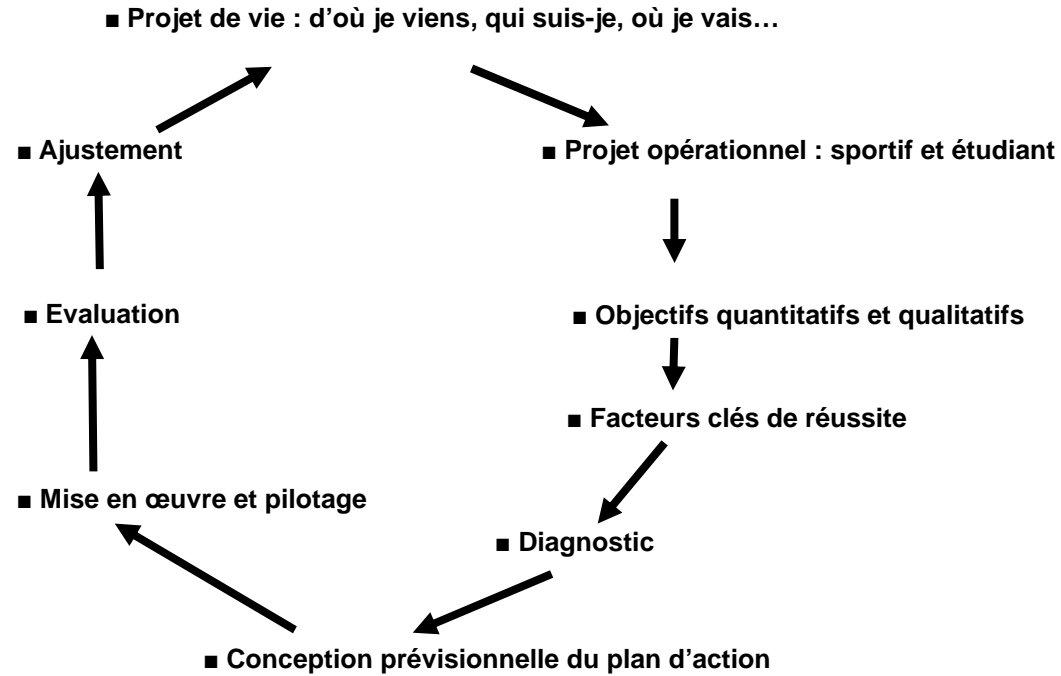


## Le Sportif de Haut Niveau : une expérience riche pour son futur métier.

---

- Le SHN avec son entraîneur utilise des outils spécifiques dans sa préparation physique, physiologique, technique, tactique et mentale pour atteindre le meilleur niveau. **Ceci demande des qualités de ténacité, volonté, rigueur, courage etc...**
- L'étudiant sportif de haut niveau fait un "métier" à part entière, dont la seule certitude est qu'il faudra se reconvertir un jour.
- Le monde de l'entreprise s'approprie les valeurs et les vertus liées à la compétition. D'autre part certaines entreprises recrutent et se servent du sport dans leur communication. **Attention, derrière des réussites célèbres, se cachent des sportifs en crise.**
- Votre double cursus scolaire et sportif doit vous amener à une réussite sur les deux plans, d'ailleurs en général, **c'est quand on s'épanouit dans les deux domaines que tout va bien.**
- Essayons de construire votre parcours avec des facteurs clés de réussite favorisant votre reconversion ou l'acquisition de votre métier dans le monde de l'entreprise. Faisons une approche globale dans un ensemble de systèmes inter dépendants, avec des outils de management et des ressources, qu'elles soient humaines, matérielles, organisationnelles, et dans un environnement changeant. **Chacun doit tracer son chemin.**
- Ce parcours doit repérer les différentes étapes de votre projet sportif, doit définir les outils à mettre en œuvre, ainsi que les ressources à mobiliser. Chaque étape doit être cohérente avec l'étape précédente et la suivante. Il faut fixer des objectifs réalistes, mettre en place un plan d'action après une analyse complète de tous les paramètres. La compétition est un outil d'évaluation, de même pour vos résultats scolaires. C'est à vous sportif, en relation avec votre entraîneur et en tenant compte de vos études **d'aller vers une autonomie et un objectif réaliste.**
- **La formalisation est un travail fondamental d'acquisition de connaissances et de compétences** pendant votre carrière mais aussi un plus dans votre future vie professionnelle. Le transfert entre votre univers sportif et votre métier n'est pas évident à priori, cependant nombreux sont ceux qui sont dans cette logique et qui apportent beaucoup à des cadres ou managers confirmés. Le soin et le temps que vous passez dans votre préparation physique, technique et mentale, les outils que vous utilisez pour gérer votre stress, l'habitude de visualiser ce qui va se passer, la gestion de votre réseau relationnel sont des techniques et des outils pertinents pour un manager.
- **Je vous demande de réfléchir, de formuler votre projet sportif et étudiant, en vous fixant des objectifs et des critères pour analyser la réussite ou l'échec, pour optimiser votre parcours personnel.**



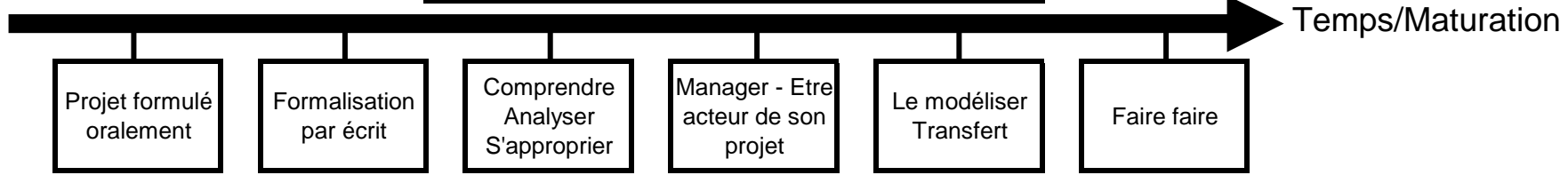
### Outils :

- Connaissance de soi, et des autres
- Programme d'entraînement
- Gestion du stress
- Diététique
- Suivi médical
- Préparation mentale
- Motivation
- Coaching et capitanat
- .....

### Ressources :

- Réseau relationnel
- Temps
- Matériel
- Logistique et organisation
- Recherche et innovation
- Monétaire
- .....

### Environnement changeant



Sensibilisation →

Acquisition de connaissances →

Mise en pratique →

Intégration