BREVET PROFESSIONNEL
DE LA JEUNESSE, DE L'ÉDUCATION POPULAIRE ET DU SPORT
SPECIALITE « ÉDUCATEUR SPORTIF »
MENTION « ACTIVITES DE LA FORME »
OPTION COURS COLLECTIFS (CC)
OPTION HALTEROPHILIE MUSCULATION (HM)

BPJEPS AF

Option CC
Option HM

2022/2023

LA PRESENTATION

La possession du BPJEPS spécialité « éducateur sportif » mention « Activités de la Forme » atteste à son titulaire la mise en œuvre en autonomie et en sécurité dans le domaine des activités de la forme des compétences suivantes :

Compétences communes à la mention :
– encadrer et conduire des actions d'animation des activités de la forme ;
– organiser et gérer des activités de la forme ;
– communiquer sur les actions de la structure ;
– assurer la sécurité des pratiquants, des pratiques et des lieux de pratiques ;
– participer au fonctionnement de la structure organisatrice des activités de la forme.

Compétences spécifiques à l'option « cours collectifs » :
– encadrer et conduire des actions d'animation en cours collectifs.

Compétences spécifiques à l'option « haltérophilie, musculation » :
– encadrer et conduire des actions d'animation en haltérophilie et en musculation jusqu'au premier niveau de compétition fédérale.

L'éducateur sportif des « activités de la forme » est un véritable spécialiste dans le secteur de la remise en forme, de la préparation à l'entretien, l'amélioration de la condition physique. Son rôle vise le maintien de la santé, du bien-être et/ou de la performance des pratiquants avec le support des activités en cours collectifs sur parquet (activités : cardio-vasculaires, renforcement musculaire, stretching, nouveaux concepts) et des activités d'haltérophilie, de musculation, de cardio-training sur plateau (CrossFit, préparation physique, préparation mentale, nouveaux concepts). En plus, de ses compétences d'animateur, de pédagogue et de technicien, il conçoit et mène des projets d'animation pour développer son activité sportive en participant au fonctionnement et au développement des structures dans lesquelles il exerce professionnellement. Au sein des lieux de pratiques, il accueille, conseille et assure en toute sécurité la prise en charge personnalisée des clients ou des groupes de pratiquants dont il a la charge.

Pour le BPJEPS AF CC HM

- le taux de réussite en 2021 est de 78 % (CC) et de 100 % (HM)

- le taux de satisfaction en 2021 est ≥ 60 % pour la double option

- le taux d'insertion professionnelle est ≥ 80 % pour la double option

MINISTÈRE
CHARGÉ DES SPORTS

Mentions non contractuelles
Version 11/02/2022

LES DEBOUCHES

Employeurs potentiels

- Salles de remise en forme indépendantes, franchisées (Keep cool, Moving, Box CrossFit, …) ;
- Centres de soins corporels et esthétiques (thalassothérapie, balnéothérapie) ;
- Établissements touristiques (Club Med, Villages Vacances, hôtellerie de luxe, …) ;
- Auto-entrepreneur en qualité de coach sportif à domicile, dans des clubs sportifs, dans une salle de remise en forme, dans des structures sport/santé ; associations sportives ;
- Fonctionnaire territorial dans les collectivités (commune, communauté de communes, …)

LES EQUIVALENCES

- (ANNEXE VI Modifiée par arrêtés du 30 mai 2017 (J.O.R.F du 22 juin 2017) du 5 avril 2018 (J.O.R.F du 15 avril 2018) et du 15 juillet 2019 (J.O.R.F du 24 juillet 2019). La personne titulaire de l'une des certifications mentionnées dans la colonne de gauche du tableau figurant ci-après est dispensée des tests techniques préalables à l'entrée en formation, du test de vérification préalable à la mise en situation professionnelle et/ou obtient les unités capitalisables (UC) correspondantes du BPJEPS spécialité « éducateur sportif » mention « activités de la forme » (Voir tableau).

LES PREREQUIS, LES CONDITIONS D'ACCES A LA FORMATION

Pour s'inscrire à la formation, il faut :

- Être âgé de 18 ans à la date de l'entrée en formation ;
- Présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique des « activités de la forme » datant de moins d'un an à la date de l'entrée en formation ;
- Être titulaire du certificat PSC1 ou son équivalent en cours de validité ;
- Satisfaire aux Tests d'Exigences Préalables (TEP) présentés ci-après et décrits en annexe IV de l'arrêté du 5 septembre 2016 ou remplir les conditions de dispenses mentionnées à l'annexe VI de ce même arrêté ;
- Satisfaire aux épreuves de sélection décrites ci-après.

NB : Il est fortement recommandé de s'inscrire aux deux options (CC et HM). En fonction des places disponibles, l'intégration de parcours à une option (CC ou HM) sera possible pour compléter la session de formation 2022/2023 en fonction des résultats obtenus (TEP et sélections).

Pour information, le CREPS de la Réunion propose une préformation activités de la forme option « cours collectifs » (CC) du 07 mars 2022 au 12 mai 2022 dans le but de préparer aux tests d'entrée de la formation du BPJEPS activités de la forme, d'élever le niveau des candidats dans l'option cours collectifs et de permettre une meilleure insertion professionnelle à la fin de la formation du BPJEPS AF CC et HM.

- *Accessibilité aux personnes en situation de handicap sous réserve de réussite aux épreuves de sélection. Accueil de personnes porteuses de handicap : toute demande fera l'objet d'une étude personnalisée avec le référent handicap de l'établissement Mickaël GUIGNE : 02 62 94 71 86 - mickael.guigne@creps-reunion.sports.gouv.fr*

LES TESTS TECHNIQUES ET LES EPREUVES DE SELECTION

(ANNEXE IV modifiée par arrêté du 05 avril 2018)

1 – Les Tests exigences préalables à l'entrée en formation :

1.1 – Tests techniques d'entrée en formation pour l'option « cours collectifs » :

- **Epreuve n° 1** : Test navette Luc Léger, palier 7 (réalisé) pour les femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes.
  - Le palier 7 est réalisé par l'annonce sonore suivante : palier 8, le candidat atteint 12 km/h.
  - Le palier 9 est réalisé par l'annonce sonore suivante : palier 10, le candidat atteint 13 km/h.

- **Epreuve n° 2** : Démonstration technique de 60 minutes au total, comprenant dix minutes d'échauffement collectif, 20 minutes de passage en STEP à un rythme de 128 à 132 battements par minute dont deux minutes de retour au calme, vingt minutes de passage en renforcement musculaire, 10 minutes de retour au calme sur 5 étirements (voir la trame des enchaînements de l'option cours collectifs ci-dessous).

Option « cours collectifs » :

Trame des enchaînements de l'épreuve n°2 - option « cours collectifs »

Trame D'échauffement, Step, renforcement et étirement TEP

Type de cours, niveau et durée	**Échauffement, cour de STEP, renforcement musculaire et étirement, Total 30 min**
Objectif de la séance	Évaluation TEP

N° DU BLOC	Bloc final (avec changement de pieds)	Compte	Changement de pieds	Approche ou orientations	Coordination	Durée par bloc	Cumul durée (en min)
Echauffement	**Echauffement à la convenance de l'intervenant** : Activation cardio vasculaire, préparation générale et spécifique, préparation ostéo articulaire, musculo tendineuse, évaluation du niveau du groupe motivation	Mouvement de la CV dans tous les plans, enchaînement de LIA+ex de la base squat, fentes, antépulsion des bras, rotation.....					10 minutes
1er bloc	1 basic +1 mambo cha cha 1 chassé sur le step + 1 mambo 3 genoux L step (en bout) 1 basic à cheval + 1 basic retour face	8 temps 8 temps 8 temps 8 temps	Sur le mambo cha cha sur le chassé Sur les 3 genoux L step	Face Face En bout Début en bout puis retour en face	Bras simples sur les 3 genoux L step	9 minutes	
2 ème bloc	1 basic + 1 traversée + 3 genoux ciseaux 1 traversée+ 2 dégagés sur le step +1 V step	16 temps 16 temps	Lors des 3 genoux ciseaux	Début face/fin dos Début dos et revient face avec le basic Traversée avant les dégagés	Bras simples sur les 2 dégagés et sur le V step	9 minutes	
Retour au calme						2 minutes	
					Temps cumulé	**30 minutes**	

Type de cours et durée	Cours de renforcement musculaire avec des éléments imposés : Squat/Fentes/Pompes/Gainages, 20 minutes de renfo et 10 minutes de retour au calmes .TOTAL 30 minutes. Évaluation posture et souplesse

N° et nom de l'exercice	Croquis	Objectif et séquences	Placement de base et mouvement	Précision rythmiques	Durée (w/repos)	Temps	Cumul temps en minute	Critère de réussite
1) Squat		Séquence de squat à répéter 3 fois	Flexion des hanches genoux, chevilles puis retour en position de départ	Rythmique à la convenance de l'intervenant	5 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1min30 x 3 séquences soit 4 min 30	4 min 30	-Respecte le rythme - Respecte l'exécution du mouvement -Respecte la posture
2) Pompes		Séquence de pompes à répéter 3 séries	Flexion des coudes, alignement coudes épaules. En planches pour les hommes et genoux pour les femmes	Rythmique à la convenance de l'intervenant	3 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1 minute x séquences soit 3 min	7 min 30	
3) Fentes à droite		Séquence de fentes à répéter 3 séries	Flexions des hanches, genoux puis retour en position de départ	Rythmique à la convenance de l'intervenant	5 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1min30 x 3 séquences soit 4 min 30	12 min	
4) Gainage		Séquence de gainage à répéter 3 séries	Planche frontale	Isométrie	3 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1 minute x séquences soit 3 min	15 min	
5) Fentes à gauche		Séquence de fentes à répéter 3 séries	Flexions des hanches, genoux puis retour en position de départ	Rythmique à la convenance de l'intervenant	5 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1min30 x 3 séquences soit 4 min 30	19 min 30	

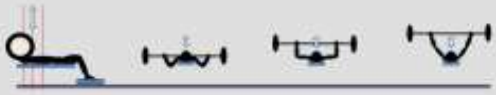
Retour au calme avec 5 étirements							
1) Flexion du buste		Evaluation souplesse chaine postérieur et maintient de la posture	Position assise, jambes tendues en avant, flexion du buste		**2 min**	**2 min**	**Respect de la posture**
2) Flexion du buste		Evaluation souplesse adducteur et chaine postérieur	Position assise, jambes tendues en ouverture, flexion du buste		**2 min**	**4 min**	
3) Chien tête en bas		Evaluation posturale et souplesse	Angles tronc/ jambe à 90°, jambe et bras tendus, tête alignée main au sol		**2 min**	**6 min**	
4) Planche debout position unipodale (pied droit au sol)			Planche debout, position unipodale, alignement bras tête tronc jambe		**4 min**	**10 min**	
5) Planche debout unipodale (pied à gauche au sol)			Planche debout, position unipodale, alignement bras tête tronc jambe				
				Total		**60 minutes**	

1.2 – Tests techniques d'entrée en formation pour l'option « haltérophilie, musculation » :

- **Epreuve n° 1** : Test navette Luc Léger, palier 7 (réalisé) pour les femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes.
  - Le palier 7 est réalisé par l'annonce sonore suivante : palier 8, le candidat atteint 12 km/h.
  - Le palier 9 est réalisé par l'annonce sonore suivante : palier 10, le candidat atteint 13 km/h.

- **Epreuve n° 2** : démonstration technique composée de 3 exercices de musculation : le squat, les tractions et le développé couché (voir le tableau des exercices de l'option haltérophilie, musculation)

Exercice	FEMME		HOMME	
	répétition	pourcentage	répétition	pourcentage
SQUAT	5 répétitions	75 % poids du corps	6 répétitions	110 % poids du corps
TRACTION en pronation ou en supination au choix du candidat	1 répétition	menton>barre nuque barre prise de main au choix : pronation ou supination	6 répétitions	menton>barre nuque barre prise de main au choix : pronation ou supination
DEVELOPPE COUCHE	4 répétitions	40 % poids du corps	6 répétitions	80 % poids du corps

Exercice	Schéma	Critères de réussite
SQUAT		- Exécuter le nombre requis de mouvement - Alignement tête-dos-fessiers Dos droit et naturellement cambré sans hyperlordose excessive - Hanches à hauteur des genoux - tête droite et regard à l'horizontal - Pieds à plat
TRACTION en pronation ou en supination au choix du candidat		- Exécuter le nombre requis de mouvement Si prise en pronation amener la barre au contact de la nuque ou sous le menton à chaque mouvement Si prise en supination amener la barre en dessous du menton à chaque mouvement
DEVELOPPÉ COUCHE		- Exécuter le nombre requis de mouvement - Barre en contact de la poitrine sans rebond - Alignement tête-dos-cuisses - Fléchissement des genoux pour préserver un dos droit en contact avec le banc - Axe du couloir de la barre entre la partie supérieure de la poitrine et la ligne inférieure des épaules - Les bras sans hyper extension doivent être tendus et marquer un temps d'arrêt franc au sommet sous peine d'annulation du mouvement.

*** 10 minutes de récupération minimum entre chaque mouvement et entre chaque exercice.**

NB : Seuls les candidats ayant obtenu les tests d'exigences préalables à l'entrée en formation du BPJEPS Activités de la Forme accéderont aux épreuves de sélection.

2 – Les épreuves de sélection pour les 2 options :

Le contenu des sélections s'organise autour de trois champs d'activités pour les 2 options :

- La réalisation de deux épreuves physiques.
- La réalisation d'une épreuve écrite de type composition française.
- La réalisation d'un entretien oral sur la base d'un dossier de présentation du candidat.

NB : Toutes les épreuves de sélection sont notées sur 20, coefficient 1. Les épreuves n° 1, 3 et 4 ne seront évaluées qu'une seule fois pour les candidats ayant choisi la double option.

2.1 – Les épreuves de sélection de l'option « cours collectifs » :

- **L'épreuve n° 1 : test navette Luc Léger notée sur 20 (durée : 18 minutes max, coeff.1).**

	Test Luc Léger	Km/h	Note sur 20 Femmes	Note sur 20 Hommes
0	Palier 01	8 km/h	04	02
1	Palier 02	8,5 km/h	05	03
2	Palier 03	9 km/h	06	04
3	Palier 04	9,5 km/h	07	05
4	Palier 05	10 km/h	08	06
5	Palier 06	10,5 km/h	09	07
6	Palier 07	11 km/h	10	08
7	Palier 08	11,5 km/h	11	09
8	Palier 09	12 km/h	12	10
9	Palier 10	12,5 km/h	13	11
10	Palier 11	13 km/h	14	12
11	Palier 12	13,5 km/h	15	13
12	Palier 13	14 km/h	16	14
13	Palier 14	14,5 km/h	17	15
14	Palier 15	15 km/h	18	16
15	Palier 16	15,5 km/h	19	17
16	Palier 17	16 km/h	20	18
17	Palier 18	16,5 km/h		19
18	Palier 19	17 km/h		20

- **L'épreuve n° 2 : démonstration technique de l'option cours collectifs notée sur 20 (durée : 2 heures max, coeff.1).**

Un suivi de cours collectifs en musique de niveau intermédiaire comprenant un cours à tendance cardio-vasculaire « STEP/LIA » et un cours de renforcement musculaire et de stretching.

Suivi de cours collectifs de type cardiovasculaire de 50 minutes en musique :

- 5 minutes d'échauffement,
- 20 minutes de cours STEP,
- 20 minutes de cours LIA,
- 5 minutes de retour au calme.

Un temps de récupération de 10 minutes sera accordé aux stagiaires entre les deux suivis de cours.

Suivi de cours collectifs de type renforcement musculaire et de stretching de 50 minutes en musique :

- 5 minutes d'échauffement
- 20 minutes de cours renforcement musculaire
- 20 minutes de cours de stretching
- 5 minutes de retour au calme (relaxation)

Compétences attendues :

1- EC de reproduire les éléments techniques (placements, exécution, répétitions).
2- EC d'ajuster sa prestation en fonction d'indications verbales ou gestuelles données.
3- EC de travailler en relation musique-mouvement.

Observables : le jury vérifie les capacités personnelles de démonstration de chaque candidat :

- Maîtrise des éléments techniques (reproduction conforme de l'exercice démontré).
- Placement corporel (placement conforme aux indications verbales ou gestuelles de l'animateur, recherche d'amélioration de sa réponse en fonction des indications de l'animateur).
- Relation musique/mouvement (relation mouvement/pulsation et recherche d'amélioration de sa réponse, le candidat se recale).
- Endurance cardio-respiratoire, endurance musculaire, souplesse.
- Exactitude de la reproduction avec modèle.

- **L'épreuve n° 3 : Une épreuve écrite de type composition française notée sur 20 (durée : 2 heures max, coeff.1)**

  A partir d'un sujet portant sur la connaissance du secteur des activités de la forme.

- **L'épreuve n° 4 : une épreuve orale sur dossier notée sur 20 (durée : 20 minutes max, coeff.1**)

  A partir de la présentation d'un dossier personnel (CV avec justificatifs du parcours du candidat, lettre de motivation), le candidat relate son vécu sportif, ses motivations et son projet professionnel. Le jury propose au candidat d'aborder différentes questions permettant d'élaborer un profil stagiaire, d'apprécier ses aptitudes générales ainsi que son projet professionnel. L'entretien permettra de prendre en compte les qualités d'expression orale et d'argumentation.

2.2 – Les épreuves de sélection de l'option haltérophilie, musculation

- **L'épreuve n° 1 : test navette Luc Léger notée sur 20 (durée : 18 minutes, coeff.1).**

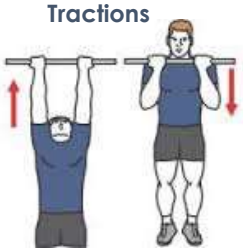
	Test Luc Léger	Km/h	Note sur 20 Femmes	Note sur 20 Hommes
0	Palier 01	8 km/h	04	02
1	Palier 02	8,5 km/h	05	03
2	Palier 03	9 km/h	06	04
3	Palier 04	9,5 km/h	07	05
4	Palier 05	10 km/h	08	06
5	Palier 06	10,5 km/h	09	07
6	Palier 07	11 km/h	10	08
7	Palier 08	11,5 km/h	11	09
8	Palier 09	12 km/h	12	10
9	Palier 10	12,5 km/h	13	11
10	Palier 11	13 km/h	14	12
11	Palier 12	13,5 km/h	15	13
12	Palier 13	14 km/h	16	14
13	Palier 14	14,5 km/h	17	15
14	Palier 15	15 km/h	18	16
15	Palier 16	15,5 km/h	19	17
16	Palier 17	16 km/h	20	18
17	Palier 18	16,5 km/h		19
18	Palier 19	17 km/h		20

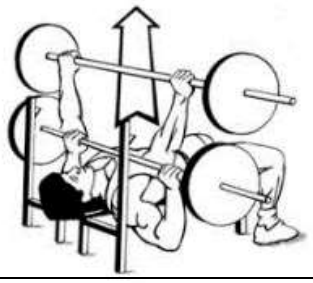
- **L'épreuve n° 2 : démonstration technique de l'option haltérophilie, musculation notée sur 20 (durée : 2 heures max, coeff.1).**

Les tests de performance en musculation pour le candidat sont :

- 20 répétitions en squat pour les hommes et les femmes ;
- 20 répétitions en développé couché pour les hommes et les femmes ;
- 20 tractions pour les hommes ;
- 10 tractions pour les femmes.

<u>Barème des tests de musculation dans le tableau ci-dessous</u> :

Barème des tests de musculation	Femmes		Hommes	
Exercices	**Note sur 20**	**Pourcentage**	**Note sur 20**	**Pourcentage**
Tractions 	2 points sont attribués par répétition correctement exécutée **(10 répétitions)**	Si prise en pronation, amener la barre au contact de la nuque ou sous le menton pour chaque mouvement. Si prise en supination, amener la barre sous le menton pour chaque mouvement.	1 point est attribué par répétition correctement exécutée **(20 répétitions).**	Si prise en pronation, amener la barre au contact de la nuque ou sous le menton pour chaque mouvement. Si prise en supination, amener la barre sous le menton pour chaque mouvement.

Barème des tests de musculation	Femmes		Hommes	
Exercices	**Note sur 20**	**Pourcentage**	**Note sur 20**	**Pourcentage**
Squat	1 point est attribué par répétition correctement exécutée **(20 répétitions)**	75 % poids du corps	1 point est attribué par répétition correctement exécutée **(20 répétitions).**	110 % poids du corps
Exercices	**Note sur 20**	**Pourcentage**	**Note sur 20**	**Pourcentage**
Développé couché 	1 point est attribué par répétition correctement exécutée **(20 répétitions)**	40 % poids du corps	1 point est attribué par répétition correctement exécutée **(20 répétitions).**	80 % poids du corps

- **L'épreuve n° 3 : Une épreuve écrite de type composition française notée sur 20 (durée : 2 heures max, coeff.1)**

  A partir d'un sujet portant sur la connaissance du secteur des activités de la forme.

- **L'épreuve n° 4 : une épreuve orale sur dossier notée sur 20 (durée : 20 minutes max, coeff.1**)

  A partir de la présentation d'un dossier personnel (CV avec justificatifs du parcours du candidat, lettre de motivation), le candidat relate son vécu sportif, ses motivations et son projet professionnel. Le jury propose au candidat d'aborder différentes questions permettant d'élaborer un profil stagiaire, d'apprécier ses aptitudes générales ainsi que son projet professionnel. L'entretien permettra de prendre en compte les qualités d'expression orale et d'argumentation.

LE POSITIONNEMENT

Les dates du positionnement sont les suivantes :

01/07/2022	04/07/2022	05/07/2022
Travail sur les référentiels à l'aide d'outils d'évaluation : - Fiche parcours bénévole ou associatif - Fiche parcours formation initiale - Fiche parcours professionnel - Grille d'identification des compétences	Entretien individuel	Entretien individuel

Le positionnement est destiné aux candidats qui ont été déclarés admis à entrer en formation à l'issue des tests de sélection.

Le positionnement permet à l'organisme de formation de proposer au stagiaire un parcours Individuel de formation complet ou partiel.

Des dispenses, des allégements et/ou des renforcements dans les différentes UC sont accordés parfois au stagiaire par le responsable de formation après vérification des éléments de preuve (diplômes, notes, expériences professionnelles, équivalences, …).

Le positionnement est réalisé lors d'un entretien individuel en s'appuyant sur le retour d'expérience du stagiaire ainsi que sur la présentation des documents de référence.

Une fiche récapitulative intitulée « parcours individuel de formation » complet ou partiel sera remise au stagiaire en précisant le volume horaire de formation en centre et en entreprise.

LES PARCOURS DE FORMATION

Le CREPS de la Réunion propose plusieurs parcours de formation.

1– En priorité : le double parcours des options « CC » cours collectifs et « HM » haltérophilie et musculation.

2– En fonction des places disponibles : option « CC » cours collectifs ou option « HM » haltérophilie et musculation.

Formation BPJEPS mention AF options CC, HM		
833 heures en centre	560 heures en structure	1 393 heures
Formation BPJEPS mention AF option CC		
654 heures en centre	560 heures en structure	1 214 heures
Formation BPJEPS mention AF option HM		
681 heures en centre	560 heures en structure	1 241 heures

La formation se déroule en alternance d'une part, en centre d'autre part, en structures professionnelles partenaires. La formation en alternance est une association de deux systèmes, le système scolaire et le monde du travail. On doit passer d'une logique d'enseignement des connaissances à une logique de construction des savoirs, des savoirs faire, des savoirs être permettant l'acquisition de compétences. L'apprenant n'est pas un élève « classique » mais un futur professionnel en formation cherchant à développer des compétences dans le secteur de la remise en forme.

- **En centre**, les méthodes pédagogiques de formation en centre s'appuient sur des cours magistraux/des travaux en ateliers/des cas pratiques en lien avec les professionnels du secteur sur des domaines précis : pédagogie individuelle et collective, anatomie, physiologie, nutrition, méthodologie de projet, réglementation des APS, techniques freestyles fitness, concepts Les Mills et Leaderfit, haltérophilie, musculation, réathlétisation, CrossFit, kettlebell.
- **En structure** ou en entreprise d'accueil, la formation permet un passage de l'observation à la conception de projets, à la prise de responsabilités progressives jusqu'à l'autonomie des tâches. Le travail de chacun des stagiaires est conduit avec son tuteur, acteur principal de la formation individualisée du stagiaire en entreprise. Les apprentissages avec le tuteur consistent principalement en la conception, la mise en œuvre et l'évaluation du projet d'animation, la conduite des séances d'animation et/ou d'entrainement dans les 2 options en prise directe avec les publics spécifiques du secteur des activités de la forme.

<u>La formation s'articule autour de plusieurs modules</u> :

Module 1 : l'encadrement de tout public dans tout lieu et toute structure ;
Module 2 : la mise en œuvre d'un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure ;
Module 3 : la conduite d'une séance, d'un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme ;
Module 4 a : la mobilisation des techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou cycle d'apprentissage dans l'option « Cours Collectifs » ;
Module 4 b : la mobilisation des techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou cycle d'apprentissage jusqu'au 1er niveau de compétition fédérale dans l'option « Haltérophilie – Musculation ».

LES CONTENUS DE LA FORMATION

BPJEPS mention AF option Cours Collectifs (CC), option Haltérophilie Musculation (HM)			
Module 1 (UC 1)	**Module 2 (UC 2)**	**Module 3 (UC 3) ***	**Module 4 (UC 4)**
- Communication professionnelle - Caractéristiques des publics - Structure professionnelle - Environnement professionnel	- Projet d'animation en structure - Méthodologie de projet - Diagnostic - Mise en œuvre - Evaluation	- Anatomie - Physiologie - Nutrition - Activités cours collectifs de la mention (step, renforcement, stretching) avec support musical, niveaux débutants à intermédiaires - Activités musculation, cardio-training - Qualités physiques - Réathlétisation - Coaching	**UC 4 a** - Techniques d'appuis option CC - Concepts option CC Support musical et mixage CC **UC 4 b** - Techniques d'appuis option HM - Concepts option HM

* Pour les 2 options, les contenus de l'UC3 sont identiques et obligatoires.

LES MODALITES PEDAGOGIQUES

Modalités pédagogiques : théorie et pratique.

Techniques pédagogiques :

- Etude de cas, exposé, classe inversée ;
- Travaux de groupe ;
- Techniques d'apprentissage : cours collectifs, haltérophilie, musculation, cardio-training ;
- Tests de performance ;
- Evaluations formatives, Quizz.

Moyens et outils :

- Vidéoprojecteur.
- Ordinateur portable.
- Matériels techniques et pédagogiques d'apprentissage (plateau de musculation, d'haltérophile, de cardio-training, step, tapis de sol, barres type bodypump, …)

Chaque stagiaire bénéficie d'un accès à la plateforme de FOAD « Claroline Connect » et bénéficie de ses possibilités (annonces, zone de dépôt de documents, contenus à disposition, parcours de formation, quizz, …).

Des évaluations formatives seront proposées tout au long de la formation.

LES MODALITES D'EVALUATION

(ANNEXE III, ANNEXE V de l'arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention « activités de la forme » du BPJEPS spécialité « éducateur sportif »)

1 – Exigences Préalables à la Mise en Situation Professionnelle (E.P.M.S.P.) :

EPMSP initial : 10 octobre 2022
EPMSP rattrapage : 15 octobre 2022

L'épreuve se déroule au sein de l'organisme de formation. La réussite à cette évaluation permet la mise en situation progressive des responsabilités pédagogiques en structure. Il est procédé à la vérification des exigences préalables permettant la mise en situation professionnelle des stagiaires, apprentis lors de la mise en place par le (la) candidat(e) d'une séquence pédagogique d'animation en sécurité d'une durée de 20 minutes au maximum. Cette séquence est suivie d'un entretien de 15 minutes au maximum.

Les compétences professionnelles correspondant aux exigences minimales permettant la mise en situation professionnelle des stagiaires en cours de formation sont les suivantes :

- être capable d'évaluer les risques objectifs liés à la pratique des activités de la forme ;
- être capable d'anticiper les risques potentiels pour le pratiquant ;
- être capable de maîtriser le comportement et les gestes à réaliser en cas d'incident, d'accident;
- être capable de mettre en œuvre une séquence pédagogique d'animation aux activités de la forme.

2 – Certifications :

Les unités capitalisables du BPJEPS AF sont évaluées lors des situations d'évaluation certificatives de fin d'année (Annexe III du texte de référence).

SEC 1 (UC 1, UC 2) : Production et soutenance d'un projet d'animation contextualisé et réalisé. Le stagiaire assoit sa présentation à l'aide d'un support multimédia pour sa soutenance orale.

Evaluation initiale : 01/06/2023 au 02/06/2023
Evaluation de rattrapage : 22/06/2023 au 30/06/2023

SEC 2 (UC 3) : Présentation d'un cycle d'animation ou d'apprentissage par le candidat parmi les deux supports d'activités de la forme : Cours collectifs (CC) ou Haltérophile, musculation (HM) (support choisi par le candidat, voir tableau ci-dessous).

Evaluation initiale : 22/05/2023 au 21/06/2023
Evaluation de rattrapage : 22/06/2023 au 30/06/2023

SEC 3 (UC 4 a et UC 4 b)

UC4 a (CC) : épreuve de démonstration technique et conduite de séance pédagogique
UC4 b (HM) : épreuve de démonstration technique et conduite de séance d'entrainement

Evaluation initiale : 12/06/2023
Evaluation de rattrapage : 22/06/2023 au 30/06/2023

Option(s) choisie(s) par le candidat	Certification UC3		Certification UC4		
	Support choisi par le candidat		UC4 Option A Cours collectifs (CC)		UC4 Option B Haltérophile, musculation (HM)
	Support d'activités « cours collectifs » (1)	Support d'activités « haltérophilie musculation » (2)	Démonstration d'une technique de l'option A et conduite de séance sur 2 activités du support CC différentes de l'UC3	Démonstration d'une technique de l'option A et conduite de séance sur 3 activités du support CC	Démonstration technique de l'option B et conduite de séance d'entrainement en HM avec une thématique différente de l'UC3 support d'activités HM
Option A Cours collectifs (CC)	X		X		
Option A Cours collectifs (CC)		X		X	
Option B Haltérophilie, musculation (HM)	X				X
Option B Haltérophilie, musculation (HM)		X			X
Option A+B (CC+HM)	X		X		X
Option A+B (CC+HM)		X		X	X

(1) Parmi les activités « cardio-chorégraphié », « renforcement musculaire », « étirements »
(2) Parmi les objectifs « développement des qualités physiques (force, puissance, vitesse, explosivité) », « prise de masse musculaire », « perte de poids », « renforcement musculaire », « sport bien être », « réathlétisation ».

LA DELIVRANCE DES DIPLÔMES

Les diplômes obtenus en fin de formation :

- BPJEPS mention activités de la forme option cours collectifs (délivrance DRAJES).
- BPJEPS mention activités de la forme option haltérophilie, musculation (délivrance DRAJES).
- Brevet fédéral 1° degré en haltérophilie (délivrance FFHM).
- Certificat Leaderfit matwork 1, les bases de la méthode Pilates (délivrance Leaderfit).
- Certificat Les Mills Bodypump, Rpm (délivrance Les Mills).

LE CALENDRIER DE LA FORMATION

TEP	Tests de sélection	Positionnement	Entrée en formation	Fin de la formation	Effectif mini/maxi	Heures en centre options CC + HM	Heures en centre option CC	Heures en centre option HM
27/06/2022	Du 28/06/2022 au 30/06/2022	Du 01/07/2022 au 04/07/2022	05/09/2022	03/07/2023	8 à 24	833 heures	654 heures	681 heures
						560 heures en structure		

LE COÛT DE LA FORMATION ET LES FINANCEMENTS

Frais d'inscription
Pour l'ensemble des stagiaires : 30 € (non remboursables)
Frais de Tests d'Exigences Préalables
Pour l'ensemble des stagiaires : 70 € (non remboursables)

MINISTÈRE CHARGÉ DES SPORTS
Liberté
Égalité
Fraternité

Mentions non contractuelles
Version 11/02/2022

Frais pédagogiques
Pour l'ensemble des stagiaires : - 7 497 € pour l'option « cours collectifs » et l'option « haltérophilie-musculation » - 5 886 € pour l'option « cours collectifs » - 6 129 € pour l'option « haltérophilie-musculation » - Coût horaire : 9 €/h

Le financement de tout ou partie de cette formation est possible sous réserve d'acceptation pour toute personne :

- Mobilisant son compte CPF en saisissant la demande directement : https://www.moncompteformation.gouv.fr;
- Mobilisant le Conseil Régional ;
- Mobilisant l'OPCO (AFDAS, Transitions Pro, etc…) ;
- Mobilisant le dispositif SESAME ;
- Mobilisant le dispositif Parcoursup ;
- Mobilisant Pôle Emploi ;
- Mobilisant une prise en charge totale ou partielle par un organisme (club, fédération, association...) ;
- Mobilisant un contrat d'apprentissage ;
- En auto-financement.

LES CONTACTS

Annelise LE MOAL (référente administrative)
☏ 0262 94.71.98
@ annelise.lemoal@creps-reunion.sports.gouv.fr

Charles SOUPRAYEN (responsable de la formation)
☏ 0693 93.92.38
@ charles.souprayen@creps-reunion.sports.gouv.fr

Mickaël GUIGNE (référent handicap)
Accueil de personnes en situation de handicap : toute demande fera l'objet d'une étude personnalisée
☏ 0262 94.71.86
@ mickael.guigne@creps-reunion.sports.gouv.fr

S'INFORMER, S'INSCRIRE

L'information ou l'inscription se réalise en ligne (http://www.creps-reunion.fr) à partir de la fiche descriptive de la formation visée accompagnée de tous les documents demandés au plus tard le jour de la clôture des inscriptions. L'inscription sera enregistrée au CREPS de la Réunion, dès réception du dossier complet et le règlement des frais administratifs, des frais des tests d'exigences préalables à l'entrée en formation (soit un total de **100 €**).

L'ACCUEIL ET L'HEBERGEMENT

Possibilité d'hébergement (sous réserve de disponibilité) et de restauration pour les stagiaires inscrits à une formation professionnelle → voir impérativement avec le service accueil pour la réservation.

Site de Saint Denis :

- 24 Route Philibert Tsiranana – 97495 Sainte Clotilde
- 02.62.94.71.10 ou 11
- accueil@creps-reunion.sports.gouv.fr
- Coordonnées GPS : N -20.8898031, E 55.4705324

Site de Saint Paul :

- 47 Boulevard du Front de Mer – 97460 Saint Paul
- 02.62.22.53.66
- accueil@creps-reunion.sports.gouv.fr
- Coordonnées GPS : N -21.001981, E 55.276638