



Maison Régionale de la Performance

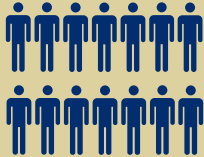
LE TENNIS DE TABLE EN RÉALITÉ VIRTUELLE, ALTERNATIVE OU SUBSTITUT À LA PRATIQUE CONVENTIONNELLE ?

Résultats d'une étude préliminaire sur les caractéristiques de jeu et les réponses cardiorespiratoires et perceptuelles aiguës.



14 PARTICIPANTS

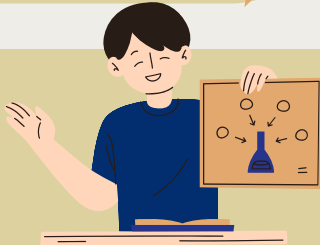
familiarisé-e-s avec les deux formes de pratique



VARIABLES MESURÉES

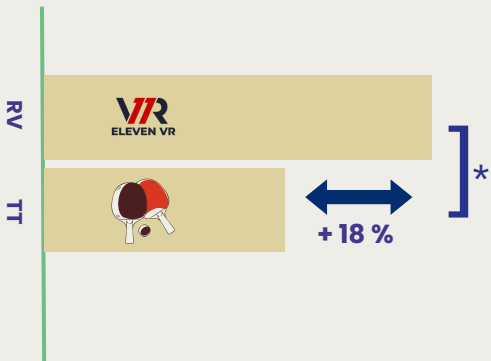
- Temps de jeu effectif
- Dépense énergétique
- Perception de l'effort
- Perception du plaisir
- Perception de la fatigue

LES RÉSULTATS OBTENUS

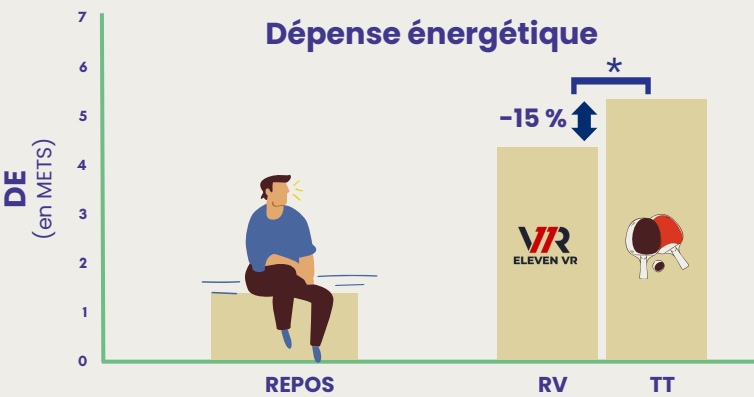


Légende : **TT** : Tennis de table / **RV** : Réalité virtuelle

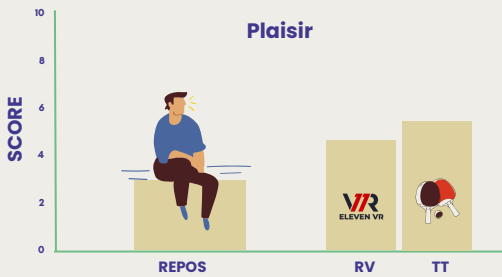
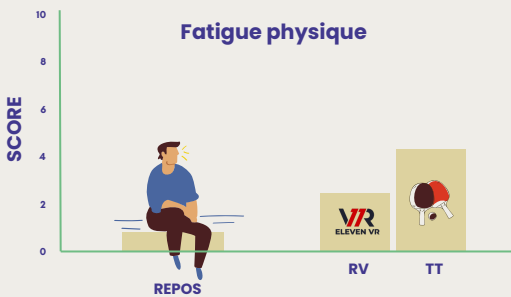
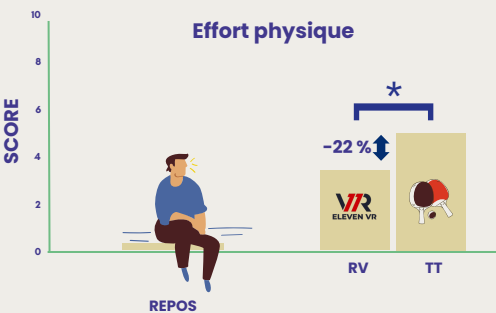
Temps de jeu effectif (%)



Dépense énergétique



Analyses et perceptions



En conclusion

TEMPS DE JEU SUPÉRIEUR
sans modifier les caractéristiques des échanges

DÉPENSE ÉNERGÉTIQUE INFÉRIEURE

bien que considérée comme une activité modérée

NIVEAUX DE FATIGUE ET DE PLAISIR SIMILAIRES

malgré une perception d'effort physique plus élevée en pratique conventionnelle



Scannez le QR Code accéder à la version complète de l'étude.

2 hypothèses expliquant cette différence :



Les déplacements et la gestuelle associée à la pratique virtuelle **seraient réalisés sur des distances et des amplitudes plus faibles** que pour la pratique conventionnelle, ce qui tendrait à limiter la dépense énergétique.

Dans le cadre de la pratique conventionnelle, **les séquences non jouées ne seraient pas complètement dénuées des dépenses énergétiques**, puisqu'il s'agit le plus souvent d'aller récupérer la balle et donc de se déplacer.