

# Ligue d'Île-de-France de Tennis de Table

1 rue de la Poterie

93200 SAINT-DENIS

Email: formation@fftt-idf.com

Tel: +33155872692



## Accueillir et Animer une séance de Tennis de Table

*Comment accueillir et animer une séance de Tennis de Table auprès de publics non pongistes en difficulté*

**Durée:** 14.00 heures

**Détails :** Formation en présentielle

### Profils des stagiaires

- Salariés d'une structure non pongistes

### Effectif

Minimum : 6 - Maximum : 30

### Prérequis

- Aucun

### Objectifs pédagogiques

- Accueillir et répondre aux attentes du public
- Veiller à une pratique en sécurité
- Adopter une attitude adaptée au public
- Avoir une démarche pédagogique en adéquation avec mon public
- Connaître les différents temps d'une séance
- Présenter des contenus adaptés à ma démarche
- Connaître les fondamentaux du tennis de table pour présenter des contenus
- Mettre en place une séance évolutive et cohérente
- Animer la séance

### Contenu de la formation

- Les règles du jeu essentielles au tennis de table
  - Les rencontres
  - Les points
  - Les différences entre le simple et le double
- Les différentes prises de raquette
  - Prise orthodoxe
  - Prise porte plume "chinoise"
  - Prise porte plume "japonaise"
- Les différentes actions et trajectoires sur la balle
  - Choquer la balle

# Ligue d'Île-de-France de Tennis de Table

1 rue de la Poterie

93200 SAINT-DENIS

Email: formation@fftt-idf.com

Tel: +33155872692



- Frotter la balle
- Les différentes actions
- Les différentes rotations
- Les trajectoires
- Apprendre les 3 éléments fondamentaux du tennis de table
  - Les éléments techniques d'un Coup Droit
  - Les éléments technique d'un Revers
  - Le Service
- Le déroulement d'une séance d'animation
  - Connaître les différents temps d'une séance
- Savoir proposer une séance cohérente à son public
  - Proposition de type de pratique
- L'échauffement en collectif
- Propositions de divers exercices
  - Sur le renforcement musculaire
  - Sur l'équilibre
  - Sur les étirements
- Cahier de séances
  - Propositions de différents contenus

## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

Formateur Breveté d'Etat 1er degré Tennis de Table et responsable de la Formation en IDF

### Moyens pédagogiques et techniques

- Travaux individuels et par groupe en salle de TT
- Jeux de rôle
- Approche de la théorie par des documents powerpoint via un vidéoprojecteur
- Mise à disposition d'outils via la plate-forme Digiforma

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Création de fiches de séances
- Questions régulières tout au long de la formation pour s'assurer de la bonne compréhension
- Feuille d'émargement
- Questionnaire de satisfaction aux stagiaires et au formateur

## Modalités de certification

### Résultats attendus à l'issue de la formation

Les salariés sauront accueillir et animer une séance de Tennis de Table dans le cadre de leur Centre d'Actions Sociales

## Ligue d'Île-de-France de Tennis de Table

1 rue de la Poterie

93200 SAINT-DENIS

Email: [formation@fftt-idf.com](mailto:formation@fftt-idf.com)

Tel: +33155872692



### Modalités d'obtention

Délivrance d'une attestation de fin de formation et une attestation d'assiduité

### Indicateurs de Résultats

1ère réalisation de cette formation à des personnes non licenciés du Tennis de Table