

Mise à jour : le 22 Septembre 2026

Programme de la formation Arbitre Régional

Durée de la formation

Un volume horaire de 8 heures (réparties comme suit : 9h00-12h30 / 13h30-18h00) + 2 ½ journées pour les examens écrit et pratique.

Conditions d'inscription et modalités d'accès

Prérequis :

- ✓ Être licencié Compétition FFTT ou Dirigeant FFTT en cours de validité

Public : Dirigeant de Club / Bénévole / Joueurs

Délai d'accès : durée estimée entre la demande et le début de la formation => entre 1 semaines et 2 mois

Capacité d'accueil et accessibilité

Entre 3 et 18 apprenants

Nos formations peuvent être accessibles aux personnes en situation de handicap. Chaque situation étant unique, nous vous demandons de préciser **à l'inscription vos besoins en la matière**. Nous pourrions ainsi confirmer l'ensemble des possibilités d'accueil et vous permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions.

PMR => non accessible

Accessible handicaps divers => [Personnes en situation de handicap, des Dispositifs existent pour vous accompagner dans la réussite de votre projet](#)

Objectifs

- Être capable d'arbitrer une partie sur des compétitions régionales ou nationales de Tennis de Table
- Connaître parfaitement les règles du jeu

- Utiliser la bonne gestuelle et le bon vocabulaire

Équipe pédagogique et administrative

La formation est dispensée par un(e) formateur(trice) habilité(e) par la FFTT, titulaire du grade de "Formateur FO ARB/JA1".

95 % de l'équipe de formateurs en IDF ont une solide expérience dans ce domaine (parfois depuis plus de 15 ans).

Formateur prévisionnel : Mme Véronique BEAUSSART (Arbitre International depuis 2006).

-> Élu(e) responsable des formations en IDF :

Véronique BEAUSSART - verobeaussart@yahoo.fr

-> Contacts administratifs et financiers :

Charlène ALIA et **Marine LE COGUEC** - formation@fftt-idf.com

Modalités pédagogiques et matériel

Cours théoriques basés sur des projections sur écran TV des documents PowerPoint (et autres) en salle de formation, d'exercices individuels et en groupe ainsi que des études de cas. Nous transmettons des supports numériques sur la page extranet personnelle du stagiaire.

L'objectif est l'apport et la transmission de savoir. Le but est d'écouter et de mémoriser les connaissances sur les bases de l'arbitrage et toutes les situations possibles, voire problématiques. Le travail de groupe sera utilisé pour la richesse du collectif et permettre les échanges stagiaires/formateur et stagiaires entre eux sur les expériences de chacun.

Accès à un espace personnalisé extranet Digiforma (documents, suivi, évaluation).

Matériel pédagogique utilisé : raquettes / balles / marqueurs.

Contenu

Thème	Contenu / Objectif	Méthode
PRÉSENTATION	➤ Formateurs et stagiaires tour de table ➤ Déroulement : ○ Du stage (horaire) ○ De l'examen : *à une date ultérieure *QCM de 30 questions	Tour de table Exposé
C.F.A.	C.R.A. - C.D.A. Grades d'Arbitrage et de Juge Arbitrage	Exposé

DÉFINITIONS (Langage de l'arbitre)	Pourquoi ? (Les arbitres doivent parler le même langage) ➤ Aire de jeu, surface de jeu ➤ Parties, manches, au meilleur des 5 ou 7 manches ➤ Serveur et relanceur ➤ Main de la raquette et main libre ➤ Échange ➤ Renvoi ➤ Point et balle à remettre ➤ Frappe de la balle ➤ Côté	Exposé
Les OFFICIELS d'une PARTIE	➤ Arbitre : sa décision est définitive sur toute question de fait ○ Valide le point ○ Annonce la marque ○ Inflige les cartons ➤ Arbitre adjoint : ○ Tient le marqueur et souvent le chronomètre ○ Juge les services ○ Juge les balles sur les arêtes	Exposé Participative collecte
Les AUXILIAIRES d'une PARTIE	➤ Compteur de renvois ➤ Marqueur de coins ○ Suit la marque de l'officiel ○ Aucune intervention sur les décisions de l'arbitre	
TENUE DE L'ARBITRE	➤ Nationaux : tenue obligatoire pour être nommé par la C.F.A. ➤ Autres : tenue correcte	Exposé
MATÉRIEL DE L'ARBITRE	➤ Pige, jeton bicolore, chronomètre, cartons : jaunes, rouge, et blancs ➤ Facultatif : chiffon, paire de ciseaux	
SALLE ET EQUIPEMENTS	➤ La salle : ○ Arrière-plan * Sol * Température ➤ L'espace de jeu ○ Dimensions ○ Entourages ○ Éclairage ➤ La surface de jeu ○ Table * deux camps séparés par un filet * chaque camp divisé par une ligne blanche 1/2 camp droit - 1/2 camp gauche ○ Table filet (publicité autorisée sur le filet)	Exposé
MATÉRIEL et TENUE DU JOUEUR	➤ La balle : ○ Blanche ou orange ○ Elle mesure 40 mm de diamètre et pèse 2,7 gr ➤ La raquette : ○ Formes	Exposé

	○ Dimensions ○ Couleur des revêtements - si raquette mauvaise, en faire changer - si doute sur la raquette : voir Juge Arbitre - la raquette ne peut être changée que si elle endommagée - la main tient toujours la raquette pour marquer le point - le joueur peut changer sa raquette de main en cours de jeu ➤ La tenue : ○ Chemisette * publicité - Alcool, tabac (interdit) - Superficie : - Devant : 314 cm² (1 couleur) - Derrière : 500 cm² (plusieurs couleurs) - Sticker de 30 cm² sur chaque manche ○ Short ou jupette : * un sticker de 30 cm² ○ Chaussures de sport et chaussettes	Participative collecte
PÉRIODE D'ADAPTATION ARRÊTS	➤ Période d'adaptation : 2 minutes ➤ Arrêts autorisés pour s'éponger tous les 6 points ➤ Arrêts réglementaires : ○ 1 min. entre chaque manche ○ 5 min. entre deux parties consécutives (Ch par équipes) ○ 10 min. entre deux parties consécutives (épreuves individuelles) 10 minutes sur blessure (seul le J.A peut l'accorde) ○ Temps mort : 1 min. par partie et par joueur	Exposé
Le CHOIX INITIAL	➤ Choix : ○ Camp ○ Serveur ○ Relanceur	Exposé
Le CHRONOMÉTRAGE	➤ Contrôle la durée de la période d'adaptation ➤ Contrôle la durée de repos entre les manches ➤ Contrôle la durée des manches ➤ Arrêts : ○ La balle se cas ○ Panne d'éclairage, chute des entourages ○ Changement de camp à la manche décisive ○ Blessure d'un joueur ○ Temps mort	Exposé Collecte
Le SERVICE	➤ Définition ➤ Réalisation ○ Sur la paume de la main ○ Au-dessus de la table, derrière la ligne de fond	Exposé

	○ Lancer la balle sans effet ○ Hauteur 16 cm ➤ Obstruction ➤ Balles à remettre ➤ Points perdus	
ORDRE du SERVICE	➤ Change : ○ Tous les 2 points ○ Tous les points à "10 - 10" ➤ Qui sert sur qui ?	Exposé Exercice
Le DOUBLE	➤ Définitions particulières ➤ Pas de gêne entre joueurs de la même équipe ➤ Attention au changement de côté	Exposé
ORDRE du SERVICE	➤ Change : ○ Tous les 2 points ○ Tous les points à "10 - 10" ➤ Qui sert sur qui ?	Exposé
Règles spécifiques avec un joueur en fauteuil	Service à remettre (coté, arrêt sur la table, balle rétro) Ordre de jeu, en double, si un joueur en fauteuil avec un joueur debout	Exposé
La BALLE en JEU	➤ A quel moment la balle est considérée en jeu ? ○ Jusqu'à quand ?	Exposé Collecte
Le POINT	➤ Définition : un point est un échange dont le résultat est compté ○ Frappe avec face non autorisée ○ 2 fois consécutives ○ Obstruction (attention la règle a changé en 2000) ○ Déplacement de la surface de jeu, appui sur la surface de jeu ○ 2 rebonds ○ Contact avec le filet ○ Gêne envers l'adversaire ○ Balle « rétro »	Exposé Collecte
La BALLE à REMETTRE	Dans quel cas ? ➤ Balle qui pénètre ou sort de l'aire de jeu ➤ Une personne pénètre dans l'aire de jeu ➤ Application de la règle <u>d'accélération</u> ➤ Avertissement à un joueur	Exposé Collecte
COMPORTEMENT DES JOUEURS	➤ 3 étapes : ○ Carton jaune ○ Carton jaune + rouge (1 point de pénalité) ○ Carton jaune + rouge (2 points de pénalité) ➤ Ensuite voir le Juge Arbitre	Exposé
CONSEILS aux JOUEURS	➤ Autorisés, quand ? ○ Interdits, quand ? ○ Sanctions : *Carton jaune (avertissement) *Carton rouge (exclusion)	

	En individuel : une seule personne désignée avant le début de la partie peut donner des conseils. Rencontre par équipes : l'avertissement donné au capitaine ou à un joueur s'applique à tout le banc	
La règle D'ACCÉLÉRATION	Mise en application (10 min.) Plus de règle d'accélération dans la manche en cours si les deux Joueurs sont à "9 - 9", cependant, les manches suivantes se déroulent suivant la règle d'accélération. Procédure : On compte au moment où le relanceur frappe la balle	Exposé
DÉROULEMENT de la PARTIE	➤ Entrée dans l'air de jeu ○ Vérification : marqueur, filet, séparations... ○ Propreté de l'aire de jeu, de la surface de jeu ➤ Arrivée des joueurs : ○ Affichage marqueur ○ Vérifications : tenue, raquettes, dossard ○ Tirage au sort	Exposé Collecte
ANNONCE de la MARQUE	➤ Dès que le point est marqué ➤ Score acquis reste acquis sauf si les deux joueurs sont d'accords ➤ Annonces : début de partie, début de manche, fin de manche, fin de partie...	
FIN DE STAGE	➤ Bilan de formation (tour de table)	Discussion

Bilan de la formation / Évaluation de satisfaction

Permet à chaque stagiaire de faire le point sur l'atteinte des objectifs, dialoguer sur les aspects positifs et négatifs rencontrés lors de la formation. Un questionnaire sera à remplir obligatoirement pour l'évaluation de leur satisfaction sur l'aspect logistique et organisationnel de la formation, en vue d'une amélioration pour les suivantes.

Suivi de l'exécution et évaluation des résultats

- Feuilles de présence
- Questionnement oral & exercices (évaluer le degré d'acquisition au regard des objectifs fixés tout au long de la formation)
- Questionnaire de satisfaction
- Examen écrit sous forme de QCM (convocation ultérieure après la formation sur 1h)

- Après réussite de l'examen écrit passage de l'examen pratique sur une compétition par équipe (1/2 journée)

Modalité de certification

Résultats attendus à l'issue de la formation

Maîtriser parfaitement les règles du jeu et savoir gérer l'arbitrage d'une partie (communication / gestuelle...).

Modalités d'obtention

Obtention par certification après participation intégrale à la formation : réussite à l'examen écrit avec un minimum de 24/30 (QCM 30 questions, env 1h correction comprise).

Note égale ou supérieure à 24 => Candidat admissible AR

Note inférieure à 24 => Candidat ajourné pour Arbitre Régional => Candidat reçu Arbitre de Club

Attention : un stagiaire ne peut se présenter à l'U.V. 1 (examen écrit) qu'une fois par saison sportive.

Réussite à l'examen pratique sur une compétition par équipe = obtention d'au moins 15 points / 20.

Délivrance d'un Certificat de Capacité Arbitre Régional (par mail).

Détails sur la certification

Arbitre Régional est le 1er grade de la filière arbitrage et est un prérequis pour se lancer dans le Juge-Arbitrage (JA1 / JA2 / JA3...) ou bien aller plus loin et devenir Arbitre National ou Arbitre International.

Engagement - Prestations

Activité d'arbitre régional par saison : 4 prestations de 6 parties

Recyclage tous les 3 ans

=> L'inactivité entraîne le recyclage l'année suivante

