



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE
ET DE LA JEUNESSE

*Liberté
Égalité
Fraternité*



VADEMECUM



Aide à la scolarisation des sportifs de haut niveau

Double cursus de formation
vers l'excellence

Sommaire

Introduction	5
Contexte et cadre réglementaire	7
Contexte	7
Cadre réglementaire	7
L'élève sportif de haut niveau (ESHN)	9
Caractéristiques.....	9
Les bénéficiaires	10
Le cadre du parcours sportif de haut niveau : de l'accession, à la performance	10
Les besoins spécifiques des élèves sportifs de haut niveau.....	11
Le double cursus de formation : perspectives pour le sport de haut niveau en France	15
Pilotage, mise en œuvre, évaluation : une organisation territoriale repensée, une synergie des acteurs recherchée	18
Un comité de pilotage (instruction interministérielle n° DS/ DS2/2020/199 du 5 novembre 2020)	20
Place des établissements relevant du ministère chargé des sports.....	20
Place des établissements scolaires relevant du ministère de l'Éducation nationale.....	21
L'élève sportif de haut niveau dans les territoires	23
Concevoir et mettre en œuvre des aménagements de scolarité	24
Les recommandations de l'instruction interministérielle	24
Les pistes et les expérimentations en académie	26
Une organisation territoriale repensée	30
Annexes	34
Annexe 1 : Les grandes priorités pour le sport	34
Annexe 2 : fiches compétences	36

Introduction

Le sport de haut niveau se caractérise par l'hétérogénéité de sa population, y compris en matière de réussite. Le double cursus de formation peut justement révéler de nouveaux champs de réussite pour chaque jeune. [L'article L111-1 du code de l'éducation](#) rappelle que « le droit à l'éducation est garanti à chacun afin de lui permettre de développer sa personnalité, d'élever son niveau de formation initiale et continue, de s'insérer dans la vie sociale et professionnelle, d'exercer sa citoyenneté ». Il convient d'honorer notre responsabilité d'accompagnant, d'encadrant pour entretenir la motivation de tous les ESHN qui se sont engagés dans ce double cursus de formation et qui nous sont confiés.

Un élève sportif de haut niveau (ESHN) doit suivre une formation scolaire dans les mêmes conditions que tous les élèves, mais aussi répondre aux exigences de la haute performance en suivant une formation de haut niveau directement corrélée aux résultats régulièrement obtenus en compétition. En moyenne la formation scolaire sur dix ans représente environ 9000 heures et la formation sportive 10000 heures. De plus, si la formation scolaire est entrecoupée de vacances, la formation sportive ne s'arrête que pour quatre semaines par an, au risque sinon de perdre les bénéfices de la préparation physique.

Un élève sportif de haut niveau doit donc absorber 1900 heures de formation sportive et scolaire par an avec chaque année une obligation de réussite pour se garantir un avenir professionnel. Les semaines qui sont très déséquilibrées au regard des compétitions et des déplacements peuvent en période scolaire largement dépasser les 60 heures par semaine. Malgré un suivi médical renforcé et règlementé, le risque de détresse psychologique et de décrochage est grand, tant les conditions de vie sont difficiles.

[La Loi n°2022-296 du 2 mars 2022](#) modifie le code de l'éducation en précisant les formes des aménagements attendus pour servir le double cursus de formation des élèves sportifs de haut niveau. Ces aménagements appropriés doivent en effet permettre la prise en compte des apprentissages et des événements sportifs.

Un nouvel alinéa, ainsi rédigé, vient compléter les articles [L.321-4](#) et [L.332-4](#) : « Des aménagements appropriés et des actions de soutien sont prévus au profit des élèves manifestant des aptitudes sportives particulières, en vue de la pratique sportive d'excellence et d'accession au haut niveau. La scolarité peut être adaptée en fonction du rythme d'apprentissage de l'élève et de ses événements sportifs » ;

Les pratiques sportives d'excellence et d'accession font référence aux phases de détection et de haut niveau qui sont définies par les projets de performance des fédérations et visées par l'agence nationale du sport. En effet, chaque fédération propose dans le cadre de son projet de performance un programme d'accession et un programme d'excellence sportive.

L'instruction interministérielle n°[DS/DS2/2020/199 du 5 novembre 2020](#) s'attache à préciser les modalités d'accompagnement et d'aménagement de la scolarité (premier et second degrés, enseignement supérieur) susceptibles d'être proposées aux sportifs de haut niveau pour faciliter la réussite de leur double cursus (sport et formation). Elle précise également les catégories de sportives et sportifs concernés,

les modalités de leur admission dans les établissements de l'enseignement supérieur. Elle présente enfin le cadre de suivi et d'évaluation des actions menées en faveur de ces sportifs de haut niveau.

Ce vadémécum apporte des éléments de compréhension de la formation sportive de haut niveau en précisant les besoins aux différents moments de la carrière et de la formation scolaire. Il présente les compétences propres au sport de haut niveau transversales à toutes les disciplines sportives. Elles sont éclairantes pour favoriser des aménagements de la scolarité au fil de la carrière et de l'exigence d'un calendrier de stages et de compétitions de niveau national et international. Il présente la nouvelle organisation territoriale de l'État et des nouveaux acteurs qui autour de l'ESHN contribuent à sa double réussite sportive et scolaire.

Enfin, à travers des retours d'expériences et de partenariats de grande qualité, il propose des pistes dans le respect du droit commun et de la prise en compte des besoins de ces élèves particuliers.

En souhaitant voir flotter sur la plus haute marche d'un podium le drapeau de la République française, ces élèves sont de véritables ambassadeurs des valeurs qui fondent le sport français et l'École de la République. Cet engagement au long court les honore et chacun doit veiller, en particulier dans le cadre de la préparation des jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024 et de leur héritage, à leur permettre d'accéder à la reconnaissance de leur excellence.



Contexte et cadre réglementaire

Contexte

La réflexion sur le sport de haut niveau et sa prise en compte dans l'organisation de l'Éducation nationale s'inscrit opportunément dans une histoire, un contexte de réforme et des perspectives pour le sport de haut niveau en France.

Alors que l'agence nationale du sport (ANS) a été mise en place en 2019 et que la réforme en profondeur de l'organisation territoriale de l'État amène à repenser l'organisation du sport de haut niveau dans les territoires, ce vademécum propose une organisation concertée « sport » et « éducation nationale » autour du parcours de formation de l'élève sportif de haut niveau (ESHN) dans sa scolarité.

Les propositions qui suivent permettent d'envisager favorablement la bascule du double projet vers le double cursus de formation.

Cadre réglementaire

Depuis 1995, plusieurs circulaires et notes ont établi des liens entre le ministère chargé des sports et le ministère chargé de l'éducation nationale et de la jeunesse. La plupart de ces textes officiels présentent des principes et introduisent des dispositions indicatives concernant les sportifs de haut niveau dans le cadre de la scolarité. Le code de l'éducation prévoit, en ses articles [L.331-6](#), [L.332-4](#) et [L.611-4](#), que des aménagements appropriés de scolarité et d'études doivent être mis en œuvre pour permettre aux sportifs de haut niveau de mener à bien leur carrière sportive. La circulaire conjointe du ministère de l'Éducation nationale et du ministère de la Jeunesse et des Sports du 12 octobre 1995 avait défini, dans le cadre du dispositif des filières du haut niveau mis en place cette même année, des

aménagements de scolarité des sportifs inscrits dans les pôles France et Espoirs. En dix ans, de réelles avancées ont été observées en ce domaine, et nombreux sont les jeunes qui ont ainsi pu réaliser des performances sportives de référence internationale et mener, parallèlement, un parcours scolaire ou universitaire les préparant à une insertion dans la vie active. Cependant, si nous pouvons identifier l'engagement des fédérations et des jeunes sportifs pour réaliser des performances de niveau international, celles-ci restent inégales si l'on fait référence aux Jeux olympiques de la Jeunesse (JOJ) des dix dernières années.

Si des aménagements sont aujourd'hui seulement proposés dans la mesure du possible, c'est sans doute par manque de lisibilité des compétences propres au sport de haut niveau à travailler. Les textes reconnaissent l'élève sportif, mais pas encore le niveau de son engagement dans cette double formation.

Les deux dernières parutions sous forme de circulaire viennent reconnaître la spécificité du parcours des sportifs de haut niveau et autoriser les aménagements de scolarité selon des rythmes qui prennent en compte leurs singularités.

- [La circulaire du 10 avril 2020](#) relative aux sections sportives scolaires et aux sections d'excellence sportives.
- L'instruction interministérielle [du 5 novembre 2020](#) relative aux conditions d'accueil et de scolarisation des sportifs de haut niveau.

L'évolution des organisations scolaires autour d'un socle commun et des cycles d'apprentissage du côté de l'école a généré la construction d'un référentiel de compétences. Ce référentiel propre à la formation au sport de haut niveau et mis en œuvre dans le cadre d'une formation sportive spécifique est décliné par chaque fédération. Ces compétences sont constitutives d'un projet global de formation de l'individu, que l'école doit intégrer pour respecter l'intégrité physique et morale de ces jeunes et favoriser leur réussite. Cela serait également en cohérence avec le code du sport, qui dispose dans son 1^{er} article ([L.100-1](#)) que « les activités physiques et sportives constituent un élément important de l'éducation, de la culture, de l'intégration et de la vie sociale. Elles contribuent notamment à la lutte contre l'échec scolaire et à la réduction des inégalités sociales et culturelles, ainsi qu'à la santé. »



L'élève sportif de haut niveau (ESHN)

Caractéristiques

L'ESHN se caractérise par un choix d'orientation précoce fondé sur des aptitudes sportives exceptionnelles. Jeune sportif de talent, l'ESHN peut selon les disciplines sportives intégrer un parcours de formation spécifique dès l'école primaire. Comme pour toute orientation, la décision dépend donc d'un choix éclairé par des professionnels du sport et de l'éducation, et revient ensuite à la famille.

Ce jeune sportif se positionne dans la société autant qu'il la représente dans les compétitions internationales. Il mobilise des compétences générales et spécifiques qui s'imbriquent dans un temps de vie intégrant un parcours d'excellence scolaire et un parcours d'excellence sportive.

S'il n'existe pas de critères pour définir la notion de sport de haut niveau, juridiquement la qualité de sportif de haut niveau s'obtient par l'inscription d'un nom sur un arrêté ministériel ([article L.221-2 du Code du sport](#)).

Dans les faits, l'ESHN représente la France et concourt au rayonnement de la nation, au développement de la pratique de l'activité physique et à la promotion des valeurs du sport et de la République.

Les élèves scolarisés ayant une pratique sportive d'excellence ou d'accession au haut niveau sont reconnus comme des élèves à besoins particuliers. Leur parcours se caractérise par un certain nombre de singularités.

Une évolution sportive en plusieurs étapes :

- 1. L'accession** (sélection des sportifs et confirmation de potentiels). On trouve ici une population de jeunes talents majoritairement inscrits dans des schémas territoriaux d'accession.
- 2. Le haut niveau** (accompagnement et perfectionnement). Il s'agit d'une population de talents confirmés pour lesquels, on doit poser les bases de la haute performance dans le temps et par le travail. Ils sont dans des structures spécifiques reconnues par la direction technique nationale de chaque fédération.
- 3. La haute performance** (optimisation, confirmation). Ce sont les sportifs aboutis qui se consacrent totalement à la recherche de la meilleure performance dans les plus grandes compétitions internationales.

Les bénéficiaires

(voir l'instruction interministérielle [du 5 novembre 2020](#))

Les sportifs et sportives concernés par la présente note peuvent appartenir à différentes catégories selon les chapitres :

- les sportives et sportifs inscrits sur les listes ministérielles dans les catégories Élite, Senior, Relève et Reconversion ;
- les sportives et sportifs inscrits sur la liste des sportifs et sportives Espoirs et sur la liste des collectifs nationaux ;
- les sportives et sportifs ne figurant pas sur les listes ministérielles, mais appartenant à des structures d'entraînement reconnues dans le [Parcours de performance fédéral](#) (PPF) de la fédération dont ils ou elles relèvent et validées par le ministère des Sports ;
- les sportives et sportifs des centres de formation d'un club professionnel ainsi que les sportives et sportifs professionnels disposant d'un contrat de travail ;
- les juges, arbitres et entraîneurs de haut niveau.

Le cadre du parcours sportif de haut niveau : de l'accession, à la performance

(voir l'[instruction du 17 mai 2021 relative aux PPF](#))

Conformément aux dispositions prévues aux articles [L. 131-15](#) et [D. 221-18](#) du code du sport, le projet de performance fédéral (PPF) demeure constitué de deux programmes, le programme d'excellence et le programme d'accession.

Le PPF présente :

- un premier document synthétique qui précise les orientations pour les deux programmes cités ci-dessus (partie stratégique) ;
- un second document, axé sur la présentation concrète des principes de gestion et des structures d'accueil constituant le PPF. Il se compose de fiches thématiques successives (cartographie des structures, cahier des charges, critères de mise en liste, suivi socioprofessionnel, aides individualisées, convention fédération et sportif de haut niveau, etc.). Il constitue la partie opérationnelle du PPF 2022-2024.

Les deux documents forment ensemble le PPF, outil de déploiement de la stratégie fédérale en faveur de la **haute performance, du sport de haut niveau et de l'accès au sport de haut niveau**.

Les orientations en vigueur à horizon 2028 :

- programme d'excellence
 - Cercle haute performance : dispositif d'ambition olympique et paralympique dont l'objectif est d'atteindre le podium olympique ou paralympique ; la prise en compte du projet sportif, individuel ou collectif (équipe), est le cœur de ce dispositif.
 - Excellence : dispositif et structures dont l'objectif principal est l'amélioration du niveau de performance des équipes de France aux JOP et/ou aux championnats du monde (ou compétitions de niveau équivalent) pour permettre l'intégration dans le cercle haute performance.
- programme d'accession
 - Accession nationale : dispositif d'ambition nationale dont l'objectif principal est la préparation des potentiels nationaux en vue d'une intégration au programme d'excellence.
 - Accession territoriale : structures permanentes, clubs ou organisations non permanentes d'ambition territoriale.

Les sections d'excellence sportive, assorties d'un cahier des charges précis, peuvent être prises en compte dans le programme d'accession dans la mesure où elles apportent une valeur ajoutée au parcours de performance fédéral.

Cette déclinaison des programmes en deux volets distincts permet de mieux identifier l'accompagnement au niveau national ou territorial. Le volet d'accession territoriale a vocation à s'inscrire dans une logique de développement d'un élève détecté à haut potentiel sportif.

Les besoins spécifiques des élèves sportifs de haut niveau

En plus des entraînements, des compétitions, des stages et des déplacements en France et à l'étranger, certains ESHN doivent bien souvent faire face à un véritable déracinement familial pour rejoindre une structure sportive d'accession ou d'excellence. Une attention particulière doit être portée aux sportifs ultra-marins trouvant en métropole une réponse favorable à leur parcours de performance.

Au regard de ces singularités, les ESHN inscrits dans un établissement (école, collège, lycée) peuvent faire valoir des besoins de formation spécifiques afin de concilier au mieux obligations scolaires et sportives. Quel que soit le secteur de l'excellence (scolaire, sportif, artistique), l'individu est positionné au centre d'un système et d'un processus d'apprentissage qui obéit à différentes phases de construction (acquisition, automatisation, transfert, mémorisation, prise de conscience, etc.).

Il convient de considérer le champ sportif et plus précisément le champ de la formation à la haute performance sportive comme un réel domaine d'apprentissage spécifique et exigeant. La pratique sportive de haut niveau

n'est pas une activité de loisir à laquelle s'adonnerait le jeune sur son temps libre. Elle nécessite un fort niveau d'engagement et doit tenir compte d'un fort niveau de complexité, le tout dans une durée incompressible. En effet, elle intègre des entraînements le plus souvent bi-quotidiens mobilisant des capacités techniques et tactiques, des soins médicaux et paramédicaux, de la préparation physique, de la préparation mentale et des temps de récupération. C'est dans cet environnement propre que se construisent les compétences spécifiques de la haute performance.

La question du temps : le temps court et le temps long

Au bord des terrains, il se dit fréquemment que former un athlète pour qu'il puisse un jour atteindre un podium olympique prendrait en moyenne 10 000 heures, soit environ dix ans. Cette durée de formation est dépendante du niveau de maturité attendu au moment des grands podiums internationaux. Dans la gymnastique, la haute performance se situe souvent dans la 18^e année d'âge alors que pour les sports collectifs cela se situe au-delà de 25 ans. Ce constat montre bien que les attendus et les pressions ne sont pas corrélés à un traditionnel parcours scolaire.

Les objectifs d'excellence sportive le sont avec des temporalités d'accès à la haute performance variables selon l'âge, le sexe et les disciplines sportives.

Le temps des acquisitions des sports d'été et d'hiver varie sensiblement en fonction de deux critères : la maturité de la haute performance attendue, selon qu'elle est plus ou moins précoce/tardive, et les modalités d'entraînement spécifiques en fonction des disciplines sportives (volume, charge, répartition des entraînements sur la semaine, l'année et l'olympiade).

L'âge attendu de la haute performance nécessite une adaptation, un aménagement de la programmation et de la planification en fonction de chaque discipline sportive. Il convient de souligner la limite immédiate d'une structure trop rigide qui ne permettrait pas la prise en compte de ces typologies de sportifs.

Adaptabilité au calendrier de sélections/compétitions – sports d'été – sports d'hiver et au niveau de maturité de la discipline

L'évolution de la haute compétition internationale se vit sur douze mois de l'année quand le système éducatif est organisé sur dix mois et entrecoupé de plusieurs périodes de vacances.

Les dispositifs d'aménagement en cours doivent être adaptés à chaque situation individuelle, car les ESHN ne sont pas confrontés aux mêmes aménagements scolaires à des âges pourtant identiques.

La définition retenue pour définir la maturité est l'âge moyen des membres des équipes de France dans les grands événements sportifs internationaux. À partir de cette définition, il peut parfois exister des tensions dans la mise en œuvre du double cursus de formation lorsque les échéances de performances scolaire et sportive sont attendues de manière simultanée. Il y a donc nécessité de prendre en compte les différents âges de la vie physique, mentale, sportive et scolaire, ainsi que les activités de la montagne, qui soulèvent en outre la question de l'inversion des calendriers.

L'année de formation sportive n'est pas linéaire, car elle dépend pour beaucoup de résultats sportifs. La performance traduite par la capacité à gagner des compétitions ou des tournois de référence conduit à programmer ou modifier ce qui était planifié. Une sélection de niveau européen ou mondial impose un nouveau calendrier auquel le sportif ne peut se soustraire. Des conflits de calendrier peuvent alors survenir dans le cadre des évaluations nationales.

Dès lors, la capacité à mobiliser les services des examens et des concours tout comme celle à proposer des épreuves de remplacement devra être envisagée pour toutes les classes à examen selon le cadre réglementaire de la certification visée. Le contrôle en cours de formation ou le contrôle continu sont sans doute des pistes d'aménagement à renforcer lorsque la réglementation l'autorise.

La formation de haut niveau

Identifier et installer une formation spécifique dans un emploi du temps en évolution permanente

Il s'agit de caractériser précisément la déclinaison opérationnelle des compétences sportives, de la valider, d'en définir les modalités de mise en œuvre et d'évaluation croisée au sein des services des ministères chargés de l'éducation nationale et des sports.

Il s'agit donc de rendre visible cette formation spécifique du haut niveau pour que l'ESHN bénéficie d'une organisation scolaire singulière, croisée, co-construite et puisse ainsi réussir son projet de vie.

Les compétences de la formation au haut niveau sont révélées dans quatre champs d'apprentissages communs à toutes les disciplines sportives :

- « Apprendre à s'entraîner » : se transformer pour établir une performance sportive de référence fédérale.
- « Apprendre à performer » : mobiliser et maîtriser toutes les compétences et ressources développées à l'entraînement pour élever son niveau de performance en compétition.
- « Apprendre à gagner » : tout mettre en œuvre pour concrétiser de manière inéluctable la possibilité de gagner.
- « Apprendre à récupérer » : exploiter les temps et méthodes de récupération permettant de préserver l'intégrité physique et mentale des ESHN.

Les acquisitions prioritaires présentées sont transversales aux disciplines sportives. Elles permettent de révéler ce qui fonde les contenus spécifiques de la haute performance en laissant aux fédérations le soin de les traduire en contenus programmés et planifiés. Elles prennent en compte le niveau de maturité attendu au moment de la haute performance internationale. Elles sont à mettre en tension avec les attendus scolaires pour que les partenaires puissent concevoir un cursus de double formation harmonieux et équilibré. Elles ne sont pas structurées en période de travail et période de repos comme à l'école. Dès lors, des lissages de calendrier de formation scolaire doivent être pensés pour alléger la charge hebdomadaire.

Prendre en compte ces contenus dans un emploi du temps hebdomadaire doit mobiliser des aménagements de plusieurs types :

- annualisation des formations sportives et scolaires en mutualisant et en redéfinissant les calendriers annuels dans le cadre d'un projet éducatif porté en commun par l'ensemble des partenaires de l'établissement scolaire et de la structure sportive ;
- mise en place à chaque fois que cela est possible d'un enseignement « hybride » (en classe/à distance) pour assurer une continuité des enseignements ;
- limite des déplacements quotidiens des ESHN entre un établissement scolaire et une structure sportive ;
- permettre, à chaque fois que cela est possible, que la scolarité se déroule au sein des CREPS et des opérateurs publics équivalents (OPE) en lien avec un réseau d'établissements scolaires.



Le double cursus de formation : perspectives pour le sport de haut niveau en France

Si les ESHN ne représentent qu'une petite partie de la population scolaire, ce qui est attendu d'eux dans la représentation de la France au niveau européen, mondial, olympique et paralympique mérite qu'on définisse clairement le statut de cet élève aux besoins particuliers et qu'on le reconnaisse.

Comment, dans ce cas, combiner des savoirs scolaires programmés et des savoirs sportifs de haut niveau pour contribuer à la fois à la construction de la personne et au rayonnement de la France dans les grands événements sportifs internationaux ?

La pratique sportive de haut niveau suppose un engagement fort du jeune et de son entourage familial, sportif et scolaire. Le double cursus de formation de l'ESHN est une spécificité française, un principe reconnu par tous. Pour construire une réelle collaboration, il faut articuler et partager de manière harmonieuse les organisations pédagogiques, les planifications et les programmations dans le domaine sportif comme dans le domaine scolaire.

Les compétences développées dès le plus jeune âge par les sportifs dans leur spécialité nécessitent un environnement spécifique qui est différent de celui de l'école, mais qui doit nécessairement se combiner à une formation scolaire planifiée et programmée. Il s'agit donc de donner du sens et révéler ce qui se joue dans ce projet de vie qui combine une double formation exigeante.

Les deux formations doivent être menées de manière combinée. Les entraîneurs et plus globalement les équipes d'encadrement sportif et scolaire participent activement à la conduite du double cursus, en particulier chez les plus jeunes des

ESHN. Cet environnement privilégié leur permet de bénéficier d'une attention et d'un encadrement afin qu'ils soient dans les meilleures dispositions pour progresser dans les différents domaines de la performance.

Dans toutes les disciplines sportives, la performance se construit à partir de compétences communes¹ qui fondent un savoir-faire de haut niveau. Ces champs d'apprentissages sont multiples :

- **APPRENDRE À S'ENTRAÎNER** : se transformer pour établir une performance sportive de référence fédérale
 - CONNAISSANCES
 - Connaître son corps dans l'entraînement
 - Reconnaître les principes d'entraînement
 - Connaître sa discipline dans un projet de performance fédéral (sportif et réglementaire)
 - Connaître les niveaux de performance du haut niveau
 - CAPACITÉS
 - Administrer son projet sportif
 - S'approprier les contraintes réglementaires de la discipline
 - Gérer son engagement à l'entraînement et analyser sa pratique en lien avec l'entraîneur
 - Produire un geste ou ensemble de gestes sportifs propres à la discipline
 - ATTITUDES
 - Faire le lien entre l'entraînement et la progression
 - Devenir autonome
 - Trouver sa place dans le groupe
 - Être acteur de sa pratique
- **APPRENDRE À PERFORMER** : mobiliser et maîtriser toutes les compétences et ressources développées à l'entraînement pour élever son niveau de performance en compétition
 - CONNAISSANCES
 - Connaître les calendriers et les formes de compétitions
 - Connaître les codes (qualification, règlements...)
 - Connaître les facteurs centraux de la performance dans la discipline
 - Appréhender la dimension mentale de la performance
 - CAPACITÉS
 - Réinvestir les effets de l'entraînement dans la compétition
 - Gérer les réalisations et analyser sa pratique
 - Utiliser les outils de réalisation de la performance
 - Se fixer des objectifs réalistes
 - ATTITUDES
 - Agir dans l'incertitude
 - Décider en compétition
 - Réguler ses émotions dans des situations diverses

1. Les compétences de la formation sportive de haut niveau sont décrites dans les annexes.

- **APPRENDRE À GAGNER** : tout mettre en œuvre pour concrétiser de manière inéluctable la possibilité de gagner
 - CONNAISSANCES
 - Analyser la concurrence dans sa discipline
 - Développer la culture de la gagne
 - Exploiter les techniques de communication
 - CAPACITÉS
 - Mettre en place les conditions de la gagne
 - Se confronter aux meilleurs
 - Tirer les enseignements de l'échec pour construire la victoire
 - ATTITUDES
 - Exprimer le plaisir de la gagne
 - Rester mobilisé pour gagner
 - Collaborer avec un encadrement pour réussir
- **APPRENDRE À RÉCUPÉRER** : exploiter les temps et méthodes de récupération permettant de réserver l'intégrité physique et mentale de l'ESHN
 - CONNAISSANCES
 - Intégrer les protocoles de nutrition et d'hydratation
 - Gérer les rythmes d'activité et de repos
 - Explorer les méthodes de récupération
 - CAPACITÉS
 - Réguler son mode de vie
 - Mettre en œuvre les protocoles de nutrition et d'hydratation
 - Prévenir la blessure
 - Préparer le retour à la compétition
 - ATTITUDES
 - Régénérer un état physique et mental
 - Prévenir la blessure
 - Revenir de blessure



Pilotage, mise en œuvre, évaluation : une organisation territoriale repensée, une synergie des acteurs recherchée

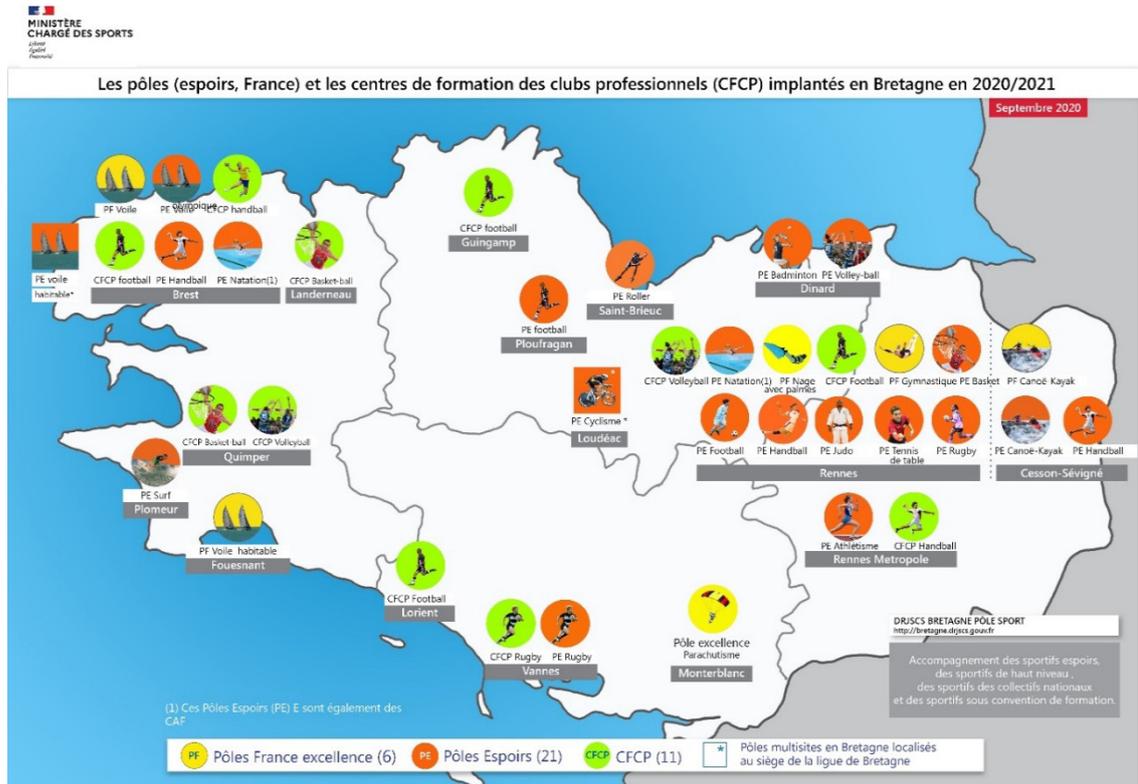
Pour répondre à l'ambition de faire rayonner la France à l'international, la reconnaissance d'une formation au haut niveau et l'installation d'un pilotage territorial sont essentielles. Ainsi, les acteurs du territoire pourront construire des schémas d'accès cohérents et équilibrés.

Chaque CREPS ou OPE qui partage la responsabilité et le pilotage avec une région académique aura pour enjeu de favoriser la mise en réseau des ressources pour permettre à la communauté éducative placée autour de l'ESHN de construire cette double formation et adapter au mieux les contenus aux besoins.

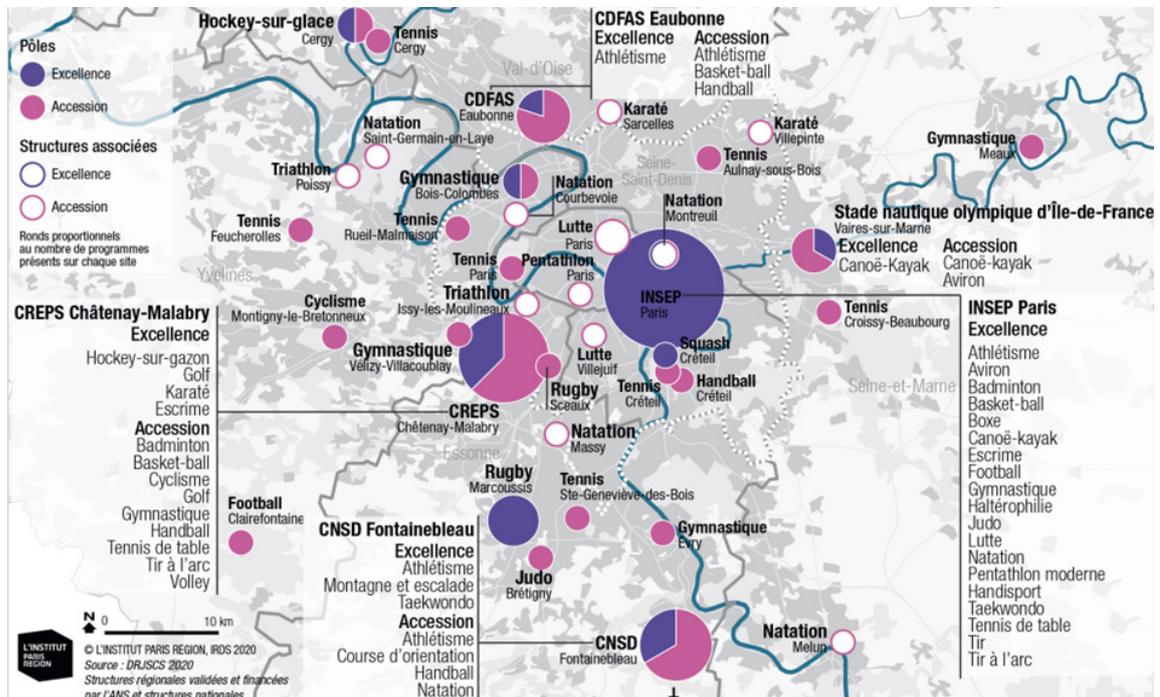
L'évolution de l'organisation territoriale de l'État amène légitimement à repenser le pilotage stratégique et fonctionnel de tels dispositifs. Dès lors et pour chaque grande région, il faut veiller à :

- mettre en place des conventions régionales entre les opérateurs qui précisent les conditions d'accueil et de scolarisation des élèves sportifs de haut niveau ;
- créer en prenant appui sur les compétences des rectorats, des DRAJES et des CREPS, un réseau des référents territoriaux de l'accès et de l'excellence sportive réunis dans le cadre du comité de pilotage régional du sport de haut niveau et en s'appuyant sur les maisons régionales de la performance ;
- mobiliser les moyens des conférences régionales du sport et des financeurs pour définir et flécher des budgets propres à l'accès et au sport de haut niveau ;
- articuler tous les dispositifs sportifs relevant des deux ministères pour construire un schéma territorial harmonieux ;
- cartographier les établissements sportifs et scolaires qui accueillent les ESHN.

Exemple des implantations en Bretagne



Exemple des implantations en Île-de-France



Ces cartes pourraient être complétées en intégrant les établissements scolaires qui organisent la scolarité aménagée dans le cadre d'un conventionnement. Elles seront revues annuellement pour permettre aux jeunes et aux familles qui s'engagent dans ces parcours d'identifier les organisations adaptées aux sportifs de haut niveau.

Un comité de pilotage (instruction interministérielle n° DS/DS2/2020/199 du 5 novembre 2020)

Présidé par le recteur de région académique en lien avec le recteur délégué pour l'enseignement supérieur, la recherche et l'innovation, le comité de pilotage se réunit au minimum deux fois par an. Il comprend de façon obligatoire le directeur régional académique à la jeunesse à l'engagement et au sport (DRAJES), les membres des corps d'inspection ou autres personnels du rectorat en charge de ce dossier, ainsi que le délégué territorial de l'Agence nationale du sport (ANS) et le(s) directeur(s) du(es) centre(s) de ressources, d'expertise et de performance sportive (CREPS) du territoire ou autre structure du réseau grand INSEP (institut national du sport, de l'expertise et de la performance), au titre des missions qui leur sont assignées dans le cadre de l'organisation territoriale de l'État. Il peut également comprendre des présidents d'université, le directeur régional de l'alimentation, de l'agriculture et de la forêt, le directeur de l'Agence régionale de santé (ARS), les personnels de direction des établissements scolaires, les directeurs des établissements publics du ministère chargé des sports accueillant des structures d'entraînements du PPF, des élus de collectivités territoriales et des fédérations sportives concernées. Il a pour mission d'assurer un suivi permanent du dossier relatif à l'affectation et l'orientation des élèves et des étudiants, l'aménagement de la scolarité, des études, des examens et de l'emploi des bénéficiaires.

Le comité identifie un réseau d'écoles et d'établissements qui accueillent les sportives et sportifs bénéficiaires. Il favorise la mobilisation des différents services et administrations. Les établissements du réseau intègrent obligatoirement dans leur projet d'établissement un volet concernant l'accueil de ces sportifs. Un label leur est accordé par le comité de pilotage. Le recteur tient compte, dès que possible, de la spécificité des établissements membres du réseau dans la nomination des chefs de ces établissements.

Place des établissements relevant du ministère chargé des sports

Les établissements relevant du ministère chargé des sports ont vocation à jouer un rôle essentiel dans la mise en place des PPF actualisés. Établissements spécialisés dans l'accompagnement du sport de haut niveau, inscrits dans une dynamique d'amélioration permanente des services qu'ils proposent aux fédérations et aux sportifs, leur expérience, leur savoir-faire et leur approche transversale des problématiques d'accompagnement du sport de haut niveau légitiment leur place centrale dans le dispositif national des PPF.

Au-delà de ce positionnement partenarial avec les fédérations, et conformément aux missions sur le sport de haut niveau qui leur sont désormais confiées dans le cadre de la réforme de l'organisation territoriale de l'État fixant le déploiement de l'action de l'Agence nationale du sport au niveau territorial, les CREPS ou les organismes publics exerçant les missions équivalentes (OPE) dans le ressort régional, s'attachent dès 2022 à inscrire leur action régionale, dans et hors les murs, autour des quatre axes stratégiques définis par l'Agence au profit des PPF que sont :

- l'accompagnement socioprofessionnel ;
- l'optimisation de la performance ;
- l'accompagnement paralympique ;
- l'analyse de la performance.

Sur leurs territoires régionaux respectifs, les CREPS ou les organismes publics exerçant les missions équivalentes dans le ressort régional s'attacheront donc, sous l'impulsion et la coordination de l'Agence nationale du sport, à la bonne mise en œuvre des projets de performances fédéraux au bénéfice de l'ensemble des sportifs de haut niveau membres des structures des PPF, en soutien permanent des directions techniques nationales.

Ils veilleront à développer un réseau régional et contribueront au réseau national permettant d'identifier et de mobiliser toutes les ressources nécessaires à l'amélioration de l'accompagnement des sportifs, des entraîneurs et des structures des PPF.

Ils contribueront ainsi à la montée en compétences des entraîneurs et staffs intégrés des cellules de performance fédérales. La collaboration active avec l'INSEP, et notamment le réseau grand INSEP, et les écoles nationales sera poursuivie et approfondie.

Place des établissements scolaires relevant du ministère de l'Éducation nationale

Les établissements scolaires qui accueillent les ESHN contribuent à la double réussite. En lien avec les responsables de la haute performance et les corps d'inspection, ils proposent et mettent en œuvre l'aménagement des cursus de formation scolaire en cohérence avec le calendrier et les exigences de la formation sportive de haut niveau. Ces établissements participent à la promesse « bien se former » inscrite dans le cahier des charges des centres labellisés du réseau grand INSEP. À ce titre, ils se verront attribuer un **label territorial** articulé avec le label du réseau grand INSEP. Ce dispositif valorisant les collaborations entre les deux ministères sera intégré aux évolutions du cahier des charges 2024-2028 du label grand INSEP.

Des moyens favorisant la personnalisation, le soutien et l'accompagnement à distance peuvent être mobilisés pour garantir la réussite du double cursus. Les professeurs prennent appui sur les corps d'inspection pour concevoir et conduire un enseignement et des évaluations adaptés dans le cadre de la réglementation. L'IA-IPR d'EPS est particulièrement légitime pour coordonner et mobiliser ses autres collègues inspecteurs de disciplines.

Dans le cas de l'implantation d'une scolarité au sein d'un CREPS ou d'un OPE, l'IA-IPR d'EPS pourra également contribuer à accompagner les chefs d'établissement dans la gestion des ressources humaines en lien avec les besoins des aménagements. L'échelon local est le niveau opérationnel de réalisation du double cursus éducatif et sportif. Un comité de suivi comprenant le directeur d'école ou le chef d'établissement, le conseiller principal d'éducation, les enseignants référents, les responsables de la/des structure(s) d'entraînement et au besoin l'IA-IPR d'EPS et les référents suivis socio- professionnel, est mis en place pour fluidifier les relations et assurer le suivi régulier des sportifs. Le compte rendu des travaux du comité de suivi local est transmis au comité de pilotage régional. De même, dans l'enseignement supérieur, une réunion entre le référent de l'établissement d'enseignement supérieur et l'interlocuteur référencé du côté du sportif sera mise en place avec, au besoin, des personnes ressources (référents suivi socio- professionnel, etc.).

L'élève sportif de haut niveau dans les territoires

Identifier les sportifs de haut niveau bénéficiaires

Sportifs inscrits

- sur les listes ministérielles
- dans le PSQS
- dans un programme d'accèsion
- sur les listes de sections d'excellence sportive articulées avec le PPF

Connaître et reconnaître les structures d'accueil et d'organisation des PPF

- Pôles Espoirs et Pôles France
- clubs formateurs
- dispositifs relevant de PPF
- articulation des sections d'excellence sportive avec les PPF

Recenser les besoins des sportifs de haut niveau

- installer la formation de haut niveau dans une organisation pédagogique équilibrée et performante
- informer tous les acteurs sur les calendriers des examens et des compétitions de référence

Construire une collaboration performante : piloter le sportif de haut niveau

- inscription dans le projet sportif territorial
- synergie des décideurs et acteurs dans un schéma territorial performant

Flécher et pérenniser des moyens

- financements fédéraux
- financement Agence nationale du sport
- aides personnalisées
- ressources humaines
- postes spécifiques

Faire vivre le double cursus de haut niveau

- un réseau d'établissements en synergie et labellisés
- des enseignements délocalisés dans un établissement du ministère des Sports
- des cursus aménagés en établissements scolaires
- des enseignements à distance
- une hybridation des organisations



Concevoir et mettre en œuvre des aménagements de scolarité

Les recommandations de l’instruction interministérielle

Instruction interministérielle N°DS/DS2/2020/199 du 5 novembre 2020 relative aux élèves, étudiants et personnels de l’enseignement scolaire et de l’enseignement supérieur ayant une pratique sportive d’excellence ou d’accession au haut niveau.

Les aménagements de scolarité concernent les élèves de toutes les écoles élémentaires, de tous les établissements d’enseignement du second degré, qu’ils soient publics, privés sous contrat, ou établissements publics locaux d’enseignement et de formation professionnelle agricoles. Au regard des besoins de la performance du sportif, des aménagements sont accordés tout en garantissant les acquis attendus en fin de cycle. Les aménagements d’examen concernent tous les candidats aux examens du second degré, qu’ils soient scolarisés ou pas, dans le cadre des réglementations dédiées à chaque certification.

Les autorités académiques veillent à ce que les élèves relevant des différentes catégories d’ESHN puissent bénéficier d’aménagements de scolarité et d’examens dans les conditions suivantes :

- une attention particulière est portée aux demandes de dérogation à la carte scolaire par les autorités académiques après concertation entre les différents partenaires concernés ;
- des aménagements de scolarité sont mis en place pour tenir compte des contraintes d’entraînement (quotidiens, hebdomadaires, annualisation du temps d’enseignement par discipline, individualisation du cursus scolaire, étalement du cursus scolaire, délocalisés en proximité de la structure d’entraînement, globalisation de l’EPS...) et du calendrier des compétitions sportives ;

- lorsqu'un internat existe, les places peuvent être attribuées en priorité aux sportifs précités. L'ouverture de l'internat le mercredi après-midi, le week-end et au besoin pendant les vacances scolaires est organisée, en relation avec les collectivités territoriales concernées. À ce titre, les résidences thématiques à dominante sportive labellisées dans le cadre du plan internats du XXI^e siècle, et portant un objectif fort de réussite scolaire pour leurs élèves, pourront également accueillir des sportifs de haut niveau ;
- les établissements prévoient la mise en place de structures adaptées à l'accueil de ces sportifs dans leurs règlements ;
- les équipes pédagogiques constituées d'enseignants volontaires (sensibilisés et formés aux problématiques du sport de haut niveau) définissent, avec le responsable de la structure sportive (sensibilisé et formé aux problématiques d'éducation), un projet pédagogique spécifique et adaptent leur démarche pédagogique en fonction des besoins et capacités de chaque sportif et des obligations liées à la formation suivie et la certification visée ;
- pour assurer la continuité des enseignements, le recours aux technologies de l'information et de la communication, lorsqu'elles sont disponibles, ainsi qu'aux espaces numériques de travail, est encouragé. L'enseignement à distance peut également être proposé ;
- pour faciliter les relations entre l'équipe pédagogique et les responsables des structures, un référent est identifié par l'inspecteur de l'éducation nationale du premier degré ou par le chef d'établissement du second degré ;
- dans toute la mesure du possible, il est tenu compte du calendrier du sportif, entraînements et compétitions internationales de référence identifiées dans le parcours de performance fédéral et/ou dans la convention conclue entre le sportif et sa fédération pour présenter des examens ;
- un étalement sur plusieurs sessions du passage des épreuves peut être mis en place par le recteur, sur demande du candidat préalablement à son inscription à l'examen. Pour les candidats scolarisés, cet étalement des épreuves doit être cohérent avec celui décidé pour les enseignements. Les candidats ESHN qui ne peuvent être présents à toute ou partie d'une session normale du diplôme national du brevet, du baccalauréat général, technologique ou professionnel, du brevet de technicien supérieur pour des raisons d'ordre sportif attestées par le directeur technique national de la fédération concernée, sont autorisés, à leur demande et sur décision du recteur d'académie, à se présenter aux épreuves de remplacement ;
- les candidats sportifs ayant échoué à l'examen du baccalauréat général, technologique ou professionnel bénéficient du dispositif de conservation des résultats dans les conditions prévues par la réglementation. Lorsque le règlement de l'examen l'autorise, des modalités d'évaluation et de certification adaptées sont recherchées, notamment la prise en compte de leur spécialité sportive dans l'épreuve d'éducation physique et sportive ;
- les règles de déplacement des sportifs entre l'établissement scolaire, l'internat, les lieux de la structure d'entraînement, les lieux de compétitions scolaires sont formalisées dans le règlement de l'établissement. Les sportifs listés bénéficiaires en situation de handicap disposent des mêmes possibilités que tous les autres sportifs. Ils peuvent par ailleurs bénéficier des aménagements de formation et des conditions d'examen liées à leur handicap dans les mêmes conditions que les autres élèves à besoin particulier. Il convient d'inscrire le double cursus de formation comme la nouvelle organisation des aménagements de la scolarité et des examens.

Les pistes et les expérimentations en académie

Hybridation de la scolarité et des examens

La réalité du double cursus de formation ne permet pas de vivre une scolarité ordinaire. Les grandes échéances sportives basées sur une organisation fédérale internationale imposent des actions de préparation et de compétition qui garantissent la meilleure performance à date. Dès lors, des conflits de calendrier viennent empêcher les ESHN dans leurs enseignements et dans leurs épreuves d'évaluation ou de certification. Le choix du statut « scolaire » ou « individuel » au moment des examens n'est pas totalement satisfaisant pour la réussite scolaire au regard des calendriers sportifs. Il s'agit donc de faire des propositions hybrides qui alternent des modes de formation, des modes d'évaluation, des lieux de formation, des modes d'accompagnement des élèves et des équipes sportives et pédagogiques lorsque la réglementation des diplômes et certifications visées l'autorise.

Aménagements hybrides des temps de formation et d'évaluation des ESHN

Penser et construire le calendrier scolaire en lien avec le calendrier des stages et des compétitions sportives sur les douze mois de l'année, mais également en fonction des disciplines d'hiver et des disciplines d'été. Cela permet en outre :

- un étalement des études sur onze des douze mois de l'année : rentrée anticipée, travail à distance, utilisation des plages de vacances scolaires ;
- une scolarité asynchrone pour les disciplines hivernales selon les mêmes modalités.

Les stages dans la voie professionnelle et en STS

Proposer le déplacement des périodes de formation en milieu professionnel (PFMP) pendant les trêves sportives dans le cadre du projet de l'établissement scolaire pour les élèves concernés.

Baccalauréat en deux ans (Saint-Étienne pôle FR gym)

Dans le cadre possible par la réglementation et sur décision de l'autorité rectoriale, proposer un étalement de l'année de terminale générale sur deux ans entre les enseignements de spécialité d'une part durant la première année et l'ensemble des autres enseignements d'autre part au cours de la seconde année : la première année de terminale est consacrée exclusivement aux enseignements de spécialité et au grand oral. Les sportifs n'assistent donc qu'à la moitié du cursus traditionnel, ce qui laisse le temps à l'entraînement et la récupération. Les matières sont définitivement validées et donc acquises à l'issue de la première année. La deuxième année traite uniquement le tronc commun dont l'évaluation finalise l'obtention du baccalauréat.

Globalisation de l'enseignement de l'EPS (Créteil/Versailles)

- Dans le respect des échéances du calendrier sportif et en accord avec l'équipe pédagogique de l'établissement scolaire de rattachement, un enseignement aménagé de l'EPS doit être privilégié. À ce titre, la globalisation des enseignements peut être organisée dans un calendrier différent de ceux des élèves d'une même classe.
- Au regard de leurs aptitudes sportives, les ESHN pourraient être accueillis dans des aménagements pédagogiques adaptés qui répondent à leur calendrier. Ils pourraient être regroupés dans un groupe spécifique à des moments différents ou répartis dans différents groupes/classes selon leurs calendriers sportifs.
- La reconnaissance de leur spécialité et des différents champs d'apprentissage peut être considérée comme un acquis de l'expérience.
- La compatibilité et la complémentarité des APSA seront recherchées en conformité avec les cadres d'évaluation des diplômes et certifications visés.

Proposer des évaluations adaptées

Comme le préconise l'instruction interministérielle du 5 novembre 2020, la certification des ESHN peut être adaptée dans le respect d'un cadre réglementaire. Les recteurs valident les propositions d'aménagements à la condition que les candidats en fassent la demande et selon le cadre réglementaire de la certification visée. Des expériences de terrain, nous retenons que les contrôles en cours de formation pour la voie professionnelle et du contrôle continu pour les voies générale et technologique répondent de manière très favorable au besoin des sportifs tout en ne contraignant que très peu les organisations pédagogiques en place. La certification sur deux ans au moment du baccalauréat est intéressante, mais elle a un coup financier et surtout psychologique pour le jeune sportif, qui de fait aura une année de retard par rapport à sa génération.

Le cadre réglementaire doit être exploité au maximum pour permettre d'évaluer les élèves à plusieurs moments dans une année scolaire. À ce titre, les sessions de mars, juin et septembre du baccalauréat pour une même année doivent être exploitées au mieux.

- L'EPS propose des aménagements des épreuves en reconnaissant et en valorisant la spécialité sportive au moment du baccalauréat.
- [Aménagement BAC EPS - SHN](#).
- Rien n'interdit que d'autres aménagements des évaluations soient proposés dans les autres disciplines.
- Dans les sections préparant au BTS, la mise en place de référentiels d'évaluations pour opérer une bascule vers le contrôle en cours de formation est possible. À titre d'exemple, le BTS MCO proposé à l'INSEP intègre déjà cette modalité. Les corps d'inspection en charge des examens de ces diplômes sont les référents à mobiliser.
- Dans le cadre du contrôle continu, des sessions de remplacement doivent être proposées aux ESHN en accord avec le cadre réglementaire du diplôme visé et conformément au projet d'évaluation porté par l'établissement scolaire, lorsqu'il s'agit du baccalauréat général et technologique.

Aménagement hybride des lieux et des modalités de formation

La voie professionnelle : exemple du CREPS d'Île-de-France

Dans un cadre conventionné entre un établissement scolaire et le CREPS, les enseignements professionnels se déroulent au lycée trois jours par semaine. Les enseignements généraux (français, histoire-géographie-EMC, mathématiques et langues vivantes 1 et 2) sont externalisés au CREPS les deux jours et deux soirs de la semaine. Les professeurs d'enseignements généraux sont recrutés et rémunérés par le CREPS sous forme de vacations. Ils sont en lien avec les professeurs du lycée afin de s'accorder sur la progression pédagogique. Ils évaluent les SHN et transmettent les notes à l'établissement. Les dates des contrôles sont définies et précisées, y compris celles des contrôles organisés en fin d'année (cas de blessure médicalement attestée lors des situations d'évaluation du CCF). Les aménagements d'emploi du temps s'appliquent durant les périodes de formation en milieu professionnel (stages) afin de permettre aux sportifs de continuer de s'entraîner. Les SHN effectuent des jours de période de formation en milieu professionnel supplémentaires en fin d'année scolaire afin d'atteindre le nombre d'heures requises pour l'obtention de leur diplôme.

La voie générale, la voie professionnelle tertiaire, le BTS : l'exemple de l'INSEP

L'accueil d'un grand nombre de sportifs de plusieurs disciplines sportives au sein d'un centre de formation unique permet l'optimisation de l'utilisation des salles de sport spécifiques, et par voie de conséquence la mutualisation de celles-ci.

Dans ce cadre, en dehors des enseignements nécessitant des matériels spécifiques, toutes les disciplines scolaires sont enseignées à l'INSEP par une équipe de professeurs dont les services sont partagés entre l'institut et l'établissement partenaire.

Cette solution permet :

- de réduire les déplacements vers l'établissement scolaire à un par semaine ;
- de favoriser une mixité au sein des classes sportives en mélangeant les disciplines ;
- de constituer des groupes à petits effectifs et permettre une individualisation des parcours ;
- de mettre en place un emploi du temps allégé tout en garantissant le strict respect des programmes ;
- de redéfinir le calendrier des formations sportives et scolaires, car le site est ouvert en permanence ;
- de réduire les coûts de fonctionnement en évitant les ouvertures de classes spécifiques au sein des EPLE partenaires en privilégiant l'utilisation des moyens de dédoublement ;
- de mettre en réseau des enseignants de discipline pour construire un projet pédagogique partagé et adapté aux besoins et aux contraintes des ESHN ;
- de proposer aux professeurs des établissements partenaires de s'engager volontairement auprès des ESHN et d'avoir un service partagé ;
- de garantir la réussite des ESHN par un suivi et un accompagnement pédagogique individualisé ;
- d'optimiser le travail à distance et l'utilisation des outils d'enseignement à distance.

Pour la formation scolaire, l'INSEP devient une annexe, dans un cadre conventionné, des établissements scolaires partenaires dans lesquels sont inscrits les ESHN. Cela contribue à donner du sens à l'accueil des ESHN et à valoriser cette identité dans le label territorial. Cet exemple pourrait tout à fait être reproduit au sein des CREPS et des OPE à la condition de disposer de salles en nombre suffisant dans la structure sportive ayant conventionné avec les établissements scolaires.

Renforcer la place du numérique éducatif pour développer l'enseignement à distance

L'organisation hybride alternant présentiel et distanciel (cours enregistrés, filmés...) ou présentiel et externalisé sur le lieu de l'entraînement permet de suivre le cours en décalé et peut répondre aux besoins des créneaux d'entraînement.

- L'encadrement sportif planifie des plages de travail scolaire lors des stages.
- Les cours externalisés sur le site sportif sont pris en compte dans la dotation horaire globale (DHG) du collège ou du lycée. Ce sont les enseignants des EPLE qui assurent les cours dispensés au CREPS.

L'accompagnement des équipes pédagogiques

Informier et former les personnels à l'accueil et à la scolarisation des ESHN – s'appuyer sur des ressources humaines volontaires – mutualiser les compétences

Exemple de la région académique Grand-Est : recruter et accompagner des enseignants à profil, sensibilisés aux exigences de la pratique du sport de haut niveau et à l'organisation de formation mise en place par l'établissement de scolarisation des ESHN. La délégation régionale académique au numérique éducatif (DRANE) propose aux enseignants volontaires une formation aux outils d'enseignement à distance (usage de la plateforme dédiée, mise en ligne des ressources, nature et contenu des enseignements).

Exemple de la région académique Auvergne-Rhône-Alpes : mettre des outils spécifiques à disposition des enseignants :

- création d'une plateforme numérique adaptée à l'enseignement à distance et au rattrapage des cours (MOODLE) par l'équipe pédagogique dans le cadre d'un projet accompagné par la CARDIE ;
- heures de soutien scolaire en face à face avec les ESHN ;
- tablettes numériques pour les enseignants pour la correction du travail à distance ;
- livret d'accompagnement individualisé du projet du sportif partagé entre le sportif, les entraîneurs et les enseignants.

L'enseignement à distance pour la totalité de la formation pour les étudiants (100%) : l'exemple de Grenoble et d'Aix-Marseille

Certaines universités et grandes écoles proposent des formations à distance à 100%, y compris avec la mise en place des sessions d'examens décentralisés. Les aménagements sont lissés et optimisés pour prendre en compte les besoins individuels, ce qui permet au sportif d'accéder à une formation, quel que soit son lieu de résidence. Un protocole est alors mis en place pour répondre aux exigences règlementaires de la formation et des examens. Il est validé par conventionnement entre la fédération, la grande école ou l'université.

L'affectation des élèves sportifs de haut niveau

L'affectation des élèves est organisée par un calendrier différent selon le moment de la scolarité concernée (premier ou second degré, collège ou lycée). Les fédérations doivent pouvoir inscrire leurs sélections dans le respect des opérations administratives d'affectation des élèves.

Cela concerne particulièrement les entrées, les maintiens et les sorties des ESHN des structures relevant du PPF,² mais aussi des élèves retenus pour intégrer les listes des sections d'excellences sportives quand elles sont articulées avec le programme d'accession d'une fédération.

Un calendrier doit alors être arrêté chaque année pour donner le la fluidité aux opérations en prenant en compte les modalités de sélection des ESHN dans les stages ou compétitions de référence. Une réunion du comité de pilotage du sport de haut niveau pourrait être consacrée à son élaboration.

Principes généraux à retenir : trois temps distincts :

- les implantations de nouvelles structures sportives de haut niveau dans une académie devront être présentées en amont des opérations de préparation de rentrée scolaire N+1 (entre janvier et octobre à N-1) ;
- les effectifs prévisionnels des ESHN et des sections d'excellence sportive seront connus des services au plus tard le 30 avril de l'année N ;
- les listes nominatives seront communiquées aux services au plus tard au 31 mai de l'année N.

Les procédures d'inscription au sein de l'établissement scolaire devront être précisées aux familles.

Une organisation territoriale repensée

Installer un pilotage stratégique et fonctionnel au niveau des régions académiques chargé de l'évaluation et du suivi

Dans les territoires, la mise en réseau des différents services de l'État, des départements du MENJ et des collectivités territoriales pour organiser le schéma territorial d'accession a déjà permis d'observer des évolutions positives qui font de la mutualisation des services et des moyens un levier pour mieux accompagner le sport de haut niveau. Quelques initiatives ouvrent des pistes pour des mises en œuvre au sein des régions académiques.

.....
2. Projet de performance fédéral

- Intégrer le double cursus de formation de l'ESHN dans le schéma territorial du sport.
- Identifier des sources de financement nouvelles ou complémentaires.
- Définir un budget propre selon un modèle économique à construire (exemple de la région AuRA) :
 - des moyens humains sont mis à disposition par le rectorat de l'académie de Grenoble : une équipe pédagogique et un CPE nommés sur postes spécifiques :
 - un professeur EPS coordonnateur ;
 - des assistants d'éducation (AED) à plein temps permettant d'accompagner un effectif d'élèves répartis dans plusieurs niveaux de classes ;
 - soutien financier fédéral (FFSki) avec les subventions de l'ANS et de la région pour contribuer aux aménagements scolaires.

Mettre en place de conventions-cadres

La mise en place de conventions-cadres entre le rectorat de la région académique et le CREPS/OPE s'appliquant à l'ensemble des sportifs identifiés dans les PPF, pourra se décliner en conventions académiques. Ainsi, les conventions pourront être adaptées dans tous les établissements scolaires de chacune des académies de la région académique (exemple : le cas de la Bretagne avec le label « établissement d'accueil sport de haut niveau » ; autre exemple : la convention-cadre région Grand-Est avec les 3 rectorats de la région académique).

Au-delà de reprendre les éléments de l'instruction interministérielle du 5 novembre 2020, les conventions pourraient préciser :

- un partenariat avec des établissements et universités permettant la mise à disposition d'étudiants qui, dans le cadre de leur cursus, sont impliqués dans le soutien des jeunes inscrits dans le haut niveau (ex : la « Cité de tous les talents » à Clermont-Ferrand avec une organisation de la scolarité dans un rythme équilibré) ;
- les universités du territoire PACA disposant d'une charte d'accueil des SHN, d'un référent identifié. Des contrats pédagogiques individuels sont établis pour permettre la réussite des SHN ;
- les termes des conventions individuelles de formation pour sportifs isolés non rattachés à une structure PPF (ex. : région AuRA). Sur la base du planning des déplacements et absences pour stages et compétitions à l'appui, ils permettent de fixer le cadre global de déroulement de l'année scolaire. Ils spécifient notamment la nomination du professeur référent, les modalités de rattrapage des enseignements, mais également des devoirs surveillés et devoirs maison. Ils fixent clairement les périodes d'absence gage de lisibilité en matière de responsabilité, notamment juridique en cas d'accident lors d'un déplacement ou entraînement lors d'une période initialement consacrée au temps scolaire. Les parties signataires : le chef d'établissement, la maison régionale de la performance, l'élève (ou le responsable légal), le responsable de la structure sportive.

Proposer de nouvelles organisations territoriales

Installer à chaque fois que cela est possible une scolarité aménagée / intégrée au sein des CREPS et OPE.

Modèles d'écoles, de collèges, de lycées délocalisés et intégrés au sein de l'INSEP, CREPS et OPE par le biais de conventions.

Pour les professeurs et les enseignements :

- délocalisation partielle de l'établissement « physique » qui inscrit les élèves ;
- relocalisation dans un établissement CREPS/OPE ;
- intégration et prise en compte de l'environnement du sportif (notion de cogestion, préalable nécessaire à la réussite de cette intégration des enseignements).

Pour les élèves (impact sur leur projet de vie) :

- gestion optimisée du temps d'un élève aux contingences spécifiques : l'ESHN ;
- cadre stable autour d'interlocuteurs identifiés et acculturés aux contingences spécifiques de l'ESHN ;
- organisation pédagogique prenant en compte les exigences :
 - continuité pédagogique hors site (contraintes liées aux déplacements stages, compétitions) ;
 - solidarité entre les élèves (création de binômes d'entraide) ;
 - engagement des enseignants hors du cadre usuel d'enseignement (calendrier hebdomadaire et annuel en lien avec le calendrier sportif).

Modèle économique conventionné : fléchage ou adaptation des moyens financiers :

- attribués aux CREPS OPE (dont plafonds d'emploi) ;
- attribués aux établissements partenaires dans la dotation horaire globale (DHG).

Piste de collaboration institutionnelle :

- mise en place des conditions d'un dialogue institutionnel performant en renforçant la place du comité de pilotage du sport de haut niveau.

Une animation de réseau d'établissements par les IA-IPR d'EPS qui permet par exemple de :

- trouver des solutions adaptées, capitaliser et transmettre les bonnes pratiques aux nouveaux chefs d'établissements ;
- consolider et systématiser les réunions conjointes entre le mouvement sportif et les partenaires éducatifs pour partager le projet de vie de l'athlète. Ceci afin de bâtir réellement le meilleur projet en combinant les objectifs et les moyens disponibles ;
- missionner les IA-IPR d'EPS pour accompagner la mise œuvre la plus efficiente possible des cursus de formation. Au plus près des institutions de leur administration (services du rectorat, services des DSDEN, chefs d'établissements), ils facilitent la mise œuvre de toutes les possibilités ;
- associer ou détacher des CPE au sein des structures sportives pour faire le lien avec les établissements scolaires partenaires.

Annexes



Annexe 1 : les grandes priorités pour le sport

Faire rayonner la France au plus haut niveau

En 2024, la France accueillera les Jeux olympiques et paralympiques, 100 ans après la dernière édition organisée sur le sol français. Les Jeux sont le plus grand événement sportif planétaire. À l'été 2024, le monde aura donc les yeux rivés sur la France. Pour être à la hauteur de l'événement, le ministère chargé des sports a engagé une réforme profonde, notamment sur le volet de la haute performance. En effet, l'État a confié à l'Agence nationale du Sport la mission d'accompagner les athlètes français vers l'excellence. Grâce au déploiement de cet opérateur, l'État a également entrepris une réorganisation de sa filière d'accession au haut niveau avec le souci de mieux accompagner les sportifs dans leur parcours de vie.

Mieux accompagner le parcours des sportifs de haut niveau

Le ministère s'est fixé comme priorité de tout mettre en œuvre pour favoriser la performance et l'épanouissement de l'athlète dans son projet de vie. Cette ambition s'illustre par des actions concrètes destinées à concilier le projet sportif avec le projet scolaire, universitaire ou professionnel des athlètes de haut niveau :

- permettre aux sportifs d'obtenir une dérogation à la carte scolaire ;
- faciliter l'accès des sportifs de haut niveau aux concours, notamment de l'Éducation nationale – adapter leur scolarité (baccalauréat et post-bac) avec des aménagements des cours et des examens. Afin de faciliter l'orientation

des sportifs de haut niveau et leur permettre de mener un double cursus harmonieux, le ministère travaille en association avec l'ONISEP à un guide dématérialisé recensant l'ensemble des filières scolaires, universitaires, professionnelles existantes adaptées à un cursus sportif de haut niveau. Conçu dans une logique de guichet unique, ce recueil aura l'intérêt de concentrer des données aujourd'hui dispersées et de simplifier les recherches des sportifs comme de leurs familles.

Livret de compétences du sportif de haut niveau

Valoriser les compétences acquises par les sportifs de haut niveau et professionnels dans leur pratique, les rendre lisibles et transférables dans leur vie sociale et professionnelle est une volonté forte du ministère. Aussi, un livret de compétences basé sur un référentiel a été élaboré avec les professionnels concernés. Il fera l'objet d'un développement numérique et d'une certification. L'ambition de ce livret est d'identifier les compétences transversales acquises dans leur pratique par les sportifs, pour les mobiliser dans le monde professionnel (organisation, communication, prise d'initiative, participation...) et valoriser leur savoir-être dans un contexte professionnel (posture, relation avec autrui, prise en compte d'un environnement ou d'une situation).

Rénover la filière d'accès au haut niveau

La filière d'accession à la très haute performance sportive fait également l'objet d'une restructuration visant à conforter l'accompagnement des sportifs dans leur parcours vers la performance et leur insertion socio-professionnelle.

Cette organisation permise par le déploiement territorial de l'Agence nationale du sport crée un guichet unique au sein des établissements du ministère chargé des sports, principalement les CREPS, qui associeront les différents partenaires pour faciliter le quotidien de tous les sportifs inscrits dans les structures et les sportifs de haut niveau isolés, notamment par la réactivité dans les réponses apportées et une meilleure personnalisation du service rendu.

Annexe 2 : fiches compétences

FICHE A1		APPRENDRE À S'ENTRAÎNER
Se transformer pour établir une performance sportive de référence fédérale		
Connaissances		
Connaître son corps dans l'entraînement		Classe*
Degré 1	Découvrir l'augmentation de la charge d'entraînement et ses effets physiques et psychologiques.	
Degré 2	Comprendre pour accepter, gérer les réactions du corps et développer des ressources propres (auto-évaluation de la fatigue, de l'intensité, des progressions, des points forts, points faibles...).	
Degré 3	Gérer les doutes liés aux phases de ralentissement de la progression.	
Degré 4	Mobiliser les ressources et les points forts pour optimiser la performance.	
Reconnaître les principes d'entraînement		Classe*
Degré 1	Découvrir les différentes structurations de l'entraînement sportif de HN.	
Degré 2	Intégrer les niveaux d'engagement à l'entraînement en lien avec la performance nationale et internationale.	
Degré 3	Intégrer les niveaux d'engagement à l'entraînement en lien avec la performance nationale et internationale.	
Degré 4	Contribuer à définir les contenus d'entraînement au bénéfice de la performance.	
Connaître sa discipline dans un projet de performance fédéral (sportif et réglementaire)		Classe*
Degré 1	Découvrir les objectifs de performance, de classement et de sélection de la fédération.	
Degré 2	Définir un projet personnel de performance.	
Degré 3	Intégrer les règles de sélections internationales (qualifications, quotas, règlements internationaux...)	
Degré 4	Utiliser les règles pour optimiser la performance.	
Connaître les niveaux de performances du haut niveau		Classe*
Degré 1	Se positionner dans l'échelle de la performance.	
Degré 2	Intégrer le classement dans la définition des objectifs de performance.	
Degré 3	Mesurer le travail à faire pour avancer sur l'échelle de la performance.	
Degré 4	Utiliser les règles pour optimiser la performance.	

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

FICHE A2		APPRENDRE À S'ENTRAÎNER	
Se transformer pour établir une performance sportive de référence fédérale			
Capacités			
Administrer son projet sportif			Classe*
Degré 1	Mobiliser les ressources et le matériel pour se préparer à l'entraînement (déplacement, équipement, échauffement, concentration...) dans un environnement familial.		
Degré 2	Adapter et ritualiser les process de préparation à l'entraînement.		
Degré 3	Reproduire les rituels de préparation à l'entraînement (matériel, déplacement, équipement, échauffement...) en tous lieux et toutes circonstances.		
Degré 4			
S'approprier les contraintes réglementaires de la discipline			Classe*
Degré 1	Répondre aux exigences fédérales en matière de suivi médical réglementaire. Découvrir et tenir à jour le profil Portail de suivi quotidien du sportif (PSQS).		
Degré 2			
Degré 3	Intégrer les modalités de sélection fédérales dans la préparation et en accepter les conditions.		
Degré 4	Respecter la réglementation liée au suivi ADAMS*.		
Gérer son engagement à l'entraînement et analyser sa pratique en lien avec l'entraîneur			Classe*
Degré 1	Intégrer les différentes composantes de l'entraînement (physique, psychologique, technique tactique, récupération...). Appréhender et discerner les aspects qualitatifs et quantitatifs de l'entraînement.		
Degré 2	Hiérarchiser, organiser l'engagement quotidien à l'entraînement en se basant sur la connaissance de soi et les objectifs définis. Systématiser les échanges avec l'entraîneur pour lui permettre d'en tenir compte dans la planification.		
Degré 3	Participer à la planification de l'entraînement et à l'organisation des charges d'entraînement grâce à la relation établie avec l'entraîneur.		
Degré 4	Réaliser certaines composantes de l'entraînement de façon indépendante, avec contrôle distant de l'entraîneur.		
Produire un geste ou ensemble de gestes sportifs propres à la discipline			Classe*
Degré 1	Découvrir les attendus propres à la discipline et se les approprier par la répétition et la remédiation.		
Degré 2	Maîtriser les fondamentaux de la gestuelle sportive. Savoir les reproduire avec régularité et précision.		
Degré 3	Produire un geste ou ensemble de gestes sportifs adaptés à la performance et aux qualités intrinsèques en toutes circonstances.		
Degré 4	Trouver et apporter des réponses gestuelles de plus en plus adaptées à la performance dans la discipline (style personnalisé).		

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

*ADAMS est un instrument de gestion en ligne qui simplifie l'administration des opérations antidopage des partenaires et des sportifs au quotidien.

FICHE A3		APPRENDRE À S'ENTRAÎNER	
Se transformer pour établir une performance sportive de référence fédérale			
Attitudes			
Faire le lien entre l'entraînement et la progression			Classe*
Degré 1	Accumuler les expériences et modes d'entraînement (dynamique de capitalisation de savoirs techniques, moteurs et de moyens de développement).		
Degré 2	Accepter la répétition des charges dans le processus d'apprentissage et d'entraînement.		
Degré 3	Accepter l'évolution des charges et des intensités utiles à l'entraînement de haut niveau.		
Degré 4	Adapter la charge d'entraînement à un calendrier international de compétitions.		
Devenir autonome			Classe*
Degré 1	Construire des repères et questionner la pratique.		
Degré 2	Partager les repères en interrelation.		
Degré 3	Prendre des initiatives.		
Degré 4	Être autonome en situation de forte pression.		
Trouver sa place dans le groupe			Classe*
Degré 1	Prendre en compte les contraintes (règles, codes...). S'appropriier les repères et s'y adapter pour optimiser les conditions d'entraînement.		
Degré 2	Agir pour prendre une place entière dans le respect du groupe.		
Degré 3	Vivre en interconnexion avec le groupe. Entretenir l'équilibre. Marquer un certain leadership dans le groupe sans en altérer le fonctionnement.		
Degré 4	Interférer avec le groupe pour optimiser la performance. Installer la notion de rendre au groupe après s'être nourri de la vie du groupe.		
Être acteur de sa pratique			Classe*
Degré 1	S'engager pleinement dans la pratique compétitive.		
Degré 2			
Degré 3	Interroger la pratique pour s'engager au plus haut niveau.		
Degré 4			

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

FI CHE B1		APPRENDRE À PERFORMER
Mobiliser et maîtriser toutes les compétences et ressources développées à l'entraînement pour élever son niveau de performance en compétition		
Connaissances		
Connaître les calendriers et les formes de compétitions		Classe*
Degré 1	Savoir trouver et décrypter un calendrier fédéral du niveau local au niveau national.	
Degré 2	Exploiter le calendrier fédéral pour répondre au besoin de confrontation, du niveau local au niveau national.	
Degré 3	Exploiter des calendriers pour répondre au besoin de confrontation, du niveau régional au niveau international.	
Degré 4	Connaître les intérêts et limites de la collaboration avec un manager.	
Connaître les codes (qualification, règlements...)		Classe*
Degré 1	Découvrir et comprendre les process de qualification et d'accession au niveau supérieur de compétition. Assurer une veille sur les évolutions des modalités de sélection.	
Degré 2	S'approprier l'exploitation des règlements pour optimiser la construction du programme en compétition nationale.	
Degré 3	S'approprier l'exploitation des règlements pour optimiser la construction du programme en compétition nationale et internationale.	
Degré 4		
Connaître les facteurs centraux de la performance dans la discipline		Classe*
Degré 1	Découvrir les facteurs permettant de tirer enseignement de la compétition (analyse vidéo, débriefing, sensations kinesthésiques...).	
Degré 2	S'approprier et perfectionner l'exploitation des facteurs permettant de tirer enseignement de la compétition (analyse vidéo, débriefing, sensations kinesthésiques...).	
Degré 3	Discriminer les facteurs utiles aux besoins propres et à la progression. Identifier les facteurs propres de mise en réussite le jour J à l'heure H.	
Degré 4		
Appréhender la dimension mentale de la performance		Classe*
Degré 1	Découvrir la dimension mentale de la performance (outils, réponses, effets...).	
Degré 2	Tester différentes méthodes et en mesurer l'impact sur sa performance.	
Degré 3	Mettre en œuvre et adapter les outils et méthodes de préparation mentale en tous lieux et toutes circonstances (stages, compétitions, international...).	
Degré 4	Discerner les outils et méthodes de préparation mentales propres aux besoins et à l'objectif attendu.	

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

FICHE B2		APPRENDRE À PERFORMER	
Mobiliser et maîtriser toutes les compétences et ressources développées à l'entraînement pour élever son niveau de performance en compétition			
Capacités			
Réinvestir les effets de l'entraînement dans la compétition			Classe*
Degré 1	Reproduire sans discernement les situations d'entraînement en compétition - transfert partiel et aléatoire.		
Degré 2	Sélectionner les composantes de la performance adaptées au contexte de la compétition - Transfert efficient.		
Degré 3	Élaborer des stratégies de préparation face à une concurrence inconnue.		
Degré 4	Gérer la dimension imprévisible de la compétition, contrôler les facteurs invariants.		
Gérer des réalisations et analyser sa pratique			Classe*
Degré 1	Faire le lien entre engagement et réalisation de performance en situation de compétition.		
Degré 2	Analyser et sélectionner les indicateurs pertinents et signifiants propres à soi.		
Degré 3	Mettre en place une stratégie de performance et l'adapter à la réalité du moment.		
Degré 4	Mettre en place la stratégie de performance, tenter de l'imposer et l'adapter à la réalité du moment.		
Utiliser les outils de réalisation de la performance			Classe*
Degré 1	Explorer différentes méthodes et outils participant à la réalisation de la performance : physiques, psychologiques, technologiques... Développer la curiosité en la matière.		
Degré 2	Utiliser différentes méthodes et outils participant à la réalisation à la performance : physiques, psychologiques, technologiques... Choisir ceux qui correspondent individuellement.		
Degré 3	Mettre en œuvre et adapter différentes méthodes et outils participant à la réalisation de la performance, en tous lieux et toutes circonstances (stages, compétitions, international...). Questionner les choix et les confronter aux nouvelles contraintes.		
Degré 4			
Se fixer des objectifs réalistes			Classe*
Degré 1	Être patient dans les étapes de progression sur une saison, sur une carrière.		
Degré 2	Évaluer les objectifs de manière critique et les modifier quand cela est nécessaire.		
Degré 3	Se préparer et faire face aux imprévus dans le déroulé de saison, de carrière. Mettre en perspective les performances et réviser les objectifs lorsque cela s'impose.		
Degré 4	Mettre en œuvre les conditions de la performance en restant dans la maîtrise des objectifs de saison et de carrière.		

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

FICHE B3		APPRENDRE À PERFORMER	
Mobiliser et maîtriser toutes les compétences et ressources développées à l'entraînement pour élever son niveau de performance en compétition			
Attitudes			
Agir dans l'incertitude			Classe*
Degré 1	Accepter l'adversité et les incertitudes liées à la confrontation.		
Degré 2	Contrôler les émotions (non sélection, confrontation inattendue, contreperformance...).		
Degré 3	Gérer les émotions et limiter les incertitudes grâce à une préparation anticipée.		
Degré 4	Dépasser l'imprévu pour se transcender dans la recherche de performance.		
Décider en compétition			Classe*
Degré 1	Appliquer des stratégies définies et partagées avec l'entraîneur (et l'équipe).		
Degré 2	Tester des stratégies préfigurant les futures confrontations.		
Degré 3	Prendre des risques et s'adapter tactiquement.		
Degré 4	Gérer l'engagement et exploiter toutes les situations favorables à la réussite.		
Réguler ses émotions dans des situations diverses			Classe*
Degré 1	Prendre conscience des forces et faiblesses pour réguler les émotions.		
Degré 2	Gérer les émotions dans un environnement familier et constant.		
Degré 3	Surmonter les difficultés liées à l'incertitude et au niveau de confrontation.		
Degré 4	Faire des émotions un catalyseur de performance.		

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

FICHE C1		APPRENDRE À GAGNER	
Tout mettre en œuvre pour concrétiser de manière inéluctable la possibilité de gagner			
		Connaissances	
Analyser la concurrence dans sa discipline			Classe*
Degré 1	Découvrir les différentes modalités de construction de la victoire chez les adversaires (analyse vidéo, statistiques...).		
Degré 2	Repérer et utiliser les points faibles de la concurrence pour construire la réussite et la victoire.		
Degré 3	Repérer les modèles internationaux de la concurrence et construire les stratégies menant à la réussite et la victoire.		
Degré 4	Adapter les stratégies dans un contexte de concurrence internationale pour conserver une position de leader.		
Développer la culture de la gagne			Classe*
Degré 1	Stabiliser les éléments ou outils de la performance (physique, mentaux, techniques et tactiques).		
Degré 2	Sélectionner à partir de la connaissance de soi, les éléments ou outils de la performance pour garantir la victoire.		
Degré 3	Sélectionner les éléments ou outils de la performance pour rechercher la victoire dans un contexte de compétition internationale.		
Degré 4	Optimiser l'exploitation des éléments ou outils de la performance pour garantir la victoire dans un contexte de compétition internationale. Se transcender pour gagner.		
Exploiter les techniques de communication			Classe*
Degré 1	Connaître et utiliser les médias et autres outils pour communiquer sur les performances.		
Degré 2			
Degré 3	Comprendre et maîtriser les techniques de communication spécifiques aux zones mixtes en compétition internationale (média-training...).		
Degré 4			

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

FICHE C2		APPRENDRE À GAGNER
Tout mettre en œuvre pour concrétiser de manière inéluctable la possibilité de gagner		
Capacités		
Mettre en place les conditions de la gagne		Classe*
Degré 1	Tester, expérimenter des rituels et routines permettant de se mettre en condition de gagner.	
Degré 2	Utiliser les routines, les leviers et déclencheurs motivationnels personnels pour reproduire les conditions de la gagne dans un environnement familial.	
Degré 3	Optimiser les routines, les leviers et déclencheurs motivationnels personnels pour reproduire les conditions de la gagne en toutes circonstances.	
Degré 4	S'affranchir des rituels pour adapter la stratégie de la gagne à une situation attendue ou imprévisible.	
Se confronter aux meilleurs		Classe*
Degré 1	Oser la confrontation, oser se dépasser, oser gagner. Accepter la défaite pour se remobiliser et s'affirmer (être sûr de soi et agir en confiance).	
Degré 2	Analyser la concurrence directe et organiser la préparation terminale et/ou spécifique en fonction des informations recueillies. Hiérarchiser ce qui doit être mobilisé pour gagner un tournoi ou un championnat.	
Degré 3	Adapter les stratégies de préparation terminale pour aller se confronter et chercher la victoire face à des adversaires fréquemment rencontrés ou d'autres moins connus.	
Degré 4	Optimiser les stratégies de préparation terminale pour aller chercher la victoire face à des adversaires de niveau supérieur. Mettre en œuvre les évolutions tactiques nécessaires pour garantir la victoire.	
Tirer les enseignements de l'échec pour construire la victoire		Classe*
Degré 1	Repérer dans la défaite les éléments à travailler pour gagner. Utiliser les outils numériques pour renforcer le travail d'analyse différée.	
Degré 2	Exploiter les éléments de l'analyse pour modifier les contenus de la préparation. Relativiser l'impact de la défaite au regard de l'objectif recherché (résilience).	
Degré 3	Investir le dialogue avec l'entraîneur pour se remobiliser après une défaite.	
Degré 4	Utiliser les feedbacks en cours de compétition pour ajuster le niveau de performance.	

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

FICHE C3		APPRENDRE À GAGNER	
Tout mettre en œuvre pour concrétiser de manière inéluctable la possibilité de gagner			
Attitudes			
Exprimer le plaisir de la gagne			Classe*
Degré 1	Se réjouir tout en reconnaissant la valeur de l'adversaire.		
Degré 2	Vivre pleinement la victoire tout en faisant preuve d'humilité.		
Degré 3	Détacher la réussite en compétition de la valeur personnelle intrinsèque.		
Degré 4	Représenter dignement le pays, la fédération. Accepter d'être un exemple pour les jeunes générations.		
Rester mobilisé pour gagner			Classe*
Degré 1	Être rigoureux dans les différentes étapes qui préparent à la compétition.		
Degré 2	Être prêt à mobiliser les ressources le jour J à l'heure H.		
Degré 3	Rester mobilisé sur un temps long de championnat de référence.		
Degré 4	Optimiser les temps de mobilisation et de récupération pour gérer sur la durée les enjeux du championnat de référence.		
Collaborer avec un encadrement pour réussir			Classe*
Degré 1	Participer au dialogue pour construire une collaboration efficace.		
Degré 2	Partager le ressenti et les informations relevées dans la confrontation et l'adversité.		
Degré 3	Savoir se détacher de l'encadrement habituel pour intégrer de manière positive un collectif et un encadrement national.		
Degré 4	Reconstruire et partager une collaboration avec un encadrement national pour garantir un dialogue performant (pour garantir la victoire).		

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

FICHE D1		APPRENDRE À RÉCUPÉRER	
Exploiter les temps et méthodes de récupération permettant de préserver l'intégrité physique et mentale de l'ESHN			
Connaissances			
Intégrer des protocoles de nutrition et d'hydratation			Classe*
Degré 1	Découvrir les besoins nutritionnels favorisant la performance et ceux pouvant nuire à la performance.		
Degré 2	Savoir adapter et/ou corriger l'alimentation et l'hydratation en fonction des besoins du moment et de la discipline.		
Degré 3	Adapter et gérer l'alimentation et l'hydratation en tous lieux et toutes circonstances.		
Degré 4			
Gérer les rythmes d'activité et de repos			Classe*
Degré 1	Découvrir l'incidence de la fatigue et de la récupération sur la performance (sommeil, temps libre, récupération...).		
Degré 2	Comprendre et optimiser les effets de la récupération sur la performance (sommeil, temps libre, récupération...).		
Degré 3	Découvrir et comprendre les effets sur l'organisme, du décalage horaire et des déplacements à l'international.		
Degré 4	Intégrer et gérer les effets sur l'organisme, du décalage horaire et des déplacements à l'international pour en réduire l'impact.		
Explorer les méthodes de récupération			Classe*
Degré 1	Connaître et expérimenter différentes méthodes de récupération : physiques et psychologiques.		
Degré 2	Repérer les différents outils et leurs effets, dans un environnement de compétition encadré.		
Degré 3	Mettre en œuvre et adapter les méthodes de récupération en tous lieux et toutes circonstances (stages, compétitions, international...).		
Degré 4	Personnaliser les méthodes et les outils pour les confronter à de nouvelles contraintes.		

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

FICHE D2		APPRENDRE À RÉCUPÉRER
Exploiter les temps et méthodes de récupération permettant de préserver l'intégrité physique et mentale de l'ESHN		
Capacités		
Réguler son mode de vie		Classe*
Degré 1	Intégrer les facteurs pouvant favoriser ou nuire à la performance (hygiène de vie, psychologie, médical...).	
Degré 2	Organiser les différentes séquences de la journée.	
Degré 3	Organiser les déplacements et adapter le rythme de vie au contexte de compétition.	
Degré 4	Adapter les modalités de déplacement et la préparation par rapport aux objectifs fixés ou attendus. Définir pour soi de nouvelles priorités et les mettre en œuvre.	
Mettre en œuvre les protocoles de nutrition et d'hydratation		Classe*
Degré 1	Se nourrir et s'hydrater régulièrement et en quantité suffisante.	
Degré 2	Adapter les protocoles de nutrition et d'hydratation au contexte de compétition.	
Degré 3	Se préparer à adapter les protocoles de nutrition et d'hydratation lors d'un déplacement à l'international.	
Degré 4	Personnaliser les protocoles en tenant compte des déplacements et de l'objectif fixé ou attendu.	
Prévenir la blessure		Classe*
Degré 1	Suivre une préparation physique régulière. Respecter les attendus du suivi médical réglementaire (SMR).	
Degré 2	Entretenir une préparation physique régulière. Respecter les calendriers et protocoles.	
Degré 3	Adapter la préparation physique au volume et à la charge de travail.	
Degré 4	Personnaliser la préparation physique pour l'adapter à l'état de forme ou à l'objectif.	
Préparer le retour à la compétition		Classe*
Degré 1	Mettre en pratique les protocoles de soins.	
Degré 2	Intégrer les processus de réathlétisation dans le processus de reprise d'activité.	
Degré 3	Gérer les arrêts de pratique liés à la blessure pour en diminuer les impacts sur la progression (réathlétisation, entraînement mental, etc.).	
Degré 4	Réintégrer la pratique de spécialité de manière progressive et en gérant le ressenti.	

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

FICHE D3		APPRENDRE À RÉCUPÉRER	
Exploiter les temps et méthodes de récupération permettant de préserver l'intégrité physique et mentale de l'ESHN			
Attitudes			
Régénérer un état physique et mental			Classe*
Degré 1	Accepter d'utiliser les outils et méthodes de prévention, de récupération et de régénération.		
Degré 2	Accepter de se régénérer en diversifiant les activités et les rythmes de vie.		
Degré 3	Être responsable dans les protocoles de prévention, de récupération et de régénération en tous lieux et toutes circonstances (stages, compétitions, international...).		
Degré 4	Être autonome dans la gestion des protocoles de prévention, de récupération et de régénération pour optimiser l'état de forme et de performance.		
Prévenir la blessure			Classe*
Degré 1	Accepter les règles d'hygiène de vie (hydratation, nutrition, sommeil, récupération, régularité et progressivité de la pratique...).		
Degré 2	Écouter les signaux corporels de fatigue, les accepter avec patience et en discuter avec l'entraîneur, l'encadrement.		
Degré 3	Accepter l'évolution de la charge d'entraînement en passant par le dialogue avec l'entraîneur. Conscientiser les facteurs externes à l'entraînement pouvant ponctuellement participer à une baisse de forme.		
Degré 4	S'investir dans les stratégies d'entraînement ou de compétition au regard de signes prophylactiques observés.		
Revenir de blessure			Classe*
Degré 1	S'engager dans le programme de rééducation.		
Degré 2	Accepter les protocoles médicaux et paramédicaux de reprise progressive de la pratique. Se fixer des objectifs de convalescence quotidiens à court et long terme.		
Degré 3	Être responsable dans le respect du protocole de retour à l'entraînement.		
Degré 4	Participer aux choix de protocoles d'accompagnement et de reprise pour revenir en confiance à une pratique compétitive.		

*CM1/CM2/6^e/5^e/4^e/3^e/2^{de}/1^{re}/Terminale/Université

