

7 étapes pour bâtir un PPIA

DÉPART: L'athlète a des objectifs de haute performance !

1

Rencontres de fin de saison entre MEQ/ athlète / entraîneurs de l'ÉNS - ÉBAUCHE du PEA créé à partir des données de la saison précédente. Élaboration d'un PEA basé sur des dates générales. Première définition des objectifs.

2

Les tests sont déterminés par l'entraîneur, l'ÉSI et le niveau de financement de l'athlète



3

L'athlète, l'entraîneur du MEQ et L'ÉSI examinent l'analyse des lacunes

4

L'athlète définit des buts et des objectifs correspondant au PPIA



Développement à long terme



Objectifs annuels

5

L'athlète et l'équipe développent le PPIA- PEA

6

L'athlète, l'entraîneur du MEQ, l'entraîneur de l'ÉNS et le DHP approuvent le PPIA-PEA

7

Révision et discussion continues concernant le PPIA avec les entraîneurs, les athlètes et l'ÉSI. Mise à jour continue des ressources en matière de tests et de rapports, etc.

ARRIVÉE: L'athlète comprend parfaitement ses objectifs et son rôle dans cette démarche

7 Révision et mise à jour continues du PPIA- PEA

@U'dYfh]bYbWY`Ygh`XY` a]gY

E i]

5h\`,,hY, A9E YbhfU;bY i f, YbhfU;bY i f`vBG, vG=

7c a a Ybh

5 i ` a cmYb`XY`U`fYbWcbhfY`YbhfY`fiUh`,,hY`Yh`
`fiYbhfU;bY i f`X i ` A9E`Yh`XYg`ff i b]cbg`XY`
`fi vG=`@Yg`XcbbfYg`fi ffg i`hUhg`XYg`hYghz`
a]gYg`{`^c i f`bulletin techniquez`YhW`L`gcbh`
dUfhU [fYg`UZ]b`XiUWh i U`]gYf`Yh`XY`ff j]gYf`Yb`
dYf a UbYbWY`Y`DD=5!D95"