



MINISTÈRE
CHARGÉ DES SPORTS

*Liberté
Égalité
Fraternité*

RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES DU SPORTIF DE HAUT NIVEAU OU PROFESSIONNEL

Réalisé en partenariat avec l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance, l'Agence nationale pour la formation professionnelle des adultes et l'Agence nationale du Sport



PRÉFACE



© Ministères sociaux / BCOMJS / Emma PROSDOCIMI / SIPA

Roxana Maracineanu

Ministre déléguée
auprès du ministre
de l'Éducation nationale,
de la Jeunesse et des Sports,
en charge des Sports

Nos sportifs de haut niveau ou professionnels ne se résument pas qu'à leur discipline ou à leur palmarès. Ils ont plusieurs vies et aucune d'entre elles ne doit être négligée. La reconversion est notamment un moment difficile dans la vie d'un champion. J'en ai d'autant plus conscience que je suis moi-même passée par cette phase délicate de questionnement à l'arrêt de ma carrière sportive.

Le ministère chargé des Sports a la responsabilité d'accompagner les athlètes français vers l'excellence sportive avec l'appui de son opérateur, l'Agence nationale du Sport. Mais, le ministère doit aussi permettre à nos athlètes de concilier une préparation sportive de plus en plus exigeante avec la poursuite de leurs études ou leur entrée dans la vie professionnelle. Garantir leur épanouissement social ainsi que leur employabilité future est une priorité autant que leurs résultats. Lorsque leur parcours est sécurisé, les sportifs gagnent en sérénité, un des facteurs clés de la performance sportive.

C'est notre rôle de les encourager, de leur montrer qu'ils ont le potentiel pour s'exprimer en dehors des seuls terrains sportifs. Pour ce faire, nous pouvons les aider à identifier et à consolider les compétences qu'ils ont acquises tout au long de leur carrière et dont ils n'ont pas forcément conscience.

Dans leur pratique compétitive, le plus souvent très concurrentielle, les sportifs de haut niveau ou professionnels développent des aptitudes qui sont de réels atouts pour une entreprise : dépassement de soi, exigence, engagement, gestion du stress, esprit d'équipe, résistance à l'effort, capacité à rebondir...

Autant de qualités très précieuses qu'ils pourront exploiter dans leur future vie professionnelle et faire valoir lors d'un recrutement. Ce référentiel sera pour eux un outil d'accompagnement et d'aide à la décision pour élaborer leur projet professionnel ou de formation. Je tiens à remercier les équipes de la Direction des sports, l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance, l'Agence nationale pour la formation professionnelle des adultes et l'Agence nationale du Sport qui ont contribué à la création de ce livret indispensable pour faire de nos sportifs des femmes et des hommes accomplis, conscients de leur valeur, capables d'anticiper leur reconversion dans les meilleures conditions et confiants dans leur avenir.

SOMMAIRE

PRÉFACE	3
I. PRÉSENTATION DES PARTENAIRES	6
2. INTRODUCTION	9
3. CADRAGE MÉTHODOLOGIQUE	11
4. LES 10 PRINCIPALES COMPÉTENCES DU SPORTIF MISES EN ŒUVRE DANS LA PRATIQUE DU SPORT DE HAUT NIVEAU OU PROFESSIONNEL (C)	12
5. LES 10 SAVOIR-ÊTRE ASSOCIÉS DU SPORTIF DE HAUT NIVEAU OU PROFESSIONNEL (SE)	13
6. LES 15 COMPÉTENCES TRANSVERSALES ASSOCIÉES DU SPORTIF DE HAUT NIVEAU OU PROFESSIONNEL (CT)	14
7. LES FICHES COMPÉTENCES	16

I. PRÉSENTATION DES PARTENAIRES



L'Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance (INSEP), est un établissement public à caractère scientifique, culturel et professionnel (EPSCP), placé sous la tutelle du ministère chargé des Sports. L'INSEP est depuis 1975 un acteur incontournable de la politique sportive du haut niveau en France et le centre d'entraînement olympique et paralympique de référence du sport français.

Grâce à des infrastructures modernes et uniques situées sur un site exceptionnel de 28 hectares au cœur du bois de Vincennes à Paris, il propose une offre d'accompagnement à la haute performance sportive sous toutes ses formes pour les sportifs de haut-niveau, toutes disciplines confondues. Un accompagnement innovant et conçu sur-mesure en matière d'entraînement, de suivi médical, de recherche, d'accompagnement psychologique, mais aussi de formation et de reconversion professionnelle... Chaque jour, l'encadrement des sportifs est étudié, repensé et amélioré.

CHIFFRES CLÉS

18 PÔLES FRANCE

24 DISCIPLINES OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES

800 SPORTIFS DE HAUT NIVEAU
dont 530 accueillis à l'année

355 INTERNES
dont 130 mineurs (scolarisés de la 3^{ème} à la Terminale)

150 ENTRAÎNEURS NATIONAUX
issus de 19 fédérations sportives françaises

300 AGENTS SALARIÉS

28 HECTARES DE CAMPUS

100% DE RÉUSSITE AU BAC
pour la promotion 2018-2019

38 MILLIONS D'EUROS DE BUDGET

L'INSEP suit quotidiennement les sportives ou sportifs de haut niveau dans leur projet de performance et met en place :

- des parcours aménagés de formations scolaires, universitaires et professionnelles,
- un suivi des études dédié aux SHN de l'INSEP poursuivant des études hors de l'INSEP;

- un accompagnement dans l'élaboration des projets de formation et professionnels;
- un accompagnement très individualisé et un appui dans leur parcours de formation et leurs démarches d'accès à l'emploi et à la reconversion.

L'Afpa (Agence nationale pour la formation professionnelle des adultes) est un opérateur majeur de la formation

professionnelle en Europe au service des politiques publiques de l'emploi et de formation ; de la sécurisation des parcours professionnels ; de la croissance et de la compétitivité des entreprises. Établissement public à caractère industriel et commercial (Epic) depuis le 1^{er} janvier 2017 et membre du service public de l'emploi, l'Afpa assure des missions nationales de service public :

- L'ingénierie de certification du ministère du Travail et d'autres ministères certificateurs pour le compte de l'État ;
- L'accompagnement de l'émergence et la structuration des métiers et compétences de demain ;

- Le développement d'une expertise prospective et l'anticipation de l'évolution des compétences sur le territoire ;
- L'appui aux opérateurs du conseil en évolution professionnelle.

L'Afpa accompagne les demandeurs d'emploi et les salariés, depuis plus de 65 ans, de la formation à l'emploi : insertion, reconversion, professionnalisation. Acteur majeur de l'alternance et des transitions professionnelles, l'Afpa est aussi le partenaire formation et conseil de plus de 6 000 entreprises. Elle est également le 1^{er} organisme de formation des personnes en situation de handicap.

Plus d'informations sur www.afpa.fr

L'AFPA EN CHIFFRES



Créée par la loi du 1^{er} août 2019, le groupement d'intérêt public « Agence nationale du Sport » est un opérateur du ministère dont la gouvernance est partagée par l'État, le mouvement sportif, les collectivités territoriales et le monde économique, chargé de :

- Construire un modèle partenarial entre l'État, le mouvement sportif, les collectivités territoriales et leurs groupements et les acteurs du monde économique, dans le cadre d'une profonde évolution du modèle sportif français, dans le respect du rôle de chacun ;
- Renforcer la performance sportive, notamment dans la perspective des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024, d'une part en mobilisant les moyens financiers, humains et organisationnels nécessaires pour des soutiens personnalisés aux sportifs et, en particulier, aux sportifs à fort potentiel olympique et paralympique et en soutenant toutes les fédérations sportives organisant des disciplines de haut niveau ;
- Mobiliser des moyens financiers au bénéfice du développement des activités physiques et sportives pour toutes et tous, s'inscrivant notamment dans le cadre de la pratique sportive fédérée.

La **mission du Pôle Haute Performance** : Accompagner les fédérations vers plus d'excellence dans la perspective des Jeux Olympiques et Paralympiques en plaçant la cellule athlète-entraîneurs au cœur du dispositif.



LE PÉRIMÈTRE DE L'ACCOMPAGNEMENT SOCIO-PROFESSIONNEL

Les différents dispositifs mis en place concernent les composantes de la vie de l'athlète : l'organisation de ses formations, les aménagements d'emploi, les aides financières (aides personnalisées), les accompagnements spécifiques.

L'OBJECTIF

Assurer et sécuriser les conditions de vie du sportif et répondre aux aspirations individuelles sur le plan des formations et de son insertion dans la vie professionnelle.

LE HAUT NIVEAU en France

- 59 fédérations bénéficiant des dispositifs haut niveau
- 162 disciplines reconnues de haut niveau
- 5 000 sportifs de haut niveau
- 15 000 athlètes sur les listes ministérielles
- 22 000 sportifs suivis dans les Parcours de Performance Fédéraux - PPF

2. INTRODUCTION

A. Enjeux

Le souci d'articuler le projet socioprofessionnel et le projet de performance des sportifs est une composante constante du modèle français du sport de haut niveau. Anticiper « la seconde vie » du sportif pendant sa carrière,

selon des modalités propres à chacun, est un des éléments constitutif d'un environnement favorable à la performance sportive.

B. L'évolution de la prise en compte des enjeux socioprofessionnels des sportifs de haut niveau ou professionnels dans la loi :

La volonté de garantir la promotion sociale des sportifs de haut niveau est une volonté exprimée depuis **la loi n°75-988 du 29 octobre 1975** qui instituait les aides de l'État aux sportifs de haut niveau pour favoriser leur réussite sportive et leur insertion professionnelle.

La loi n°84-610 du 16 juillet 1984 a quant à elle permis d'instaurer des dispositifs d'aménagement d'emploi ou de parcours scolaire et universitaire ainsi que des modalités particulières d'accès aux formations pour mieux prendre en considération les spécificités du sport de haut niveau dans le projet de formation et d'insertion des sportifs.

Toujours dans cette perspective et pour mieux tenir compte de la spécificité du sport de haut niveau nécessitant de différer son entrée dans la vie professionnelle et d'allonger son parcours de formation, les dispositions **de loi de financement de la sécurité sociale n°2011-1906 du 21 décembre 2011** (art. 85) ont installé une mesure spécifique de validation de droits retraite pour les sportifs de haut niveau. Quatre années d'inscription sur la liste ministérielle de sportifs de haut niveau peuvent désormais ouvrir droit à cotisation à un régime d'assurance vieillesse.

Enfin, **la loi n°2015-1541 du 27 novembre 2015** a permis d'appréhender la situation sociale du sportif de haut niveau de façon plus complète en créant un nouvel ensemble de droits et obligations : couverture sociale des accidents du travail et des maladies professionnelles pour la pratique du sport de haut niveau, souscription obligatoire d'assurance par les fédérations pour leurs licenciés SHN, maintien des droits rattachés à l'inscription sur la liste des SHN en cas de grossesse. Ce texte consacre également la responsabilité des fédérations en matière de suivi socioprofessionnel. Elles ont désormais l'obligation de désigner un référent chargé d'assurer le suivi des SHN. S'agissant des sportifs professionnels, la loi fait peser la responsabilité du suivi professionnel des sportifs sur les associations ou sociétés qui les emploient, en lien avec les fédérations, les ligues et les organisations représentatives des sportifs.

C. Le projet de création d'un livret individuel de compétences du sportif de haut niveau ou professionnel

Le projet de création d'un livret individuel de compétences du sportif de haut niveau ou professionnel s'inscrit dans une volonté de reconnaissance des compétences acquises dans le parcours singulier de chaque sportif de haut niveau ou professionnel.

Le livret constitue une nouvelle étape de la reconnaissance sociale du sport et du sportif.

Cet objectif de reconnaissance sociale s'est en particulier traduit dans le dossier de **candidature** à l'organisation des **Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024**. La partie héritage de l'État de ce dossier, identifie notamment une mesure pour favoriser l'insertion professionnelle des sportifs de haut niveau par la création d'un livret individuel de compétences des sportifs de haut niveau. Plus récemment **en 2019**, cette mesure a été reprise dans les **170 mesures du plan France 2024**, faire mieux grâce aux jeux, **plan héritage JO de l'État (mesure 49)**.

Dans ce cadre, le ministère chargé des Sports a engagé **les travaux visant la création du livret individuel de compétences**. Un groupe de travail réunissant la Direction des sports, l'INSEP et l'Afpa a été constitué pour écrire ce référentiel de compétences. Celui-ci se décline en 3 parties :

- **1.** Les 10 principales compétences mises en œuvre dans la pratique du sport de haut niveau ou professionnel. Elles sont communes à l'ensemble des disciplines sportives ;
- **2.** les 10 savoir-être ;
- **3.** les 15 compétences transversales.

Les compétences transversales et les savoirs être sont identifiés comme les plus en lien avec les activités des sportifs. Potentiellement exploitables dans d'autres contextes, leur classification est le résultat de choix nécessaires à l'élaboration d'une synthèse. Elle n'est pas exhaustive.

3. CADRAGE MÉTHODOLOGIQUE

Ce référentiel de compétences est commun à l'ensemble des disciplines sportives.

Il identifie **10 principales compétences** mise en œuvre dans la pratique du sport de haut niveau ou professionnel

LA COMPÉTENCE

La compétence du sportif de haut niveau est entendue comme la combinaison et la mobilisation d'un ensemble approprié de ressources personnelles (connaissances, savoir-faire, savoir-être...) et de ressources externes (collègues, experts, autres métiers, bases de données, bibliographies...) pour gérer un ensemble de situations de référence dans un contexte donné, afin de produire des résultats satisfaisant à certains critères de performance.

Le référentiel se voulant commun à l'ensemble des disciplines sportives, la dimension technique propre à chaque discipline et les critères de performance associés n'y sont pas abordés.

S'y ajoutent **15 compétences transversales** et **10 savoir-être** issus de la pratique du sport du sport de haut niveau

LA COMPÉTENCE TRANSVERSALE

Une compétence transversale se caractérise comme étant mobilisable dans de nombreuses situations professionnelles ou extraprofessionnelles. Elle n'est pas spécifique à un métier ou à un champ professionnel. Les compétences transversales se déclinent dans plusieurs dimensions : organisation, communication, prise d'initiative, participation...

LE SAVOIR-ÊTRE

Un savoir-être est relatif à la capacité à agir ou interagir pour l'accomplissement d'une tâche dans un contexte professionnel ou extraprofessionnel. Il concerne la posture, la relation à autrui, la prise en compte d'un environnement ou d'une situation...

Parce que les compétences transversales et les savoir-être sont mobilisables dans de nombreuses situations, leur valorisation favorise la construction du projet de reconversion ou de formation du sportif.

Dans le cadre d'un accompagnement à la définition du projet individuel, ils ont pour but de compléter la description du profil du sportif. Au regard du profil attendu dans les offres d'emploi ou des prérequis pour accéder à une formation, les compétences transversales et les savoirs permettent de :

- Valoriser les candidats leur profil et leur CV
- Faciliter les échanges lors d'entretiens professionnels.

4. LES 10 PRINCIPALES COMPÉTENCES DU SPORTIF

MISES EN ŒUVRE DANS LA PRATIQUE DU SPORT DE HAUT NIVEAU
OU PROFESSIONNEL (C)

S'APPROPRIER SON PROJET DE PERFORMANCE C1

**PRATIQUER SA DISCIPLINE SPORTIVE DANS SON CADRE RÉGLEMENTAIRE
ET CULTUREL C2**

SE PRÉPARER À LA PERFORMANCE SPORTIVE C3

OPTIMISER SA PERFORMANCE LE JOUR J EN COMPÉTITION C4

**PRÉVENIR LES RISQUES LIÉS À SA PRATIQUE SPORTIVE
ET À SON ENVIRONNEMENT C5**

GÉRER SA COMMUNICATION AVEC L'ENVIRONNEMENT EXTERNE C6

S'ENGAGER DANS UNE DÉMARCHE STRATÉGIQUE DE PARTENARIATS C7

**S'ADAPTER AUX CONTEXTES INTERNATIONAUX ET INTERCULTURELS DU
SPORT DE HAUT NIVEAU OU PROFESSIONNEL C8**

INTÉGRER UN PROJET COLLECTIF DE PERFORMANCE C9

INTÉRAGIR AVEC SON ENVIRONNEMENT SPORTIF DE PROXIMITÉ C10

5. LES 10 SAVOIR-ÊTRE ASSOCIÉS DU SPORTIF DE HAUT NIVEAU OU PROFESSIONNEL (SE)

Cette classification est le résultat de choix nécessaires à l'élaboration d'une synthèse, mais n'est pas exhaustive.

ADAPTABILITÉ SE1

S'adapter à des situations et à des interlocuteurs variés, à des contraintes changeantes, à des cultures et à des contextes différents.

AMBITION SE2

Se fixer des objectifs élevés dans les résultats de son activité, s'engager sur des missions à forts enjeux, avec la volonté d'y réussir en consentant les efforts nécessaires.

CONCENTRATION SE3

Rester focalisé sur l'action ou sa préparation, se remobiliser en faisant abstraction des distractions internes ou externes.

CONTRÔLE DE SOI SE4

Conserver son sang-froid, gérer ses émotions afin de pouvoir agir efficacement et avec pertinence face à des situations irritantes, stressantes, imprévues.

CRÉATIVITÉ SE5

Faire preuve de curiosité, d'ouverture d'esprit, investiguer et inventer des situations nouvelles.

FIABILITÉ SE6

Respecter ses engagements dans la durée, prendre et assumer ses responsabilités dans le respect d'un cadre prescrit.

PERSÉVÉRANCE SE7

Maintenir son engagement dans la durée pour la réalisation d'une action ou l'avancement d'un projet quels que soient les circonstances, les obstacles ou les difficultés.

RÉACTIVITÉ SE8

Répondre rapidement et de façon appropriée à des sollicitations ou à des imprévus.

RÉSILIENCE SE9

Retrouver rapidement sa motivation et son engagement, se remobiliser à l'issue d'un événement décourageant.

RIGUEUR SE10

Respecter des process et des méthodes prescrits ou pré établis.

6. LES 15 COMPÉTENCES TRANSVERSALES ASSOCIÉES DU SPORTIF DE HAUT NIVEAU OU PROFESSIONNEL (CT)

Cette classification est le résultat de choix nécessaires à l'élaboration d'une synthèse, mais n'est pas exhaustive.

ANALYSER DES INFORMATIONS CT1

À partir d'informations collectées ou reçues, extraire les éléments clefs et procéder à une analyse critique des sources, des contenus et des idées.

APPLIQUER DES MODES OPÉRATOIRES CT2

Respecter des consignes, des procédures et suivre des recommandations.

COMMUNIQUER À L'ORAL CT3

Interagir avec les autres : écouter, échanger et transmettre des informations.

DÉVELOPPER SES COMPÉTENCES CT4

Apprendre tout au long de la vie grâce à la recherche, la découverte et l'expérimentation la formation.

ÊTRE FORCE DE PROPOSITION CT5

Imaginer et initier des solutions pour résoudre des problèmes ou améliorer une situation.

ÉVALUER DES PERFORMANCES OU DES RÉSULTATS CT6

Mesurer le niveau d'une performance, l'efficacité d'une production à partir de critères et d'indicateurs définis.

FÉDÉRER CT7

Mobiliser des individus, les membres d'une équipe autour d'un objectif ou d'un projet.

NÉGOCIER CT8

Parvenir à un accord acceptable pour tous les protagonistes, par des concessions mutuelles, en obtenant les meilleures conditions possibles.

ORGANISER DES ACTIVITÉS CT9

Planifier, prioriser, anticiper des actions en tenant compte des moyens, des ressources et d'un calendrier.

PRENDRE DES DÉCISIONS CT10

Faire des choix, oser, prendre des risques mesurés en conscience des conséquences.

PRENDRE DU RECUL CT11

Prendre de la distance pour analyser les faits, les situations et les interactions avant de prendre une décision ou d'agir.

RÉSOUTRE UN PROBLÈME CT12

Analyser une situation, effectuer un diagnostic et proposer une solution efficace.

S'EXPRIMER À L'ÉCRIT CT13

Adapter ses écrits à différents supports et à différentes cibles.

TRAVAILLER EN ÉQUIPE CT14

Agir dans un projet collectif par la collaboration et la coopération afin d'atteindre un objectif commun.

TRAVAILLER EN MODE PROJET CT15

Contribuer / piloter un projet individuel ou collectif.

7. LES FICHES COMPÉTENCES

L'articulation des compétences sportives, des compétences transversales et des savoir-être

Le principe de ce référentiel est d'articuler **des compétences acquises dans le cadre de la pratique sportive** (les 10 principales compétences du sportif, page 12) avec des **savoir-être** (les 10 savoir-être, page 13) **et des compétences transversales** (les 15 compétences transversales, page 14 et 15) qui peuvent être mis en œuvre et valorisé dans d'autres contextes que le sport et qui sont de plus en plus fondamentaux dans les processus de recrutements.

Les 10 principales compétences du sportif font chacune l'objet d'une fiche (C1 à C10). Ces compétences sont lisibles facilement par le sportif, car elles sont ancrées et décrites dans la pratique du sport de haut niveau ou professionnel. Elles sont présentées avec le contexte de leur mise en œuvre. **Une liste de situations de référence** y est aussi associée. Elles illustrent dans quelles principales situations concrètes **le sportif acquiert, met en œuvre et développe chacune d'elles.**

Les 5 compétences transversales (CT) les plus en lien avec chacune des compétences du sportif figurent pour chaque fiche dans le cadre « Compétences transversales ».

Les 4 savoir-être (SE) les plus constitutifs de chaque compétence figurent dans le cadre « Savoir-être » de la fiche.

Cette articulation basée sur l'analyse de l'activité du sportif de haut niveau ou professionnel lui permet **d'ancrer les compétences transversales et les savoir-être dans sa pratique et dans son vécu.** Cet ancrage facilite la prise de **conscience par le sportif des compétences transversales et des savoir-être qu'il acquiert et qu'il peut valoriser.** Il permet également au recruteur d'accéder dans ses questionnements au vécu du sportif, pour y reconnaître la réalité des compétences et des savoir-être que le sportif met en avant dans la valorisation de son profil.

Cela permet au recruteur et au sportif de parler le même langage et de partager leurs références, monde du travail d'un côté, sport de l'autre.

Bien évidemment, chaque sportif reste singulier dans ses expériences et donc dans le niveau de ses compétences. C'est l'objet de **l'accompagnement et du positionnement** à partir de ce référentiel commun de permettre le passage **au profil individuel du sportif.**

Chacune des 10 principales compétences du sportif de haut niveau ou professionnel est présentée sous forme de fiche selon le modèle suivant :

Compétence CX	INTITULÉ DE LA COMPÉTENCE			
Contexte de mise en œuvre				
<i>Cette partie précise les éléments et l'environnement contextuels permettant à la compétence de se mettre en œuvre.</i>				
Situations de référence				
<i>Cette partie illustre la mise en œuvre de la compétence en identifiant les principales situations auxquelles le sportif pourra être confronté dans le cadre de sa pratique du sport de haut niveau ou professionnel. Ces situations sont représentatives de la pratique du sportif quelle que soit la discipline pratiquée.</i>				
Compétences transversales associées				
<i>Cette partie met en évidence des compétences transversales repérées dans l'activité du sportif. Chaque fiche identifie les 5 compétences transversales considérées comme les principales pour agir efficacement dans les situations de référence.</i>				
<i>Exemple :</i>				
CT5 ÊTRE FORCE DE PROPOSITIONS	CT10 PRENDRE DES DÉCISIONS	CT15 TRAVAILLER EN MODE PROJET	CT9 ORGANISER DES ACTIVITÉS	CT14 TRAVAILLER EN ÉQUIPE
Savoir-être associés				
<i>Cette partie met en évidence des savoir-être repérés dans l'activité du sportif. Chaque fiche identifie les 4 savoir-être considérés comme majeurs pour agir efficacement dans les situations de référence.</i>				
<i>Exemple :</i>				
SE2 AMBITION	SE7 PERSÉVÉRANCE	SE10 RIGUEUR	SE5 CRÉATIVITÉ	

Compétence C1

S'APPROPRIER SON PROJET DE PERFORMANCE

Contexte de mise en œuvre

Le projet de performance implique pour le sportif de concilier au quotidien son projet de performance avec d'autre projet : projet professionnel (études, formation, emploi...) et projet de vie. Le sportif doit donc trouver un équilibre entre ses différents projets.

La compétence s'exerce au travers d'une relation privilégiée entre le sportif, son environnement technique de proximité et son club, avec l'appui de la Direction Technique Nationale de sa fédération. Elle repose sur une négociation des objectifs du projet et leur priorisation. Elle s'opère au cours d'un cycle d'entraînement s'appuyant sur des échéances majeures (Jeux Olympiques et Paralympiques, championnats du monde...), puis décliné en saison(s) sportive(s). Elle nécessite la connaissance et le suivi des conditions de qualification aux échéances majeures et l'analyse des résultats sportifs obtenus pour la ré-interrogation des ambitions sportives.

Situations de référence

Pour le sportif de haut niveau ou professionnel, il s'agit de :

- Définir les ambitions à court, à moyen et à long terme de son projet de performance.
- Prioriser ses objectifs sportifs en s'accordant avec les acteurs directs de son projet de performance.
- Déterminer les étapes de réalisation de son projet de performance.
- Identifier l'investissement temps et les ressources nécessaires à la coexistence des différents projets.
- Faire des choix en analysant les moyens et les ressources nécessaires à l'atteinte de ses objectifs sportifs.
- Mesurer régulièrement l'impact de ses choix avec les acteurs directs de son projet de performance pour les confirmer ou les redéfinir.
- S'adapter aux redéfinitions du projet de performance.

Compétences transversales associées

CT5 ÊTRE FORCE DE PROPOSITIONS	CT8 NÉGOCIER	CT9 ORGANISER DES ACTIVITÉS	CT10 PRENDRE DES DÉCISIONS	CT15 TRAVAILLER EN MODE PROJET
--	------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	--

Savoir-être associés

SE2 AMBITION	SE7 PERSÉVÉRANCE	SE9 RÉSILIENCE	SE10 RIGUEUR
------------------------	----------------------------	--------------------------	------------------------

Compétence C2

PRATIQUER SA DISCIPLINE SPORTIVE DANS SON CADRE RÉGLEMENTAIRE ET CULTUREL

Contexte de mise en œuvre

La compétence s'exerce tout au long de la saison lors des entraînements, des stages et des compétitions, en collaboration avec le staff et la fédération. Elle est fondée sur le respect des réglementations sportives nationales et internationales. Afin d'éviter tout risque de disqualification, elle nécessite l'appropriation des protocoles, des enjeux et du sens de la réglementation. Elle impose au sportif d'accepter et de se conformer aux exigences des règles et des protocoles de la lutte antidopage.

Situations de référence

Pour le sportif de haut niveau ou professionnel, il s'agit de :

- Maîtriser les règlements nationaux et internationaux de sa discipline sportive et leurs évolutions.
- Se conformer aux exigences législatives : contrôles anti-dopage, paris sportifs...
- Maîtriser les règles de qualification et de sélection aux diverses compétitions édictées par les fédérations internationales et nationales.
- Adapter son comportement conformément à la culture, aux valeurs, aux codes et aux règles de sa discipline, ainsi qu'aux directives de son club, de son club employeur et de sa fédération.
- Répondre aux exigences des contrats, règlements et chartes édictés par les différentes parties prenantes de la pratique sportive (employeurs, sponsors et partenaires, fédérations nationale et internationale, organisateurs d'événements sportifs, médias...).

Compétences transversales associées

CT1 ANALYSER DES INFORMATIONS	CT2 APPLIQUER DES MODES OPÉRATOIRES	CT4 DÉVELOPPER SES COMPÉTENCES	CT10 PRENDRE DES DÉCISIONS	CT11 PRENDRE DU RECUL
--	---	--	---	------------------------------------

Savoir-être associés

SE4 CONTRÔLE DE SOI	SE6 FIABILITÉ	SE7 PERSÉVÉRANCE	SE10 RIGUEUR
-------------------------------	-------------------------	----------------------------	------------------------

Compétence C3

SE PRÉPARER À LA PERFORMANCE SPORTIVE

Contexte de mise en œuvre

La compétence s'exerce dans tous les domaines et étapes de la préparation à la performance. Elle est mise en œuvre en conformité avec un programme progressif défini par l'entraîneur et le staff technique. Elle repose sur une communication permanente avec les personnes ressources accompagnant le sportif durant sa préparation et sur l'utilisation d'outils d'analyse. Elle nécessite constance, assiduité et persévérance pour se dépasser lors d'efforts répétés et soutenus. Elle impose de se remettre en question en permanence et de rester engagé dans son protocole d'entraînement, quels que soient le contexte et les résultats.

Situations de référence

Pour le sportif de haut niveau ou professionnel, il s'agit de :

- Mobiliser un réseau de professionnels ressources (staff) mis à disposition ou choisi pour s'entraîner et performer dans les meilleures conditions.
- Définir une stratégie de préparation sportive avec son entraîneur.
- Identifier ses forces et faiblesses avec son environnement sportif de proximité.
- Définir un planning d'entraînement et de compétition avec son entraîneur en fonction des objectifs de son projet de performance.
- Organiser son environnement (entraînement, compétition, repos, alimentation, temps libre, formation, travail...) pour viser la performance à court, à moyen et à long termes.
- S'engager en permanence de façon rigoureuse et persistante dans la mise en œuvre d'un protocole de préparation et d'entraînement défini et exigeant (préparation physique, technique, tactique, psychologique, mentale...).
- Évaluer systématiquement sa pratique et sa progression avec son entraîneur et son environnement sportif de proximité.
- S'adapter à l'intégration dans son entraînement de nouvelles solutions techniques, technologiques, physiques, tactiques et mentales.
- Analyser les stratégies de ses adversaires ou concurrents.

Compétences transversales associées

CT2 APPLIQUER DES MODES OPÉRATOIRES	CT6 ÉVALUER DES PERFORMANCES OU DES RÉSULTATS	CT9 ORGANISER DES ACTIVITÉS	CT12 RÉSOLVRE UN PROBLÈME	CT15 TRAVAILLER EN MODE PROJET
---	--	--	--	--

Savoir-être associés

SE3 CONCENTRATION	SE6 FIABILITÉ	SE7 PERSÉVÉRANCE	SE9 RÉSILIENCE
-----------------------------	-------------------------	----------------------------	--------------------------

**Compétence
C4****OPTIMISER SA PERFORMANCE LE JOUR J
EN COMPÉTITION****Contexte de mise en œuvre**

La compétence s'exerce dans toutes les situations de compétition auxquelles le sportif participe. Elle repose sur la maîtrise de son état physiologique et émotionnel, tout particulièrement lorsque la situation présente des enjeux importants. Elle s'appuie sur l'application d'une stratégie et de tactiques définies avec son staff. Dans les phases de réalisation de la performance, elle nécessite l'analyse des informations pertinentes et une prise de décision opportune. Elle repose sur une communication permanente avec les personnes ressources accompagnant le sportif.

Situations de référence

Pour le sportif de haut niveau ou professionnel, il s'agit de :

- Adapter dans l'instant ses ressources mentales, physiques, techniques et tactiques pour exprimer pleinement son potentiel.
- Résister à la pression des enjeux.
- Focaliser son attention et sa concentration sur les éléments pertinents de la situation et du contexte.
- Gérer son état émotionnel en fonction des différentes phases de la compétition.
- Analyser avec son entraîneur le niveau de performance, les stratégies, tactiques et méthodes d'échauffement de ses principaux adversaires.
- S'engager dans le défi compétitif en mettant en œuvre les stratégies et les tactiques définies avec son staff.
- Prendre les décisions pertinentes en fonction de la singularité de la situation.
- Mener systématiquement une analyse réflexive des situations de compétitions et des résultats obtenus avec son entraîneur et son environnement sportif de proximité.
- Sélectionner les informations utiles à l'atteinte de la performance (repérage physique des lieux, des équipements et des conditions de déroulement en amont d'une compétition ; veille active pendant la compétition).

Compétences transversales associées

CT1 ANALYSER DES INFORMATIONS	CT2 APPLIQUER DES MODES OPÉRATOIRES	CT6 ÉVALUER DES PERFORMANCES OU DES RÉSULTATS	CT10 PRENDRE DES DÉCISIONS	CT14 TRAVAILLER EN ÉQUIPE
--	---	--	---	--

Savoir-être associés

SE3 CONCENTRATION	SE4 CONTRÔLE DE SOI	SE8 RÉACTIVITÉ	SE9 RÉSILIENCE
-----------------------------	-------------------------------	--------------------------	--------------------------

Compétence C5

PRÉVENIR LES RISQUES LIÉS À SA PRATIQUE SPORTIVE ET À SON ENVIRONNEMENT

Contexte de mise en œuvre

La compétence est mise en œuvre tout au long de la carrière sportive, en interaction avec l'environnement sportif (entraîneur, staff médical et paramédical, préparateurs physique et mental). La démarche de prévention des risques s'appuie sur des tests ou analyses auxquels le sportif se soumet et, sur les recommandations des professionnels qui l'entourent ou qu'il consulte (entraîneur, préparateur physique, kinésithérapeute, psychologue, médecin...). Dans le cadre de la sécurisation de la pratique et en fonction de la discipline sportive et du sportif, l'entretien, la maintenance et le réglage du matériel peuvent être réalisés avec le soutien d'une équipe technique et logistique dédiée.

Situations de référence

Pour le sportif de haut niveau ou professionnel, il s'agit de :

- Analyser en permanence sa condition physique et son état mental lors des phases d'entraînement et en compétition, pour prévenir la blessure, l'arrêt provisoire ou définitif.
- Intégrer à sa pratique les temps de préparation à l'effort, les phases de récupération physique et mentale ou les temps de réathlétisation.
- Adapter sa pratique pour préserver son intégrité physique et émotionnelle et atteindre son niveau de performance, en prenant en compte les recommandations des professionnels de l'entourage sportif de proximité ou de ceux consultés
- Adopter une hygiène de vie cohérente avec sa discipline sportive (qualité du sommeil, hygiène alimentaire...).
- Assurer une veille permanente sur les évolutions du matériel et de l'équipement.
- Entretien, régler et dépanner son matériel et son équipement pour sécuriser sa pratique.

Compétences transversales associées

CT1
ANALYSER DES
INFORMATIONS

CT2
APPLIQUER
DES MODES
OPÉRATOIRES

CT6
ÉVALUER DES
PERFORMANCES

CT9
ORGANISER
DES ACTIVITÉS

CT11
PRENDRE
DU RECU

Savoir-être associés

SE1
ADAPTABILITÉ

SE3
CONCENTRATION

SE6
FIABILITÉ

SE10
RIGUEUR

Compétence C6

GÉRER SA COMMUNICATION AVEC L'ENVIRONNEMENT EXTERNE

Contexte de mise en œuvre

La compétence s'exerce tout au long de la carrière sportive avec une fréquence dépendant des souhaits et du contexte du sportif et de sa discipline. Elle repose sur l'utilisation de différents médias tels que réseaux sociaux, radio, télévision, presse spécialisée. La communication peut s'effectuer également en anglais ou dans d'autres langues étrangères. Le sportif peut être tout ou partie décisionnaire de sa stratégie de communication et de sa mise en œuvre en association éventuellement avec un prestataire spécialisé (ex. : chargé de communication, agent...). Elle nécessite l'utilisation d'outils de communication numériques pour se présenter, mettre en valeur sa carrière sportive et véhiculer son image et ses valeurs (forums spécialisés, blogs, réseaux sociaux...).

Situations de référence

Pour le sportif de haut niveau ou professionnel, il s'agit de :

- Identifier les enjeux de sa communication, les interactions des acteurs et les jeux d'influence dans son environnement.
- Définir sa stratégie de communication (axes prioritaires, réseaux, cibles, moyens)
- Valoriser son image et ses résultats en adaptant son message et son attitude à ses objectifs, au contexte et au média utilisé.
- Réaliser des supports valorisant sa carrière sportive, son image sportive et personnelle, et son projet.
- Optimiser sa communication digitale en utilisant les media sociaux et en gérant sa communauté.
- Promouvoir sa fédération, son sport et ses partenaires dans le cadre de ses opérations de communication.
- Résister aux pressions médiatiques ou à celles de son environnement.
- Évaluer les impacts de sa communication pour la développer.
- S'engager dans une démarche caritative ou sociétale (environnement, éducation, humanitaire...).

Compétences transversales associées

CT3
COMMUNIQUER
À L'ORAL

CT7
FÉDÉRER

CT8
NÉGOCIER

CT10
PRENDRE
DES DÉCISIONS

CT13
S'EXPRIMER
À L'ÉCRIT

Savoir-être associés

SE1
ADAPTABILITÉ

SE4
CONTRÔLE DE SOI

SE5
CRÉATIVITÉ

SE8
RÉACTIVITÉ

Compétence C7

S'ENGAGER DANS UNE DÉMARCHE STRATÉGIQUE DE PARTENARIATS

Contexte de mise en œuvre

La compétence est mise en œuvre pour répondre aux besoins du sportif et sécuriser sa carrière. La démarche stratégique de partenariats s'entend de l'identification des partenaires potentiels et de la contractualisation, à la gestion de la vie du contrat (suivi du respect des clauses contractuelles, renégociation). Elle est mise en œuvre par le sportif de façon individuelle ou accompagnée par ses proches, son environnement sportif ou par des spécialistes (juristes, communicants, responsables marketing...).

Situations de référence

Pour le sportif de haut niveau ou professionnel, il s'agit de :

- Déterminer les besoins (financiers, de formation...) liés à ses projets et les différentes solutions permettant d'y répondre (ex. : sponsoring, mécénat, contrat d'image).
- Formuler des propositions à des partenaires potentiels.
- Cibler des partenaires dont les engagements sont fidèles à ses valeurs.
- Définir une stratégie de contractualisation vers les partenaires sélectionnés.
- Mener ses négociations pour contractualiser avec les partenaires choisis.
- Fédérer les partenaires autour de ses projets et de ses résultats.
- Respecter ses engagements et les règles définis dans la cadre du partenariat.
- Évaluer ses partenariats au regard des intérêts, de la satisfaction et des souhaits des parties prenantes.

Compétences transversales associées

CT3
COMMUNIQUER
À L'ORAL

CT7
FÉDÉRER

CT8
NÉGOCIER

CT14
TRAVAILLER
EN ÉQUIPE

CT15
TRAVAILLER
EN MODE
PROJET

Savoir-être associés

SE2
AMBITION

SE5
CRÉATIVITÉ

SE6
FIABILITÉ

SE8
RÉACTIVITÉ

Compétence C8

S'ADAPTER AUX CONTEXTES INTERNATIONAUX ET INTERCULTURELS DU SPORT DE HAUT NIVEAU OU PROFESSIONNEL

Contexte de mise en œuvre

La compétence s'exerce tout au long de la carrière du sportif lorsqu'il côtoie des sportifs étrangers dans sa pratique ou se déplace à l'étranger. Elle fait appel à un réseau relationnel de partenaires et de personnes ressources permettant au sportif de mieux connaître, comprendre et s'adapter au contexte interculturel dans lequel il évolue.

Situations de référence

Pour le sportif de haut niveau ou professionnel, il s'agit de :

- Prendre en compte le contexte local de vie quotidienne, d'entraînement et de compétition lors de déplacements en France ou à l'étranger (décalage horaire, conditions météorologiques, alimentation, pratiques culturelles, équipements sportifs, hébergement...).
- Anticiper les contraintes et les changements d'environnements liés aux déplacements à l'étranger.
- S'adapter aux contextes politiques, économiques et sociaux des pays et régions fréquentés ainsi qu'aux différences culturelles de ses partenaires et de ses adversaires.
- Communiquer dans les situations courantes de la vie quotidienne en déplacement à l'étranger.
- Communiquer en anglais avec l'environnement sportif dans les situations de compétitions internationales.
- Développer son réseau sportif international.

Compétences transversales associées

CT1 ANALYSER DES INFORMATIONS	CT3 COMMUNIQUER À L'ORAL	CT4 DÉVELOPPER SES COMPÉTENCES	CT10 PRENDRE DES DÉCISIONS	CT11 PRENDRE DU RECUL
--	---------------------------------------	--	---	------------------------------------

Savoir-être associés

SE1 ADAPTABILITÉ	SE4 CONTRÔLE DE SOI	SE6 FIABILITÉ	SE10 RIGUEUR
----------------------------	-------------------------------	-------------------------	------------------------

**Compétence
C9**

**INTÉGRER UN PROJET COLLECTIF
DE PERFORMANCE**

Contexte de mise en œuvre

La compétence s'exerce tout au long de la carrière du sportif lorsqu'il pratique un sport collectif, ou un sport individuel par équipe. Le contexte de mise en œuvre amène les sportifs à gérer des situations dans lesquelles la relation partenaire / concurrent est variable et réversible. La gestion de ces situations doit donc être intégrée au service du projet de performance et aux valeurs de la réussite du collectif.

Situations de référence

Pour le sportif de haut niveau ou professionnel, il s'agit de :

- Identifier son rôle et celui des autres au service du projet collectif de performance.
- Interagir avec le collectif pour le succès du projet de performance.
- Se conformer au protocole d'entraînement collectif défini par le staff.
- S'engager dans le projet collectif de performance en conciliant ses intérêts sportifs personnels avec ceux du projet.
- Analyser sa contribution au sein du collectif avec son entraîneur, ses partenaires de collectif ou d'équipe et son environnement sportif de proximité.
- Participer à l'amélioration de la pratique sportive collective et à la définition de stratégies partagées.
- Ajuster efficacement sa pratique sportive à celle du collectif.
- Contribuer à la cohésion du collectif en entretenant des relations de coopération et de confiance avec ses membres.

Compétences transversales associées

CT1 ANALYSER DES INFORMATIONS	CT4 DÉVELOPPER SES COMPÉTENCES	CT11 PRENDRE DU RECU	CT12 RÉSOLUDRE UN PROBLÈME	CT15 TRAVAILLER EN MODE PROJET
--	---	---	---	---

Savoir-être associés

SE1 ADAPTABILITÉ	SE2 AMBITION	SE4 CONTRÔLE DE SOI	SE7 PERSÉVÉRANCE
-----------------------------------	-------------------------------	--------------------------------------	-----------------------------------

**Compétence
C10****INTÉRAGIR AVEC SON ENVIRONNEMENT
SPORTIF DE PROXIMITÉ****Contexte de mise en œuvre**

La compétence s'exerce dans tous les domaines et à toutes les étapes du projet de performance. Elle repose sur des échanges avec les personnes ressources accompagnant le sportif et lui permettant d'optimiser sa préparation, d'exprimer ses besoins, ses envies et son ressenti. Elle s'opère tant dans la dimension technique de l'activité que dans la convivialité instaurée dans les relations interpersonnelles. Elle nécessite une perception claire de l'organisation mise en œuvre ainsi que le respect du rôle de chacun des acteurs.

Situations de référence**Pour le sportif de haut niveau ou professionnel, il s'agit de :**

- Prendre en compte le profil et la personnalité des professionnels ressources de son environnement pour favoriser la qualité des échanges.
- Exprimer ses points de vue, ses questionnements auprès de son staff.
- Faire des propositions au service du projet de performance.
- Affirmer ses choix.
- Être à l'écoute des recommandations, des prescriptions et des critiques.
- Favoriser des relations de coopération, de confiance et d'émulation avec son environnement sportif de proximité et ses partenaires d'entraînement.
- Adapter ses modes et outils de communication à son environnement sportif de proximité en fonction du contexte (éloignement, usages habituels...).
- Échanger avec des acteurs non francophones dans son environnement sportif de proximité (ex. : entraîneur, préparateur, co-équipier, partenaires d'entraînement).

Compétences transversales associées**CT3**
**COMMUNIQUER
À L'ORAL****CT5**
**ÊTRE FORCE DE
PROPOSITIONS****CT8**
NÉGOCIER**CT11**
**PRENDRE
DU RECU****CT14**
**TRAVAILLER
EN ÉQUIPE****Savoir-être associés****SE1**
ADAPTABILITÉ**SE4**
CONTRÔLE DE SOI**SE6**
FIABILITÉ**SE8**
RÉACTIVITÉ



MINISTÈRE CHARGÉ DES SPORTS

*Liberté
Égalité
Fraternité*

PARTENAIRES

