

Boxe anglaise : Comparaisons de feedbacks coachings et vidéos dans l'apprentissage des esquives en réalité virtuelle

Ronny Scullion

Master Thesis in Sport Science

Dans cette expérience, l'objectif est d'étudier la façon dont l'entraînement des esquives par réaction à travers la réalité virtuelle immersive améliore la prise de décision et la réponse motrice pour des sujets débutant en boxe anglaise. Au travers d'une immersion complète, les sujets-apprenants vont être en situation d'apprentissage dans un environnement virtuel. Au cours de leur apprentissage, les sujets reçoivent régulièrement des retours dans le but d'améliorer leurs performances, soit sous la forme d'un feedback visuel soit au travers d'un feedback oral. Ces feedbacks sont respectivement, une démonstration vidéo des mouvements d'esquive (*expert video modeling*) ou alors un feedback uniquement auditif (coaching) attribué par un expert en boxe anglaise.

Nous allons chercher à définir lequel de ces deux feedbacks est le plus puissant dans ce même environnement virtuel. Pour cela, nous avons besoin d'apports théoriques, d'un design expérimental et de sujets prêts à participer à notre expérience.

L'analyse de nos résultats nous permettra de répondre à nos hypothèses de base suivantes :

H0 : La réalité virtuelle est un environnement adapté pour l'apprentissage moteur.

H1 : Les deux groupes (*expert video modeling* et *coaching*) verront une amélioration de leurs capacités en esquives de boxe anglaise.

H2 : Le groupe avec le feedback *coaching* verra une plus grande amélioration de ses capacités par rapport au groupe vidéo.

Au cours de 5 séances d'entraînement, 9 sujets répartis en deux groupes (*vidéo* : n=4 et *coaching* : n=5) peu ou pas expérimentés ont appris à esquiver les attaques imminentes d'un boxeur virtuel. D'une part, dans les pré et post-tests, nous avons examiné et analysé les mouvements des sujets en nous basant sur une grille d'évaluation qui sépare les membres inférieurs, les membres supérieurs, le timing ainsi que le type de réponse (esquives ou mouvement de blocage).

Les données récoltées sont ensuite analysées et interprétées à l'aide d'outils statistiques. L'interprétation de ces résultats donne finalement une ouverture sur les potentielles futures utilisations de réalité virtuelle.

Prof. Dr. Jean-Pierre Bresciani