ACADÉMIE
DE BORDEAUX
Liberté
Égalité
Fraternité

Division des Examens et Concours
Inspection Pédagogique Régionale

CERTIFICAT D'APTITUDE PROFESSIONNELLE
SESSION 2027

ÉPREUVES PONCTUELLES
ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

TENNIS DE TABLE

Guide d'accompagnement à destination des candidats

Les différents guides présentent pour l'académie de Bordeaux les activités physiques et sportives retenues pour la session 2027 des Examens du certificat d'aptitude professionnelle. Chacun a pour enjeu d'accompagner les candidats pour se préparer et comprendre les attendus des différentes épreuves.

Les épreuves dont la définition et les modalités d'évaluation sont arrêtées ici pour l'examen ponctuel terminal s'organisent de la façon suivante :

Les candidats qui relèvent de l'examen ponctuel choisissent une épreuve relevant d'un champ d'apprentissage.
Cette épreuve est choisie parmi les activités proposées en annexe 2 de la circulaire du 27 août 2025 parue au bulletin officiel n°36 du 25 septembre 2025.

- le Contrôle Ponctuel Terminal s'effectue sur une épreuve.
- les candidats choisiront dans la liste ci-dessous une **épreuve** :

Activité n°1	**Demi-fond (800 mètres)**
Activité n°2	**Danse**
Activité n°3	**Tennis de table**

La participation à chacune de ces épreuves nécessite une tenue adaptée.

Le jury invite les candidats à se préparer à ces épreuves afin de garantir leur sécurité.

Chacune des deux épreuves est notée sur 20. La note obtenue par chacun des candidats résulte de la moyenne de ces deux notes.

ÉPREUVE : TENNIS DE TABLE

CHAMP D'APPRENTISSAGE N°4

« Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner ».

DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE

- Les candidats sont regroupés en poules de niveau homogène obtenues à partir d'une montante / descendante.
- Chaque candidat dispute au moins 2 rencontres contre 2 adversaires différents en 2 sets gagnants de 11 points.
- Un temps d'analyse est prévu entre les sets pour permettre aux joueurs d'ajuster leur stratégie au contexte d'opposition.
- Les matchs sont arbitrés par un joueur de la poule.
- Le candidat est évalué sur **l'identification du déséquilibre et sa capacité à en profiter pour produire rapidement l'action décisive choisie et marquer le point.**
- Pour ces premiers attendus, les évaluateurs positionnent l'élève dans un degré puis ajustent la note en fonction de la proportion des oppositions gagnées dans la poule.
- **L'utilisation des techniques et des tactiques d'attaque adaptées pour favoriser des occasions de marque et mobiliser des moyens de défense pour s'y opposer**, la capacité à savoir **s'échauffer** et à **respecter et faire respecter les règles** font également partie intégrante de l'évaluation.

CONDITIONS DE L'ÉPREUVE

- L'épreuve se déroule en gymnase pendant les horaires précisés sur la convocation. Le candidat doit être présent 30 minutes avant le début de l'épreuve.
- Le candidat doit se présenter avec une tenue de sport adéquate (chaussures de sport lacées et vêtements adaptés – short ou survêtement, T-shirt).
- Le candidat doit **apporter sa raquette personnelle**, elle doit être **réglementaire (une plaque rouge et une noire)**.

DÉROULEMENT DE L'ÉVALUATION

1ère phase :

- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité).
- Explication du déroulement de l'épreuve
- Échauffement (15 minutes minimum avant le début de l'épreuve et 2 minutes avant chaque match). Le candidat est observé et évalué durant les temps d'échauffement.

2ème phase :

- Classement en groupe de niveau par une phase de montante / descendante, dont l'organisation est laissée à la liberté du centre d'examen.

Elle a pour but de classer les joueurs par niveau de jeu. À tout moment, les membres du jury peuvent changer les candidats de table.

3ème phase : Tournois par poule

- A l'issue de la phase montante / descendante, les jurys placent alors les candidats par poules de 3 minimum selon les niveaux constatés.
- Les poules de 3 joueurs sont privilégiées.
- Dans chaque poule, le candidat dispute au moins 2 rencontres.
- Une rencontre se joue en un minimum de 2 sets gagnants de 11 points, arbitré par le joueur libre de la poule.
- Un temps d'analyse est prévu entre les sets pour permettre aux joueurs d'ajuster leur stratégie au contexte d'opposition.

CONSTATS - CONSEILS ISSUS DES PRÉCÉDENTES SESSIONS

Les candidats sont invités à **prendre connaissance du référentiel national d'évaluation en annexe 1.1, page 5** pour s'approprier les modalités de l'épreuve, les critères d'évaluation, la répartition des points.

Il est constaté que des candidats se présentent sans connaître l'activité ou l'épreuve ce qui n'est pas à leur avantage. Le niveau de pratique est hétérogène, celui-ci est notamment lié à la qualité de la préparation.

Comme pour toute épreuve, le tennis de table est une épreuve exigeante qui nécessite une réelle préparation à la fois sur le plan physique, technique mais aussi de connaissance du règlement. Négligée ou limitée, celle-ci est très souvent pénalisante pour les candidats qui sont donc fortement invités à pratiquer de façon régulière et rigoureuse.

Des **conseils de préparation** vous sont présentés afin de vous préparer efficacement à l'échéance de l'épreuve. A l'appui de vidéos, ils vous permettront dans un premier temps de vous auto-évaluer (**annexe 1.2 page 6**), pour ensuite, obtenir des exemples d'exercices à faire en guise d'entraînement pour progresser (**annexe 1.3 pages 7 et 8**). Les vidéos des différents exercices sont la propriété de Sikana (https://www.sikana.tv/fr).

Enfin, l'annexe 1.4 vous permet de mieux connaître et comprendre le règlement de l'activité pour être en mesure d'arbitrer sans erreur ni hésitation et le faire appliquer aux joueurs le jour de l'épreuve (**annexe 1.4 pages 8 et 9**).

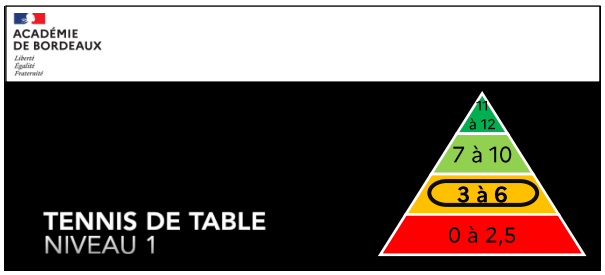
ANNEXE 1.1 : RÉFÉRENTIEL NATIONAL D'ÉVALUATION – TENNIS DE TABLE

AFLP évalués	Points	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
AFLP1 – Identifier le déséquilibre adverse et en profiter pour produire rapidement l'action décisive choisie et marquer le point.	**8**	Le candidat se focalise uniquement sur le renvoi de la balle.	Il recherche la rupture sur les balles favorables non provoquées.	Il recherche la mise en difficulté dès le service et produit des attaques sur la plupart des balles.	Il construit la rupture sur plusieurs coups.
		Gain des matchs **0 ----------1,5 pt**	Gain des matchs **2 ----------3,5 pts**	Gain des matchs **4 ----------6 pts**	Gain des matchs **6,5 ----------8 pts**
AFLP2 – Utiliser des techniques et des tactiques d'attaque adaptées pour favoriser des occasions de marque et mobiliser des moyens de défense pour s'y opposer.	**6**	• Le service est une simple mise en jeu et reste aléatoire. • Le jeu d'attaque est lent, les balles sont majoritairement frappées à plat vers le haut et ne favorisent pas les occasions de marque. • La défense est inefficace, le joueur, souvent immobile, est dépassé sur les balles excentrées ou accélérées. **0 à 1 pt**	• Le service est assuré et joué plat. • L'attaque se résume à des gestes explosifs, peu assurés. • Le candidat défend en réagissant tardivement et sans replacement. La continuité est rarement assurée sur balle accélérée. **1,5 à 2,5 pts**	• Le service est varié en direction, souvent tendu, mais sans effet réel. • L'attaque est assurée sur les balles faciles et variées en direction. • La défense est assurée par une bonne mobilité et un début de replacement. **3 à 4,5 pts**	• Le candidat produit des effets au service et parfois en cours d'échange. • Le geste d'attaque est fluide et contrôlé, puissant **ou** placé. • La défense permet la continuité du jeu sur une ou plusieurs attaques successives. **5 à 6 pts**
AFLP3 – Se préparer et systématiser sa préparation générale et spécifique pour être en pleine possession de ses moyens lors de la confrontation.	**3**	Absence d'échauffement ou échauffement inefficace. **0 à 0,5 pt**	Le candidat s'échauffe de façon succincte et incomplète. **1 point**	Le candidat met en place une routine d'échauffement ancrée sur la reproduction d'un modèle. **2 points**	• Le candidat individualise son échauffement • Il utilise ce moment pour identifier les caractéristiques de l'adversaire. **3 points**
AFLP4 – Terminer la rencontre et accepter la défaite ou la victoire dans le respect de l'adversaire ; intégrer les règles et s'impliquer dans les rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu.	**3**	Il intègre difficilement les règles. **0 à 0,5 pt**	Il met en œuvre partiellement ou sans grande assurance les règles retenues. **1 point**	Il comprend et fait appliquer les règles principales. **2 points**	Il respecte et fait respecter l'ensemble des règles et règlement retenus. **3 points**

ANNEXE 1.2 : S'AUTO-ÉVALUER

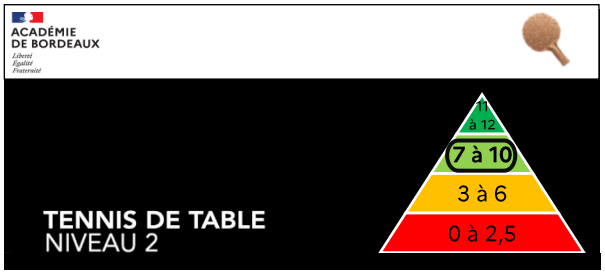
Déterminer son niveau initial est essentiel pour pouvoir réaliser des exercices adaptés à ses besoins et être en mesure de progresser.
Les vidéos ci-dessous devraient vous permettre de vous aider à identifier à quel niveau vous appartenez.

- **Niveau 1 :**



https://podeduc.apps.education.fr/video/119204-tennis-de-table_niveau-1/

- **Niveau 2 : Raquette de bronze**



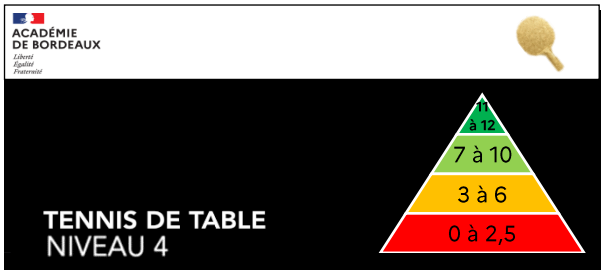
https://podeduc.apps.education.fr/video/119208-tennis-de-table_niveau-2/

- **Niveau 3 : Raquette d'argent**



https://podeduc.apps.education.fr/video/119209-tennis-de-table_niveau-3/

- **Niveau 4 : Raquette d'or**



https://podeduc.apps.education.fr/video/119210-tennis-de-table_niveau-4/

ANNEXE 1.3 : SE PRÉPARER POUR RÉUSSIR L'ÉPREUVEE

➢ S'échauffer : un préalable indispensable

			
Échauffement physique (partie 1) (mobilisation articulaire et mise en tension)	Échauffement physique (partie 2) (augmentation du rythme cardiorespiratoire)	Échauffement physique (partie 3) (montée en intensité)	Échauffement technique (échauffement à la table)

➢ Auto-évaluation en niveau 1 ? Entraînez-vous pour obtenir la raquette de bronze

		
Augmenter le contrôle de son coup droit	Améliorer le placement de votre revers	Gagner en précision : les zones bonus

➢ Auto-évaluation en niveau 2 ? Entraînez-vous pour obtenir la raquette d'argent

			
Attaquer en coup droit	Attaquer en revers	Varier les placements de balle	Améliorer ses déplacements

➢ Auto-évaluation en niveau 3 ? Entraînez-vous pour obtenir la raquette d'or

		
Réaliser un flip coup droit	Réaliser un flip revers	Attaquer après un service long

Attaquer après un service court

Améliorer son jeu de défense

ANNEXE 1.4 : RÈGLEMENT DU TENNIS DE TABLE

➢ Tirage au sort et décompte des points

- Tirage au sort pour le choix du serveur et du camp
- Un match se déroule en 2 sets gagnants de 11 points (avec 2 points d'écarts)

➢ Le service

Règles du service en vidéo

- Le serveur doit se placer derrière la table et attendre le signal de l'arbitre pour servir ;
- La balle est présentée dans la paume main ouverte, main au-dessus de la table ;
- La balle doit être lancée verticalement avant d'être frappée ;
- Le point est engagé dès que la balle est lancée ;
- La balle doit toucher sa table puis la table adverse ;

Une balle qui touche le filet au service et tombe dans la table adverse est annoncée « balle à remettre », le joueur doit resservir autant de fois que cela se produit.

➢ Le déroulement de la partie

Les règles essentielles

Connaître les fautes de jeu

Un joueur marque un point lorsque son adversaire commet l'une des erreurs suivantes :

- Il n'arrive pas à renvoyer la balle ;
- Il la renvoie en dehors de la demi table adversaire ;
- Il laisse rebondir la balle plusieurs fois dans son propre camp avant de la renvoyer ;
- Il touche la balle plusieurs fois de suite ;
- Il frappe la balle de volée (sans qu'elle rebondisse sur la table) au-dessus de sa demi table ;
- Sa main libre touche la table ;
- Il déplace la table en jouant ;
- Il effectue un mauvais service (cf. paragraphe ci-dessus).

L'échange se poursuit si :

- La balle touche le filet et/ou son montant, avant de rebondir sur la 1/2 table adverse ;
- La balle touche la 1/2 table adverse sans passer les montants du filet ;
- La balle touche le bord de table.

Bon courage !