suivis

69 %
TEMPS DE JEU EFFECTIF
36 % avec ballon

10,5 km
DISTANCE MOYENNE
111 m/min · titulaires de champ

5,9
SPRINTS / JOUEUR
> 7 m/s

21 %
TRAVAIL DIRECTIONNEL
virages / travail total

LECTURE

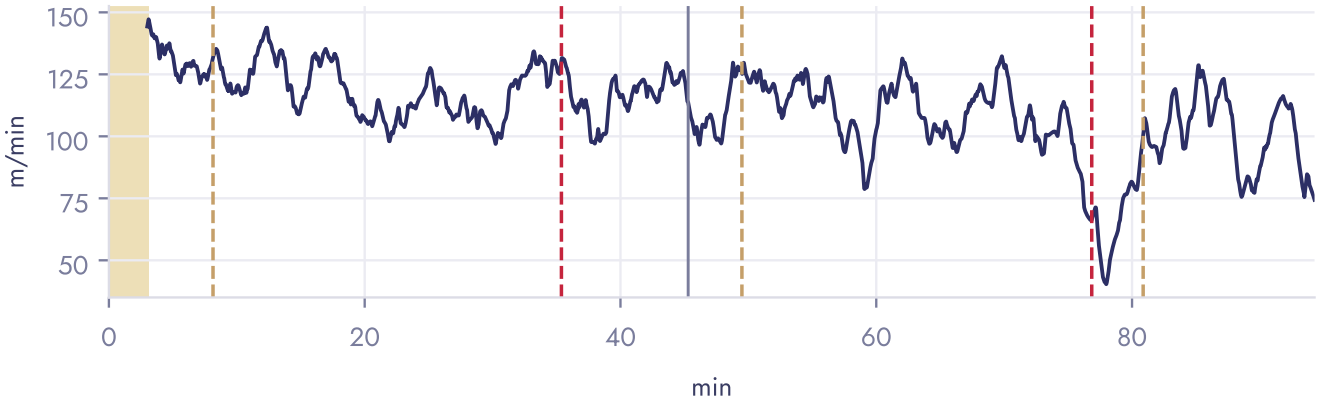
Les joueurs de champ ayant joué tout le match ont couvert **10,5 km** en moyenne (111 m/min). Le plus intense : **J5** (126 m/min) ; la plus forte charge mécanique : **J5** (107 J/kg/min).

Sans ballon, l'équipe court **23 % de plus** qu'avec (141 contre 115 m/min) et fournit 1,5 fois plus de haute vitesse : le pressing et le repli pèsent plus que la conservation.

De la 1re à la 2e mi-temps, la distance par minute baisse de **16 %** en moyenne.

Passage collectif le plus exigeant (3 min) : **147 m/min** à la 1e minute, 44 % du temps sans ballon.

21 % du travail mécanique de l'équipe vient des changements de direction, une charge invisible pour les métriques de distance et de vitesse.

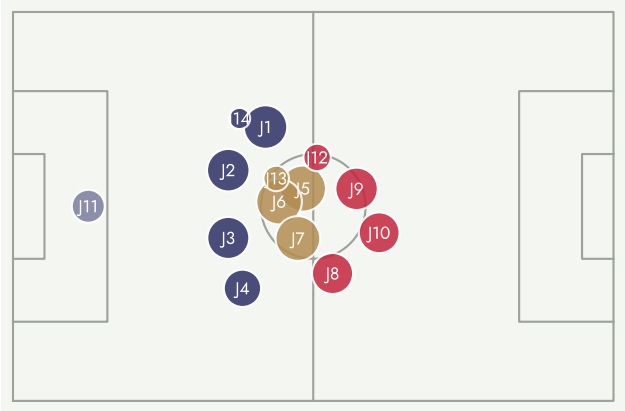


Intensité de l'équipe (joueurs de champ, moyenne glissante sur 3 min) ; bande : passage le plus exigeant ; tirets : buts (or pour, rouge contre) ; trait gris : mi-temps.

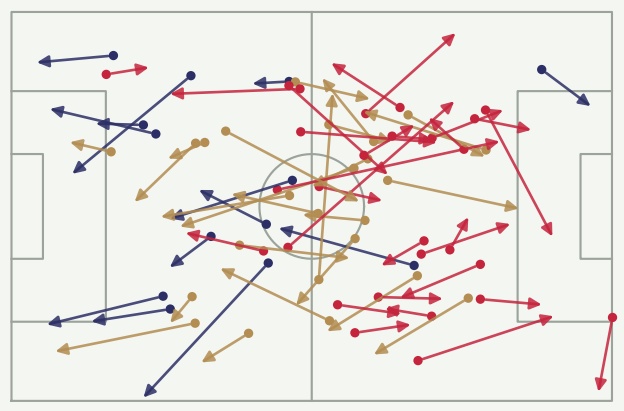
02 ▶ L'ÉQUIPE JOUEUR PAR JOUEUR

JOUEUR	RÔLE*	MIN	DISTANCE (M)	M/MIN	HSR (M)	> 7 M/S (M)	SPRINTS	V MAX (M/S)	ACC/DÉC	SÉQ.
J11	G	94	5 137	55	0	0	0	4,75	6/6	0
J3	Déf	94	9 448	101	454	137	6	8,92	21/36	3
J1	Déf	94	10 249	109	555	71	4	8,49	25/39	5
J2	Déf	94	9 707	104	300	65	2	8,51	38/37	2
J4	Déf	63	7 074	111	153	4	0	7,21	20/25	1
J14	Déf	10	1 072	105	39	9	1	8,64	2/5	0
J6	Mil	94	11 420	122	701	152	7	8,48	37/44	8
J7	Mil	94	10 967	117	691	161	8	8,73	24/38	4
J5	Mil	93	11 700	126	1 025	106	7	8,21	59/69	13
J13	Mil	23	2 335	100	204	52	2	8,43	12/12	1
J9	Att	94	9 661	103	646	136	7	9,03	21/25	5
J10	Att	83	8 797	106	576	233	14	8,64	37/40	5
J8	Att	71	8 910	126	671	78	5	8,47	42/62	13
J12	Att	30	2 979	99	282	34	1	7,62	16/16	4

* Rôle estimé d'après la position moyenne. HSR : distance > 5,5 m/s ; Séq. : séquences d'efforts à haute vitesse répétés (≤ 60 s).

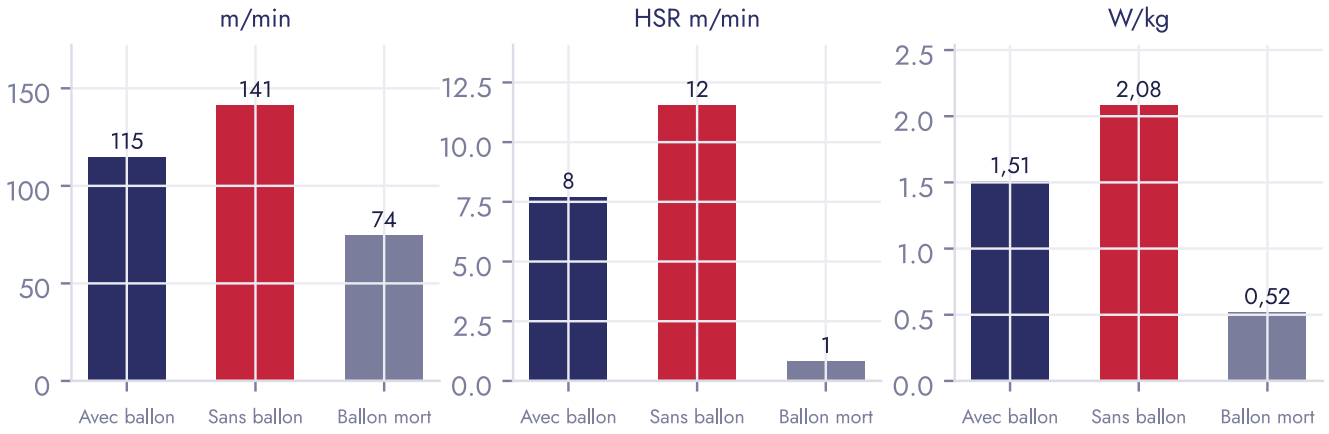


Positions moyennes (équipe attaquant vers la droite) ; taille du point = distance parcourue.



Sprints (> 7 m/s) du match : départ (point) et arrivée (flèche), équipe attaquant vers la droite.

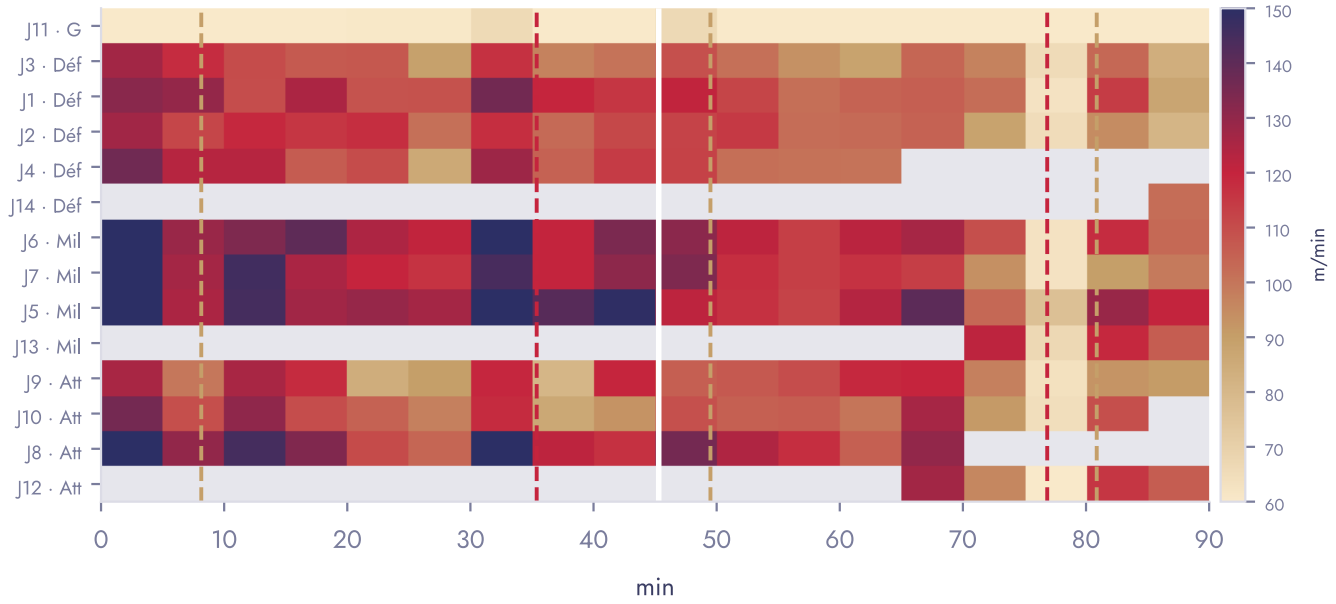
03 CHARGE SELON LE CONTEXTE DE JEU



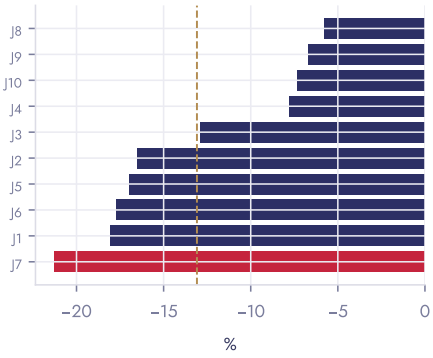
Intensité moyenne des joueurs de champ selon la phase de jeu.

	TEMPS	M/MIN	HSR M/MIN	W/KG
Avec ballon	36 %	115	7,7	1,51
Sans ballon	30 %	141	11,5	2,08
Ballon mort	31 %	74	0,8	0,52

04 ▸ LE MATCH DANS LE TEMPS



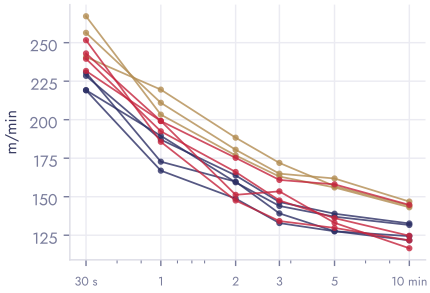
Distance par minute, par tranche de 5 minutes ; gris : hors du terrain. Traits : mi-temps (blanc) et buts (or pour, rouge contre).



Évolution de la distance par minute entre les deux mi-temps (joueurs ayant joué les deux).

JOUEUR	1RE MT	2E MT	ÉCART	W/KG 1	W/KG 2
J3	108	94	-13 %	1,13	1,05
J1	120	99	-18 %	1,46	1,07
J2	113	95	-16 %	1,41	1,04
J4	114	105	-8 %	1,33	1,25
J6	134	110	-18 %	1,77	1,39
J7	131	103	-21 %	1,61	1,24
J5	138	114	-17 %	2,01	1,56
J9	107	100	-7 %	1,19	1,15
J10	109	101	-7 %	1,32	1,16
J8	129	122	-6 %	1,78	1,62

05 ▶ DEMANDES DE POINTE



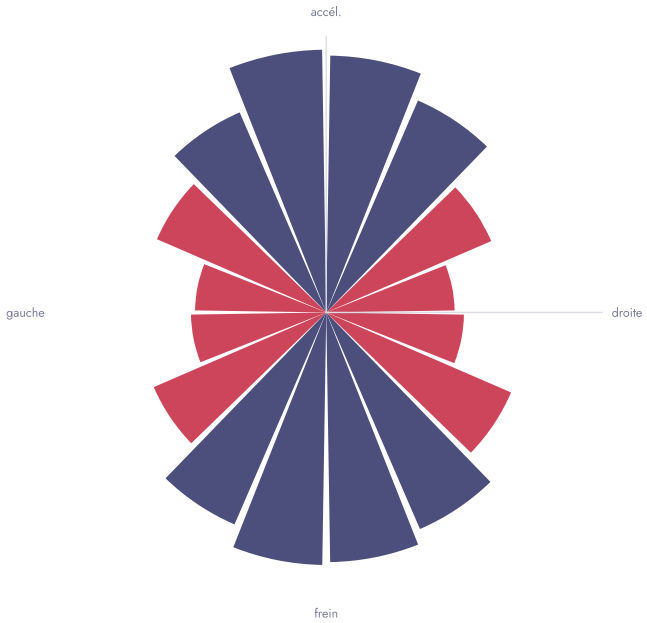
Pic de distance par minute selon la durée de fenêtre, par joueur.

JOUEUR	1′	3′	5′	HSR 1′	HSR 3′	W/KG 1′	W/KG 3′	@
J3	167	133	128	57	19	3,09	1,97	47′
J1	187	147	139	68	30	3,62	2,37	33′
J2	173	139	128	51	17	3,36	2,34	21′
J4	190	144	137	32	12	2,79	2,11	10′
J14	186	146	111	19	9	2,92	1,96	84′
J6	203	163	156	54	29	4,14	2,58	30′
J7	220	172	157	57	26	3,50	2,33	10′
J5	211	165	162	77	38	4,83	2,92	10′
J13	189	147	134	65	28	4,17	2,29	84′
J9	186	134	130	53	31	3,37	1,91	68′
J10	192	148	136	57	24	3,50	2,26	10′
J8	199	161	158	59	32	4,21	2,68	30′
J12	199	153	133	58	28	4,17	2,29	84′

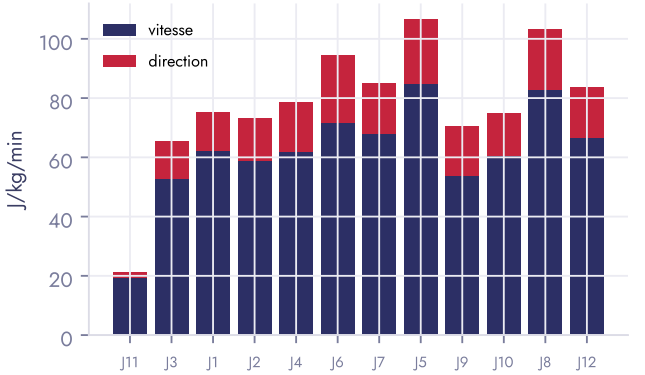
5.1 Repères pour les exercices (joueurs de champ ayant joué tout le match)

DURÉE	M/MIN · MÉDIANE	P90	HSR · MÉDIANE	P90	W/KG · MÉDIANE	P90
1 min	187	214	57	72	3,50	4,42
3 min	147	168	29	33	2,34	2,71
5 min	139	159	—	—	—	—

06 ▶ CHARGE MÉCANIQUE ET DIRECTION



Signature de mouvement de l'équipe : travail mécanique selon l'orientation de l'accélération.



Travail mécanique par minute : part liée à la vitesse et part liée à la direction.

JOUEUR	TRAVAIL (KJ/KG)	J/KG/MIN	DIR. (%)	G/D (%)	MANŒUVRES
J11	2,00	21	9	-1	513
J3	6,16	66	19	-8	918
J1	7,07	75	17	-8	1025
J2	6,86	73	20	7	1038
J4	4,99	79	21	-0	714
J6	8,85	94	24	5	1079
J7	7,99	85	20	2	994
J5	9,94	107	20	-2	1117
J9	6,60	70	24	-15	859
J10	6,24	75	19	-7	836
J8	7,27	103	20	2	806
J12	2,52	84	20	7	266

G/D : (gauche – droite) / total du travail des virages ; positif = plus de virages à gauche.

07 ▸ PISTES POUR LA SEMAINE

Récupération	Charge mécanique la plus élevée de l'équipe (> moyenne + 1 écart-type) : **J5**. Priorité à la récupération à J+1 et à J+2, volume de course réduit.
Fin de match	Baisse en 2e mi-temps nettement plus forte que l'équipe (-16 % en moyenne) : **J7 (-21 %)**. À croiser avec le contexte (score, consignes) avant d'y lire de la fatigue.
Compensation	Temps de jeu inférieur à 60 min : **J12, J13, J14**. Repères pour une séance de compensation, tirés du match des titulaires : un bloc de 3 min à ~147 m/min dont ~29 m/min à haute vitesse, et ~7 sprints répartis dans la séance.
Vitesse	Un sprint ou moins au-dessus de 7 m/s : **J4**. Une exposition proche de la vitesse maximale dans la semaine peut être envisagée (Buchheit et al. 2023).
Asymétrie	Travail des virages déséquilibré (≥ 15 % entre gauche et droite) : **J9 (-15 %)**. Souvent lié au poste ; à suivre sur plusieurs matchs avant d'agir.

08 ▸ MÉTHODE

Positions optiques à 25 Hz lissées et dérivées (Savitzky-Golay 0,6 s), sauts de tracking retirés ; l'équipe est représentée attaquant vers la droite. Rôles estimés d'après la position moyenne (tiers de la profondeur).

Contexte de jeu tiré des événements : possession = équipe du dernier événement de jeu (passe, récupération, coup de pied arrêté, tir) ; ballon mort d'une sortie, d'une faute ou d'un but jusqu'à la reprise.

Haute vitesse > 5,5 m/s, sprint > 7 m/s tenu 1 s ; accélérations > 2,5 m/s² tenues 0,5 s ; séquences répétées : ≥ 2 efforts à haute vitesse à ≤ 60 s (Buchheit et al. 2010). Pics en fenêtres glissantes (Varley et al. 2012).

Charge mécanique : travail lié à la vitesse (variation d'énergie cinétique, Gray et al. 2018, filtre à hystérésis 0,2 m/s) et lié à la direction (énergie cinétique par axe dans le repère de chaque manœuvre, Cavagna et al. 1976). Modèle ouvert, horizontal : non comparable aux watts d'un analyseur commercial.

Pistes : règles simples et transparentes (au-delà de la moyenne + 1 écart-type, baisse supérieure de 5 points à celle de l'équipe, < 60 min jouées, ≤ 1 sprint, asymétrie ≥ 15 %), à interpréter par le staff.

Données : Metrica Sports sample data, game 2, Home team.

- Gray A.J., Shorter K., Cummins C., Murphy A. & Waldron M. (2018). Modelling movement energetics using Global Positioning System devices in contact team sports: limitations and solutions. Sports Med 48, 1357–1368.
- Cavagna G.A., Thys H. & Zamboni A. (1976). The sources of external work in level walking and running. J Physiol 262, 639–657.
- Buchheit M., Lopez Sagarra A., Boskovic A., Komino P., Norman D. & Hader K. (2026). GPS 3.0: from distance into zones toward better proxies of internal neuromuscular load in elite football. Sport Perf Sci Rep 280.
- Buchheit M. & Simpson B.M. (2017). Player-tracking technology: half-full or half-empty glass? Int J Sports Physiol Perform 12 (Suppl 2), S235–S241.
- Bundle M.W., Hoyt R.W. & Weyand P.G. (2003). High-speed running performance: a new approach to assessment and prediction. J Appl Physiol 95, 1955–1962.
- Buchheit M., Mendez-Villanueva A., Simpson B.M. & Bourdon P.C. (2010). Repeated-sprint sequences during youth soccer matches. Int J Sports Med 31, 709–716.
- Buchheit M., Settembre M., Hader K. & McHugh D. (2023). Exposures to near-to-maximal speed running bouts during different turnarounds in elite football. Biol Sport 40, 1057–1067.
- Spencer M. et al. (2004). Time-motion analysis of elite field hockey, with special reference to repeated-sprint activity. J Sports Sci 22, 843–850.
- Harper D.J., Carling C. & Kiely J. (2019). High-intensity acceleration and deceleration demands in elite team sports competitive match play. Sports Med 49, 1923–1947.
- Varley M.C., Elias G.P. & Aughey R.J. (2012). Current match-analysis techniques' underestimation of intense periods of high-velocity running. Int J Sports Physiol Perform 7, 183–185.
- Fereday K. et al. (2020). A comparison of rolling averages versus discrete time epochs for assessing the worst-case scenario locomotor demands of professional soccer match-play. J Sci Med Sport 23, 764–769.
- Delaney J.A., Thornton H.R., Rowell A.E. et al. (2018). Modelling the decrement in running intensity within professional soccer players. Sci Med Football 2, 86–92.
- Novak A.R., Impellizzeri F.M., Trivedi A., Coutts A.J. & McCall A. (2021). Analysis of the worst-case scenarios in an elite football team. J Sports Sci 39, 1850–1859.
- Whitehead S. et al. (2018). The use of microtechnology to quantify the peak match demands of the football codes: a systematic review. Sports Med 48, 2549–2575.
- Metrica Sports sample data (anonymised professional match, optical tracking 25 Hz and event data), github.com/metrica-sports/sample-data.

Rapport généré par peakdemands 0.1.0. Pistes indicatives, à croiser avec le ressenti des joueurs, le staff médical et le calendrier.