FICHE FORMATION BPJEPS AF

Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport
Spécialité éducateur sportif – mention Activités de la Forme

V.11 du 09/05/2022

LES FRANÇAIS ET LE SPORT EN 2020

Le confinement a été une motivation supplémentaire pour la pratique du sport, avec 43% des Français ayant été motivés par le confinement à avoir une activité sportive plus importante qu'avant. Quelles en sont les raisons ? rester en bonne santé (pour 75%), se défouler (4%), se divertir (29%), mincir (25%) ou se muscler (24%).

Aujourd'hui :
- 20% pratiquent du sport en salle
- 16% vont en salle pour profiter des machines mises à disposition
- 16% pratiquent le sport en extérieur avec un professionnel
- 40% pratiquent le sport en extérieur

Dans le futur - et c'est bon à savoir :
- 37% envisagent de se rendre davantage en salle (soit +17%)
- 34% souhaitent exploiter davantage les équipements à disposition (soit +21%)
- 39% souhaitent pratiquer le sport en extérieur avec un professionnel (soit +23%)

Quelques infos complémentaires :
- 29% prévoient de suivre des cours de sport en ligne
- 36% souhaiteraient avoir un abonnement unique leur permettant l'accès à différents types de sports (en ligne, en salle, en extérieur)
- 33% aimeraient que leur entreprise propose un accès à des cours de sport

Source : https://www.ifop.com/publication/les-francais-et-le-sport-en-2020-envies-et-pratiques-depuis-le-confinement/

Formation Sport Avenir Et Santé
18 chemin Bel Air - 33130 BEGLES
09 84 05 75 94
www.sportaveniretsante.com

Diplôme d'état enregistré au RNCP niveau 4 permettant de devenir éducateur sportif

Quels sont les prérequis pour accéder à cette formation ?

Public concerné :
- Titulaire du Bac ou justifiant de minimum 3 ans d'expérience professionnelle
- Personne en reconversion professionnelle

Qualités requises :
- Pratiquer l'activité concernée
- Avoir le sens du contact
- Etre pédagogue

Vous devez :
- Etre titulaire d'une des attestations suivantes, en cours de validité :
  - « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC1)
  - « attestation de formation aux premiers secours » (AFPS)
  - « premiers secours en équipe de niveau 1 ou 2 » (PSE)
  - « attestation de formation aux gestes et soins d'urgence » (AFGSU) de niveau 1 ou 2
  - « certificat de sauveteur secouriste du travail » (SST)
- Présenter un certificat médical de non contre-indication de la pratique des « activités de la forme » de moins d'un an à la date de l'entrée en formation
- Avoir validé les tests d'exigence préalables (TEP) au BPJEPS AF, fixés par la DRAJES (Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports) – *Plus d'informations en dernière page de ce document*

Les objectifs de la formation

Objectif professionnel : Devenir éducateur sportif
Objectifs opérationnels : Valider 4 Unités Capitalisables (UC)

2 UC transversales :
- UC1 : Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure
- UC2 : Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure

2 UC spécifiques à la mention :
- UC3 : Concevoir une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme
- UC4 A (option Cours Collectifs) : 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 »
- UC4 B (option Haltérophilie, Musculation) : Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1er niveau de compétition fédérale dans l'option « Haltérophilie, musculation »

Quelques chiffres

214 élèves
accueillis depuis 2015

80,4% de réussite
Ayant obtenu au moins 1 option depuis 2015

★★★★½
4,7/5 : Note de satisfaction des élèves
(promo 2021)

FICHE FORMATION BPJEPS AF

Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport
Spécialité éducateur sportif – mention Activités de la Forme

ADN de l'école : Approche sport-santé

2 options :

- **Cours collectifs**
- **Haltérophilie, musculation**

Les prochaines sessions :

- 28 Septembre 2022 - 30 Juin 2023
- 25 Janvier 2023 - 15 Décembre 2023

Durée de la formation : 10 mois
Horaires : 09h – 12h / 13h – 16h

Prix et heures de la formation :

2 options :

- Financement Personnel : **5 650 €**
- Avec prise en charge financeurs : de 9,5€ à 10,40€ de l'heure selon financement
- 750 h en formation (soit 125 jours) & 400 h en stage (soit 67 jours)

1 option :

- Financement Personnel : 5 000 €
- Avec prise en charge financeurs : de 9,5€ à 10,40€ de l'heure selon financement
- 600 h en formation (soit 100 jours) & 400 h en stage (soit 67 jours)

Prix en € nets de taxes
Formation Sport Avenir et Santé est un organisme non assujetti à la TVA

Formation Sport Avenir Et Santé
18 chemin Bel Air - 33130 BEGLES
09 84 05 75 94
www.sportaveniretsante.com

Au Programme

ANATOMIE / PHYSIO
Fonctionnement du corps humain, appareil locomoteur, système musculaire, système cardiovasculaire et respiratoire, filières énergétiques, système endocrinien, traumatologie, nutrition.

MUSCULATION
Théorie et pratique, législation, règles de sécurité, échauffement, apprentissage des mouvements, étirements, évaluations techniques et physiques, mise en situation pédagogique, cours sport et santé, techniques d'évaluations, méthodes d'entrainement (volume, masse, tonification, perte de poids, force), analyse des publics (sédentaires, personnes âgées, femme enceinte), fatigue et la récupération, planification d'entrainement, qualités physiques, pliométrie, nutrition, rééquilibrage musculaire.

HALTÉROPHILIE
Apprentissage des mouvements (arraché, épaulé jeté), entraînements, pédagogie, évaluations, Crossfit.

COURS COLLECTIFS
Pratique, règle de sécurité, apprentissage musical, système musculaire, langage corporel, suivi de cours, apprentissage des pas et mouvements de base, pédagogie, mise en situation, renforcement, stretching, cardio vasculaire.

PROJET
Accompagnement, rédaction et mise en place du projet professionnel au sein de la structure, CV et lettre de motivation, gestion du stress.

EXAMEN
EPMSP / 4 UC théorie et pratique

Vous passerez vos Exigences Préalables à la Mise en Situation Professionnelle (EPMSP) afin d'être mis en situation dans votre structure de stage.
L'épreuve se déroule au sein de l'organisme de formation sous forme d'une séquence pédagogique d'animation en sécurité d'une durée de 20 minutes suivie d'un entretien de 15 minutes. Vous devrez être capable de :

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

Vous serez dispensé d'EPMSP si vous êtes titulaire d'un BPJEPS AGFF

Dispenses, équivalences / passerelles

La personne titulaire de l'une des UC et/ou certifications mentionnées ci-dessous, est dispensée et obtient les unités capitalisables (UC) suivantes :

- **UC1 :** CQP ALS AGEE
- **UC1 et UC2 :** BPJEPS (peu importe la mention)
- **UC3 :** BPJEPS AGFF mention C (forme en cours collectifs) OU D (haltère, musculation et forme sur plateau)
- **UC4.A :** BPJEPS AGFF mention C (forme en cours collectifs)
- **UC4.B :** BPJEPS AGFF mention D (haltère, musculation et forme sur plateau), Brevet fédéral moniteur ou assistant animateur national OU entraineur / entraineur expert, délivrés par la FFHMFAC

FICHE FORMATION BPJEPS AF

Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport
Spécialité éducateur sportif – mention Activités de la Forme

Lieu de la formation :

La formation se déroulera dans les locaux de Sport Avenir et Santé sauf conditions sanitaires exceptionnelles.
Adresse :
18 Chemin Bel Air
33130 Bègles

Les cours d'haltérophilie (uniquement) seront dispensés dans la salle CrossFit Bordeaux à Artigues.
Adresse :
Avenue & Parc d'activités DESCARTES
Entrée 3 Bâtiment G
33370 Artigues Près Bordeaux

Habilitation :

L'organisme de formation Sport Avenir et Santé est habilité par la DRAJES Nouvelle-Aquitaine (Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports)
Enregistrement RNCP 28573

Formation Sport Avenir Et Santé
18 chemin Bel Air - 33130 BEGLES
09 84 05 75 94
www.sportaveniretsante.com

Intervenants

Stéphane BARD
Responsable pédagogique et enseignant.
Diplômé Universitaire de « 3ème cycle » médecine spécialisée « évaluation et préparation physique » à l'UFR STAPS en 2001. Préparateur physique : équipe de France roller hockey - Champion du monde Homme 2017 / Champion d'Europe Femme 2012 - Handball feminin D2 2017

Sébastien CATAIL
Coordinateur pédagogique et enseignant Musculation, entrainement et physiologie.
Diplômé du Brevet d'Etat Educateur sportif des métiers de la forme en 2000.

Chloé HIRIART
Enseignante d'anatomie et physio.
Ostéopathe D.O, diplômée en 2011. DU premiers secours et soins en milieu sportif en 2010. Ostéopathe ITF/CAT High Performance Tennis à Casablanca depuis 2014

Julie BEAUSOLEIL
Enseignante cours collectifs.
Brevet d'Etat Educateur sportif des métiers de la forme en 2005. BP Activités Aquatiques et de la Natation en 2015.

Ludovic D'ERS
Enseignant haltérophilie, musculation.
Brevet d'Etat HACUMESE en 1995. DU de Préparation et Évolution Sportive en 2003. Formation coaching alimentaire en 2007.

Filipa RODRIGUES DOS REIS
Enseignante cours collectifs et musculation.
BPJEPS AGFF en 2015. Licence et Master en sciences du sport en 2012 (Portugal). Formation sport grossesse et post natal en 2019 (Brésil).

Déborah MOLES
Enseignante cours collectifs et musculation.
DEUST métiers de la forme, remise en forme en 2007. Licence STAPS entraînement sportif / entraîneur & management du sport en 2009.

Valentin RUBIO
Enseignant musculation.
BPJEPS AGFF en 2016. Crossfit gymnastique en 2019. DEJEPS HMDA en 2020.

Maud PIENS
Enseignante cours collectifs.
Diplômée du BPJEPS AGFF en 2014. Certification RPM et Body Balance en 2015.

FICHE FORMATION BPJEPS AF

Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport
Spécialité éducateur sportif – mention Activités de la Forme

Contacts :

Relation candidats / administration
Julie BEAUTEMPS
Developpement.fsaa@gmail.com
06 43 66 89 62

Pédagogie
Stéphane BARD
coordsaa@gmail.com
09 84 05 75 94

Handicap
Stéphanie SMADJA
Direction.fsas@gmail.com
09 84 05 75 94

Etapes de candidature :

1. Compléter et renvoyer son dossier d'inscription à l'adresse mail suivante : developpement.fsaa@gmail.com ou par courrier à l'adresse de l'école (voir ci-dessous) en y joignant tous les documents demandés
2. Passer les tests d'exigences préalables (TEP). Ce sont des tests physiques obligatoires pour entrer en formation et réglementés par l'Etat
3. Réussir son entretien individuel et exposer son projet professionnel

Date limite d'inscription :

2 semaines avant le début de la formation

Formation Sport Avenir Et Santé
18 chemin Bel Air - 33130 BEGLES
09 84 05 75 94
www.sportaveniretsante.com

Les méthodes mobilisées

Modalités pédagogiques et suivi	Formation professionnelle en présentiel (sauf conditions sanitaires exceptionnelles). Le suivi de l'exécution de l'action de formation est réalisé au moyen de feuilles d'émargements, co-signées par les élèves et l'intervenant.
Méthodes pédagogiques	Apports méthodologiques, apports théoriques illustrés d'exemples, échanges, exercices et/ou travaux pratiques. Pédagogie transmissive et magistrale - pédagogie de l'action.
Moyens et/ ou outils pédagogiques	Tous les supports pédagogiques et ressources documentaires seront mis à disposition des élèves. **Equipements et salles à votre disposition :** • 600 m2 d'espaces pédagogiques (3 salles de cours – Espace repas – Vestiaires hommes / femmes composés de douches et WC – bureaux administratifs) dont 150 m2 de plateau sportif (cours collectifs et musculation)

Certification

UC.1 et UC.2 : un document écrit personnel (Conception, mise en œuvre et réalisation d'un projet d'animation dans l'entreprise) : **mettre en œuvre un projet d'animation** dans l'entreprise et **bilan de son projet** (Entretien d'une durée de 40 minutes au maximum dont une présentation orale par le (la) candidat(e) d'une durée de 20 minutes au maximum permettant de vérifier l'acquisition des compétences.)
UC.3 : un document écrit personnel dans une option (Cours collectifs ou Haltérophilie-Musculation) et **une animation** dans l'entreprise d'accueil du stage.
UC.4A (Cours Collectifs) : démonstration technique en cours collectifs et **conduite de séance.**
UC.4B (Haltérophilie-Musculation) : démonstration technique en haltérophilie et **conduite d'une séance d'entraînement en musculation.**

Le jury pour la mention est constitué de professionnels habilités par la DRAJES Nouvelle Aquitaine. Il valide tant l'organisation des épreuves que les résultats individuels, dans le respect des situations d'évaluation certificatives. **Le Diplôme sera remis par la DRAJES Nouvelle Aquitaine.** En cas d'échec, vous conservez le bénéfice des UC validés jusqu'au prochain changement de référentiel

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005) Sport Avenir et Santé, peut proposer des aménagements (technique, organisationnel et/ou pédagogique) pour répondre aux besoins particuliers de personnes en situation de handicap. **Vous renseigner auprès de la DRAJES avant de passer vos TEP.**

Débouchés

Professeur de fitness, conseiller / éducateur sportif, coach sportif, personal trainer, entraîneur...

Suite de parcours

DEJEPS perfectionnement sportif mention activités physiques et sportives adaptées

FICHE FORMATION BPJEPS AF

Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport
Spécialité éducateur sportif – mention Activités de la Forme

Pourquoi est-il important de vous préparer sérieusement aux TEP :

C'est une épreuve difficile. Seuls 50% des candidats présentés la réussissent.

Nombreux sont ceux qui pensent qu'il suffit d'être un bon sportif dans la filière choisie (Natation, Musculation, Sports Collectifs …) pour être retenu !

Pourtant les TEP nécessitent de multiples compétences pour lesquelles il est nécessaire de s'entraîner.

S'entraîner spécifiquement est donc recommandé. Vous ne devez pas vous présenter aux tests sans avoir un bon niveau de condition physique, ni un bon niveau technique.

Nous proposons différentes dates de préparation (TEP BLANC). Contactez-nous pour vous inscrire. Ceux qui font le choix de se préparer seul doivent par conséquent prendre la mesure de la sélection et se préparer plusieurs mois avant les tests et de préférence avec un coach.

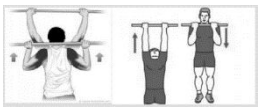
Formation Sport Avenir Et Santé
18 chemin Bel Air - 33130 BEGLES
09 84 05 75 94
www.sportaveniretsante.com

Préparez vos Tests Exigences Préalable (TEP)
pour accéder à la formation
BPJEPS AF chez Sport Avenir et Santé

Epreuves physiques - TEP

Pour TOUT LE MONDE : test navette « Luc Léger »
Quelle que soit l'option choisie :

- Les Hommes : Palier 9 réalisé (10 annoncé)
- Les femmes : Palier 7 réalisé (8 annoncé)

Option Haltérophilie/Musculation :	Femmes	Hommes
Squat	5 répétitions 75% de poids de corps	6 répétitions 110% de poids de corps
Traction 	1 répétition *Prise de main au choix : pronation (barre nuque) ou supination (Menton > barre)*	6 répétitions *Prise de main au choix : pronation (barre nuque) ou supination (Menton > barre)*
Développé couché	4 répétitions 40% de poids de corps	6 répétitions 80% de poids de corps

Option Cours Collectifs : 1 heure

1. Échauffement (10 min)
2. STEP : rythme de 128 à 132 battements par minute (20 min)
3. Renforcement musculaire sans matériel : généralement Squat - Fentes - Pompes - Gainage (20 min)
4. Retour au calme : 5 étirements (10 min)

Dispenses / équivalences

Vous êtes dispensé de passer vos TEP si vous êtes : sportif de haut niveau en haltérophilie (inscrit sur la liste ministérielle) ou titulaire d'un BPJEPS AGFF

Vous bénéficiez d'un allègement sur l'option «cours collectifs» si vous êtes titulaire d'un : CQP ALS option «activités gymniques d'entretien et d'expression», Brevet fédéral animateur des activités gymniques cardiovasculaire OU d'entretien délivré par la FFG, Brevet fédéral gymnastique aérobic délivré par la FFG, Brevet fédéral instructeur des activités gymniques délivré par la FFG, Brevet fédéral «BF1A» activités physiques d'expression délivré par l'UFOLEP, Brevet fédéral animateur délivré par la FSCF.

Vous bénéficiez d'un allègement sur l'option «haltérophilie, musculation» si vous êtes titulaire d'un : Brevet fédéral animateur de remise en forme OU initiateur assistant animateur régional / national OU entraîneur expert - délivré par la FFHMFAC