

EXIGENCES PREALABLES A L'ENTREE EN BP JEPS ACTIVITES DE LA FORME

Les exigences préalables ont pour but de vérifier les compétences du candidat à suivre le cursus de formation lui permettant d'accéder à la mention « activités de la forme » du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS) spécialité « éducateur sportif ».

Les exigences préalables à l'entrée en formation du BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « Activités de la forme » sont les suivantes :

Le (la) candidat(e) doit :

- être titulaire de l'une des attestations de formation relative au secourisme suivante :
- « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC1) ou « attestation de formation aux premiers secours » (AFPS) ;
- « premiers secours en équipe de niveau 1 » (PSE 1) en cours de validité ;
- « premiers secours en équipe de niveau 2 » (PSE 2) en cours de validité ;
- « attestation de formation aux gestes et soins d'urgence » (AFGSU) de niveau 1 ou de niveau 2 en cours de validité ;
- « certificat de sauveteur secouriste du travail (SST) » en cours de validité.
- présenter un certificat médical de non contre-indication de la pratique des « activités de la forme » datant de moins de 3 mois à la date de l'entrée en formation ;
- être capable de réaliser les tests techniques suivants :

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.

Epreuve n° 2 : le(la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique de 60 minutes au total, comprenant dix minutes d'échauffement collectif, vingt 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. 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. La trame des enchaînements de l'épreuve n°2 figure en annexe IV-A.

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.

Epreuve n°2 : Epreuve de démonstration technique sur les exercices suivants :

SQUAT :

- Femmes : 5 répétitions à 75% du poids de corps
- Hommes : 6 répétitions à 110% du poids de corps

TRACTIONS : nuque ou menton => barre

- Femmes : 1 répétition prise supination ou pronation
- Hommes : 6 répétitions prise supination ou pronation

DEVELOPPE COUCHE :

- Femmes : 4 répétitions à 40% du poids de corps
- Hommes : 6 répétitions à 80% du poids de corps

EXIGENCES CENTRE DE FORMATION OPTION « Cours collectifs »

Epreuve : le(la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique de 60 minutes au total, comprenant dix minutes d'échauffement collectif, vingt-cinq minutes de passage en renforcement musculaire et vingt-cinq minutes de stretching. Le(la) candidat(e) reproduit les éléments techniques simples, ajuste sa prestation en fonction d'indications verbales ou gestuelles données.

EXIGENCES CENTRE DE FORMATION OPTION « Haltérophilie, Musculation »

Epreuve : réaliser un circuit de 5 ateliers

Pompes. FEMMES : 25rep (au lieu de 30). Sur les genoux. Hommes : 25 (au lieu de 30) sur les pieds

½ Squat : 20 répétitions (au lieu de 30). Charge : 20kg pour les femmes et 30kg pour les hommes

Epaulé-jeté départ debout barre à la main: 20 répétitions. Charge : 15kg pour les femmes et 20kg pour les hommes.

Tirage sangle TRX : 20 répétitions. Position pieds sous l'attache de la sangle pour les femmes (cela donne un angle de traction de 25-30°). Pour les hommes position épaules sous l'attache de la sangle (sangles sont à 90° par rapport au sol)

Switch : 5'' gainage en appui sur les coudes et les pieds /5'' en appui lombaires, épaules et jambes décollés du sol, bras le long du corps et jambes tendues à 25 cm du sol

- EC d'exécuter des enchaînements d'efforts (alternance travail-repos).
- 1' travail – 1' Récup pour 6 ateliers

EXIGENCES CENTRE DE FORMATION POUR LES DEUX OPTIONS

Epreuve : Une remise de dossier et un entretien : durée 30 minutes

L'entretien s'effectue à partir d'un dossier comportant au maximum 5 pages

Proposition d'organisation d'un dossier

- L'état civil, les études effectuées les diplômes obtenus ou le niveau atteint, la situation professionnelle
- L'expérience pratique et pédagogique dans les activités de la forme et / ou de la force
- Les motivations et le projet professionnel

Remarque : des annexes non comptabilisées dans le nombre de pages, peuvent être jointes.

Il s'agit de documents attestant de l'authenticité des points 1, 2 et 3 : photocopie des diplômes, attestation de stage techniques ou pédagogiques, attestations d'employeurs.

Déroulement de l'épreuve : Exposé du dossier : 10 minutes et Entretien : 20 minutes

Critères d'évaluation :

- Qualité de réflexion du candidat sur sa pratique des activités de la forme et/ ou de la force
- Motivations pour l'enseignement de cette / ces pratique(s)
- Projet professionnel
- Capacité à répondre aux questions posées
- Comportement : attitude verbale, attitude non verbale (*personnalité, aisance, ...*)

NOTE A L'ATTENTION DES CANDIDATS

Pour les candidats inscrits à l'option cours collectifs :

- Si les exigences préalables « **cours collectifs** » et les épreuves de l'organisme « **cours collectifs** » sont validées : Admis
- Si les exigences préalables « **cours collectifs** » sont validées et non les épreuves de l'organisme de formation, le candidat garde ses exigences pendant une année et peut donc se présenter à n'importe quel autre organisme habilité en France durant cette année
- Si les exigences préalables « **cours collectifs** » ne sont pas validées, le candidat ne peut pas intégrer la formation

Pour les candidats inscrits aux options cours collectifs et haltérophilie/musculation :

- Obligation de réussir les exigences préalables **cours collectifs et haltérophilie/musculation** ainsi que les épreuves de l'organisme **cours collectifs et haltérophilie/musculation**
- Si les exigences préalables **cours collectifs et haltérophilie/musculation** sont réussis et non les épreuves de l'organisme **cours collectifs et haltérophilie/musculation** le candidat garde ses exigences pendant une année et peut donc se présenter à n'importe quel autre organisme habilité en France durant cette année.
- Si les exigences préalables et les épreuves de l'organisme **cours** sont réussis et non les exigences préalables de l'organisme **haltérophilie/musculation**, le candidat peut intégrer la formation uniquement sur l'option **cours collectifs** et pourra effectuer les exigences préalables et les épreuves de l'organisme **haltérophilie/musculation** l'année d'après.

Pour les candidats inscrits à la l'option haltérophilie et musculation :

- Si les exigences préalables **haltérophilie et musculation** et les épreuves de l'organisme **haltérophilie et musculation** sont validées : **Admis**
- Si les exigences préalables **haltérophilie et musculation** sont validées et non les épreuves de l'organisme de formation, le candidat garde ses exigences pendant une année et peut donc se présenter à n'importe quel autre organisme habilité en France durant cette année
- Si les exigences préalables **haltérophilie et musculation** ne sont pas validées, le candidat ne peut pas intégrer la formation