



BILAN FORMATION DE CADRES « INITIATEUR DU 35 » MERCREDI 22 OCTOBRE 2014 à CESSON-SEVIGNE

Le Comité d'Ille-et-Vilaine a organisé durant les vacances de la Toussaint, une formation de cadres « Initiateur du 35 ».

Lors de cette journée de formation, 3 jeunes cadres étaient présents.

Présentation des formés :



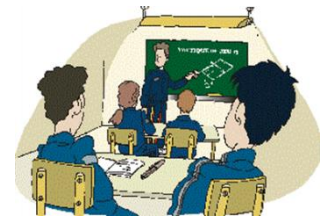
NOM Prénom	CLUB	AGE	Clf
Mattieu PERRAULT	FULKERIEN TT « GRAND FOUGERAY »	25 ans 23/02/1989	Non Licencié
Etienne MARQUET	A.L.B BRUZ	17 ans 29/04/1997	903
Mewen SUREL		14 ans 01/04/2000	854

- Matthieu, ancien étudiant en STAPS, est actuellement Animateur Sportif à l'office des sports du Pays du Grand-Fougeray. Matthieu intervient une fois par semaine au T-T FULKERIEN. Il assiste TEN KIMSONG, pour ceux qui le connaissent, à l'animation des plus jeunes.
Matthieu avait à cœur, à travers cette formation, de savoir si les exercices qu'il met en place pour les plus jeunes du club, étaient adaptés à leur apprentissage ou pas ?
- Mewen et Etienne, licenciés à Bruz, aident parfois l'entraîneur du samedi matin (Emmanuel ONNEE qui a participé à la session « INITIATEUR du 35 » en Juillet dernier), pour l'encadrement des jeunes loisirs du club. Leur objectif, quant à la formation, était de savoir, entre autre, comment construire, conduire une séance d'entraînement de Tennis de Table;

Déroulement de la journée :

Nous avons donc passé la matinée en salle de cours, pour répondre aux attentes des formés. Nous avons donc vu les apprentissages indispensables à enseigner, et leur évolution hiérarchique, auprès de jeunes débutants, à savoir :

- 1) Comment enseigner une bonne prise de raquette ? ;
- 2) L'apprentissage des jonglages et la pédagogie à mettre en place ;
- 3) Les différents exercices possibles à enseigner, avec seulement la balle et la raquette (jongler sur le mur, mini-tennis...), ou bien avec seulement la balle et la table (apprentissage du service en faisant rebondir la balle en la lançant avec la main une fois dans mon camp tout d'abord, puis dans le camp adverse ensuite, en plaçant la raquette au milieu de la table...). Soit toutes les situations permettant l'apprentissage du matériel, lorsque le jeune enfant ne maîtrise pas encore la conduite des échanges ;
- 4) Comment enseigner une bonne technique gestuelle de base à des débutants ? (le joueur exécute des coups-droits tout seul, en lâchant sa balle sur sa table, et en tapant la balle pour l'envoyer de l'autre côté. Pour ces exercices, il faut disposer d'un panier de balles par joueur réalisant ces exercices ;
- 5) Construction d'une séance d'entraînement pour des jeunes qui savent réaliser des échanges entre eux, et liste des exercices de base de tenue de balle à enseigner (CD-CD, RV-RV en diagonale puis en ligne, LE HUIT sous toutes ses formes (en CD et en RV dans un 1^{er} temps, puis tout en CD (pivot CD + Plein CD) pour celui qui joue les diagonales, puis tout en CD pour les 2 joueurs en même temps.
Ceci en tapant dans la balle (coups d'attaques), et pourquoi pas en poussette ensuite.



Nous avons consacré la fin de la matinée à apprendre à distribuer les balles au panier :

- 1) **Placer les balles à différents endroits** stratégiques (angle – milieu – l'autre angle) ;
- 2) Savoir distribuer en **combinant les différents effets** (1 balle tapée, 1 coupée, et une liftée) ;
- 3) Des **balles courtes** en combinant ensuite avec une ou des **balle(s) longue(s)** ;
- 4) Distribuer en **fréquence**, 30 balles en 25 secondes

N.B : Ces différents exercices de distribution aux paniers de balles, sont les exercices à réaliser lors du passage de l'examen « ENTRAINEUR FEDERAL ».

Pour illustrer ces différentes distributions de balles, je vous invite à regarder la vidéo suivante en surfant sur le lien suivant : <http://www.tennis2table.com/Confirme-tennis-de-table/video-panier-de-balle-en-chine.html>



Ensuite, en début d'après-midi, les « INITIATEURS du 35 » ont distribué des paniers de balles aux jeunes du club de Cesson présents sur le stage organisé par Anthony BRETON et Sylvain LEDOS. Ils ont pu mettre en pratique leurs apprentissages de fin de matinée, en termes de distribution des balles.

Mewen et Etienne ont, dans un deuxième temps, relancé, un ou deux de ces jeunes chacun.

Lors du bilan de la journée, les formés ont trouvé que les contenus abordés ont répondu à leurs attentes de début de journée.

Malgré le peu d' « INITIATEURS » présents sur cette session, le bilan de la journée est satisfaisant. Ça leur a apporté.

Merci Matthieu, Etienne, Mewen, d'avoir participé activement à cette journée de formation.

Un grand merci également à Anthony et Sylvain (les entraîneurs du club de CESSON) d'avoir permis aux apprentis entraîneurs de se « faire la main » sur des jeunes du club participant au stage.

Merci aussi aux jeunes joueurs de l'O.C. CESSON T-T qui ont joué le jeu avec les « INITIATEURS du 35 » en formation.

Et enfin, MERCI également au club de Cesson pour nous avoir permis d'organiser une nouvelle fois cette formation de cadres dans sa salle spécifique.



Formation qui est un succès, dans le sens où elle permet à des jeunes cadres qui souhaitent être un réel soutien auprès de leur(s) entraîneur(s) dans leur club, d'avoir un début ou un complément de formation quant à l'enseignement du Tennis de Table en initiation.

Si vous avez des entraîneurs bénévoles des catégories **Cadets à Vétérans** (c'est ouvert aux jeunes et moins jeunes à partir de 13 ans), actifs ou potentiels, à qui vous aimeriez faire suivre une formation technique sous cette formule ou s'ils ont manifesté auprès de vous le souhait d'être formé, ils sont les bienvenus.

Alors n'hésitez pas à le signaler au **06 83 66 05 05**

PROCHAINE SESSION

Mercredi 1^{er} et Jeudi 2 JUILLET 2015