

Programme de formation

Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport Spécialité « Educateur Sportif », Mention « Activités de la Forme » Options « Haltérophilie, Musculation » et « Cours collectifs » *Habilitation DRAJES Nouvelle Aquitaine N° 21ALPHABBP40011*

➤ Objectifs

C'est un diplôme de niveau IV, confère à son (sa) titulaire les compétences relatives à :

- Encadrer différents publics à travers la prise en charge de pratiquants sur plateau de musculation (option « Haltérophilie, Musculation ») et l'animation de cours collectifs en musique (option « cours collectifs »).
- Exercer en autonomie son activité d'animation, en utilisant les supports techniques liés à ses activités, dans des cadres règlementaires. Il (Elle) peut exercer sa profession dans des structures commerciales, associatives ou bien en tant que travailleur(se) indépendant(e) auprès d'une clientèle particulière.
- Être responsable sur le plan pédagogique et assurer la sécurité des tiers et des publics dont il (elle) a la charge.

Option « Cours collectifs » :

L'objectif de la formation est de permettre au (à la) stagiaire de développer ses connaissances, ses compétences et son savoir-faire pour encadrer en toute sécurité :

- Des activités des cours collectifs, avec ou sans musique,
- Des activités cardio-vasculaires à partir de techniques telles que Low Impact Aerobic (LIA), Step, etc.,
- Des activités de renforcement et d'étirement musculaires.

Option « Haltérophilie, Musculation » :

L'objectif de la formation est de permettre au (à la) stagiaire de développer ses connaissances, ses compétences et son savoir-faire pour encadrer en toute sécurité :

- Des activités de l'haltérophilie,
- Des activités de la musculation (machines, barres, haltères, etc.),
- Des activités de cardio-training (ergomètres, etc.),
- Des activités de récupération (étirements, relaxation, etc.).

➤ Public visé

La formation est ouverte à toute personne souhaitant se former au métier d'éducateur sportif dans le secteur des métiers de la forme :

- Reconversion professionnelle
- Issue du système scolaire secondaire
- Etudiants STAPS, détenteurs de BPJEPS souhaitant compléter leur parcours

➤ Lieu de la formation

La formation se déroulera au centre de formation Euro Fitness, situé au 8-10 Rue Edmond Besse à BORDEAUX (33300)

➤ Durée de la formation / Volume horaire

La formation professionnelle se déroule sur une année civile ou scolaire, soit 9 à 10 mois de formation pour un volume à 750 heures de formation (BPJEPS AF 2 options), ou 600 heures de formation (BPJEPS AF 1 option) et une moyenne de 510 heures en structure de stage.

➤ Organisation de l'action de formation

L'organisation de la formation **nécessite une alternance entre l'organisme et la structure de stage**. L'rythme de l'alternance est établi sur 1 semaine (3 jours en formation et 2 à 3 jours de stage).

Elle est organisée pour un effectif minimum de 8 stagiaires et un maximum de 20.

Les Unités Capitalisables (UC) sont certifiées lors de plusieurs périodes avec possibilités de présentation à 2 sessions.

A la fin de la formation, l'organisme fournit à chaque candidat(e), une Attestation Individuelle de Fin de Formation (AIFF) informant de l'état de validation de ses UC aboutissant à l'obtention du diplôme.

Les résultats des épreuves certificatives (avis favorable ou non du jury évaluateur) sont transmis lors de la réunion du jury plénier. Ce dernier vérifie minutieusement chaque grille de certification et valide définitivement l'ensemble des résultats.

Le Brevet Professionnel de la Jeunesse de l'Education Populaire et du Sport, spécialité « Educateur Sportif », mention « Activités de la Forme », option « Haltérophilie, Musculation » et « cours collectifs » est délivré par la Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'engagement et aux Sports (DRAJES) de la région Nouvelle-Aquitaine.

➤ Outils et moyens pédagogiques

L'organisme de formation met à disposition des stagiaires sur place :

- 3 salles de cours théoriques équipées : tables, chaises, tableaux blancs, squelettes pédagogiques, vidéoprojecteurs.
- 1 espace de musculation : postes guidés, postes libres, barres d'entraînement, barres olympiques, poids, haltères, tapis, etc.
- 1 espace de cardio-training : rameurs, vélos assis, vélos elliptiques
- 1 espace haltérophilie et « Functional training » : espace de compétition, barres d'entraînement et de compétition, poids spécifiques, bancs de développé couché, cages « Functional training », kettlebells.
- 1 espace cours collectifs : estrade, sonorisation, micro HF, espace d'évolution

Les supports pédagogiques sont :

- Ressources et cours en ligne via une plateforme de formation type LMS
- Support bibliographiques

L'organisme de formation dispense des cours théoriques permettant la mise en place de situations pratiques professionnelles, sanctionnés par des évaluations formatives régulières. Il encadre le suivi des documents supports nécessaires à la certification (plateforme de formation, cahier des charges, échéanciers, évaluations blanches, etc.) afin de positionner les stagiaires en situation de réussite.

En parallèle, l'organisme de formation assure le suivi et la coordination de l'alternance afin d'engager le (la) tuteur(trice) dans ses missions et objectifs. Les Unités Capitalisables (UC) sont certifiées lors de 2 périodes.

➤ Conditions d'accès à la formation

Les conditions d'accès à la formation sont :

- Être âgé(e) de 18 ans au premier jour de la sélection,
- Être titulaire d'une attestation de formation relative au secourisme,
- Satisfaire aux Tests d'Exigences Préalables (TEP) à l'entrée en formation, communs à tous les organismes de formation,
- Satisfaire aux tests de sélection mis en place par Euro Fitness Fédération.

➤ Exigences préalables à l'entrée en formation

1- Le (la) candidat(e) doit remettre son dossier d'inscription dûment complété comprenant :

- Un règlement pour les frais administratifs,
- Une photocopie d'une pièce d'identité en cours de validité (recto/verso),
- Une attestation sur l'honneur de non-condamnation en respect du Code du Sport (Article L 212-9),
- Une attestation de recensement ou un certificat individuel de participation à la journée de défense et citoyenneté pour les personnes de moins de 25 ans,
- La photocopie des diplômes justifiant des dispenses ou des équivalences,
- La photocopie d'une attestation de formation relative au secourisme en cours de validité (AFPS, PSC1, PSE1, PSE2, AFGSU niveau 1 ou niveau 2, SST),
- Un certificat médical de non-contre-indication à la pratique et à l'encadrement des activités de la forme, d'haltérophilie et de musculation datant de moins de 12 mois,
- Une attestation d'assurance individuelle ou de responsabilité civile couvrant les accidents personnels, les activités durant les épreuves de sélection et en cas d'admission durant la formation (activités sportives, déplacements, etc.),
- Pour les personnes en situation de handicap : l'avis d'un médecin agréé par la Fédération Française Handisport ou par la Fédération Française de Sport Adapté ou désigné par la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées sur la nécessité d'aménager le cas échéant la formation ou les épreuves certificatives selon la certification visée,
- Un curriculum vitae.

2- Le (la) candidat(e) doit satisfaire aux tests techniques de l'option concernée :

- **Option « Cours Collectifs » :**

- **Epreuve n° 1 :** Test navette « Luc Léger » : palier 7 (réalisé) pour les femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes.

- **Epreuve n° 2 :** Le (la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique de 60 minutes au total, comprenant : 10 minutes d'échauffement collectif, 20 minutes de **passage en STEP** à un rythme de 128 à 132 battements par minute (dont 2 minutes de retour au calme), 20 minutes de **passage en renforcement musculaire**, 10 minutes de **retour au calme sur 5 étirements**.

Le (la) candidat(e) reproduit les éléments techniques simples, ajuste sa prestation en fonction d'indications verbales ou gestuelles données. Il (Elle) est capable de mémoriser et de reproduire un enchaînement simple. Le protocole des tests pour l'option est présenté dans l'annexe IV liée à l'arrêté du 5 septembre 2016

- **Option « Haltérophilie, Musculation » :**

- **Epreuve n° 1 :** Test navette « Luc Léger » : palier 7 (réalisé) pour les femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes,

- **Epreuve n° 2 :** Le (la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique composée des exercices :

Squat, traction et développé couché (10 minutes de récupération minimum entre chaque mouvement et chaque exercice).

Le protocole des tests pour l'option est présenté dans l'annexe II- article 9 liée à l'arrêté du 27 juillet 2022

➤ Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Les épreuves (TEP, sélections, épreuves certificatives...) peuvent être aménagées pour les personnes en situation de handicap (article A 212-44 du Code du Sport).

Pour cela, vous devez vous procurer un avis médical auprès du médecin agréé par la fédération française handisport.

Pour ce rendez-vous, munissez-vous de votre dossier médical et de la description des épreuves pour lesquelles vous souhaitez demander un aménagement.

Cet avis médical devra être transmis à la DRAJES N-A au moment de votre inscription aux TEP avec votre demande d'aménagement.

Sur cette base, il appartient au directeur régional de la jeunesse des sports et de la cohésion sociale de décider d'aménager les épreuves. Cette décision est transmise à l'organisme de formation concerné pour la mise en place de l'aménagement. Le médecin agréé pour la région Nouvelle Aquitaine vient de cesser ses fonctions. Dans l'attente de l'agrément des médecins en Nouvelle Aquitaine, voici les médecins agréés des régions limitrophes.

- Pays de la Loire Docteur Matthieu Gahier : 44-Nantes : 02.40.84.60.66, matthieu.gahier@chu-nantes.fr
 - Occitanie Dr Claire de Labacherie : 34-Montpellier : 04.67.33.05.65, fed-medecinedusport@chu-montpellier.fr
 - Auvergne Rhône Alpes
- Dr Julie Di Marco : 69-St Didier au Mont d'or : 04.72.53.20.12 ou 20.55, dr.jdimarco@gmail.com
- Dr Elodie Gailladrat : 38-Echirolles 04.76.76.54.94
- Dr Claire Morel : 03-Bellerive sur Allier : 04.70.59.53.39, claire.morel@creps-vichy.sports.gouv.fr

➤ Tests de sélection

Les exigences préalables à l'entrée en formation obtenues, le (la) candidat(e) peut se présenter aux épreuves de sélections :

- **Rédaction d'un écrit dans lequel il (elle) s'exprimera sur différentes thématiques sportives et son parcours personnel.**
Observables : *Soin apporté à la présentation structure et plan de la rédaction construction des phrases (sujet, verbe, complément, ponctuation, etc.), orthographe et grammaire.*
- **Entretien de 20 à 30 minutes** avec le jury pour exposer ses motivations personnelles et répondre aux questions posées
Observables : *Exposé des motivations, attitudes du candidat, expression orale. Une attention particulière est apportée au projet professionnel du (de la) candidat(e).*

➤ Positionnement

Le positionnement consiste à situer le (la) candidat(e) par rapport au référentiel professionnel pour prendre en compte son projet professionnel et au référentiel de certification au regard de ses acquis expérimentiels afin de proposer au (à la) candidat(e) un parcours individualisé de formation

A l'issue de ce positionnement, des allègements de formation peuvent être proposés permettant d'accéder directement aux épreuves certificatives d'une ou plusieurs UC.

Ce positionnement permettra de repérer le (la) candidat(e) susceptible de relever de la Validation d'Acquis de l'Expérience (VAE) et de déposer un dossier auprès du jury plénier de la formation. La VAE, par le jury plénier, dispense-le (la) candidat(e) d'effectuer une ou plusieurs UC.

➤ Dispenses et équivalences

Les dispenses et les équivalences sont présentées dans l'annexe IV liée à l'arrêté du 27 juillet 2022.

➤ Présentation de l'équipe Euro Fitness

DIRECTION :

- **LACROIX Christian** Président Général
- **RIBEILL Mélanie** Directrice pédagogique

EQUIPE PEDAGOGIQUE PERMANENTE :

- **GUIROY Gilles** Formateur option « Haltérophilie, Musculation »
- **ZAMBON Thierry** Formateur option « Haltérophilie, Musculation », Coordonnateur DEJEPS HMFA
- **COLIN Christophe** Formateur option « Haltérophilie, Musculation », Formateur UC 1-2
- **MERLE William** Formateur option « Haltérophilie, Musculation »

EQUIPE ADMINISTRATIVE

- **HERNANDEZ Manon** Responsable administrative
- **CHEROUVRIER-LAPEYRE Servane** Assistante administrative
- **DUMAS BORDEHORE Marylin** Assistante administrative et comptable

➤ Programme détaillé

Unité Capitalisable (UC) 1 : Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure

Objectif d'Intégration (OI) 1.1 : Communiquer dans les situations de la vie professionnelle en adaptant la démarche et les outils aux singularités des interlocuteurs

- 1.1.1 Adapter sa communication aux différents publics afin de favoriser l'intégration de tous
- 1.1.2 Produire des écrits professionnels adaptés aux caractéristiques et besoins des publics concernés
- 1.1.3 Promouvoir les projets et actions de la structure en prenant en compte les spécificités physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques des publics impliqués

OI 1.2 Prendre en compte les caractéristiques des publics dans leurs environnements dans une démarche d'éducation à la citoyenneté en favorisant la dimension collective et l'intégration de tous.

- 1.2.1 Repérer les attentes et les besoins des différents publics pour favoriser l'intégration de tous
- 1.2.2 Choisir les démarches adaptées en fonction des singularités des publics
- 1.2.3 Garantir l'intégrité physique et morale des publics

OI 1.3 Contribuer au fonctionnement d'une structure en tenant compte des particularités de publics impliqués

- 1.3.1 Se situer dans la structure
- 1.3.2 Situer la structure dans les différents types d'environnement
- 1.3.3 Participer à la vie de la structure en veillant à respecter l'intégration de tous

UC 2 Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure

OI 2.1 Concevoir un projet d'animation en tenant compte des particularités des publics impliqués

- 2.1.1 Situer son projet d'animation dans son environnement, en fonction du projet de la structure, de ses ressources et du public accueilli dans une perspective éducative et intégrative
- 2.1.2 Définir les objectifs et les modalités d'évaluation en prenant en compte les caractéristiques spécifiques de chacun
- 2.1.3 Identifier les moyens nécessaires à la réalisation du projet en lien avec les singularités des publics impliqués

OI 2.2 Conduire un projet d'animation

- 2.2.1 Planifier les étapes de réalisation
- 2.2.3 Animer une équipe dans le cadre du projet en incluant chaque membre au regard de ses caractéristiques et besoin particuliers
- 2.2.3 Procéder aux régulations nécessaires afin de favoriser l'intégration de tous

OI 2.3 Evaluer un projet d'animation dans une perspective éducative et intégrative

- 2.3.1 Utiliser les outils d'évaluation adaptés
- 2.3.2 Produire un bilan
- 2.3.3 Identifier des perspectives d'évolution

UC 3 Concevoir une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des Activités de la Forme

OI 3.1 Concevoir la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme en prenant en compte les caractéristiques physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques de tous les pratiquants

- 3.1.1 Fixer les objectifs de la séance ou du cycle et les modalités d'organisation en lien avec les caractéristiques des publics encadrés
- 3.1.2 Prendre en compte les caractéristiques du public, notamment en situation de handicap dans la préparation de la séance ou du cycle
- 3.1.3 Organiser le cycle ou la séance en prenant en compte les singularités des pratiquants

OI 3.2 Conduire la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme à partir des particularités des publics impliqués

- 3.2.1 Programmer une séance ou un cycle en fonction des objectifs fixés en prenant en compte les caractéristiques physiques, motrices, sensorielles, cognitives des pratiquants
- 3.2.2 Mettre en œuvre une démarche pédagogique adaptée aux objectifs de la séance ou du cycle ainsi qu'aux caractéristiques spécifiques des publics encadrés
- 3.2.3 Adapter son action pédagogique aux singularités des publics encadrés

OI 3.3 Evaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme, notamment au regard de la prise en compte des caractéristiques spécifiques et des besoins de chacun

- 3.3.1 Construire et utiliser des outils d'évaluation adaptés

- 3.3.2 Evaluer son action
- 3.3.3 Evaluer la progression des pratiquants en prenant en compte leurs singularités

UC 4A Mobiliser les techniques de la mention des Activités de la Forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage dans l'option « Cours collectifs »

OI 4A.1 Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option

- 4A.1.1 Maîtriser les techniques de l'option « Cours collectifs » appliquées aux caractéristiques physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques des pratiquants
- 4A.1.2 Maîtriser les gestes techniques dont les aides et parades et les conduites professionnelles de l'option « Cours collectifs », adaptées aux particularités des pratiquants
- 4A.1.3 Utiliser les gestes techniques appropriés dans un objectif d'apprentissage et dans une logique inclusive

OI 4A.2 Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option « cours collectifs » afin que chaque sportif évolue en sécurité

- 4A.2.1 Maîtriser et faire appliquer les règlements techniques et usage de la discipline de l'option « cours collectifs » en choisissant les moyens adaptés aux singularités des publics encadrés
- 4A.2.2 Maîtriser et faire appliquer le cadre de la pratique en veillant à respecter l'intégration de tous
- 4A.2.3 Sensibiliser aux bonnes pratiques et aux conduites à risques

OI 4B.3 Garantir des conditions de pratique en sécurité

- 4A.3.1 Utiliser le matériel adapté au public et conforme aux règles de sécurité
- 4A.3.2 Aménager la zone de pratique ou d'évolution en veillant à l'intégration de tous les pratiquants
- 4A.3.3 Veiller à la conformité et à l'état du matériel et de la zone de pratique ou d'évolution
- 4A.3.4 Veiller à l'intégrité physique et morale des pratiquants en accordant une vigilance particulière à leurs caractéristiques singulières (physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques)

UC 4B Mobiliser les techniques de l'option « Haltérophilie, Musculation » pour mettre en œuvre une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage

OI 4B.1 Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option

- 4B.1.1 Maîtriser les techniques de l'option « haltérophilie, musculation » appliquées aux caractéristiques physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques des pratiquants
- 4B.1.2 Maîtriser les gestes techniques dont les aides et parades et les conduites professionnelles de l'option « haltérophilie, musculation » adaptées aux particularités des pratiquants
- 4B.1.3 Utiliser les gestes techniques appropriés dans un objectif d'apprentissage et dans une logique inclusive

OI 4B.2 Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option « haltérophilie, musculation » afin que chaque sportif évolue en sécurité

- 4B.2.1 Maîtriser et faire appliquer les règlements techniques de la fédération délégataire de l'haltérophilie, musculation en choisissant les moyens adaptés aux singularités des publics encadrés
- 4B.2.2 Maîtriser et faire appliquer le cadre de la pratique fédérale en haltérophilie, musculation en veillant à respecter l'intégration de tous
- 4B.2.3 Sensibiliser aux bonnes pratiques et aux conduites à risques

OI 4B.3 Garantir des conditions de pratique en sécurité

- 4B.3.1 Utiliser le matériel adapté au public et conforme aux règles de sécurité
- 4B.3.2 Aménager la zone de pratique ou d'évolution en veillant à l'intégration de tous les pratiquants
- 4B.3.3 Veiller à la conformité et à l'état du matériel et de la zone de pratique ou d'évolution
- 4B.3.4 Veiller à l'intégrité physique et morale des pratiquants en accordant une vigilance particulière à leurs caractéristiques singulières (physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques)

Les Uc1 et Uc2 sont deux unités transversales et communes à l'intégralité des diplômes BPJEPS.

Chacun des blocs de compétences doit être validé pour obtenir le diplôme. Il est possible de valider les différentes unités capitalisables indépendamment.

Les UC validées en cours de formation sont acquises définitivement.

➤ Modalités d'évaluation

Deux types d'évaluations sont prévues :

- Des évaluations dites « formatives » permettant au stagiaire de se situer en cours de formation
- Des évaluations dites « certificatives » permettant l'obtention du diplôme en fin de formation

Modalités des évaluations certificatives

Unités capitalisables	Modalités d'évaluation
UC1 : Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure	La situation d'évaluation certificative est réalisée au moyen : -de la production d'un document explicitant la conception, la mise en œuvre et la réalisation d'un projet d'animation dans la structure d'alternance pédagogique -d'une soutenance orale suivie d'un entretien
UC2 : Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure	La situation d'évaluation certificative est réalisée au moyen : -de la production d'un document explicitant la conception, la mise en œuvre et la réalisation d'un projet d'animation dans la structure d'alternance pédagogique -d'une soutenance orale suivie d'un entretien
UC3 : Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme	L'épreuve certificative est réalisée au moyen de : -la production d'un document comprenant un support d'activités « haltérophilie, musculation » composé de deux cycles d'animation de six séances -une mise en situation professionnelle composée d'une conduite de séance d'animation issue d'un des cycles susmentionnés, suivie d'un entretien portant sur la conduite de séance et le dossier dont elle est issue.
UC4A : Mobiliser les techniques de l'option « Cours collectifs » pour mettre en œuvre une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage	L'épreuve certificative est réalisée au moyen de : -une démonstration technique cours collectifs -une conduite de séance d'entraînement en cours collectifs suivie d'un entretien portant sur son analyse technique et les aspects sécuritaires
UC4B : Mobiliser les techniques de l'option « Haltérophilie, Musculation » pour mettre en œuvre une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage	L'épreuve certificative est réalisée au moyen de : -une démonstration technique en haltérophilie, musculation composée de trois mouvements -une conduite de séance d'entraînement en haltérophilie, musculation composée de deux séquences suivies d'un entretien portant sur son analyse technique et les aspects sécuritaires

➤ Débouchés professionnels

Le **BPJEPS AF** permet d'exercer sur le terrain, en autonomie, mais sans fonction de direction ou de coordination. Voici les principaux débouchés professionnels après un BPJEPS AF :

Encadrement et animation

- Coach sportif en salle de fitness, association sportive ou structure municipale.
- animateur / éducateur sportif dans le domaine de la remise en forme, musculation, cardio training, activités collectives (selon l'option choisie).
- Intervenant multisports orienté fitness pour les publics variés.

Coaching personnalisé

- Coach personnel indépendant, avec accompagnement individualisé (objectifs santé, perte de poids, performance, bien-être...).
- Coach à domicile ou en extérieur (personal trainer).

Secteur privé et associatif

- En salle de sport commerciales.
- En associations sportives.
- Centres sociaux, collectivités locales...

Entrepreneuriat

- Auto-entrepreneur ou création de sa propre micro-structure de coaching.
- Possibilité d'ouvrir un studio privé (petite salle de musculation ou de coaching personnalisé).

Une fois le BPJEPS AF finalisé, une poursuite d'étude est tout à fait envisageable avec le DEJEPS HMFA.

➤ Financement de la formation/ Prix

Le coût de la formation pour une prise en charge personnelle s'élève 6084 €

➤ Textes de référence

- Arrêté du 27 juillet 2022 portant création de la mention « Activités de la Forme » du Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport, spécialité « Educateur Sportif ».
<https://www.legifrance.gouv.fr/eli/arrete/2016/9/5/VJSF1624904A/jo/texte>
- Annexes I à VII.
http://www.sports.gouv.fr/IMG/pdf/bp_af_-_annexes_-_27_juillet_2022.pdf