



**PREFORMATION PREPARANT
AUX TESTS D'EXIGENCES PREALABLES A L'ENTREE EN FORMATION
ET AUX TESTS DE SELECTION DU BREVET PROFESSIONNEL
DE LA JEUNESSE, DE L'ÉDUCATION POPULAIRE ET DU SPORT
SPECIALITE « ÉDUCATEUR SPORTIF » MENTION « ACTIVITES DE LA FORME »
OPTION COURS COLLECTIFS (CC)**

**BPJEPS
Mention AF
Option CC**

2022

PRESENTATION

Le CREPS de la Réunion proposera **une préformation** en 2022 préparant aux tests d'exigences préalables (TEP) à l'entrée en formation et aux tests de sélection du BP JEPS mention « activités de la forme » option « cours collectifs ».

L'objectif de la préformation spécifique aux cours collectifs vise à rendre plus facile l'accès des stagiaires au double parcours optionnel de la mention et de favoriser en fin de formation BPJEPS une meilleure insertion professionnelle des diplômés.

A l'issue de la préformation, le stagiaire sera capable de :

- Réussir les tests d'exigences préalables (TEP) à l'entrée en formation.
- Réussir les tests de sélection de l'organisme de formation.
- Agir de manière efficace en cas d'incident, d'accident ou de blessure.
- Suivre des cours de freestyle de niveau débutant à intermédiaire.
- Connaître les techniques, les méthodes d'apprentissage pour un public débutant.
- S'appropriier les nouveaux concepts émergeant de la mention, de l'option cours collectifs.
- Participer à la vie, à l'organisation et à la gestion de la structure.

Pour le BPJEPS AF
deux options du CREPS
de la Réunion, le taux
de satisfaction en 2021
est de 100% et le taux
de réussite en 2021 est
de 78 % (CC), 95 %
(HM)



DEBOUCHES POSSIBLES

Accès à la formation du BPJEPS activités de la forme option cours collectifs, option haltérophilie, musculation.

PREREQUIS ET CONDITIONS D'ACCES A LA FORMATION

Pour s'inscrire à la formation, il faut :

- Être âgé de 18 ans minimum à la date de la session de formation.
- Présenter un certificat médical de non-contre-indication à la pratique et à l'encadrement des « activités de la forme » datant de moins d'un an.
- Satisfaire aux tests de sélection de la préformation du BP JEPS AF option CC.
- Avoir un bon niveau de pratique sportive de préférence dans les activités de la forme.
- *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 : 0262 94 71 86 - mickael.guigne@creps-reunion.sports.gouv.fr*

CONTENU DES EPREUVES DE SELECTION

1 – Evaluation diagnostique

L'évaluation diagnostique se compose de 4 épreuves :

1. Epreuve physique (test navette Luc Léger).
2. Epreuve de démonstration technique de l'option cours collectifs.
3. Epreuve écrite (composition en français).
4. Epreuve orale (entretien professionnel).

2. – Barèmes des épreuves :

2.1 – L'épreuve de Test navette Luc Léger notée sur 20 (durée : 18', coeff.1)..

Temps en minutes	Test Luc Léger	Km/h	Note sur 20 – Barème Femmes	Note sur 20 – Barème 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
19	Palier 20	17,5 km/h		
20	Palier 21	18 km/h		

2.2 – L'épreuve de démonstration technique notée sur 20 (durée : 60', coeff.1).

Suivi de cours collectifs d'un niveau **débutant**.

Cette épreuve est réalisée par l'ensemble des candidats selon la chronologie suivante :

- 10 min d'échauffement,
- 20 min de Step,
- 20 min de renforcement musculaire,
- 10 min d'étirements.

Ce test a pour objectif d'évaluer la capacité des candidats à réaliser un cours chorégraphié qui sera composé d'éléments de type STEP, LIA, renforcement musculaire et stretching.

De manière plus précise, le jury appréciera la capacité du candidat à :

- Reproduire et à maîtriser les éléments techniques ;
- Maîtriser la relation musique/mouvement ;
- Mémoriser la chorégraphie.

2.3 – L'épreuve écrite de type composition française notée sur 20 (durée : 2 h, coeff.1) :

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

2.4 – L'épreuve orale notée sur 20 (durée : 20', coeff.1) : A partir de la présentation d'un curriculum vitae et d'une lettre de motivation joints dans le dossier d'inscription dans lequel 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

Suite à l'admission du candidat et lors du positionnement, un temps d'échange avec le responsable de la formation permettra d'élaborer le parcours individuel de formation (PIF) du stagiaire selon les acquis et/ou les expériences constatées. Une liste de structures professionnelles agréée par le CREPS de la Réunion sera donnée au stagiaire afin de sécuriser les parcours en structure professionnelle.

CONTENU DE LA FORMATION

Module 1 : les connaissances transversales du métier d'éducateur sportif

Les rôles, fonctions, compétences d'un éducateur sportif des activités de la forme.
Le schéma de la communication : principes, jeux, langage verbal et non-verbal.
Les généralités relatives à la pédagogie des activités de la forme option cours collectifs.
La structuration et les composantes de la fiche de séance, la grille d'évaluation.
Le diagnostic d'une structure professionnelle.
L'expression écrite et orale.

Module 2 : La pédagogie collective des activités cardio-vasculaires, de renforcement musculaire, de stretching pour un public débutant

La structuration d'un cours.
Les principaux pas de base.
Le cueing verbal et gestuel.
Les étapes de préparation d'un cours (technique + pédagogie + animation).
Les méthodes d'apprentissage, les combinaisons chorégraphiques.
Les différents niveaux de cours.
L'utilisation des zones d'évolution, des matériels en toute sécurité.

Module 3 : La maîtrise technique des activités cardio-vasculaires, de renforcement musculaire, de stretching de niveau débutant à intermédiaire

La relation musique mouvement.

La technique personnelle (simplification ou complexification du pas de base).

L'initiation aux concepts les mills, Zumba, pilates.

L'initiation aux techniques d'haltérophilie, de musculation, de crossfit, de cross-training, de cardio-training.

MODALITES PEDAGOGIQUES

La formation se déroule en alternance :

1 - En centre : au CREPS de la Réunion (site de Saint-Denis et de Saint-Paul) et au sein des centres de remise en forme partenaires (Stand Up à Saint-Gilles Les Bains et Reflex Form à Saint-Paul).

Les enseignements, les méthodes de formation s'appuient sur des cours magistraux/des travaux en ateliers/des cas pratiques en lien avec les professionnels du secteur de la forme sur des domaines précis (animation, pédagogie, technique en utilisant des supports spécifiques).

2 - En entreprise : toutes les structures professionnelles du territoire dans le secteur de la remise en forme intégrant des cours collectifs fresstyle et concepts du secteur (les Mills, Pilates, Zumba, ...).

Les apprentissages réalisés avec le tuteur consistent principalement à l'observation des pratiques professionnelles et le suivi de séances d'animation et/ou d'entraînement dans l'option CC en prise directe avec les publics spécifiques.

Modalités pédagogiques : théorie et pratique.

Techniques pédagogiques :

- Etude de cas, exposé ;
- Démonstration pratique, travaux dirigés ;
- Classe inversée ;
- Techniques d'apprentissage : cours collectifs, haltérophilie, musculation, cardio-training ;
- Tests de performance ;
- Evaluation formative et QCM.

Moyens et outils :

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

Chaque stagiaire bénéficiera 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, ...).

Evaluation formative tout au long de la formation.

MODALITES DES SITUATIONS D'EVALUATION CERTIFICATIVES

Evaluations certificatives : au nombre de 4

1 – L'épreuve de Test navette Luc Léger notée sur 20 (durée : 18', coeff.1).

Temps en minutes	Test Luc Léger	Km/h	Note sur 20 – Barème Femmes	Note sur 20 – Barème 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
19	Palier 20	17,5 km/h		
20	Palier 21	18 km/h		

2 – L'épreuve de démonstration technique notée sur 20 (durée : 60', coeff.1).

Suivi de cours collectifs d'un niveau intermédiaire.

Cette épreuve est réalisée par l'ensemble des candidats selon la chronologie suivante :

- 10 min d'échauffement,
- 20 min de Step,
- 20 min de renforcement musculaire,
- 10 min d'étirements.

Ce test a pour objectif d'évaluer la capacité des candidats à réaliser un cours chorégraphié qui sera composé d'éléments de type STEP, LIA, renforcement musculaire et stretching.

De manière plus précise, le jury appréciera la capacité du candidat à :

- Reproduire et à maîtriser les éléments techniques ;
- Maîtriser la relation mouvement/musique ;
- Mémoriser la chorégraphie.

3 – L'épreuve écrite de type composition française notée sur 20 (durée : 2 h, coeff.1) :

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

4 – L'épreuve orale notée sur 20 (durée : 20', coeff.1) : A partir de la présentation d'un dossier personnel (CV, lettre de motivation, justificatifs du parcours du candidat) 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.

CALENDRIER DE LA FORMATION

Tests de sélection	Positionnement	Début de la formation	Fin de la formation	Effectif mini/maxi	Volume horaire	Heures en centre	Heures en structure
07 et 08/03/2022	09/03/2022	10/03/2022	12/05/2022	6 à 20	180 h	138 h	42 h

COUT DE LA FORMATION ET FINANCEMENTS

Frais d'inscription

Pour l'ensemble des stagiaires : 30 € (non remboursables)

Frais pédagogiques

Pour l'ensemble des stagiaires :

- 1 242,00 € pour la préformation BP AF option cours collectifs
- Coût horaire : 9,00 € /h

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

- Mobilisant le dispositif SESAME ;
- Mobilisant Pôle Emploi ;
- Mobilisant le Conseil Régional ;
- Mobilisant l'OPCO (AFDAS, etc...) ;
- Mobilisant une prise en charge totale ou partielle par un organisme (club, fédération, association...) ;
- En auto-financement.

CONTACTS



Annelise LE MOAL
(Référente administrative)
☎ 02.62.94.71.98
@ annelise.lemoal@creps-reunion.sports.gouv.fr



Charles SOUPRAYEN
(Responsable de la formation)
☎ 06.93.48.96.21
@ 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
☎ 02.62.94.71.86
@ 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.

ACCUEIL ET HEBERGEMENT

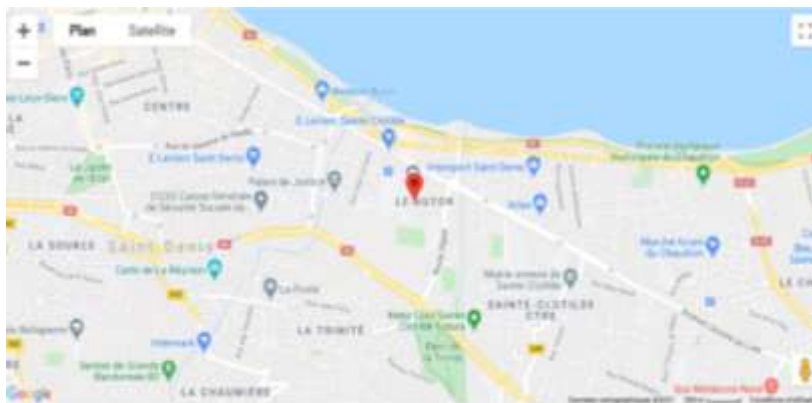
Possibilité d'hébergement (sous réserve de disponibilité) et de restauration pour les stagiaires inscrits à une formation professionnelle → voir impérativement avec le service accueil pour la réservation.

Site de Saint Denis :

- 24 route Philibert Tsiranana – CS 61115 – 97495 Sainte Clotilde cedex
- 0262 94.71.10 ou 11
- accueil@creps-reunion.sports.gouv.fr
- Coordonnées GPS : N -20.8898031, E 55.4705324

Vous arrivez en avion :

- Sortie aéroport Saint-Denis Gillot
- Prendre direction Saint-Denis RN2
- Aux feux, à gauche rue Léopold Rambaud
- 1ère à droite rue des Deux Canons
- Aux feux à droite avenue Maréchal De Lattre de Tassigny
- Au rond-point à gauche, rue "Route Digue"
- Sur la route Digue, 1ère à droite CROS/CREPS tout droit au fond.



Site de Saint Paul :

- 47 boulevard du Front de Mer – 97460 Saint Paul
- 0262 22.53.66
- accueil@creps-reunion.sports.gouv.fr
- Coordonnées GPS : N -21.001981, E 55.276638

Vous arrivez en avion :

- Depuis Gillot direction Saint-Denis
- Direction Le Port par la route du littoral
- Direction Saint-Paul
- Sur la RN1 sortie Savannah
- Au rond-point tout droit
- Direction Saint-Paul centre
- Après le pont première rue à droite direction front de mer
- Au rond-point à gauche route du front de mer
- 200 m sur la droite après la médiathèque

