Mise à jour : le 2 Novembre 2026

Programme de formation Entraîneur Fédéral

Durée de la formation

La formation est composée d'**un total** de **56 heures**, définies comme suit :

1. 35 heures (sur 5 jours) de formation en présentiel, et
2. un minimum de 21 heures pédagogiques, **après la journée de formation en présentiel**, à faire au sein d'un club ou d'un Comité Départemental.

Conditions d'inscription et modalités d'accès

Prérequis :

- ✓ Disposer d'une licence Compétition ou Dirigeant FFTT en cours de validité
- ✓ Être au minimum Junior 1ère année pour la formation **mais avoir 17 ans révolus pour l'examen**
- ✓ Être titulaire des diplômes Initiateur de Club **ET** Animateur Fédéral
- ✓ Avoir réussi au minimum **l'examen écrit d'Arbitre Régional**
- ✓ Fournir une attestation de 12h d'aide à l'encadrement et/ou l'animation dans une structure FFTT signée du Président de cette structure (modèle disponible en téléchargement sur notre site web)

Délai d'accès : durée estimée entre la demande et le début de la formation => entre 3 semaines et 3 mois

Capacité d'accueil et accessibilité

Entre 5 et 15 apprenants
(inscriptions prises dans l'ordre d'arrivée des demandes via le formulaire)

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 pourrons ainsi confirmer l'ensemble des possibilités d'accueil et vous permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions.

PMR => accessible (en fonction du lieu d'accueil)

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

Objectifs

Le diplôme d'ENTRAÎNEUR FÉDÉRAL est constitué de trois blocs de compétences :

- adapter sa pédagogie en fonction du public,
- contribuer à la progression tactico-technique des différents joueurs, et
- garantir l'éthique et l'intégrité physique et morale des pratiquants.

Cette dernière étape de la filière fédérale est prioritairement axée sur un approfondissement de la démarche d'enseignement : de l'observation du joueur à la définition d'objectifs et la construction/animation de la séance.

Elle est sanctionnée par un examen EF.

Équipe pédagogique et administrative

-> Formateur principal : **François PICARD**
Salarié de la Ligue IDF TT depuis plus de 20 ans
Habilitation régionale, diplômé d'Etat BEES 2ème ° TT, 20 ans d'expérience.

-> Responsable des formations techniques et professionnelles IDF :
Grégory BARRAULT - responsable.formation@fftt-idf.com

-> Élue responsable des formations en IDF :
Véronique BEAUSSART - verobeaussart@yahoo.fr

-> Contacts administratifs et financiers :
Charlène ALIA et **Marine LE COGUIEC** - formation@fftt-idf.com

Modalités pédagogiques et matériel

Alternance de cours théoriques et pratiques en salle de formation et en club de tennis de table, par le biais de plusieurs supports et moyens pédagogiques, comme des supports projetés par vidéoprojecteur, des documents PowerPoint ou Word, des présentations d'exposés, des apports et transmissions de savoirs.

Le but pour vous est de mémoriser les connaissances sur les bases d'organisation et de construction d'une séance d'entraînement, d'un exercice, la relation entraîneur/parents,…

Nous vous transmettrons des supports numériques sur votre page extranet personnelle, en **travail de groupe pour utiliser la richesse du collectif** et permettre les échanges stagiaires/formateur et stagiaires entre eux sur les expériences de chacun, tout comme vos idées sur des études de cas.

Les cours pratiques seront dispensés dans la même salle de tennis de table => **exercices individuels et en groupe avec mises en situation pédagogique, démonstrations, analyse de pratique et pratique du tennis de table**.
Vous apprendrez les bons gestes et les bonnes attitudes à avoir en tant qu'animateur/entraîneur par le biais de jeux de rôles.
Vous serez actif et en situation réelle avec également du petit matériel d'échauffement et de préparation physique (plot, cercle,…).

Matériel pédagogique utilisé : raquettes / balles / cerceaux / petits matériels pédagogiques

Contenu

1 - Formation de 35h en présentiel

Adapter sa pédagogie en fonction du public

- ✓ Proposer des actions fédérales aux pratiquants de son club :
  - Connaissance de tous les outils fédéraux
  - Réglementation institutionnelle et actions du comité ou ligue
- ✓ Transmettre dans une optique de plaisir :
  - Le plaisir de la pratique pour faire ressortir 3 éléments : gagner/transpirer/ s'amuser
- ✓ Individualiser dans le collectif (faire évoluer la situation par rapport au joueur) :
  - Techniques d'animation collective et individuelle

Contribuer à la progression tactico-technique des différents joueurs

- ✓ Analyser les caractéristiques techniques et tactiques d'un joueur :
  - Savoir définir le profil, système des joueurs (intentions tactiques/ schémas de jeu / lignes de sol / coups utilisés /le coaching) / L'éducation mentale
- ✓ Utilisation de l'outil panier de balles à partir d'objectifs précis :
  - Savoir construire des schémas de jeu cohérents (perfectionnement du joueur à l'aide du panier de balles)
- ✓ Faire évoluer une séance prédéfinie en variant les paramètres du jeu et les incertitudes :
  - Paramètres du jeu, incertitudes, actions sur la balle
- ✓ Démontrer et expliquer les différentes familles de coups techniques :
  - Exhaustivité des coups techniques (les variantes)
- ✓ Savoir développer les qualités spécifiques du TT :
  - L'échauffement : différents types, les qualités spécifiques du TT, l'éducation mentale (Généralité, relation entraînement/compétition)
- ✓ Intégrer les Piliers de la Performance (sensibilisation) :
  - Connaissances biomécaniques sur la gestuelle (et variantes des coups)

Préparation à l'examen

- ✓ Épreuve 1 : Observation d'un joueur / analyse du jeu / entretien avec jury (15min)
- ✓ Épreuve 2 : Construction d'une séance collective de 1h30 / menée de séance (avec une situation au panier de balles) / entretien avec jury (45 mn)
- ✓ Épreuve 3 : démonstration « expliquée » de 2 familles de coups (15 mn)

2 - Minimum 21h en situation pédagogique sur le terrain

La FFTT a mis en place depuis 2018 **des heures en situation pédagogique à effectuer sur le terrain en salle de TT, accompagné d'un tuteur qualifié** (professionnel ou bénévole dirigeant).
Il serait préférable que vous puissiez être sous la responsabilité d'une personne majeure et titulaire d'un diplôme d'entraîneur bénévole/professionnel ou avec au moins 2 ans d'expérience dans l'animation/entraînement pongiste.
Plus vous évoluerez dans votre cursus, plus l'implication sur le terrain sera demandée.

Vous êtes responsable de l'organisation de vos **21 heures**.
Ces heures en situation pédagogique peuvent se faire au sein de votre association ou d'une autre structure support.
L'intérêt de ces 21 heures est de **mettre en pratique les thèmes abordés lors des 5 jours de formation, d'animer des séances et d'encadrer des entraînements** (sur un public loisir ou compétiteur jusqu'à niveau 12-13).
Le rôle de **votre tuteur sera de vous accompagner, de vous aider à mettre en pratique la théorie et de vous conseiller**.
De plus, il est important que le tuteur puisse faire des retours auprès de la Ligue IDF TT, dispensatrice du savoir avec son formateur, sur votre capacité à réinvestir vos acquis.
En cas de question, de retour verbal ou d'accompagnement souhaité, merci au tuteur ou au stagiaire de contacter Mr Grégory BARRAULT au 06.76.79.07.07 ou par mail à responsable.formation@fftt-idf.com.

Pour valider vos heures en situation pédagogique, il faudra impérativement nous envoyer par mail une attestation du Président du club où vous aurez effectué vos heures, signée et tamponnée.
C'est également sur ce support que votre tuteur devra indiquer ses remarques et appréciations.

Pensez donc à prévoir et programmer, avant la formation, les lieu, horaires et éventuelle personne qui vous accompagnera.

EN CAS DE NON-RÉALISATION DE CES 21 HEURES EN SITUATION PÉDAGOGIQUE AU PLUS TARD 3 MOIS APRÈS LE PRÉSENTIEL OU 1 SEMAINE AVANT LA DATE DE L'EXAMEN D'ENTRAÎNEUR FÉDÉRAL, VOUS NE POURREZ PAS VOUS PRÉSENTER À CET EXAMEN.

3 – Examen EF

Voir rubrique « Modalités de certification »

Bilan de la formation et évaluation de la 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 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.
- Évaluation des acquis à chaud.
- Questionnaire de satisfaction.
- Attestation du Président et retour du tuteur sur les 21h en situation pédagogique au plus tard 3 mois après le présentiel ou 1 semaine AVANT la date de l'examen.
- Examen spécifique pratique de mises en situation et de construction de séance.
- Attestation d'assiduité et certificat de réalisation.
- Diplôme FFTT d'Entraîneur Fédéral.

Les types d'évaluation

Avant la formation en présentiel

- Fonction : mesurer vos besoins, vos connaissances et vos attentes sur la formation.
- Outils / moyens : questionnaire d'avant formation.

Pendant la formation en présentiel

- Fonctions : il s'agit d'évaluer ce qui fonctionne ou pas ainsi que d'évaluer le degré d'acquisition au regard des objectifs fixés.
- Outils / moyens : questionnement oral, exercices, mises en situation, etc…

À l'issue de la formation en présentiel

- Fonctions :
  1. évaluation des acquis à chaud,
  2. évaluation de satisfaction permettant de connaître votre perception concernant la qualité de la formation sur les aspects organisationnels et pédagogiques
  3. vérifier les connaissances acquises 2-3 mois après (évaluation des acquis à froid).

Une fois les évaluations complétées, vos réponses seront analysées et corrigées par notre équipe pédagogique. L'attestation d'assiduité et le certificat de réalisation vous seront envoyés.

- Outils / moyens :
  1. questionnaire complété en fin de présentiel ;
  2. questionnaire écrit évaluant l'appréciation globale de la formation, les réponses aux attentes, l'utilisation des acquis, les aspects pédagogiques, l'organisation de la formation ;
  3. examen d'Entraîneur Fédéral.

Modalités de certification

Résultats attendus à l'issue de la formation

Le titulaire du diplôme d'ENTRAÎNEUR FÉDÉRAL a pour rôle :

- d'encadrer en autonomie des séances individuelles et collectives,
- de concevoir une démarche d'enseignement du tennis de table pour faire progresser,
- d'entraîner selon le type de public,
- d'agir dans le respect des règles d'éthiques.

Modalités d'obtention

La certification des compétences s'effectue au fur et à mesure de la formation, en contrôle continu.

Pour se présenter à l'examen, il faut :

- avoir 17 ans révolu et être licencié Compétition ou Dirigeant FFTT,
- avoir suivi la totalité de la formation,
- avoir fourni une attestation de stage de 21h en club signée du Président de club.

Puis passage de trois épreuves de certification :

- une épreuve d'observation d'un joueur/d'analyse de jeu + un entretien avec le jury d'une durée de 20 minutes,
- la construction et l'encadrement d'une séance collective d'1h30 (dont une situation avec panier de balles) + un entretien avec le jury d'une durée de 50 minutes,
- une démonstration expliquée des coups techniques (durée 20 minutes).

Pour obtenir le diplôme, il faut avoir la moyenne à chacune des épreuves.

Obtention par certification => délivrance du diplôme FFTT "Entraîneur Fédéral" (par la FFTT via courrier postal).

Détails sur la certification

Ce dernier diplôme de la filière fédérale FFTT donne des connaissances pour aider un éducateur sportif à l'encadrement et au travail individuel (en bénévolat).

Le diplôme d'Entraîneur Fédéral a **une durée de validité illimitée. Cependant, il n'est valable que si le titulaire du diplôme dispose d'une licence Compétition ou Dirigeant de la FFTT en cours de validité**.

Le diplôme ne donne aucune prérogative en dehors d'une structure FFTT.