RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
*Liberté*
*Égalité*
*Fraternité*

ONISEP L'INFORMATION POUR L'ORIENTATION

# Sportif / Sportive de haut niveau

Repérés ou repérées pour leurs performances, les sportifs ou les sportives de haut niveau sont des athlètes accomplis ou accomplies dans leur sport de prédilection et bénéficient des meilleures conditions possibles pour s'entraîner. Objectif : participer au rayonnement de la France et à la promotion des valeurs du sport. Un statut difficile à obtenir.

**SOMMAIRE**


Le métier

Compétences requises

Où l'exercer ?

Les études

Emploi et secteur

Salaire du débutant

Pour aller plus loin


Niveau minimum d'accès : **autre formation**

---

**Synonymes :** Athlète de haut niveau, Handisportif / handisportive de haut niveau, Para-athlète, Parasportif / parasportive, Sportif / sportive handisport, Sportif professionnel / sportive professionnelle

**Métiers Associés :** E-sportif / e-sportive (joueur / joueuse de sport éléctronique), Footballeur / footballeuse

**Secteur professionnel :** Sport

**Centre d'intérêt :** J'aime le sport, l'activité physique



© Alain Potignon/Onisep

# Le métier

## Un investissement quotidien

Pas question pour le sportif ou la sportive de haut niveau de surfer sur ses facilités. Son investissement doit être entier, afin de progresser sans cesse, repousser ses limites sans jamais renoncer, même en cas de mauvais résultats. En fonction de sa discipline sportive, son planning mêle entraînements en solo, en club ou avec un entraîneur sportif ou une entraîneuse sportive, stages, préparation physique et mentale, etc. Ces séances sont quotidiennes, avec plus ou moins d'intensité selon le planning des compétitions visées.

## « La tête et les jambes »

Bien évidemment, travailler sa forme physique est indispensable, en veillant notamment à son poids et en pratiquant, parfois, d'autres sports complémentaires (musculation, running, jeux d'adresse). Mais travailler sa forme mentale l'est tout autant, pour apprendre à gérer son stress et canaliser son énergie. Le sportif ou la sportive de haut niveau prend également soin du matériel utilisé dans le cadre de sa pratique.

## Organisation et communication

Même s'il est possible d'aménager son emploi du temps, une organisation optimale est nécessaire pour gérer ses différentes activités, ce qui est souvent le cas des étudiants ou des étudiants ou encore des salariés sportifs ou des salariées sportives de haut niveau. Par ailleurs, le sportif ou la sportive de haut niveau doit envisager tôt sa reconversion. Pour cela, il ou elle doit apprendre à développer un réseau de partenaires, techniques et financiers, à négocier des contrats auprès de sponsors, à répondre aux demandes des médias, etc.

# Compétences requises

## De la passion et des efforts

La route menant aux médailles peut être longue et le succès n'est jamais garanti. La passion pour un sport est le moteur indispensable mais elle ne suffit pas. Le sport de haut niveau impose sacrifices et efforts quotidiens pour entretenir sa condition physique (toujours) et mentale. Force de caractère, rigueur, discipline, détermination, patience et persévérance sont nécessaires pour résister à la pression des compétitions

et aux éventuelles remises en cause dues aux blessures, aux surentraînements ou aux échecs.

### Maîtriser son matériel

Certains sports impliquent des connaissances et des savoir-faire particuliers. C'est le cas du sport automobile, du ski, du cyclisme, de la voile, par exemple, où il faut apprendre certaines techniques de manipulation, certains réglages... et être capable d'en assurer la maintenance de base. En équitation, une parfaite complicité avec sa monture est impérative.

### Travail d'équipe et rétrocontrôle

La réussite d'une carrière nécessite de suivre les conseils des entraîneurs sportifs et des entraîneuses sportives, de s'intégrer à une équipe (préparateurs sportifs ou préparatrices sportives, diététiciens ou diététiciennes, kinés...), d'apprendre à accepter la critique et de revoir ses méthodes d'entraînement pour atteindre ses objectifs. Il faut aussi parfois accepter de se délocaliser dans un autre pays pour y apprendre d'autres façons de travailler et évoluer.

## Où l'exercer ?

### Nombre restreint

Le sport de haut niveau est reconnu par le ministère chargé des Sports dans des disciplines représentées au plan international. Il est régi par différents textes législatifs et réglementaires et la charte du sport de haut niveau. Sont qualifiés comme sportifs ou sportives de haut niveau les personnes inscrites sur la liste arrêtée par le ministère, dans les catégories Élite, Senior, Relève, ou Reconversion.

### Des aides financières distinctes

À la différence du sport professionnel (branche du sport fédéral ou personnes vivant des revenus issus de leur pratique sportive en dehors d'un cadre fédéral), le sport de haut niveau se compose d'amateurs et d'amatrices (avec un niveau de pratique élevé) qui bénéficient d'aides financières de l'État ou des collectivités territoriales, pour participer à de grands évènements sportifs (jeux olympiques, championnats du monde, d'Europe ou de France) et y performer. Ils ou elles peuvent percevoir d'autres sources de financement selon leurs résultats sportifs et leurs contrats de sponsoring.

### Des aménagements possibles

Les sportifs ou sportives universitaires peuvent bénéficier d'aménagements de scolarité, de dérogations ou de dispenses d'épreuves pour intégrer certains établissements. L'emploi du temps est généralement assez dense, avec des déplacements fréquents pour participer aux compétitions, en France comme à l'étranger.

# Les études

## Avec ou sans le bac

Il n'existe pas de diplôme de sportif de haut niveau, mais le chemin vers les podiums est balisé. Il commence au niveau des fédérations sportives qui repèrent les jeunes talents et leur propose d'intégrer leurs centres de formation, un pôle Espoir, un Creps (Centre régional d'éducation populaire et de sport) ou l'Insep (Institut national du sport, de l'expertise et de la performance) et d'accéder à l'un des 2 programmes de PPF (projets de performance fédéraux) : programme d'excellence pour le haut niveau ou programme d'accession. Chaque année, le directeur technique national de chaque fédération propose plusieurs listes de sportifs qui sont ensuite validées par le ministère chargé des Sports.

# Emploi et secteur

## Reconversion obligatoire

Durée moyenne d'une carrière sportive : entre 10 et 25 ans (selon la discipline). Avant d'atteindre la trentaine, le sportif ou la sportive de haut niveau doit réfléchir à sa reconversion. Naturellement, il ou elle peut devenir à son tour entraîneur sportif ou entraîneuse sportive, ou encore s'orienter vers les fonctions de consultant ou consultante technique, de commentateur sportif ou de commentatrice sportive, de responsable d'une enseigne vestimentaire sportive ou d'un club de remise en forme. Des places lui sont également réservées dans certaines formations paramédicales, ou encore dans l'éducation physique et sportive, sans forcément passer les concours d'accès (y compris certains de la fonction publique).

## Secteur

**Sport**

# Salaire du débutant

Variable en fonction de la discipline sportive, des performances et de la notoriété de l'athlète.

# Pour aller plus loin

## Sur le web

Classe sport-études en collège

Classe sport-études en lycée

Site du ministère chargé des Sports.

Rubrique "Vous bouger et vous cultiver" puis "enseignement supérieur" pour des témoignages de jeunes sportifs de haut niveau qui poursuivent parallèlement leurs études

Être étudiant sportif de haut niveau -dans l'enseignement supérieur

Site de l'Insep (Institut national du sport, de l'expertise et de la performance)

Portail dédié au sport de haut niveau en France.

## Librairie




PARCOURS

### Sport

Paru le 23/09/2024
Broché • 12,00 €
PDF • 8,00 €

## Centre d'intérêt

J'aime le sport, l'activité physique →

## Autres métiers à découvrir

**Professeur de sport**

**Préparateur physique**

**Moniteur de judo**

**Ingénieur recherche et développement en sport**

**Ergonome du sport**