

UNSS 2022

Je suis Jeune Coach- Jeune capitaine en STEP

**« 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.*



UNSS
Union Nationale
du Sport Scolaire

SOMMAIRE

LE JEUNE COACH-JEUNE CAPITAINE EN STEP

PRÉSENTATION

1. ...S'ENGAGE À RESPECTER LA CHARTE DE L'UNSS
2. ...MAÎTRISE LES RÈGLES DE L'ACTIVITÉ
3. ...CONNAÎT SON RÔLE EN LIEN AVEC SES MISSIONS
4. ...EST IDENTIFIÉ
5. ...SATISFAIT AUX EXIGENCES DE LA CERTIFICATION
6. ...VALORISE SON PARCOURS
7. ...ACTUALISE SON NIVEAU DE COMPÉTENCES
8. BOÎTE À OUTILS

3

4

5

6

8

8

11

13

14

ANNEXES

- ▶ OUTILS D'AIDE AU COACHING, CAPITANAT

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 EN STEP

Présentation



*Être Jeune Coach-
Jeune Capitaine,
c'est être là pour l'équipe !*

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, Jeune Capitaine, 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 Commission Nationale des Jeunes Officiels (CNJO),
Lycée Jean Gehenno à Flers (61)*

DEVENIR JEUNE COACH-JEUNE CAPITAINE EN STEP, 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 capitaneat.
- **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.

1. LE JEUNE COACH-JEUNE CAPITAINE EN STEP 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 ».

- Le Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP est **obligatoire**.
- Il est **de niveau académique**.
- Il est **intégré à l'équipe** et de la même AS.
- Il peut-être (ou non) compétiteur selon la composition initiale de l'équipe et du format de compétition.
- Il doit faire partie de l'effectif total maximal de composition d'équipe soit 7 en collège et 5 en lycée.
- Il ne peut pas être d'une autre association sportive.

2. LE JEUNE COACH-JEUNE CAPITAINE EN STEP MAÎTRISE LES RÈGLES DE L'ACTIVITÉ.

Pour plus de précisions, se rapporter au livret « Je suis Jeune Juge en STEP ».

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-capitanat, 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 des points faibles.
- Influence et œuvre pour atteindre les objectifs fixés.
- Motive, encourage chaque membre de l'équipe.

Pour sa progression, il...

- Est capable de mobiliser ses compétences lors du coaching-capitanat.
- Perfectionne ses connaissances spécifiques au regard des secteurs de jugement et du règlement.
- Devient autonome et est force de propositions : artistiques, chorégraphiques, techniques, etc...
- Sait se remettre en question.

3. LE JEUNE COACH-JEUNE CAPITAINE EN STEP CONNAÎT SON RÔLE EN LIEN AVEC SES MISSIONS.

Voir TABLEAUX : Connaissances et compétences, pratiques attendues pour le Jeune Coach-Jeune Capitaine et Annexes : Outils d'aide au coaching-Capitanat.

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-capitanat.
- **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 en STEP, 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 éducatifs particuliers.
- Il doit être **identifié** à l'accueil du championnat de France.
- Il doit **suivre une formation** pour obtenir les certifications départementale (12/20), académique (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 en STEP doit **être inscrit sur la feuille de composition d'équipe** et être déclaré comme tel.

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, partenaires, 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 en fonction des secteurs de jugement.

Son implication

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

- Un enseignant aura la charge d'expliquer au Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP 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 et mentale des compétiteurs.
- Il gère la logistique et le protocole administratif.

Pendant, il est en capacité de :

- Gérer ses propres émotions, prendre en compte celle(s) des autres.
- Observer les points forts/faibles des compétiteurs pendant l'exécution de la chorégraphie.
- Vérifier la propreté de l'espace dédié à l'équipe.
- Rassembler les membres de l'équipe et le matériel pour quitter le plateau.

Après, il doit être capable de :

- Être à l'écoute des remarques des compétiteurs.
- 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 EN STEP EST IDENTIFIÉ.

Tenue vestimentaire

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



5. LE JEUNE COACH-JEUNE CAPITAINE EN STEP SATISFAIT AUX EXIGENCES DE LA CERTIFICATION.

- Le Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP doit être **investi** au niveau de son district pour acquérir sa certification départementale (sur une rencontre départementale).
- Le Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP doit être **certifié** de niveau départemental pour acquérir sa certification académique (sur une rencontre académique).
- Le Jeune Coach en STEP-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 (coefficient 1)** d'une part, et sur une observation **pratique (coefficient 2)** du Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP

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

ÉVALUATION DES CONNAISSANCES ET VALIDATION DES COMPÉTENCES EN SITUATION

	<i>Connaissances théoriques (Coef. 1)</i>	<i>Évaluation pratique (coef. 2)</i>
<u>Certification Départementale</u>	Test identique aux évaluations théoriques demandées au Jeune Juge certifié de District. S'effectue par les enseignants d'EPS. La note minimale requise à ce test théorique est de 12/20.	L'enseignant devra remplir la fiche d'évaluation (proposée par les membres de la CMN STEP) de son Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP lors des rencontres de niveau Départemental.
<u>Certification Académique</u>	Test identique aux évaluations théoriques demandées au Jeune Juge certifié Départemental. S'effectue par les enseignants d'EPS. La note minimale requise à ce test théorique est de 14/20.	L'enseignant devra remplir la fiche d'évaluation (proposée par les membres de la CMN STEP) de son Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP lors des rencontres de niveau académique.
<u>Certification Nationale au Championnat de France</u>	Test national théorique du Jeune Juge du niveau national pour un contrôle des acquis. Une évaluation théorique spécifique peut être adjointe (<i>précisions ci-après</i>) La note minimale requise à ce test théorique est de 16/20.	L'enseignant devra remplir la fiche d'évaluation (proposée par les membres de la CMN de l'activité STEP) de son Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP pendant le Championnat de France.
	➤ Validation : 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 en STEP.	

Précisions

- Connaissances théoriques lors du Championnat de France
Selon les vœux de la CMN STEP, il est possible de combiner :
 1. Contrôle des connaissances règlementaires (*cf ci-dessus*)
 2. Contrôle des connaissances et compétences pratiques attendues pour le Jeune Coach-Jeune Capitaine (*cf ci-dessous*)
- Validations
Une certification ou un niveau est acquis ou non sur le niveau du championnat sur lequel il officie (départemental, académique, national).

CONNAISSANCES ET COMPÉTENCES PRATIQUES ATTENDUES POUR LE JEUNE COACH-JEUNE CAPITAINE – ACTIVITÉ STEP

Nom & Prénom du Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP : **A.S. :** **Académie :**

	<i>NIVEAU DÉPARTEMENTAL</i>	<i>NIVEAU ACADÉMIQUE</i>	<i>NIVEAU CHAMPIONNAT DE FRANCE</i>
	Face au doute, Le Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP questionne son professeur d'EPS ou l'adulte responsable de l'organisation.		
<i>Identifier</i> Informier Organiser Vérifier	Accepte et endosse la responsabilité du rôle de Coach-Capitaine : <ul style="list-style-type: none"> Participe à la composition d'équipe avec son professeur. Identifie le niveau actuel de son/ses compétiteur(s) (tu connais les points forts et les points faibles de ton équipe). Co-anime un échauffement général. Connait et vérifie les jours et horaires des entraînements/compétitions. 	Gère en partenariat la préparation de la compétition et la partie administrative : <ul style="list-style-type: none"> Se renseigne et assiste le professeur pour toute la partie administrative avant/après la compétition : horaires, lieu, présentation des licences. Aide ses compétiteurs à vérifier qu'ils ont tout (check-list matériel ; tenue, nutrition/hydratation, chaussures...) Anime un échauffement général. Identifie les points importants du règlement en particulier au niveau des éléments interdits. 	Gère en autonomie la préparation de la compétition et la partie administrative : <ul style="list-style-type: none"> Est capable de gérer la partie administrative avant/après la compétition. Aide ses compétiteurs avec la check-list. Anime un échauffement spécifique avant la compétition + récupération d'après les prestations.
<i>Analyser</i> La production durant la compétition	Sait ressortir les points forts/faibles de ses compétiteurs.	Comprend ce qui limite la production, et ce qui peut permettre de la repousser.	Élabore des outils d'analyse et de progression avec ses compétiteurs.
<i>Communiquer</i> Conseiller et soutenir	Soutient ses compétiteurs par des encouragements : <ul style="list-style-type: none"> Peut reprendre les consignes définies en relation avec l'accompagnateur. Transmet des consignes simples en utilisant des éléments de langage commun. 	Motive ses compétiteurs par des encouragements répétés et adaptés : <ul style="list-style-type: none"> Est capable de donner des consignes simples à son groupe. Explique calmement une analyse, un choix, à un de ses compétiteurs. 	Adopte une communication adaptée aux besoins de son groupe (être écouté, être rassuré, être compris...) <ul style="list-style-type: none"> Renseigne et motive chacun de ses compétiteurs de façon personnalisée (regard, insiste sur des points importants...). Gère ses émotions, varie le ton de son intervention selon la situation. Génère des temps forts/faibles pour faire passer ses feedbacks. Réagit à une situation après un petit temps de réflexion.
	Le Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP sait intervenir en tant que Leader		
<i>Intervenir</i> Présence Efficacité des interventions	<ul style="list-style-type: none"> Est reconnu et écouté par ses compétiteurs. Relève les fautes réglementaires essentielles de l'activité. 	<ul style="list-style-type: none"> Leader de l'équipe et élément incontournable : l'organisation identifie et reconnaît le jeune coach de l'équipe comme interlocuteur privilégié. Est capable de différencier ce qui relève des conseils et des encouragements. Identifie les points importants du règlement en particulier au niveau des éléments interdits. Est capable de repérer des moments de doute, d'énerverment ou d'euphorie. 	<ul style="list-style-type: none"> Les compétiteurs recherchent essentiellement les conseils du jeune coach : écoute et confiance. Relève des points qui peuvent être améliorés regard des secteurs de jugement.

6. LE JEUNE COACH-JEUNE CAPITAINE EN STEP VALORISE SON PARCOURS.



Le parcours du Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP 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 Parcours Sup.

L'Engagement du Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP :

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

L'Expérience du Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP :

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

Les Compétences du Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP :

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



Le Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP, 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.

Livret JO « Je suis Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP – CMN STEP 2021-2024

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 Compte d'Engagement Citoyen 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

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 CAPITAINÉ EN STEP 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 en STEP (oral, écrit ou vidéo).

Voir la vidéo : aide formation juge Step

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

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

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

ANNEXES : OUTILS D'AIDE AU COACHING-CAPITANAT

OUTIL N°1 : IDENTIFIER

Résultat des connaissances théoriques qui peuvent se tester à partir de 20 questions choisies par l'enseignant d'EPS. (Des exemples de questions existent dans le livret « Je suis Jeune Juge en STEP »).

CONNAISSANCES THÉORIQUES Résultat du questionnaire	
J'obtiens jusqu'à 5 pts	Je ne suis pas encore prêt à endosser le rôle de Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP. Je dois encore m'améliorer sur l'ensemble des secteurs, en travaillant en binôme avec mon professeur d'EPS et/ou le Jeune Juge en STEP.
J'obtiens jusqu'à 10 pts	Je prends confiance dans mon rôle de Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP. Je dois encore progresser dans certains secteurs afin d'être davantage sûr(e) de moi en compétition et être un véritable support pour mon équipe.
J'obtiens jusqu'à 15 pts	Je suis impliqué(e) dans mon rôle de Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP. Je commence à intervenir de façon autonome dans certains secteurs.
J'obtiens jusqu'à 20pts	Je suis parfaitement autonome dans mon rôle de Jeune Coach-Jeune Capitaine en STEP. Je suis un élément incontournable de mon équipe et pour l'organisation lors d'un championnat de France.

OUTIL N°2 : IDENTIFIER

Être capable, au fur et à mesure sans la liste, d'identifier la liste des tâches à réaliser « Check List » Logistique - administration

À FAIRE AVANT LA COMPÉTITION	À FAIRE LE JOUR J
<ul style="list-style-type: none"> ○ Je connais la date de la compétition. ○ Je connais le mode de déplacement utilisé et les horaires de départ. ○ J'ai rédigé et/ou aidé à rédigé les convocations pour mes compétiteurs. ○ J'ai participé à l'inscription en ligne sur Opuss. ○ J'ai lu la « Fiche Sport STEP » UNSS du Championnat. ○ Je vérifie la conformité de la composition de mon équipe. ○ Je ramasse les chartes Unss et les autorisations parentales, en vérifiant qu'elles soient bien signées. ○ Je fais signer le listing récapitulatif avec photos de la composition de mon équipe par le chef d'établissement. 	<p>Avant de partir :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ J'ai en ma possession les chartes UNSS signées. ○ J'ai en ma possession le listing récapitulatif signé par le chef d'établissement avec photos de la composition de l'équipe. ○ Je rassemble et compte les membres de mon équipe à chaque déplacement. <p>Sur place :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Je me rends aux inscriptions et aide à déposer les documents officiels. ○ J'oriente le cas échéant, le Jeune Juge vers le test de connaissance. ○ Je me rends à la réunion des Jeunes Coachs-Jeunes Capitaines. ○ Je participe à la réunion technique avec mon professeur référent. ○ Je vérifie que j'ai bien compris ce qui m'est demandé et n'hésite pas à poser des questions. ○ Je vais passer mon questionnaire théorique « Jeune Coach-Jeune Capitaine ». <p>Pendant les rencontres :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Avant de partir, je vérifie avec mon équipe qu'ils n'ont rien oublié : chaussures, tenue, Step, nécessaire de coiffure, badges, rechange, hydratation ○ Je vérifie les différents lieux de compétition (vestiaire, salle d'échauffement, réfectoire,...)

Dérroulement	Attitudes possibles	Réponses possibles du Jeune Coach- Jeune Capitaine
Avant la prestation	Le compétiteur est tétanisé (nerveux, stressé) avant d’entrer sur le plateau d’évolution.	<ul style="list-style-type: none"> ○ J’essaye de le détendre en parlant d’autre chose. ○ J’adopte une attitude sereine (sourire). ○ Je lui parle calmement.
	Le compétiteur doute de ses capacités.	<ul style="list-style-type: none"> ○ J’utilise des termes d’encouragements : « tu vas y arriver », « nous avons confiance en toi », « tu en es capable », « je crois en toi », etc...
	Le compétiteur est impressionné par l’enjeu et/ou les équipes adverses.	<ul style="list-style-type: none"> ○ Je dédramatise l’enjeu : « c’est une compétition comme une autre », « reste concentré sur ce que tu dois faire », « les autres n’ont pas les mêmes points forts, etc...
	Le compétiteur fanfaronne.	<ul style="list-style-type: none"> ○ Je le mets en garde face aux éventuelles qualités des adversaires : « méfie-toi », « sois vigilant », « reste concentré sur ce que tu dois faire », etc...
Pendant la prestation	Il n’intervient pas (compétiteur ou non) Sachant que durant la chorégraphie, on ne peut pas parler...	
Après la prestation	La chorégraphie est réussie.	<ul style="list-style-type: none"> ○ Je félicite mon équipe : « Bravo ; c’était comme pendant les entraînements », « vous êtes restés bien concentrés », etc... ○ J’appuie sur les points forts de mon équipe dans les différents secteurs : « Vous étiez toujours en rythme avec la musique », « les alignements sont parfaits », etc... ○ J’explique les quelques erreurs : « attention à la synchronisation des bras », « prenez le Step plus rapidement », etc...
	La chorégraphie comporte des erreurs.	<ul style="list-style-type: none"> ○ Je réconforte mon équipe en mettant l’accent sur les actions positives de l’enchaînement... ○ Je maintiens mon équipe mobilisée pour les tours suivants : « allez, on oublie », « on est capable de faire comme dans les entraînements », etc... ○ Je mets le résultat en perspective : « on doit faire moins d’erreurs pour perdre moins de points en synchro », « Séchez vos mains pour ne pas laisser tomber le Step », etc...