

COMITE DES ARDENNES  
DE TENNIS DE TABLE



# PLAN D' ACTIONS 2021 – 2024



# Sommaire

## **I. Le mot du président**

## **II. Les axes de développement**

- a) *Le tennis de table à l'école*
- b) *Premier Pas pongiste*
- c) *Féminisation*
- d) *Les actions jeunes*
- e) *Handisport et sport adapté*
- f) *Sport santé*

## **III. Les actions du comité**

- a) *Les différentes compétitions*
- b) *La formation*
- c) *Evènements ponctuels et nouvelles pratiques*
- d) *Accompagnement des clubs*

# I. Le mot du président

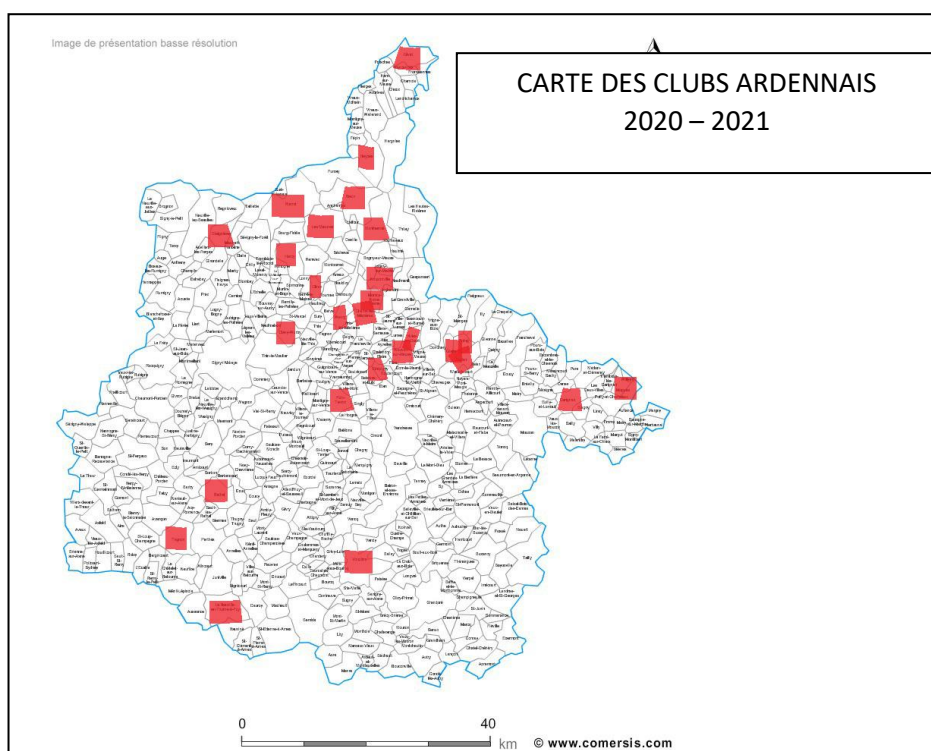
Le Comité des Ardennes de Tennis de Table est présent sur l'ensemble du département des Ardennes par l'intermédiaire de ses 27 clubs et ses 1000 licenciés (on peut même dire 1200 en comptant les événementiels et l'un des meilleurs ratios licenciés/habitants du Grand Est).

Le tennis de table est l'un des sports les plus populaires de France, près de 4 millions de français possèdent une table de tennis de table.

Afin de dynamiser la pratique du tennis de table sur le département, le Comité des Ardennes de Tennis de Table propose plusieurs types d'actions destinées à différents types de publics comme détaillé dans ce plan d'actions.

Nous avons la chance d'avoir une très bonne répartition des clubs sur l'ensemble du département, de la Vallée de la Meuse jusqu'au sud Ardennes comme le montre la carte ci-dessous.

Pour poursuivre notre développement, nous souhaiterions sur cette olympiade ouvrir si possible plusieurs clubs (même non affiliés), notamment dans les zones rurales avec un accompagnement administratif et financier sera proposé.



## II. Les axes de développement

### A) Le tennis de table dans le milieu scolaire

Le Comité des Ardennes va intensifier les démarches pour proposer aux écoles du département des interventions de tennis de table durant le temps scolaire ou périscolaire par le biais de séances ludiques et éducatives.

Durant l'olympiade 2016-2020, nous avons travaillé en partenariat avec les écoles du pays rethélois, les écoles privées de Charleville-Mézières et avec quelques communes (Vrigne aux Bois, Revin, ...) lors du péri-éducatif.

Pour cette nouvelle olympiade, l'opération « Ping à l'école » va être largement diffusée et présentée dans les écoles. Plusieurs pistes sont déjà confirmées, notamment avec l'école publique de Montcy-Notre-Dame et les écoles privées de Sedan. Le but de ces interventions est avant tout de faire découvrir une activité nouvelle et peu contraignante pour les établissements (comme le montre la photo ci-dessous, il n'est pas obligatoire pour l'école de disposer de vraies tables de tennis de table) et dans un deuxième temps, essayer d'orienter les élèves vers un club de tennis de table en leur remettant un diplôme à la fin du cycle indiquant les clubs proches de chez eux.

De plus, nous allons tenter de développer des sections sportives dans les collèges, comme par exemple au collège-lycée Mabillon de Sedan.



## *B) Premier pas pongiste*

Pour faire suite aux interventions scolaires, le Comité des Ardennes de Tennis de Table a la volonté de relancer le Premier Pas Pongiste (PPP).

Cette action historique de la fédération a permis à un grand nombre d'élèves de découvrir le tennis de table et à certains d'entre eux de devenir de véritables champions. L'objectif de cette action promotionnelle est de faire découvrir aux enfants de maternelle et primaire une activité ludique qui concourt au développement des habiletés motrices. Le PPP permet aux clubs de proposer une découverte de notre activité dès le plus jeune âge et facilite la prise de contact avec le milieu scolaire, cette action ponctuelle n'obligeant pas à des démarches vers les inspections académiques (source FFTT).

L'enjeu pour le comité est de réunir les différentes écoles dans lesquelles le comité intervient pour une rencontre interscolaire qui permettrait des échanges entre les élèves mais aussi entre les enseignants.

Chaque participant à cette journée peut-être récompensé par une médaille ou coupe pour les premiers et un bon de trois séances gratuites dans le club proche de chez lui.



### *C) La féminisation*

Au cours de cette nouvelle olympiade, nous allons continuer à développer la pratique féminine sur l'ensemble du département.

Cela a commencé par l'élection de 5 membres féminins au comité ainsi que la création d'une commission féminine.

Nous allons nous baser sur ce que nous avons déjà fait au cours de l'olympiade précédente tout en cherchant à créer de nouveaux évènements ou créneaux autour de la pratique féminine :

- Mise en place d'une initiation lors de la journée de la femme
- Des stages uniquement féminin et intergénérationnelle afin de créer un lien social entre toutes les pratiquantes. Ces stages sont gratuits afin d'encourager les pratiquantes à venir sur ces journées.
- Aider les clubs à mettre en place une section fit ping. L'objectif est la diversification de la pratique et l'augmentation du nombre de licenciées féminines.



*Journée de la femme le dimanche 8 mars 2020 à Haybes*

## D) Les actions jeunes

Afin de continuer à améliorer le niveau de nos jeunes pongistes, le Comité des Ardennes va poursuivre ses nombreuses actions destinées aux plus jeunes joueurs comme détaillées ci-dessous :

- Stage initiation perfectionnement : stage de 3 jours ouvert à tous les joueurs de moins de 18 ans licenciés dans un club du département
- Stage club : stage organisé directement à la demande du club pour ses licenciés avec mise à disposition payante d'un salarié
- Groupe Ardennes détection : regroupement des 12 meilleurs pongistes ardennais de moins de 11 ans dans le but de les faire progresser tous ensemble
- Sélection Ardennes : regroupement des meilleurs ardennais de moins de 15 ans afin de préparer les différentes compétitions.
- Suivi individuel : Entraînement et coaching individuel sur les meilleurs jeunes ardennais afin de les préparer aux différentes échéances dans la saison
- Journée des Marcassins : Journée organisée en collaboration avec le conseil départemental pour fêter le tennis de table ardennais en invitant tous les pongistes de moins de 13 ans
- Rentr'o Ping : Après-midi portes ouvertes à tous les jeunes joueurs d'un secteur pour venir découvrir le tennis de table dans un club



## *E) Handisport et sport adapté*

Pour cette olympiade, et grâce au recrutement d'un agent de développement, nous allons prendre contact avec les différents établissements spécialisés des Ardennes pour leur proposer des créneaux tennis de table et recréer le contact entre le Comité des Ardennes de Tennis de Table et le Comité Départemental Handisport et sport adapté.

Dans un premier temps, le but est de proposer l'activité tennis de table dans ces établissements et par la suite, organiser des regroupements inter-établissements avec des rencontres sportives et des moments d'échanges conviviaux entre les participants.

L'un de nos autres objectifs est d'intégrer les pratiquants en situation de handicap à un groupe de personnes valides dans un de nos nombreux clubs du département.





## *F) Sport santé*

Pour cette nouvelle olympiade, le comité tient à mettre en place des créneaux sport santé.

Pour se faire, le Comité des Ardennes va former son second salarié à l'encadrement des séances sport santé. La FFTT propose des modules permettant l'encadrement de ces séances.

L'objectif de ce créneau est de proposer une activité physique loisir qui permet aux pratiquants de retrouver le goût du sport tout en étant détendu mais aussi des moments de partage et d'entraide qui améliorent les relations sociales.

Le sport santé permet à des personnes sédentaires ou ayant eu des problèmes de santé de retrouver goût à la pratique sportive.

La combinaison du sport santé et du tennis de table permet **le développement des qualités d'analyse** (vitesse des échanges, prise d'information très rapide...), **amélioration des réflexes** (le tennis de table reste un sport de répétition, plus il est pratiqué plus les réflexes deviennent naturels), **avoir une meilleure coordination psychomotrice** (Être capable de coordonner les membres supérieurs et inférieurs...), **Le tennis de table a des vertus cardiotoniques** (les déplacements sont très courts mais ils sont très répétitifs, ce qui permet de travailler tous les muscles du corps).

Par ailleurs, la FFTT a signé un partenariat avec France ALZHEIMER. Le tennis de table a été reconnu comme sport étant très bénéfique pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Il développe la concentration, la perception de l'espace visuel et la coordination motrice. Il stimule aussi le système cognitif et contribue à développer l'hippocampe, zone du cerveau fragilisé par la maladie (Source FFTT).

### III. Les actions du comité

#### A) Les différentes compétitions

Au cours de la saison sportive, le comité met en place plusieurs types de compétitions destinées à tous ses publics (de 5 à 90 ans).

Parmi ces compétitions nous retrouvons pour les jeunes :

- Le championnat jeunes : compétition par équipe de 2 ou 3 joueurs (100 à 120 participants)
- Le pongiste en herbe : compétition et ateliers destinés aux licenciés de moins de 11ans (35 participants en moyenne)
- Le critérium fédéral : compétition sur 4 tours par catégories d'âges
- Les finales par catégories : championnat des Ardennes par catégories d'âge

Et pour les adultes :

- Le championnat par équipe : compétition départementale par équipes de 4 joueurs représentant leurs clubs respectifs (sur 14 journées par saison)
- La coupe des Ardennes : compétition par équipes de 2 joueurs (80 à 100 joueurs)
- Le critérium fédéral : compétition sur 4 tours par catégories d'âges
- Le challenge vétéran : compétition organisée sur 4 tours pour les joueurs de plus de 40 ans (70 à 90 joueurs)

Comme mentionné précédemment, l'un des objectifs du comité est de créer de nouvelles compétitions comme une coupe féminine ou encore un challenge handisport et sport adapté.

## *B) Formation*

La formation de techniciens ou encore d'arbitres et de juges arbitres est très importante car lors des différents événements, nous retrouvons toujours les mêmes bénévoles qui, pour certains, commencent à s'essouffler. C'est pourquoi il est très important de former des nouvelles personnes afin de soulager les bénévoles présents.

Nous proposerons donc des formations de :

- Initiateur de club : L'initiateur de club est le premier diplôme d'animateur reconnu par la FFTT. Il permet d'accueillir du public et d'animer des séances d'initiations. L'accueil dans les différents clubs du département est primordial pour fidéliser les licenciés.
- Arbitre de club : La formation d'arbitre club permet aux licenciés de tous âges de passer leur premier diplôme d'arbitrage et d'apprendre les différentes règles du jeu. Elle permet d'arbitrer les rencontres de nationales. Une belle expérience pour les arbitres.
- Juge arbitre : Le juge arbitre est le responsable du bon déroulement des compétitions sur notre territoire. Il crée et organise les tableaux des différentes catégories et veille au bon déroulement de la compétition.

A chacune de ces formations, le Comité des Ardennes de tennis de table accompagnera financièrement les participants pour le paiement de la formation.

### *C) Evènements ponctuels et nouvelles pratiques*

Avec le contexte sanitaire actuel, il va être très important pour les différentes disciplines sportives de se démarquer des autres pratiques en proposant des actions nouvelles et des évènements ponctuels.

Pour cette nouvelle olympiade, nous avons déjà plusieurs projets en tête tels que :

- Le Dark Ping : Évènement organisé en soirée (de 20H à 00H) qui consiste à jouer au tennis de table dans le noir avec des néons fluo qui réfléchissent les lignes de la table ainsi que la balle. Le tout dans une ambiance musicale. Nous avons organisé le premier en 2018 et il avait réuni près de 150 personnes à Montcy Notre Dame. L'objectif est d'en organiser deux sur l'olympiade.
- Ping tour : évènement créé par la FFTT. Le ping tour consiste à sélectionner un endroit emblématique du département et d'y installer des dizaines de tables pour permettre aux passants de découvrir le tennis de table. Cette découverte se fait grâce à plusieurs thèmes : Ping 4-7 ans, Free Ping, Handi Ping, Techni Ping, Ping Santé, Compet Ping, Xtreme Ping, Démo Ping (en mettant en avant Myshaal Sabhi par exemple). L'objectif est d'organiser une tournée départementale en 2022 ou en 2023 avant les Jeux Olympiques de Paris 2024.
- Journée départementale du ping : lancée en 2020, la journée départementale du ping a été créée pour permettre aux clubs de faire parler d'eux. Les clubs ouvrent leurs portes sur le créneau qu'ils souhaitent et cette journée s'organise début septembre afin de faire découvrir le tennis de table à des nouveaux pratiquants.
- Grand Prix des Ardennes : l'idée est d'organiser un évènement avec des joueurs de haut niveau et les meilleurs joueurs locaux, sous une forme d'exhibition. Pourquoi pas de pas le faire la veille d'un tournoi du comité afin de garder les bons joueurs sous la main.

## *D) Accompagnement des clubs*

L'un des enjeux majeurs pour le Comité des Ardennes de Tennis de Table, en plus du développement de la pratique sur l'ensemble du département, et d'accompagner du mieux possible ses 27 clubs du département.

Cet accompagnement se fait par la mise à disposition des salariés départementaux afin d'encadrer les séances jeunes ou les séances adultes mais aussi contribuer au développement du club.

Il se fait aussi par l'accompagnement du comité pour toutes actions de promotions organisées autour du tennis de table. Nous accompagnons les clubs sur la communication de leur évènement (page Facebook, site internet, création de flyers et d'affiches) mais aussi nous proposons une dotation pour l'organisation de tournoi (achat de coupes, médailles...).

Afin d'augmenter le nombre de jeunes licenciés sur un club, nous proposons des actions de recrutement telles que le rentr'o ping où nous invitons les écoles du village à venir découvrir l'activité (hors temps scolaire). Cette action est une grande réussite car elle permet généralement au club de licencier 20 à 40% des participants à cette journée.

Nous avons formé un salarié à une formation d'accompagnateur de club, cette formation permet d'établir un diagnostic sur le fonctionnement du club et de proposer des pistes d'améliorations pour répondre à leurs différents problèmes (pertes de licenciés, finances instables, problèmes de communication...).

Cet accompagnement permet de garder le lien avec les différents clubs du département et principalement les clubs isolés qui restent très important et contribuent au développement de la pratique sur le département.