



Fondament'O n°28



La bibliothèque mentale

-Intr'O-

La course d'orientation, on le sait, est une activité physique à part, dans le sens où l'activité mentale est y omniprésente, voire essentielle. Les processus cognitifs sollicités y sont nombreux (cf Fondament'O n°21, 22, 23 par exemple), au point qu'un orienteur pourrait être taxé de « cérébral » par un joggeur lambda. Le principe de bibliothèque mentale en est l'illustration concrète.

?Kezak'O?

Au cours de son expérience d'orienteur-voyageur, le coureur enregistre différentes images de terrains, liées à leur représentation sur la carte. C'est cet ensemble de « photographies » mentales qui vont constituer son expérience, la bibliothèque mentale, que l'orienteur va « parcourir » pour améliorer sa liaison carte/terrain, l'accélérer, l'optimiser.

!Dem'O!



L'orienteur, de par son expérience sur différents terrains, dans différents pays, sous différents formats (entraînement, compétition), se forge des représentations mentales (images) de ce qu'il rencontre sur le terrain, en faisant le lien avec leur représentation graphique sur la carte. Toutes ces images forment une sorte de catalogue d'images (mémoire en tiroirs), dans lequel plus tard il plongera pour en tirer ce qu'il souhaite.

Attaque de poste

Le but est simple: gagner du temps sur la visualisation mentale (cf Fondament'o n°21) et affiner son attaque du poste en ayant déjà en tête l'image de l'élément recherché. Par expérience, selon le pays ou la région dans laquelle on se trouve, ou même selon le cartographe, l'image sera différente.



Exemple de rocher marqué en butte. A Chalmazel (Loire), sur un terrain de type scandinave.

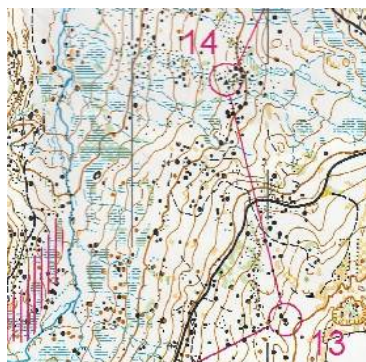


Exemple concret

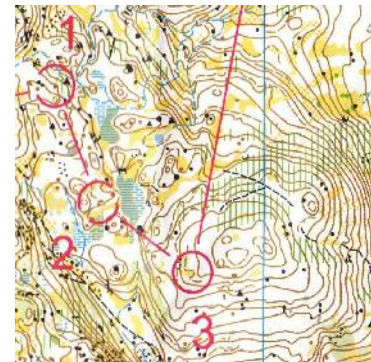
Prenons le cas d'une butte. Dans nos contrées, on s'attend à un tas de terre d'1m de haut environ. Dans les pays scandinaves, il pourra s'agir de fourmillières, de souches terreuses, et parfois de gros rocher, ou de rocher sous lequel on ne peut pas passer la main dessous... Autant de différences d'interprétation cartographique que la bibliothèque mentale aidera à appréhender.

Terrain et cartographie « scandinave »

On parle souvent de terrain de type « scandinave », ou même de cartographie « à la scandinave » pour définir la particularité d'un terrain. En effet, si ces terrains sont uniques en leur genre (très courants, parfois marécageux, beaucoup de détails de reliefs), leur cartographie est généralement très spécifique. Elle occulte beaucoup de détails pour ne représenter que l'essentiel, parfois en sous-estimant les éléments (tous les rochers ne sont pas marqués, la végétation est très simplifiée,...). Courir sur ce genre de terrain demande une certaine adaptation à nous français, même si nous disposons sur notre territoire des terrains similaires.



Terrain du CNE 2015
(Chalmazel - Loire)



Carte du « Carlit » - Font-Romeu (Pyrénées)