

**Je suis Jeune Coach  
Jeune Capitaine  
en TENNIS**

**UNSS**  
Union Nationale  
du Sport Scolaire

**2021-22**



**« L'entraîneur médiocre parle, le bon explique,  
le super démontre et le meilleur inspire »**

John KESSEL  
*Instructeur américain, directeur du développement  
du sport à la Fédération américaine de volley-ball.*

## SOMMAIRE

### LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINE

PRÉSENTATION	3
1. S'ENGAGE À RESPECTER LA CHARTE DE L'UNSS	4
2. MAITRISE LES RÈGLES DE L'ACTIVITE	5
3. CONNAIT SON RÔLE EN LIEN AVEC SES MISSIONS	6
4. EST IDENTIFIÉ	9
5. SATISFAIT AUX EXIGENCES DE LA CERTIFICATION	10
6. VALORISE SON PARCOURS	20
7. ACTUALISE SON NIVEAU DE COMPÉTENCES	22
8. BOÎTE À OUTILS	23
ANNEXES	26
▶ LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINE DANS LES TEXTES OFFICIELS	

*En cliquant sur les numéros des pages définies dans ce sommaire,  
vous arriverez directement sur le chapitre souhaité !*

*Et dans le livret, pour revenir à ce sommaire,  
cliquez sur le numéro en bas de chacune des pages*



# LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINE

*Etre Jeune Coach,*

*c'est être là pour l'équipe !*

## Présentation

L'élève du collège ou du lycée, licencié au sein de l'association sportive de son établissement, a la possibilité de suivre une formation afin de pouvoir officier au sein des rencontres sportives, de s'engager dans la vie associative et ce, dans le cadre de l'Union Nationale du Sport Scolaire (UNSS).

Les compétences attendues se trouvent dans le livret Jeune Coach - Jeune Capitaine de chaque activité.

**« Être jeune coach, c'est être important, c'est être là pour l'équipe et rien d'autre, car l'avenir de l'équipe est en partie entre nos mains ».**

*Esteban Bignon, Jeune Coach*

*& membre représentant élève à la CNJO, Lycée Jean Gehenno à Flers (61)*



Vidéo de présentation en suivant le lien hypertexte ci-dessous :



## DEVENIR JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINE, C'EST :

- Adopter une **attitude respectueuse, loyale, constructive et citoyenne** pour gérer un groupe.
- Témoigner d'une **bonne connaissance de l'activité et des règles** qui la régissent.
- Être un **maillon essentiel du paysage sportif** en contribuant au développement de la génération responsable ainsi qu'au bon déroulement de la rencontre. À travers cette expérience précieuse et enrichissante, il développera ses compétences et connaissances dans le sport, dans le coaching et le capitanat.
- **Donner de son temps.** Son apprentissage se déroule sous forme d'une formation continue grâce à l'enseignant, l'animateur d'AS ou tout autre formateur qualifié. L'enseignant d'EPS agit comme un formateur auprès du Jeune Coach / Jeune Capitaine de l'AS au championnat de France.

21 / 22

## 1. LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINE S'ENGAGE À RESPECTER LA CHARTE DE L'UNSS

Tout Jeune Officiel UNSS, de par sa formation, est en mesure de lire cette charte au moment du protocole et de la respecter au sein des événements auxquels il participe :

***« Les jeunes licenciés ici présents seront rapidement les adultes de demain, garants des valeurs de la République. »***

***L'organisation de l'ensemble de nos championnats s'appuie sur les compétences de tous nos Jeunes Officiels qui font preuve d'un esprit d'initiative et d'une responsabilisation exemplaires.***

***Être responsable, c'est être capable de respecter des règles, de respecter les autres mais aussi soi-même et ce en accord avec les emblèmes de la République. »***

Pour montrer l'attachement de l'UNSS au « vivre ensemble », je vous invite à vous lever pour notre hymne national :

***« La Marseillaise ».***

## 2. LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINE MAITRISE LES RÈGLES DE L'ACTIVITE

*Pour plus de précisions, se rapporter au livret « Je suis Jeune Arbitre ou Jeune Juge » de l'activité concernée.*

### Avec l'animateur d'AS, il...

- Assiste dans l'encadrement et l'animation
- Participe aux choix et prises de décisions
- Contribue à la gestion du matériel

### En situation de coaching ou en tant que capitaine, il...

- Fait preuve de crédibilité, d'autorité et de respect
- Devient un leader autonome
- Explique clairement ses choix et se fait entendre



### Avec les sportifs, il...

- Acquiert de l'expérience à travers des situations variées
- Fait progresser grâce à l'analyse des points forts et points faibles
- Influence et œuvre pour atteindre les objectifs fixés

### Pour sa progression, il...

- Est capable de mobiliser ses compétences lors du coaching ou de capitaine
- Perfectionne ses connaissances spécifiques
- Devient autonome et est force de propositions (exercices et situations à élaborer)
- Sait se remettre en question

### 3. LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINE CONNAIT SON RÔLE EN LIEN AVEC SES MISSIONS

#### Ses qualités

- **Adopte** une attitude respectueuse, loyale, constructive et citoyenne pour gérer un groupe. Il témoigne d'une bonne connaissance de l'activité et des règles qui la régissent.
- **Constitue** un maillon essentiel du paysage sportif qui contribue au développement de la génération responsable ainsi qu'au bon déroulement de la rencontre. À travers cette expérience précieuse et enrichissante, il développe ses compétences et connaissances dans le sport et dans le coaching.
- **Donne** de son temps. Son apprentissage se déroule sous forme d'une formation continue grâce à l'enseignant, l'animateur d'AS ou tout autre formateur qualifié. L'enseignant d'EPS agit comme **un formateur** auprès du Jeune Coach - Jeune Capitaine de l'AS au championnat de France.



#### Ses interventions

- Il est obligatoire.
- Il doit passer un **test théorique** à l'accueil avec une adaptation possible notamment si l'élève est en situation de handicap ou à besoins d'éducatifs particuliers.
- Il doit être **identifié** à l'accueil du championnat de France ainsi que l'adjoint.
- Il doit **suivre une formation** pour obtenir les certifications départementales (12/20), académiques (14/20) et nationale (16/20)
- Il peut **monter** avec ses coéquipiers **sur le podium, avoir un maillot et une médaille**.
- Le Jeune Coach - Jeune Capitaine doit **être inscrit sur la feuille de composition d'équipe** et déclaré comme tel surtout dans les activités où le règlement autorise un entraîneur – adjoint sur le banc.
- **Seul le jeune coach (ou jeune coach adjoint) est présent sur le court et pourra intervenir à chaque changement de côté auprès du joueur. L'adulte est autorisé à rentrer sur le terrain à chaque fin de set (quinzaine pour le sport partagé) et échanger avec le jeune coach et le joueur**

#### Les pré-requis

- **Connaître** le règlement de l'activité.  
Maîtriser le cadre réglementaire de la pratique (des pratiquants, dans le cadre de son statut/de ses missions), les espaces, les possibilités d'interaction avec la pratique...
- **Agir** de manière éthique et responsable.  
Respecter des règles, coéquipiers, adversaires, l'environnement ;

Connaître ses droits et devoirs

Faire preuve d'exemplarité dans le langage et l'attitude

Prendre des décisions réfléchies dans l'intérêt du pratiquant ou du collectif...

- **Connaître** les différentes tâches liées à sa mission.

Participer à l'encadrement (gestion administrative, du groupe ;

Adopter un langage adapté et accessible

Montrer une maîtrise de l'activité (pertinence des choix technico-tactiques en fonction de la situation...).

### Son implication

Sa mission première est d'**assister à la réunion technique** au même titre que les enseignants d'EPS animateurs d'AS ou d'une réunion spécifique.

Un enseignant aura la charge d'expliquer au Jeune Coach - Jeune Capitaine sa fiche de suivi lors de la réunion technique.

La fiche d'évaluation est remise à la Commission locale des Jeunes Officiels avant la fin du championnat.



## En amont d'une compétition :

- Il met en place et participe à la préparation physique, technique, tactique et mentale des compétiteurs
- Il effectue la sélection en fonction des objectifs et convoque les compétiteurs
- Il gère la logistique (horaires / terrain) et le protocole administratif (choix et présentation composition équipe, licences, classements)
- Il observe les adversaires et analyse leurs points forts / faibles pour retenir la meilleure stratégie à adopter
- Communiquer éventuellement avec l'arbitre, avec respect

## Pendant une rencontre, il est en capacité de :

- Mettre en place l'échauffement (prévenir des blessures, prévoir les techniques et tactiques spécifiques)
- Gérer les remplacements, l'évolution du jeu ou de la compétition
- Communiquer avec les officiels
- Être à l'écoute des sportifs, savoir motiver, encourager, recadrer
- Analyser et adapter la situation immédiate
- Gérer ses propres émotions, prendre en compte celle(s) des autres
- Remplir des feuilles de statistiques

## Au changement de côté ou entre les matchs, il peut :

- Faire un bilan et envisager l'évolution – sélectionner les conseils à donner
- Être leader et imposer des choix par une attitude et des postures convaincantes
- Être à l'écoute des sportifs, savoir motiver, encourager, recadrer
- Conseiller en nutrition / hydratation

## Après une rencontre, il doit être capable de :

- Signer la feuille de rencontre ainsi que les réserves qu'il peut formuler
- Faire un bilan pertinent et envisager les étapes suivantes avec lucidité
- Adapter son discours selon le résultat et les besoins des sportifs : tempérer, calmer, motiver, rassurer, encourager...
- Avoir de l'empathie
- Savoir prendre du recul en analysant sa propre communication et en menant une réflexion sur les plans sportif, social, mental
- Savoir utiliser la vidéo comme outil d'optimisation du résultat et de justification de ses remarques

## 4. LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINE EST IDENTIFIÉ

### Tenue vestimentaire



Au niveau des différents Championnats de France, le Jeune Coach - Jeune Capitaine est identifié par un **brassard orange « Jeune Coach UNSS MAIF »**.

Les jeunes coachs adjoints n'en portent pas.

### L'importance de l'identification du Jeune Coach - Jeune Capitaine

- Les décisions prises par le Jeune Coach - Jeune Capitaine lui appartiennent.
- Seul le jeune coach (ou jeune coach adjoint) est présent sur le court et pourra intervenir à chaque changement de côté auprès du joueur. L'adulte est autorisé à rentrer sur le terrain à chaque quinzaine et échanger avec le jeune coach et le joueur
- En championnat de France, une équipe sans Jeune Coach - Jeune Capitaine certifié académique sera disqualifiée.

### SPORTS INDIVIDUELS

... y compris en Sport partagé, le Jeune Coach - Jeune Capitaine est obligatoire et compétiteur (il peut être compétiteur ou pas selon la composition initiale de l'équipe et du format de compétition).

- Il est intégré à l'équipe.
- Un Jeune Coach - Jeune Capitaine adjoint peut-être nommé à l'accueil afin qu'il intervienne quand le Jeune Coach - Jeune Capitaine titulaire est en situation de compétiteur.
- Par ailleurs, il ne peut pas appartenir à une autre Association Sportive.

## 5. LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINES SATISFAIT AUX EXIGENCES DE LA CERTIFICATION

- Le Jeune Coach - Jeune Capitaine doit être **investi** au niveau de son district pour acquérir sa certification départementale (sur une rencontre départementale)
- Le Jeune Coach - Jeune Capitaine doit être **certifié** de niveau départemental pour acquérir sa certification académique (sur une rencontre académique)
- Le Jeune Coach - Jeune Capitaine doit être **certifié** de niveau académique pour acquérir sa certification nationale (sur un championnat de France)

### Cadre général

Les certifications reposent sur une validation **théorique (coeff 1)** d'une part et sur une observation **pratique (coeff 2)** du Jeune Coach - Jeune Capitaine, d'autre part lors des rencontres.

Une certification académique s'obtient si le Jeune coach - Jeune Capitaine a obtenu 14/20 (théorie + pratique) mais avec au moins 14/20 au test théorique.

### ÉVALUATION DES CONNAISSANCES ET VALIDATION DES COMPÉTENCES EN SITUATION

	<u>Connaissances théoriques (coeff. 1)</u>	<u>Évaluation pratique (coeff. 2)</u>
<u>Certification Départementale</u>	Test identique aux évaluations théoriques demandées au jeune arbitre certifié de District. S'effectue par les enseignants d'EPS. <b>La note minimale requise à ce test théorique est de 12/20.</b>	L'enseignant devra remplir la fiche d'évaluation (proposée par les membres de la CMN de l'activité) de son Jeune Coach - Jeune Capitaine lors des rencontres de niveau Départemental.
<u>Certification Académique</u>	Test identique aux évaluations théoriques demandées au jeune arbitre certifié Départemental. S'effectue par les enseignants d'EPS <b>La note minimale requise à ce test théorique est de 14/20.</b>	L'enseignant devra remplir la fiche d'évaluation (proposée par les membres de la CMN de l'activité) de son Jeune Coach - Jeune Capitaine lors des rencontres de niveau académique.
<u>Championnat de France</u>	Test national théorique du JA du niveau national ( <i>elle peut être adaptée au rôle</i> ) pour un contrôle des acquis. Une évaluation théorique spécifique peut être adjointe ( <i>précisions ci-après</i> ) <b>La note minimale requise à ce test théorique est de 16/20.</b>	L'enseignant devra remplir la fiche d'évaluation (proposée par les membres de la CMN du sport) de son Jeune Coach - Jeune Capitaine pendant le Championnat de France.
	➤ <b>Validation</b> : les 2 conditions doivent être réunies pour obtenir, lors du protocole, la certification nationale et la remise d'un diplôme au Jeune Coach - Jeune Capitaine.	

## Précisions

- Connaissances théoriques lors du Championnat de France

Selon les vœux de la CMN de l'activité, il est possible de combiner :

- 1. Contrôle des connaissances règlementaires (*cf ci-dessus*)
- 2. Connaissances en gestion du groupe de sportifs (*cf 4 items ci-dessous*)
  - 1 ou 2 questions sur la gestion des émotions
  - 3 ou 4 questions liées à des cas pratiques sollicitant une prise de décisions tactiques ou stratégiques.
  - Étude de cas révélant la capacité de choix et/ou comportement à adopter selon la situation (mise en situation)

- Validations

Une certification ou un niveau est acquis ou non sur le niveau du championnat sur lequel il officie (départemental, académique, national).

## Outil d'évaluation du JEUNE COACH TENNIS 2021

Nom : ..... Prénom : ..... AS : .....

Compétences attendues	Niveau Départemental	Niveau Académique	Niveau Championnat de France
<b>IDENTIFIER</b> Savoir s'informer / organiser / vérifier	*Connaît et vérifie les classements de ses joueurs. Participe à la composition d'équipe avec son professeur.  *Co-anime un échauffement général	*Se renseigne et assiste le professeur pour toute la partie administrative avant/après la rencontre (horaires, lieu, présentation des licences, composition d'équipe...) *Aide ses joueurs à vérifier qu'ils ont tout (check list matériel ; raquettes, nutrition/hydratation, chaussures, nécessaire de douche...) *Anime un échauffement général	*Est capable de gérer la partie administrative avant/après la rencontre  *Aide ses joueurs avec la check-list du matériel  *Anime un échauffement spécifique d'avant match + récupération d'après match
	Face au doute, il questionne son professeur d'EPS ou un adulte responsable de l'organisation		
	<b>2 POINTS</b>	<b>3 POINTS</b>	<b>4 POINTS</b>
<b>ANALYSER</b> Savoir analyser du rapport de force lors d'un match	*Sait ressortir 1 point fort et 1 point faible de ses joueurs	*Sait ressortir 1 point fort et 1 point faible de l'adversaire essentiellement au niveau technique	*Analyse pertinente de la situation sur des moments du match. Réflexion rapide sur les points forts OU les points faibles d'un des 2 joueurs *Relevé statistique / vidéo : faute directe, double faute...
	<b>2 POINTS</b>	<b>3 POINTS</b>	<b>4 POINTS</b>
<b>COMMUNIQUER</b> Conseiller et soutenir	*Absence de conseil  *Soutient son joueur par des encouragements	*Répète des consignes préparées avec le professeur en amont du match  *Motive ses joueurs par des encouragements répétés	*Capable de formuler 1 conseil simple dans un vocabulaire adapté à l'activité et dans le temps imparti : sélectionner pour ne pas « noyer » le joueur *Motive ses joueurs par des encouragements répétés et adaptés au joueur *Capable de donner des conseils en nutrition / hydratation
	<b>2 POINTS</b>	<b>3 POINTS</b>	<b>4 POINTS</b>
<b>INTERVENIR</b> Savoir intervenir en tant que leader (présence - efficacité des interventions)	*Est reconnu par ses joueurs  *Relève les fautes réglementaires essentielles de l'activité	*Est reconnu et écouté par ses joueurs (écoute et confiance) : Leader  *Capable de différencier ce qui relève des conseils et des encouragements	*Leader de l'équipe et élément incontournable : l'organisation identifie et reconnaît le jeune coach de l'équipe comme interlocuteur privilégié. *Capable de communiquer avec l'arbitre. Calme son joueur quand il ressent une injustice suite à une décision *Gère ses émotions par rapport à l'enjeu
	<b>2 POINTS</b>	<b>3 POINTS</b>	<b>4 POINTS</b>
<b>CONNAISSANCES THEORIQUES</b> Résultat du questionnaire	De 12 à 13/20	De 14 à 15/20	De 16 à 20/20
	<b>2 POINTS</b>	<b>3 POINTS</b>	<b>4 POINTS</b>
<b>J'obtiens - de 10 points au total</b>	Je ne suis pas encore prêt à endosser seul le rôle de jeune coach. Je dois encore m'améliorer sur l'ensemble des domaines, en travaillant en binôme avec mon professeur.		
<b>J'obtiens entre 10 et 14 points au total</b>	Je prends confiance dans mon rôle de jeune coach. Je dois encore progresser dans certains domaines afin d'être davantage sûr(e) de moi en compétition et être un véritable support pour mon équipe.		
<b>J'obtiens entre 15 et 17 points au total</b>	Je suis impliqué(e) dans mon rôle de jeune coach avec des joueurs que je connais très bien et qui comptent sur moi. Je sais quand et comment je peux intervenir pendant les matchs.		
<b>J'obtiens + de 18 points au total</b>	Je suis parfaitement autonome dans mon rôle de jeune coach. Je suis un élément incontournable de mon équipe pour les joueurs et pour l'organisation lors d'un championnat de France.		

## OUTILS D'AIDE AU COACHING et à la FORMATION DU JEUNE COACH TENNIS

Nous encourageons les jeunes coaches à avoir une bonne connaissance du règlement pour comprendre et conseiller ses joueurs / joueuses de façon optimale. Il retrouvera les points essentiels du règlement à connaître dans le document FFT : les 65 questions à connaître pour l'arbitre A1 : [www.arbitrage.fft.fr/wp-content/uploads/Les-65-questions-de-larbitre-A1.pdf](http://www.arbitrage.fft.fr/wp-content/uploads/Les-65-questions-de-larbitre-A1.pdf).

Nous conseillons vivement aux futur(s) jeunes coaches UNSS de visionner des matchs de compétitions de tennis diffusés à la télévision ou sur internet et de s'amuser à identifier les points forts / points faibles des joueurs, les moments clés (break) et à s'appuyer sur les commentaires réalisés pour peaufiner son analyse.

### • Outils – Catégorie Identification

#### 1) *Tension détente :*

Il y a un lien entre les émotions que tu ressens et le relâchement de tes muscles. Cette méthode peut t'aider à détendre ton corps à un moment important de la course :

*"Assis, debout ou allongé(e), prends une grande inspiration par le nez, bloque ta respiration et contracte le plus fort possible tous les muscles de ton corps (visage, bras, ventre, jambes). Puis lorsque tu en as besoin, souffle par la bouche et relâche tous tes muscles d'un coup. Ressens comme tu te sens plus détendu. Recommence trois fois."*

#### 2) **"Check List" Logistique - administration** > identifier la liste des tâches à réaliser

AVANT LA COMPÉTITION	LE JOUR J
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Je connais la date de la compétition</li> <li><input type="checkbox"/> Je connais le mode de déplacement utilisé et les horaires</li> <li><input type="checkbox"/> J'ai pris connaissance du budget prévisionnel du déplacement</li> <li><input type="checkbox"/> J'ai aidé à rédiger (ou j'ai rédigé moi-même les convocations) de mes joueurs</li> <li><input type="checkbox"/> J'ai participé à l'inscription en ligne à la compétition sur Opuss</li> <li><input type="checkbox"/> Je vérifie la classement FFT actualisé de mes joueurs</li> <li><input type="checkbox"/> J'ai lu la "Fiche sport" et la « Fiche règlement » UNSS du championnat</li> <li><input type="checkbox"/> Je vérifie la conformité de la composition de mon équipe</li> <li><input type="checkbox"/> Je ramasse les chartes UNSS et les autorisations parentales en vérifiant si elles sont bien signées</li> <li><input type="checkbox"/> Je discute régulièrement avec mes joueurs pour connaître leur état de forme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> J'ai en ma possession les chartes UNSS signées</li> <li><input type="checkbox"/> J'ai en ma possession le listing de l'équipe avec photos (ou pièces d'identité) signé par le chef d'établissement</li> <li><input type="checkbox"/> Je rassemble et compte les membres de mon équipe à chaque déplacement</li> </ul> <p><b>Sur place :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Je me rends aux inscriptions et aide à déposer les documents officiels</li> <li><input type="checkbox"/> J'oriente mon jeune arbitre vers son épreuve de connaissance</li> <li><input type="checkbox"/> Je me rends à la réunion des jeunes coaches</li> <li><input type="checkbox"/> Je participe à la réunion technique avec mon professeur référent</li> <li><input type="checkbox"/> Je vérifie que j'ai bien compris ou je n'hésite pas à poser des questions</li> <li><input type="checkbox"/> Je vais passer mon questionnaire théorique « jeune coach »</li> </ul> <p><b>Pendant les rencontres :</b></p>

	<input type="checkbox"/> Je check avec mes joueurs en partant s'ils n'ont rien oublié (chaussures, raquettes, casquette, tenue, rechange, nécessaire de douche, nutrition, hydratation, pansements...) <input type="checkbox"/> Je vérifie le terrain et les adversaires par rapport à la rencontre programmée <input type="checkbox"/> Je signe la feuille de rencontre
--	--

## • Outil – Catégorie Communication

### « Je m'adapte » - "je sélectionne"

Adapte ton commentaire... aux besoins de la personne que tu coaches.

Déroulement	Attitudes possibles du joueur	Réponses possibles du jeune coach
Avant le match ou la rencontre	Le joueur est tétanisé (nerveux, stressé) avant d'entrer sur le court	J'essaye de le détendre en parlant d'autre chose J'adopte une attitude sereine (sourire) Je lui parle calmement
	Le joueur doute de ses capacités	J'utilise des termes d'encouragements ("tu vas y arriver", "nous avons confiance en toi", "tu en es capable", "je crois en toi")
	Le joueur est impressionné par l'enjeu et/ou l'adversaire	Je dédramatise l'enjeu ("c'est une compétition comme une autre, reste concentré sur le match, sur ta stratégie, n'anticipe pas sur ce qui pourrait se passer...")
	Le joueur fanfaronne	Je le mets en garde face aux éventuelles qualités / stratégies de l'adversaire ("méfie-toi, sois vigilant, reste concentré sur ton jeu...")
Pendant le match	Il perd 3/0 au bout de 10 minutes de matchs	Je lui conseille d'être plus combatif ("ne doute pas, joue ton jeu, prend le jeu à ton compte, fais-le douter")
	Il rencontre un adversaire plus fort au classement	Je le rassure et le challenge : "tu es outsider mais ne sois pas impressionné. C'est lui qui doit avoir la pression, toi tu peux le gêner." C'est un match pour prendre de l'expérience et tu peux décrocher une perf au bout alors tu l'abordes comme tous les matchs..." "la logique voudrait que tu perdes... maintenant à toi de créer l'exploit..."
	Au moment de conclure la partie, Il se met "à jouer petit bras"	Je le recentre sur ses objectifs : "Tu étais bien concentré sur les zones à jouer, sur ton placement jusqu'ici et là tu te mets à te crispier... Joue "point par point", ne te focalise pas sur le score, reprend le schéma / le conseil dont on a parlé..."
	Il prend le jeu à son compte et mène facilement dès le début du match	Je le félicite, je l'encourage à poursuivre en restant bien concentré pour éviter de se relâcher
	Il présente des signes de fatigue / faiblesse	Je l'encourage avec des mots forts afin qu'il surmonte psychologiquement sa baisse de régime. Je le regarde à

		chaque point pour lui montrer que je le soutiens. "accroche toi, c'est dans la tête, tu peux le faire, sois fort..."
	Il se sent victime d'une injustice par rapport à une annonce de l'arbitre	Je calme et remobilise mon joueur ; je vais dans le sens de l'arbitre ou je dis que je n'ai pas vu pour tout de suite remobiliser mon joueur dans le match. Au changement de côté suivant, si mon joueur est toujours énervé, je lui rappelle que l'arbitre peut se tromper mais qu'il a pris sa décision. Il peut y avoir des erreurs dans les deux sens. "tu dois passer au-delà, tu peux gagner, reconcentre-toi sinon ton adversaire va en profiter"
Après le match	Le match est gagné	Je félicite mon joueur / ma joueuse ("bravo, tu as trouvé la solution, tu n'as rien lâché, tu es resté bien concentré...") Je renforce mon joueur sur ses points forts ("tu as vu, tu as bien réussi ton enchaînement tactique... chaque fois tu as marqué le point"... En revanche, attention à (point faible), il faudra le retravailler un peu à l'entraînement pour que tu reprennes confiance pour le prochain match.
	Le match est perdu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Je réconforte mon joueur en mettant l'accent sur les actions positives du match ("tu t'es bien battu, tu avais commencé à le gêner en faisant... mais malheureusement il/elle a été plus fort que toi..." ; "à partir du moment où tu as fait de ton mieux, c'est l'essentiel, on peut tomber sur plus fort que soi"</li> <li>• Je maintiens mon joueur mobilisé pour les matchs suivants : "allez, on oublie, l'équipe a encore besoin de toi pour les autres matchs, je suis sûre que tu peux y arriver"</li> <li>• Je mets son résultat en perspective : "tu dois encore progresser sur... ; tu auras encore l'occasion de jouer..."</li> </ul>

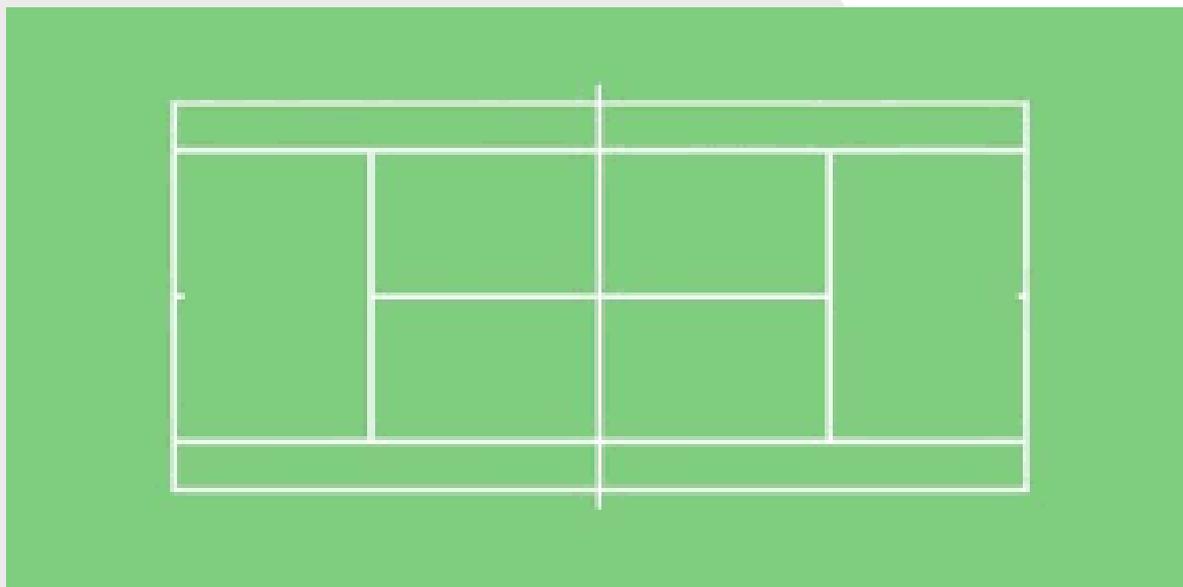
## • Outil – Catégorie Analyse

**Outil 1 :**

Critères à observer	Mon joueur / la joueuse	L'adversaire
Ace		
Double faute		
Point gagnant (quel coup ? dans quelle zone ?)		
Faute directe		
...		

Indiquer les zones touchées (au choix selon besoins)

- impacts points gagnants
- toutes les frappes du joueur
- toutes les frappes de l'adversaire
- ...



Je note ce que je peux observer :

---

---

Je note mes remarques pour aider mon joueur / ma joueuse :

---

---

Point fort de mon joueur / ma joueuse (technique ? tactique ? physique ? mental ?) :

---

---

Point faible de mon joueur / ma joueuse (technique ? tactique ? physique ? mental ?) :

---

---

Point fort de l'adversaire (technique ? tactique ? physique ? mental ?) :

---

---

Point faible de l'adversaire (technique ? tactique ? physique ? mental ?) :

---

---

Moment important repéré (balle de break, début de set, fin de set...) :

---

---

## **Outil 2 : ETUDE DE CAS**

Le joueur commet beaucoup de fautes directes > quelles sont les causes possibles ?

- Technique : (ex : son lancer de balle au service est irrégulier, il ne parvient pas à passer ses premières balles)
- Tactique : (ex : il veut terminer le point trop vite et attaque des balles qui ne sont pas favorables)
- Physique : (ex : il est fatigué et ne fait plus l'effort d'ajuster son placement)
- Mental (ex : il est entré dans une spirale négative, se crispe il a tendance "à balancer" ses frappes)

En ayant à l'esprit ces 4 domaines (technique, tactique, physique, mental), donner un exemple et une proposition de solution pour chacun d'eux.

- Technique : (ex : de nombreuses fautes au premier service (filet) > attention à ton lancer de balle, essaie d'aller frapper la balle le plus haut possible)
- Tactique : (ex : il veut terminer le point trop vite et attaque des balles qui ne sont pas favorables > accepte de jouer un coup de plus dans la zone... pour gêner ton adversaire et obtenir une balle favorable pour attaquer et terminer le point)
- Physique : (ex : il est fatigué et ne fait plus l'effort d'ajuster son placement > je sais que tu es fatigué mais allez, fait l'effort sur ton service et deux frappes derrière. Prend un apport énergétique si tu te sens faible. Est-ce que tu t'hydrate bien ?)
- Mental (ex : il est entré dans une spirale négative, se crispe il a tendance "à balancer" ses frappes > rationaliser la situation et faire parler le joueur : qu'est-ce qu'il se passe ? Pourquoi tu te crispes ? qu'est-ce que tu risques ? Ne pense plus au score, concentre-toi sur ton schéma de jeu, ton jeu jambes, tes zones à atteindre...)

### Exemples de CONSEILS à compléter avec l'expérience :

Technique :

- Joue sur le revers (CD...) de ton adversaire
- Lance ta balle plus haut au service
- Pense à ta reprise d'appuis
- Garde ta raquette devant toi position haute quand tu es à la volée
- Utilisation des effets (quelles incidences ?)

Tactique :

- Ne pas faire la faute
- Faire faire la faute
- Créer la rupture

Physique :

- Pense à bouger après ton service
- Pense à te replacer après chaque frappe (technique : théorie des angles)

Mental :

- Besoin d'encouragements
- Besoin d'être écouté
- Besoin d'être remobilisé
- Besoin d'être soutenu

## • Outil - Catégorie Intervenir

\*Code de conduite du jeune coach / code de conduite joueur

\*Différencier les encouragements des conseils :

- **Encouragement** : geste et/ou parole qui encourage(nt), qui stimule(nt) (« Allez », applaudissements...)
- **Conseil** : toute communication audible et/ou visible envers le joueur donnant des instructions sur la technique, la tactique, le physique, le mental...

\*Connaître les sanctions pour coaching sauvage (= par une autre personne que le jeune coach) = code de conduite pour le joueur (Avertissement, 1 point, 3 points, disqualification)

\*Connaître les sanctions à l'encontre du jeune coach : (code de conduite du capitaine d'équipe - FFT) : lors d'une rencontre par équipe, le coach peut être sanctionné de tout comportement répréhensible. Ces sanctions peuvent être proposées par l'arbitre mais sont prononcées uniquement par le juge-arbitre

<b>Code de conduite - comportement répréhensible du jeune coach</b>	
<b>Faits :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Propos inconvenants</li><li>- Gestes déplacés</li><li>- Conseils non autorisés (= en dehors des changements de côté)</li><li>- Contestations des décisions de l'arbitre</li><li>- Comportement anti-sportif</li></ul>	<b>Sanctions :</b>  1 <sup>ère</sup> infraction : avertissement  2 <sup>e</sup> infraction : avertissement  3 <sup>e</sup> infraction : disqualification (du rôle de jeune coach)

## 6. LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINA VALORISE SON PARCOURS

La remise d'un diplôme attestant de l'investissement et du niveau de formation du Jeune Coach - Jeune Capitaine UNSS sera effectuée par le service UNSS responsable de l'organisation (Service Départemental ou Régional UNSS selon les événements).



La valorisation d'un Jeune Coach - Jeune Capitaine peut également être faite par l'établissement scolaire (hors d'un championnat ou d'une organisation) avec l'accompagnement et sous la délégation du service UNSS concerné.

### L'engagement du Jeune Coach - Jeune Capitaine

Hors du strict cadre de l'UNSS, l'investissement citoyen et le cursus de formation du Jeune Coach / Jeune Capitaine constituent une véritable démonstration du don de soi et des valeurs civiques.

### L'expérience du Jeune Coach - Jeune Capitaine

De par son rôle opérationnel dans les différentes manifestations dans lesquelles il a pu intervenir, le Jeune Coach / Jeune Capitaine a pu mettre en pratique ses savoirs et connaissances, développant ainsi une expérience de terrain réelle.

### Les compétences du Jeune Coach - Jeune Capitaine

Les différents niveaux d'implications, de formations et de certifications du Jeune Coach / Jeune Capitaine sont une reconnaissance des compétences exprimées par celui-ci lors de ses interventions multimodales.

Le parcours du Jeune Coach / Jeune Capitaine peut ainsi faciliter l'ouverture vers une vocation au sein du monde sportif en tant que coach, entraîneur ou manager via des passerelles de formation et de reconnaissance mises en place par l'UNSS avec certaines fédérations.

Une valorisation de son parcours pourrait résider dans le fait de faire figurer cet engagement, les qualités humaines et civiques dont il a fait preuve dans son *curriculum vitae* en vue d'une candidature professionnelle (saisonnier type BAFA, ou emploi à plus longue durée) ou dans le cadre de Parcoursup.



Le Jeune Coach - Jeune Capitaine, de par son investissement dans sa formation théorique et pratique, est non seulement reconnu au sein de l'UNSS par une certification, mais peut également l'être comme bénévole au sein de la société civile.

En partenariat avec la Direction de la jeunesse, de l'éducation populaire et de la vie populaire :

## Le Compte Engagement Citoyen (CEC)



**LE COMPTE D'ENGAGEMENT CITOYEN**  
*Qu'est-ce que c'est ? (Fiche officielle)*

### #Compte Engagement Citoyen (CEC)

Institué par la loi travail d'août 2016, le Compte d'Engagement Citoyen est partie intégrante du CPA (Compte Personnel d'Activité)

**Chaque personne peut ouvrir un CPE à partir de 16 ans**

Le CEC vise à recenser l'ensemble des activités citoyennes de chaque titulaire. Sous réserve d'avoir effectué 200 heures de bénévolat dans l'année, dont au moins 100 dans la même association, le titulaire se voit attribuer un forfait en euros pour pouvoir bénéficier de formations

**Il est possible de déclarer ses engagements bénévoles effectués en 2020 avant le 31 décembre 2021**

Les modalités pratiques sont explicitées sur [www.associations.gouv.fr/cec](http://www.associations.gouv.fr/cec)

### Quelles activités citoyennes peuvent être recensées ?

- Le bénévolat dans une association
- Le service civique
- La réserve militaire opérationnelle
- La réserve civile de la police nationale
- La réserve civique et ses réserves thématiques dont celle communale de sécurité civile
- La réserve sanitaire
- L'activité de maître d'apprentissage
- Le volontariat dans les corps de sapeurs-pompiers.

## 7. LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINE ACTUALISE SON NIVEAU DE COMPÉTENCES

### Vérification de ses connaissances



À chaque niveau de formation, une épreuve de vérification des acquis (épreuve pratique, support vidéo, QCM, oral...) donnera lieu à l'attribution du niveau de certification correspondant et d'un retour d'évaluation auprès du Jeune Coach - Jeune Capitaine (oral, écrit ou vidéo).

Nous encourageons les différentes CMN à mettre en place des outils pour s'entraîner à ces différents champs de questionnement via OPUSS ou par le biais des enseignants référents (supports vidéo, QCM d'entraînement...).

En plus de ce champ de questionnement, le Jeune Coach - Jeune Capitaine pourra se confronter à des interrogations relatives à la gestion technique, tactique et stratégique établies par les membres des CMN référentes (cf. outils).

La certification portera sur la prestation du Jeune Coach - Jeune Capitaine tout au long de la compétition.

Occuper la fonction de Jeune Coach - Jeune Capitaine lors d'un Championnat de France n'engendre pas systématiquement une certification nationale.

### Équivalences fédérales

Aujourd'hui, il n'existe pas encore de certification correspondante à la FFT. Cependant, être jeune coach peut être une plus-value intéressante à l'entrée en formation d'Assistant Moniteur de Tennis proposée par la FFT. Cette formation permet la délivrance du Certificat de Qualification Professionnelle d'Assistant Moniteur de Tennis (CQP AMT et CQP Educateur de Tennis / CQP Animateur de Tennis), premiers diplômes d'enseignement du tennis dans les clubs : <https://www.fft.fr/enseigner/devenir-enseignant>

## Suivi de sa formation

En parallèle du parcours de formation à la citoyenneté mis en place par l'UNSS, le Jeune Coach / Jeune Capitaine peut se rapprocher des différentes formations mises en place dans son établissement pour l'éco-délégué, le délégué de classe, le Conseil de Vie Collégienne (CVC) ou le Conseil de Vie Lycéenne (CVL).



### **LE GUIDE DE L'ÉCO-DÉLÉGUÉ** *Transition Écologique (fiche officielle)*

Les fiches de formations des Délégués Lycéens ou au sein du Conseil de Vie Lycéenne sont accessibles sur internet. Nous vous proposons de suivre les liens suivants en cliquant dessus :



#### **S'ENGAGER AU LYCÉE** *(fiche officielle)*



#### **CONSEIL DE VIE LYCÉENNE** *(fiche officielle)*

Au lycée, une organisation repose sur la solidarité entre lycéens et permet de constituer des réseaux de coopération : la Fédération des Maisons des Lycéens.



#### **FÉDÉRATION DES MAISONS DES LYCÉENS**

Celle-ci met en place des formations adaptées notamment via un réseau de partenaires.

Les lycéens sont sensibilisés à l'engagement sous toutes ses formes dans et hors l'établissement lors des **Semaines de l'Engagement** :



### **LES SEMAINES DE L'ENGAGEMENT** *(fiche officielle)*

Ils prennent connaissance de leurs droits et devoirs, découvrent le fonctionnement des instances lycéennes et la vie de l'établissement, rencontrent et échangent avec leurs représentants lycéens, etc. Les Semaines de l'Engagement précèdent la semaine de la démocratie scolaire.

## 8. BOÎTE À OUTILS

Le Jeune Officiel peut trouver des informations complémentaires en consultant les sites suivants (*liens hypertextes : cliquez sur les logos correspondants*) :



Dans cette boîte à outils, nous vous proposons également un recueil des différents liens que vous aurez rencontrés dans ce livret :

**Le Guide de l'Éco-Délégué**



**S'engager au Lycée**

**Le Conseil de Vie Lycéenne**



**La Fédération des Maisons de Lycéens**

**Les Semaines de l'Engagement**



**Le Compte d'Engagement Citoyen**

## ANNEXE : LE JEUNE COACH - JEUNE CAPITAINE DANS LES TEXTES OFFICIELS



### **Le rôle de l'UNSS dans les textes officiels**

Le BO du 2 septembre 2010 est particulièrement explicite quant à l'importance de l'engagement de l'élève au sein de l'UNSS : « *L'engagement associatif et citoyen des élèves doit être reconnu. L'investissement dans l'association sportive est valorisé dans les livrets de compétences ou par une appréciation explicite sur le bulletin scolaire* ».

La circulaire n° 2010-125 du 18 août 2010 incite à valoriser le jeune officiel par la remise d'un diplôme. Cette fonction contribue non seulement au développement de sa personne par les différentes responsabilités qu'il occupe, mais lui permet aussi d'acquérir des connaissances et des compétences valorisées au sein de l'UNSS : « *La formation de 'Jeunes Officiels UNSS' est systématiquement encouragée. Elle donne lieu à la remise d'un diplôme dont les élèves peuvent se prévaloir auprès du milieu sportif associatif ou dans la recherche d'un stage et d'un premier emploi* ».



**BULLETIN OFFICIEL  
DU 02 SEPTEMBRE 2010**



La mobilisation de l'école pour les valeurs de la République du 22 janvier 2015 rappelle l'importance du parcours citoyen dans la vie associative plus particulièrement la mesure 3 : « *La vice-présidence des associations sportives par les élèves sera systématisée, et les prises de responsabilité au sein des associations sportives valorisées. Les formations de jeunes coaches et de jeunes arbitres seront développées* ».

La note de service n° 2014-073 du 28 mai 2014 ayant pour objet la mise en œuvre du décret n° 2014-460 du 7 mai 2014 relatif à la participation des enseignants d'éducation physique et sportive aux activités sportives scolaires volontaires des élèves stipule : « *... Ainsi au sein de chaque AS de collèges et de lycées, ils (les enseignants) contribuent à la construction du projet d'AS, partie intégrante du projet d'établissement, autour de deux axes principaux :*

- *La pratique d'activités physiques, sportives et artistiques (...) dans le cadre de l'UNSS*
- *L'apprentissage des responsabilités avec l'exercice de la fonction de Jeunes Officiels et la formation afférente, ainsi que la participation à la vie de l'AS et à l'organisation des activités de l'association, contribuant par la même à l'éducation de la citoyenneté... ».*



**NOTE DE SERVICE N°2014-073  
DU 28 MAI 2014**





## Les textes officiels au niveau collège

Le Bulletin Officiel du 26 novembre 2015 (collège) au travers de la compétence Générale n°3 « *Partager des règles, assumer des rôles et responsabilités* » décline comme suit les compétences travaillées pour les trois cycles :

- **Cycle 2 :** *Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités pour apprendre à vivre ensemble. Assumer les rôles spécifiques aux différentes APSA (joueur, coach, arbitre, juge, médiateur, organisateur...). Élaborer, respecter et faire respecter règles et règlements ;*
- **Cycle 3 :** *Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités. Assumer les rôles sociaux spécifiques aux différentes APSA et à la classe (joueur, coach, arbitre, juge, observateur, tuteur, médiateur, organisateur...). Comprendre, respecter et faire respecter règles et règlements ; cycle 4 Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités. Respecter, construire et faire respecter règles et règlements.*



**BULLETIN OFFICIEL  
DU 26 NOVEMBRE 2015**



## Les textes officiels au niveau lycée

Il est énoncé dans le BO spécial n° 1 du 22 janvier 2019 (Programme d'EPS du Lycée Général et Technologique) et le BO spécial n° 5 du 11 avril 2019 (programme d'EPS des classes préparant au CAP et les classes préparant au baccalauréat professionnel) que « *l'implication des élèves dans le cadre de l'AS doit être valorisée dans les bulletins et le dossier d'orientation* ».



**BULLETIN OFFICIEL  
DU 22 JANVIER 2019**



Ces rôles sont construits dans le cadre de l'objectif général n°3 « **Exercer sa responsabilité individuelle et au sein d'un collectif** » (Programme d'EPS du lycée général et technologique Annexe 1 du BOEN du 22 janvier 2019), de même que dans celui visant à « **Exercer sa responsabilité dans un engagement personnel et solidaire** » (Le programme d'EPS pour le CAP et pour le baccalauréat professionnel défini par l'arrêté du 3-4-2019 publié au BO spécial n° 5 du 11 avril 2019) et de l'arrêté du 9 novembre 2015 (collège) Compétence Générale n° 3 « *Partager des règles, assumer des rôles et responsabilités* ».



**BULLETIN OFFICIEL  
DU 11 AVRIL 2019**



Le bulletin officiel n° 4 du 29 avril 2010 renvoie également aux valeurs portées par le programme Jeunes Officiels, au travers de la compétence méthodologique et sociale n° 2 visant à « *respecter les règles de vie collectives et assumer les différents rôles liés à l'activité : juger, arbitrer, aider, parer, observer, apprécier, entraîner...* ».