

Note méthodologique : Performance 2.0 : jusqu'où Strava transforme-t-elle réellement la performance sportive ?

Exploration, développement d'idées et cadrage du sujet

Au départ, je souhaitais écrire un article sur le lien entre sport, performance et digital, un sujet qui m'intéresse particulièrement. En parcourant le blog, je suis tombée sur l'article *Quand Strava redéfinit la performance – La performance 2.0 à l'ère du digital*. J'ai alors choisi de proposer un article rebond sur celui-ci

Pour lancer ma réflexion, j'ai utilisé ChatGPT comme outil d'exploration. Je lui ai posé plusieurs questions ouvertes afin d'élargir le champ de réflexion et d'identifier des angles pertinents. Ces premiers échanges m'ont permis de sélectionner les pistes réellement utiles à mon article et d'écartier celles qui s'éloignaient de l'objectif éditorial.

Exemple de prompt utilisé :

« Quelles sont les limites et les enjeux de la performance sportive mesurée par des applications comme Strava ? »

J'ai ensuite complété mes recherches sur Google afin pour vérifier les informations et m'appuyer sur des sources fiables. L'IA m'a également aidée à reformuler ou synthétiser certains contenus pour les rendre plus clairs et fluides.

Planification et organisation

Pour organiser l'article, j'ai utilisé l'IA de manière progressive. Dès le départ, j'ai formulé des questions très concrètes pour construire un plan cohérent et éviter toute redondance avec l'article initial.

Exemples de questions posées :

- « Comment construire un article rebond qui prolonge une réflexion sans répéter l'article d'origine ? »
- « Comment structurer un article autour des limites de la performance mesurée et du rôle des algorithmes ? »
- « Quelle place donner au digital sans qu'il devienne le seul angle de lecture ? »

À partir de ces demandes, ChatGPT m'a proposé plusieurs structures possibles. J'ai ensuite affiné le plan à travers des prompts successifs pour rééquilibrer les parties, ajuster la progression des idées et assurer une lecture fluide.

Création des visuels

Les images de mon article ont été générées par ChatGPT, à partir de descriptions textuelles que j'ai rédigées. Ces visuels avaient pour objectif d'illustrer les notions de performance augmentée, de data sportive et de digitalisation du sport, tout en restant cohérents avec l'angle éditorial de l'article.