

## INTRODUCTION

Élaborer le **modèle de performance de votre discipline sportive** n'est pas une priorité dans cette formation en préparation physique, mais la méthodologie utilisée au niveau global est exploitable au niveau spécifique de la **performance physique**.

Consulter ce dossier pour comprendre la démarche et produire votre propre **modèle de performance physique** dans votre spécialité sportive.

Vous trouverez dans ce dossier, 2 illustrations en Planche à voile et en Hockey sur glace.

L'analyse, la conception et la modélisation peuvent être complexes et très approfondies, ce n'est pas ce qui vous est demandé cette année, mais votre parcours de formation futur pourrait vous amener à effectuer ce type de formalisation.