

Programme de formation

BPJEPS AF (Activités de la Forme) - Session 2021/22

Option « Cours Collectifs » et/ou « Haltérophilie, Musculation »

(Programme prévisionnel sous réserve d'habilitation par la DRAJES PACA)

Titre de la formation et références

BPJEPS AF Option « Cours Collectifs » et/ ou « Haltérophilie, Musculation » :

Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport
Spécialité « Educateur Sportif » - Mention « Activités de la Forme »
Option « Cours collectifs »
Option « Haltérophilie, Musculation »

Diplôme enregistré au RCNP :

Code RNCP : 28573

Code certif info BPJEPS ES AF CC : 90831 et

Code certif info BPJEPS ES AF HM : 90833

Niveau : IV (selon la nomenclature de 1969) – 4 (nomenclature Europe)

Code NSF : 335 – Animation sportive, culturelle et de loisirs

Formacode : 15436 – Education sportive / 15454 - Activité physique et sportive

Code de la fiche ROME la plus proche : G1204 - Education en activités sportives

Public visé

Profil : Homme ou femme, sportif, pratiquant les activités de la forme (cours collectifs et /ou haltérophilie, musculation) et souhaitant devenir éducateur sportif dans ce domaine d'activités. L'expérience pratique des activités de la forme (cours collectifs et /ou haltérophilie, musculation) est appréciée et nécessaire. Le projet de formation doit s'inscrire dans un projet professionnel axé sur l'utilisation et développement des activités de la forme.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Cette formation est accessible sur avis médical.

Les modalités d'accès peuvent être aménagées après accord de la DRAJES. Les conditions d'exercice du métier peuvent aussi être modifiées au regard du handicap.

Un dossier de demande d'aménagement pour les personnes en situation de handicap doit être complété et renvoyé à la DRAJES PACA (ex DRJSCS PACA).

En général, de nombreux handicaps sont « compatibles » avec le métier dès lors que l'éducateur est en capacité de gérer la sécurité des tiers et des publics dont il a la charge.

Pour plus d'informations, contactez notre référent Handicap et consultez la page suivante :

<http://www.imsat.co/accessibilite-handicap/>

Prérequis

Il s'agit des Exigences Préalables à l'entrée en formation définies dans l'annexe IV de l'arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention « activités de la Forme » du BPJEPS spécialité « éducateur sportif » :

- Etre déclaré apte à la pratique et à l'enseignement des activités de la forme (Cours collectifs et/ou haltérophilie, musculation)
- Etre titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civique de niveau 1) ou équivalent (AFPS, etc.)
- Satisfaire aux Tests d'Exigences Préalables (TEP) : cf. annexe 1 du présent programme (épreuves 1AB, 2A et 3B)

Conditions d'accès et délais

- Rendre le dossier d'inscription dûment rempli dans les délais imposés, cf. planning spécifique
- Satisfaire aux tests propres à l'organisme de formation : cf. annexe 1 du présent programme (épreuves 4 à 11)
- Disposer d'un financement

Equivalences

Les dispenses et équivalences sont définies dans l'annexe VI « Dispenses et équivalences » de l'arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention « activités de la Forme » du BPJEPS spécialité « éducateur sportif » et sont mises à jour régulièrement par le ministère.

Si vous êtes déjà titulaire d'une certification dans le champ du sport (BPJEPS, CQP, brevet fédéral), ou êtes sportif de haut niveau en Haltérophilie, vous disposez peut-être d'une dispense de test(s) et/ ou obtenez de droit une (des) unités capitalisables (UC) correspondantes du BPJEPS AF.

Pour plus d'informations, contactez-nous.

Objectifs de la formation :

1/ Compétences attendues à l'issue de la formation :

Le titulaire du BPJEPS AF met en œuvre, en autonomie et en sécurité dans le domaine des activités de la forme, les compétences suivantes :

Compétences communes à la mention « activités de la forme » :

- 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 ;

Compétence transversale à la mention Activités de la Forme

- UC3 : Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme.

Une compétence spécifique à l'option Cours Collectifs (A)

- UC4A : 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 ».

Une compétence spécifique à l'option Haltérophilie, Musculation (B)

- UC4 B : Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1^{er} niveau de compétition fédérale dans l'option « Haltérophilie, Musculation ».

2/ Suites de parcours et les débouchés :

Les activités s'exercent auprès de tout type de public et dans le cadre de structures diverses qui relèvent du secteur public (collectivités territoriales et établissements publics) ou du secteur privé (structures commerciale ou associations,...), ainsi que du statut de travailleur indépendant : salles de remise en forme, structures touristiques, centres médicaux / paramédicaux, associations sportives, collectivités, comités d'entreprise, à domicile chez ses clients (ou dans des lieux publics). L'éducateur sportif peut aussi intervenir dans le secteur scolaire ou périscolaire.

Contenus de la formation :

Sont abordés en formation des apports théoriques, pratiques et méthodologiques tels que :

- La méthodologie du projet : conception, mise en œuvre et évaluation
- Les connaissances règlementaires et scientifiques : anatomie, biomécanique, physiologie, sciences de l'éducation, code du sport, etc.
- Dans l'option « Cours Collectifs », théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation :
 - Dans les activités cardio-vasculaires (Step, LIA, Bike, etc.)
 - Dans les activités de renforcement musculaire
 - Dans les activités d'étirement musculaire
- Dans l'option « Haltérophilie, Musculation », théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation.
 - Dans les activités d'haltérophilie (jusqu'au 1^{er} niveau de compétition fédérale)
 - Dans les activités de la musculation traditionnelle (machines, barres, haltères)
 - Dans les activités de cardio-training (ergomètres, etc.)
 - Dans les activités de récupération (étirements, relaxation...)
- Les adaptations aux dominantes de secteur : des notions de diététique, développement du projet professionnel.

Moyens et méthodes pédagogiques :

Equipements sportifs :

- 1 salle parquet de cours collectifs : lieu de pratique privilégié pour les stagiaires qui se forment à l'option « Cours Collectifs »
- 1 espace bike
- 1 salle de musculation équipée d'appareils guidés, de barres, d'haltères et d'un plateau cardio : lieu de pratique privilégié pour les stagiaires qui se forment à l'option « Haltérophilie, Musculation »
- 1 plateau d'haltérophilie équipé

Autres équipements et matériels :

- 5 Salles de cours chauffées et climatisées chacune équipée d'un tableau blanc et de nombreuses prises secteur.
- Un centre de ressources avec une mise à disposition d'ouvrages plus ou moins spécialisés dans les thématiques du sport, du sport/santé, du sport/ performance, de la musculation et des techniques d'entraînement, de la réglementation, etc.
- Un espace dédié aux stagiaires pour qu'ils se restaurent. Cet espace est équipé de micro-ondes, de tables et de chaises.
- Des vidéoprojecteurs sont mis à disposition de l'ensemble de l'équipe de formation
- Une imprimante, copieur, scanner.

Sur le plan pédagogique :

Nous découpons les journées en périodes de 1h30 à 3h30 au cours desquelles sont explorés les différents domaines de compétences référencés dans les unités de formation. Celles-ci sont structurées de manière à développer des capacités transversales, en fonction de compétences et d'objectifs à atteindre. Ces niveaux sont régulièrement évalués afin d'entériner ou non la fiabilité et la validité des démarches pédagogiques employées ainsi que l'adéquation aux attentes individualisées des stagiaires et à leur parcours de formation.

Les séquences de formation s'organisent tantôt sous forme d'exposés, de travaux pratiques, de mises en situation professionnelles, ou encore d'analyse de pratique professionnelle.

En outre, tout au long de la formation le stagiaire intègre une structure d'alternance dans laquelle il est mis en situation professionnelle régulièrement. Nous mettons à disposition une liste de structures partenaires sur demande.

Qualité des intervenants

Identité	Qualifications	Statut / Expérience en formation	Domaines d'intervention
Caroline JOBIN	*Master II « Ingénierie de la formation », 2010 *BEES Métiers de la Forme, 2006 *BEES Activités Gymniques, GAF, 2004 *Licence STAPS, Education et Motricité, 2003	* Salariée permanente IMSAT * Formatrice depuis 2006 * Responsable de formation BPJEPS AF	Les acquisitions transversales : *Sciences biologiques (anatomie, physiologie, etc.) *La réglementation Les activités de l'option « Cours Collectifs » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation. En charge du suivi de l'alternance
Moïse KANDE	* Bac L, 1998 * CQP ALS, 2014 * BPJEPS LTP, 2015	* Salarié permanent IMSAT	Les acquisitions transversales : *Sciences humaines (caractéristiques des publics, etc.) La méthodologie de projet *Conception, mise en œuvre et évaluation du projet *TP informatique : Word, Excel, Powerpoint...

Identité	Qualification	Statut / Expérience en formation	Domaines d'intervention
Aurélie GAGO	*DEJEPS Développement de projets, territoires et réseaux, 2012 * Licence STAPS, 2008 *BEES Métiers de la Forme, 2005	* Salariée permanente IMSAT/ANIMSAT * Formatrice depuis 2012	Les activités de l'option « Cours Collectifs » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation. Référente des activités de « Cours collectifs » En charge du suivi de l'alternance en cours collectif
Solène DUFVET	*DEJEPS DPTR, en cours *BPJEPS AGFF Mention C, 2015 *BPJEPS APT, 2013	*Intervenante extérieure régulière *Formatrice depuis 2020	Les activités de l'option « Cours Collectifs » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation. En charge du suivi de l'alternance en cours collectif
Christophe ANDRE	* BEES Voile * BPJEPS AGFF Mention D * Brevet Fédéral 1 ^{er} niveau Initiateur Haltérophilie * Coach Muscu Santé (FFHM)	* Intervenant extérieur régulier * Formateur depuis 2019	Les acquisitions transversales : *Sciences biologiques (anatomie, physiologie, etc.) * Théorie et pratique des activités transversales aux activités de la forme Les activités de l'option « Haltérophilie, Musculature » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation en MUSCULATION TRADITIONNELLE, PREPARATION PHYSIQUE et REHABILITATION FONCTIONNELLE
Richard ESQUIER	* BEES AECPC	* Intervenant extérieur régulier * Formateur depuis 2019	Les activités de l'option « Haltérophilie, Musculature » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation en MUSCULATION TRADITIONNELLE et PREPARATION PHYSIQUE
Mylène JANKOVIT S	* BPJEPS AGFF Mention D * Brevet Fédéral 1 ^{er} niveau Initiateur Haltérophilie	* Intervenante extérieure régulière * Formatrice depuis 2019	Les activités de l'option « Haltérophilie, Musculature » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation en HALTEROPHILIE et PREPARATION PHYSIQUE
Camille BAUDRY	*Master II Sciences Po spécialité management de l'information stratégique *Master Cesemed business international *BPJEPS AGFF C et D	* Intervenante extérieure régulière * Formatrice depuis 2017	La méthodologie de projet *Conception, mise en œuvre et évaluation du projet *TP informatique : Word, Excel, Powerpoint...
Martine RANDON	*B.T.S. Diététique (Marseille) *Diplôme Universitaire de nutrition et micro nutrition	* Intervenante occasionnelle * Formatrice depuis 2016	Les adaptations aux dominantes de secteur : *Hygiène de vie *Equilibre alimentaire *Diététique du sportif

Durée de la formation et modalités d'organisation (ruban pédagogique)

1/ Lieu de la formation : IMSAT

Adresse Physique :
Campus de la grande Tourrache
Av. François Arago – ZI Toulon Est
83130 La Garde

Adresse Postale :
IMSAT
BP253
83078 Toulon Cedex 9

2/ Nombre de stagiaires : Un groupe de 12 à 20 participants

3/ Ruban Pédagogique

Sont repérées dans le planning spécifique à chaque parcours les périodes d'évaluation des unités capitalisables (UC) constitutives du BPJEPS AF à savoir :

Deux compétences transversales à tous les BPJEPS

- 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 ;

Une compétence transversale à la mention Activités de la Forme

- UC3 : Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme.

Une compétence spécifique à l'option Cours Collectifs (A)

- UC4A : 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 ».

Une compétence spécifique à l'option Haltérophilie, Musculation (B)

- UC4 B : Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1^{er} niveau de compétition fédérale dans l'option « Haltérophilie, Musculation ».

Notre programmation prend en compte les besoins et les attentes des structures d'accueil et intègre différentes étapes au niveau de la progression dans les compétences repérées. La progressivité des apprentissages se traduit par l'augmentation des niveaux de difficulté et de complexité des tâches proposées et prend en compte les acquis liés à l'expérience professionnelle en entreprise.

- Étape de formation 1, EF-1 : elle vise en priorité des savoirs et des savoirs faire concernant tous les modules de formation. Elle poursuit également les objectifs liés à la prévention et à la sécurité et doit permettre de sensibiliser le stagiaire dans ces domaines, lors de toutes ses conduites professionnelles. Nous souhaitons également aborder certaines connaissances liées au fonctionnement des pratiquants qui nous semblent indispensables pour une meilleure mise en sécurité.

- Étape de formation 2, EF-2 : elle vise des savoirs des savoirs faire et des savoirs faire faire avec une prise en compte des spécificités des différents publics (caractéristiques, capacités, motivations...). Cette étape vise également à aborder les différents modules de formation de manière transversale. Il nous semble en effet prépondérant que les stagiaires puissent aborder l'animation pédagogique au regard du public concerné très tôt, afin d'être préparés au mieux, aux situations de communication et d'animation qui nous semblent les plus complexes ;

- Étape de formation 3, EF-3 : elle vise l'acquisition de savoirs, des savoirs faire et des savoirs faire faire, permettant l'analyse de contextes et de situations ainsi que la conception pédagogique à différents plans (projets séances, méthodes, démarches, outils...). Cette étape doit permettre d'approfondir les principaux contenus des différents modules et de développer certaines techniques spécifiques à l'animation et à l'encadrement des activités de la forme.

- Étape de formation 4, EF-4 : elle cible le perfectionnement et l'approfondissement des savoirs, des savoirs faire et des savoirs faire faire spécifiques aux activités de la forme. Elle permet aussi la découverte de nouvelles techniques adaptées au secteur d'activité et aborde la question de la gestion du parcours professionnel. Enfin, elle permet notamment une mise à niveau des savoirs et savoir-faire transversaux des stagiaires, indispensables pour leurs évolutions futures. Elle constitue la synthèse des différentes compétences abordées.

Pour des problèmes d'organisation, certains domaines demeurent cependant linéaires dans la programmation (mise en situations avec public réel, travail sur les techniques d'animation et d'entraînement) et sont abordés selon une fréquence quasi hebdomadaire.

4/ Individualisation de la formation :

A l'issue de la sélection, une information et des séquences individuelles de positionnement permettront de déterminer un parcours individualisé de formation. Ce parcours peut être adapté tout au long de la formation au regard des attentes et des besoins du bénéficiaire.

Les UC (Unités Capitalisables) peuvent être validées indépendamment les unes des autres ou sous forme de bloc de compétences.

5/ Organisation de la formation : Les 3 parcours de formation proposés à l'IMSAT

Les cursus de formation que nous proposons s'étendent de 9 à 12 mois. Ils proposent une alternance centre de formation / entreprise, adaptée au cœur de métier choisi. Ils prennent en compte les besoins et les attentes des structures d'accueil et intègrent différentes étapes au niveau de la progression dans les compétences repérées. La progressivité des apprentissages présentée ci-dessus se traduit par l'augmentation des niveaux de difficultés et de complexité des tâches proposées et prend en compte les acquisitions liées à l'expérience professionnelle en entreprise.



imsat

Institut Méditerranéen du Sport
de l'Animation et du Tourisme

Les 3 parcours de formation proposés à l'IMSAT

Sous réserve d'habilitation par la DRAJES

Parcours	Apprentissage 1 - Salles / Assos		Apprentissage 2 - Tourisme		PRF (stage sous convention)	
Option(s) présentée(s)	1 option (A ou B)	2 options (A+B)	1 option (A)	2 options (A+B)	1 option (A ou B)	2 options (A+B)
Dates TEP	17/05/2021 - 14/06/2021 - 05/07/2021 - 27/08/2021 - 17/09/2021		17/05/2021 - 14/06/2021 - 05/07/2021 - 27/08/2021 - 17/09/2021 - 22/10/2021		17/05/2021 - 14/06/2021 - 05/07/2021 - 27/08/2021 - 17/09/2021 - 22/10/2021	
Date TESTS IMSAT	Du 20 au 24 septembre 2021		Du 20 au 24 septembre 2021 ou Du 2 au 6 novembre 2021			
Date limite rendu dossier	10/09/2021		15/10/2021			
Formation / Option	A ou B	A+B	A	A+B	A ou B	A+B
Date de début	04/10/2021		29/11/2021		06/12/2021	
Date de fin	30/09/2022		25/11/2022		10/09/2022	
Soit	12 mois		12 mois		9 mois + 1 semaine	
Nb heures au total	1806h		1806h		1100h	1250h
Dont en OF IMSAT	600h	651h	600h	651h	600h	750h
Dont en ALTERNANCE	1206h	1155h	1206h	1155h	500h	500h
Planning	Annexe 2 du présent document		Annexe 3 du présent document		Annexe 4 du présent document	



imsat

Institut Méditerranéen du Sport
de l'Animation et du Tourisme

Parcours	Apprentissage 1 - Salles / Assos	Apprentissage 2 - Tourisme	PRF (stage sous convention)
Organisation de la formation et de l'alternance	<ul style="list-style-type: none"> ➤ En formation 2.5 jours par semaine (Lundi et mercredi libérés) ➤ Alternance distribuée à raison de 19h / semaine en dehors du temps de formation (Lundi journée, Mercredi journée, Samedi journée, soirées) ➤ + 11 semaines de stage massé à 35h pendant les vacances scolaires (en dehors de la Toussaint) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ En formation 5 jours par semaine ➤ Alternance massée à raison de 35h / semaine dont 2 semaines pendant les vacances de Noël ➤ + 31 semaines pour une saison de mars à septembre 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ En formation 4 jours par semaine ➤ Alternance distribuée à raison de 11h / semaine, en dehors du temps de formation, du lundi au samedi de 8h à 21h ➤ 5 semaines de stage massé à 35h en dehors des vacances scolaires
Interruption Formation	25 jours de congés payés à poser sur le temps d'alternance	25 jours de congés payés à poser sur le temps d'alternance	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeudi 23 et vend. 24/12/21 ➤ Jeudi 30 et vend. 31/12/21 ➤ Vend. 27/05/22 ➤ Vend. 15/07/22
Financement	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Contrat d'apprentissage ➤ Contrat de professionnalisation 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Contrat d'apprentissage ➤ Contrat de professionnalisation 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ PRF Région* => Prescription Missions Locales pour les -26 ans ou Pôle Emploi pour les +26 ans ou CEDIS pour bénéficiaires RSA ➤ CPF / CPF TRANSITION ➤ Financement personnel
Nb de stagiaires	8 à 20 stagiaires	8 à 20 stagiaires	8 à 18 stagiaires

Suivi et évaluation de la formation

1/ Suivi des stagiaires :

- Un responsable de formation est désigné pour l'action de formation. De plus il y a un référent pédagogique par domaine (ex. cours collectifs, musculation ...). Ce référent évalue les acquisitions des stagiaires tout au long de leur formation.
- Un référent est également en charge du suivi de l'alternance.
- Un référent pédagogique est identifié pour chaque stagiaire.
- Un bilan individuel a lieu à la fin de chaque étape de formation. Avant les bilans individuels, l'équipe pédagogique se réunit pour faire un point individuel de chaque stagiaire.
- Mesure de l'insertion professionnelle des sortants : Nous réalisons le suivi post formation selon les préconisations du Ministère des Sports et du label qualité
- Mesure par l'OF de la satisfaction des stagiaires. Ces évaluations sont proposées à 2 reprises durant le cursus de formation (en milieu et en fin de formation)
- Préparation du stagiaire à son cursus post-formation : en fin de cursus nous proposons des modules spécifiques liés à la gestion du parcours professionnel (CV, lettre de motivation, présentation des aides à la création d'entreprise, etc.)
- Une assistante sociale est mise à disposition des stagiaires tout au long de leur cursus.

2/ Processus de certification :

Evaluation	Période de référence	Lieu	Jury	Résumé du protocole
EPMSP	Cf. planning spécifique	IMSAT	2 évaluateurs membres de l'équipe pédagogique et qualifiés dans les activités évaluées	* Une épreuve pédagogique de 20 minutes suivie d'un entretien de 15 minutes
UC 1 UC 2	Cf. planning spécifique	IMSAT	2 évaluateurs : * un professionnel en activité * un formateur « intervenant ponctuel »	* Rendu d'un document écrit selon les modalités définies par l'IMSAT * Présentation orale d'une expérience de conception-mise en œuvre-évaluation d'un projet avec support de présentation type PowerPoint * Entretien de 40 min
UC 3	Cf. planning spécifique	Structure d'alternance	2 évaluateurs : * le tuteur du candidat * un évaluateur	* Activité support « Cours Collectifs » ou « Haltérophilie, Musculation » choisie par le candidat * Rendu d'un document écrit selon les modalités définies par l'IMSAT * Mise en situation professionnelle : conduite d'une séance d'animation de 30 à 60 minutes * Entretien de 30 minutes
UC 4a	Cf. planning spécifique	IMSAT	* 1 expert pour 8 candidats	* Démonstration technique : suivi d'un cours d'1h de niveau intermédiaire à confirmé (20'cardio+20'renfo+20'étir)
			* 2 évaluateurs : 1 formateur + un expert	* Mise en situation professionnelle : conduite d'une séance d'animation de 40 à 60 minutes pour au moins 6 pers * Entretien de 15 à 20 minutes
UC 4b	Cf. planning spécifique	IMSAT	* 2 évaluateurs : 1 formateur + un expert	* Démonstration technique selon barème * Mise en situation professionnelle : conduite d'une séance d'animation de 20 min en haltérophilie et 20 min en musculation, pour 1 à 2 pers * Entretien de 15 à 20 minutes

Coût de la formation

Aucun frais d'inscription à la formation ni aux tests de sélections (le cas échéant)
De nombreux moyens de financement sont possibles et l'IMSAT vous accompagne dans le choix du financement le plus adapté à votre profil.

Nos conditions générales de ventes sont téléchargeables sur notre site internet, consultez notre page dédiée <http://www.imsat.co/finance-ta-formation/> ou contactez-nous sur contact@imsat.fr

Diplôme		BPJEPS Activités de la Forme
Moyens de financement possibles		Coût pour le stagiaire
Contrat d'apprentissage	OUI	GRATUIT
Contrat de professionnalisation	OUI	GRATUIT
Pôle Emploi	OUI	GRATUIT* <i>*Si prise en charge totale En cas de prise en charge partielle, le reste à charge peut être payé en financement personnel</i>
Région SUD	OUI	GRATUIT* <i>*Sous réserve d'obtention du marché régional : Pour y accéder veuillez-vous adresser à votre Mission Locale (- de 26 ans) ou au Pôle Emploi (+ de 26 ans) ou CEDIS (allocataires du RSA) et joindre à votre dossier d'inscription l'argumentaire de prescription donné par votre conseiller.</i>
CPF	OUI	GRATUIT* <i>*Si prise en charge totale En cas de prise en charge partielle, le reste à charge peut être payé en financement personnel</i>
Financement personnel	OUI	1 option : 4800 €* / 2 options : 6000 €* <i>*Tarif maximal modulable selon le volume horaire et l'expérience de chaque candidat.</i>

Valeur ajoutée et indicateurs de résultat

La valeur ajoutée de l'IMSAT

L'IMSAT s'inscrit dans une dynamique déontologique de la formation et de l'accompagnement en partageant les valeurs altruistes et collectives du sport et de l'animation, avec :

- Une équipe de formateurs professionnels et expérimentés
- Des infrastructures qualitatives
- Un réseau partenarial conséquent
- Un suivi et un accompagnement individualisé des stagiaires
- Une gratuité des frais d'inscription et de sélections
- Un dispositif gratuit de préparation et d'accompagnement à l'orientation et aux sélections
<http://www.imsat.co/prepasat/> - <http://www.imsat.co/sinscrire-a-des-tesp-blancs/>

Les indicateurs de résultat :

Indicateur	Source et définition de l'indicateur	BPJEPS AF Option A	BPJEPS AF Option B
Taux de satisfaction	Issue du questionnaire de fin de formation Session 2019/20	75 %	87.5 %
Taux d'abandon	Nb abandon/nb entrants Session 2019/20	0 / 8 stagiaires soit 0 %	1 / 32 stagiaires soit 3 %
Taux de réussite	Nb de diplômés/ nb de candidats présentés aux certifications Session 2019/20	6 / 8 stagiaires soit 75%	28 / 31 stagiaires soit 90 %
Taux de poursuite d'études	A + 6 mois, nb de stagiaires en poursuite d'étude / nb de stagiaires qualifiés ayant répondu au questionnaire - Session 2019/20	7.5 % des diplômés	
Taux d'insertion professionnelle	A + 6 mois, nb de stagiaires en emploi / nb de stagiaires qualifiés ayant répondu au questionnaire - Session 2019/20	75 % des diplômés	

Renseignements complémentaires & Contacts

Vous souhaitez...

- ... Participer à l'une de nos réunions d'information collective
- ... Vous préparer aux tests de sélections
- ... Recevoir un dossier d'inscription
- ... Nous poser une question

Consulter www.imsat.co ou écrivez-vous sur contact@imsat.fr

Personne à contacter : Caroline JOBIN

Tel : 04 94 75 24 15 - 06 19 05 22 58

Mail : contact@imsat.fr

Date de mise à jour du présent programme de formation : 21/06/2021



Programme de formation BPJEPS AF ANNEXE 1 Les tests de sélection en détail

Version 15/06/2021

La sélection s'opérera en deux temps :

1 – Vérification des Exigences Préalables à l'entrée en formation

(cf. annexe IV de l'arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention « activités de la Forme » du BPJEPS spécialité « éducateur/trice sportif(ve) »)

Ce sont les tests dits « Nationaux ». (Renseignez-vous sur www.imsat.co/tests-de-selection-tep-bpjeeps-af/)

- **Quelle(s) que soit(ent) l'(les) option(s) choisie(s)**
 - Test d'endurance (Épreuve 1AB)
- **Pour les candidats postulant à l'option « Cours Collectifs » (A) :**
 - Test Fitness (Épreuve 2A)
- **Pour les candidats postulant à l'option « Haltérophilie, Musculation » (B) :**
 - Test de musculation (Épreuve 3B)

Et uniquement pour les candidats ayant satisfait aux Exigences Préalables et souhaitant être formés à l'IMSAT :

2 - Tests de sélection propres à l'organisme de formation IMSAT

(Obligatoire pour les candidats postulants à l'IMSAT – Sous réserve d'habilitation)

- **Pour les candidats postulant à l'option « Cours Collectifs » (A) :**
 - Présentation d'une création personnelle (Épreuve 4A)
 - Animation d'une séquence pédagogique en cours collectifs (Épreuve 5A)
 - Suivi d'un cours collectif chorégraphié (Épreuve 6A)
- **Pour les candidats postulant à l'option « Haltérophilie, Musculation » (B) :**
 - Test de performance et démonstration technique en haltérophilie et musculation (Épreuve 7B)
 - Suivi et animation d'une épreuve type circuit training (Épreuve 8B)
- **Pour tous les candidats au BPJEPS Activités de la Forme, (quelle(s) que soit(ent) l'(les) option(s) présentée(s)),**
Épreuves communes aux options « Cours Collectifs » et « Haltérophilie, Musculation » :
 - Oral collectif (Épreuve 9AB)
 - Épreuve écrite (Épreuve 10AB)
 - Entretien de motivation (Épreuve 11AB)

Les tests de sélection en détail

1. Vérification des Exigences préalables à l'entrée en formation

Cf. Arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention «activités de la forme» du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport spécialité «éducateur sportif» et ses annexes - NOR : VJSF1624904A

Le niveau d'exigences préalables à l'entrée en formation sera vérifié sous la responsabilité du Directeur Régional de la Jeunesse et des Sports par l'expert désigné.

Attention les 3 épreuves suivantes (1AB, 2A et 3B) sont éliminatoires

Les modalités opérationnelles et référentiels techniques des épreuves sont les suivants :

Epreuve n°1AB : Luc Leger

TEP (Tests nationaux)
 Option A Option B

Le candidat effectuera **une épreuve de course navette** :

Le test "Luc Léger" (palier d'une minute, version 1998).

Description du test de Luc Léger :

Le test Luc Léger est une course navette qui se déroule entre deux lignes parallèles distantes de 20 mètres. Réglée par des signaux sonores, la vitesse de course augmente progressivement : elle est de 8 km/h pendant les deux premières minutes, ensuite, elle augmente de 0,5 km/h par minute. A l'exception du premier palier qui dure deux minutes, chaque palier correspond à une minute de course.

Barème de l'épreuve du test Luc Léger :

Pour être **admissible** aux exigences préalables à l'entrée en formation, les **femmes** doivent atteindre le **palier 7 (réalisé) soit le palier 8 annoncé**, les **hommes** le **palier 9 (réalisé) soit le palier 10 annoncé**.

EPREUVE 2A : Suivi d'un cours collectif

TEP (Tests nationaux)
 Option A

Niveau de cours : débutant à moyen.

Modalités : suivi de cours collectif en musique :

- 10' d'échauffement
- 20' de cours de STEP à un rythme de 128 à 132 bpm
- 20' de cours de renforcement musculaire (prévoir une serviette)
- 10' de retour au calme

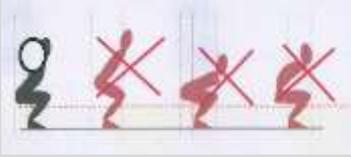
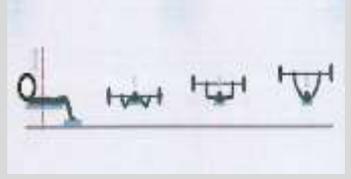
Critères d'évaluation :

- Exactitude de la reproduction avec modèle en début de cours :
 - 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).
- Reproduction finale sans modèle (ni démonstration, ni consigne verbale ou gestuelle)

EPREUVE 3B : Test de musculation

TEP (Tests nationaux)
 Option B

Le candidat réalise une épreuve de démonstration technique composée des exercices* figurant dans le tableau suivant :

Exercices		SQUAT	DEVELOPPÉ COUCHÉ	TRACTION en pronation ou en supination
Femmes	Répétitions	5 répétitions	4 répétitions	1 répétition
	Pourcentage	75 % poids du corps	40 % poids du corps	Menton>barre nuque barre Prise de main au choix : pronation ou supination
Hommes	Répétitions	6 répétitions	6 répétitions	6 répétitions
	Pourcentage	110 % poids du corps	80 % du poids du corps	Menton>barre nuque barre Prise de main au choix : pronation ou supination
Critères de réussite		<ul style="list-style-type: none"> - Exécuter le nombre requis de mouvement -Alignement tête-dos-fessiers Dos droit et naturellement cambré sans hyperlordose excessive - Hanche à hauteur des genoux - Tête droite et regard à l'horizontal - Pieds à plat 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 supérieur 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 	<ul style="list-style-type: none"> - Exécuter le nombre requis de mouvement Si prise en <u>pronation</u> amener la barre au contact de la nuque ou sous le menton à chaque mouvement Si prise en <u>supination</u> amener la barre en dessous du menton à chaque mouvement 

* 10 minutes de récupération minimum entre chaque exercice.

2 - Tests de sélection propres à l'organisme de formation IMSAT

(Obligatoire pour les candidats postulants à l'IMSAT – Sous réserve d'habilitation)

A noter, aucune des épreuves suivantes (4A à 11AB) n'est éliminatoire

→ Pour les candidats postulant à l'option « Cours Collectifs » (A) :

- Présentation d'une création personnelle (Épreuve 4A)
- Mise en situation pédagogique en cours collectifs (Épreuve 5A)
- Suivi d'un cours cardio de niveau intermédiaire (Epreuve 6A)

EPREUVE 4A : Présentation d'une création personnelle

Tests IMSAT
 Option A

Le candidat doit présenter une chorégraphie de 1'30" à 2' dans une technique de type aérobic (Hilow, LIA, Step) pour partie (50% minimum) et dans une autre technique de son choix le cas échéant (NB : la démonstration d'une autre technique n'est pas obligatoire).

Support musical : il est choisi par le candidat. Il doit être adapté (au moins 130 bpm pour la partie typée fitness), d'une durée de 1 min 30 à 2 min.

Matériel et tenue : La prestation a lieu sur un parquet. Seul le step est autorisé. Dans un souci d'équité, les accessoires et costumes sont proscrits mais la tenue doit être appropriée.

Contenu de la prestation, liste non exhaustive :

- Posture(s) d'équilibre
- Élément(s) de souplesse (fermeture, grand écart, saut de grande amplitude, etc.)
- Acrobatie(s)
- Exercice(s) de force (équerre, pompes, etc)
- Coordination bras/ jambes (chorégraphie de bras)
- 3 axes de déplacement différents dans l'espace

Critères d'évaluation :

- Capacité du candidat à concevoir et démontrer une chorégraphie de type fitness.
- Qualités physiques du candidat (souplesse, force, vitesse, équilibre, coordination, etc.).
- Maîtrise de la (des) technique(s) démontrée(s)
- Relation musique - mouvement (utilisation du rythme, des changements de vitesse, de la ligne mélodique, etc.)
- Variété dans l'utilisation de l'espace.
- Changements de dynamismes, d'énergies...
- Engagement, originalité, expressivité, prestance.

EPREUVE 5A : Animation d'une séquence pédagogique en cours collectif

Tests IMSAT
 Option A

Chaque candidat conduit une séquence d'animation de 10 minutes en renforcement musculaire (choix des exercices libres) ou en activation cardio-vasculaire (choix entre Step ou LIA ou Crazy Sign).

Matériel à disposition : -> Pour le renforcement musculaire : tapis, haltères
-> Pour le Step : Steps

Support musical : Il est géré par le jury qui proposera un support adapté à l'activité

Public pratiquant : Les candidats eux-mêmes

Critères d'évaluation :

- Placement de la voix et de l'intonation
- Attitude et prise en compte du public
- Gestion du stress
- Informations transmises aux pratiquants
- Qualité du placement corporel personnel

EPREUVE 6A : Suivi d'un cours collectif chorégraphié

Tests IMSAT
 Option A

Niveau de cours : intermédiaire à confirmé

Modalités : suivi de cours collectif en musique :

- 5' d'échauffement
- 15 à 20' de cours de STEP
- 15 à 20' de cours de LIA
- 5' de retour au calme

Critères d'évaluation :

- Exactitude de la reproduction avec modèle en début de cours :
 - 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).
- Reproduction finale sans modèle (ni démonstration, ni consignes verbales ou gestuelles)

→ Pour les candidats postulant à l'option « Haltérophilie, Musculation » (B) :

EPREUVE 7B : Test de performance et démonstration technique en haltérophilie / musculation

Tests IMSAT
 Option B

Chaque candidat devra démontrer 4 exercices de musculation et 2 gestes d'haltérophilie selon le barème proposé ci-dessous :

Démonstration technique en MUSCULATION : 4 exercices obligatoire			
NB : une fois le calcul de charge réalisé, le nombre obtenu est arrondi au multiple 2.5kg inférieur (exemple : poids du corps 68.6kg – 100% du poids du corps => barre chargée à 67.5kg)			
SOULEVE DE TERRE			Barème et Critères de réussite
F/ H	Nb rep	% poids du corps	Barème : 0.5 point par répétition validée + 15 points de technique JOKER : 10 rep à charge libre => démonstration notée sur 15
Femmes	10	80%	*Prise des mains (pronation, supination ou mixte) au choix du candidat et à l'extérieur des genoux *Le candidat se redresse en conservant les courbures naturelles de la colonne vertébrale
Hommes	10	90%	*Fin du mouvement : le candidat se tient debout, barre au niveau du bassin -> Alignement des membres inférieurs, du buste et de la tête sans hypertension lombaire. *Puis le candidat repose la barre au sol en contrôlant le mouvement *La répétition suivante débute immédiatement sans lâcher la barre
SQUAT			Barème et Critères de réussite
F/ H	Nb rep	% poids du corps	Barème : 1 point par répétition validée + 12 points de technique JOKER : 8 rep à charges libres => démonstration notée sur 12.
Femmes	8	100%	Critères : IDEM épreuve 3B
Hommes	8	120%	
DEVELOPPE COUCHE			Barème et Critères de réussite
F/ H	Nb rep	% poids du corps	Barème : 1 point par répétition validée + 10 points de technique JOKER : 10 rep à charges libres => démonstration notée sur 10.
Femmes	10	65%	Critères : IDEM épreuve 3B
Hommes	10	90%	
TRACTION			Barème et Critères de réussite
F/ H	Nb rep	% poids du corps	* Pour les hommes : 1.25 pts/rep validée + 5 points de technique => Prise pronation plus large que les épaules
Femmes	6	/	* Pour les femmes : 2.5 pts/rep validée + 5 points de technique => Prise pronation ou supination de la largeur des épaules. Les tractions sont réalisées en « strict » : le début de chaque répétition se fait en suspension complète et sans élan.
Hommes	12	/	Pour valider la répétition le menton doit être amené au-dessus de la barre.

« JOKER »	<p>Pour les candidats qui ne sont pas en mesure de soulever les charges imposées nous proposons une épreuve adaptée :</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Le candidat choisit la charge maximale à laquelle il est capable de réaliser le nombre demandé de répétitions. (Chargement de la barre de 2.5kg en 2.5kg) ⇒ Il annonce au préalable la charge de travail au jury puis effectue sa démonstration. ⇒ Dans ce cas, le candidat est prioritairement évalué sur la technique. <p>Ainsi, les répétitions réalisées à charge plus légère mais techniquement correctes peuvent être valorisées plutôt que quelques répétitions techniquement moins qualitatives et potentiellement dangereuses réalisées à la charge demandée.</p> <p><i>La qualité technique est primordiale et doit prévaloir sur la performance.</i></p>
------------------	--

Démonstration technique en HALTEROPHILIE : 2 gestes obligatoires			
ARRACHE			Barème et Critères de réussite
F/ H	Nb rep	Charge	
Femmes	3	Au choix de la candidate	<p>Choix de la charge : Le candidat choisit la charge maximale, à laquelle il est capable de réaliser 3 répétitions techniquement correcte.</p> <p>Attention charges minimales : femme 20kg / homme 25kg, puis chargement de la barre de 2.5kg en 2.5kg</p> <p>Barème : 2 points par répétition validée + 14 points de technique</p> <p>*Le mouvement doit être continu</p> <p>*Le candidat saisit la barre en pronation, avec une prise plus large que les épaules. En conservant les courbures naturelles du dos, le candidat amène la barre au-dessus de la tête, bras tendus, en un seul mouvement.</p>
Hommes	3	Au choix du candidat	<p>*La position est stabilisée : debout, bras et jambes tendus.</p> <p>* Les répétitions doivent s'enchaîner sans pause. Le candidat lâche la barre : La barre repart du sol au début de chaque répétition.</p>
EPAULE JETE			Barème et Critères de réussite
F/ H	Nb rep	Charge	
Femmes	3	Au choix de la candidate	<p>Choix de la charge : Le candidat choisit la charge maximale à laquelle il est capable de réaliser 3 répétitions techniquement correcte.</p> <p>Attention charges minimales : femme 20kg / homme 25kg, puis chargement de la barre de 2.5kg en 2.5kg</p> <p>Barème : 2 points par répétition validée + 14 points de technique</p> <p>*Le mouvement doit être continu</p>
Hommes	3	Au choix du candidat	<p>*Le candidat saisit la barre en pronation. En conservant les courbures naturelles du dos, il amène la barre aux épaules.</p> <p>*Puis, le candidat amène la barre au-dessus de la tête, puis stabilise la position debout, bras et jambes tendus.</p> <p>* Les répétitions doivent s'enchaîner sans pause. Le candidat lâche la barre : La barre repart du sol au début de chaque répétition.</p>

Informations complémentaires :

- Quel que soit le nombre de points obtenus (de 0 à 20), l'épreuve n'est pas éliminatoire.
- En musculation, une fois le calcul de charge réalisé, le nombre obtenu est arrondi au multiple 2.5kg inférieur (exemple : poids du corps 68.6kg – 100% du poids du corps => barre chargée à 67.5kg)
- Si au regard des charges utilisées le jury estime que l'intégrité physique du candidat est mise en jeu, il se réserve le droit d'interrompre l'épreuve.
- Le candidat ne dispose que d'un seul passage pour chaque exercice. Au bout de 3 répétitions non comptabilisées (non-respect de la technique fondamentale, des amplitudes, etc.) l'épreuve est interrompue.

EPREUVE 8B : Suivi et animation d'un circuit training

Tests IMSAT
 Option B

Suivi et animation d'une épreuve physique de type circuit training. Le circuit est conçu par le centre de formation qui proposera entre 9 et 12 exercices différents.

Lieu et durée : en intérieur ou en extérieur, d'une durée de 20 à 40 min

Critères d'évaluation :

En tant que pratiquant

- Qualité des placements corporels (gestes techniques et postures d'étirement)
- Capacité à se corriger techniquement
- Nombre de répétitions effectuées pendant le temps de travail (performance)
- Investissement et comportement dans l'effort.

En tant qu'animateur

- Placement de la voix et de l'intonation
- Attitude et prise en compte du public
- Informations transmises aux pratiquants
- Investissement dans l'animation.

➔ Pour tous les candidats au BPJEPS Activités de la Forme, (quelle(s) que soit(ent) l'(les) option(s) présentée(s)),

EPREUVE 9AB : Oral Collectif

Tests IMSAT
 Option A Option B

Durée : 30 minutes à 1h

Cette épreuve permet, à partir d'un sujet d'ordre général, d'apprécier chez les candidats les capacités :

- d'expression orale
- de réflexion et d'analyse

EPREUVE 10AB : Epreuve écrite

Durée : 30 minutes à 1 heure

Critères d'évaluation :

- Sur le fond : Idées défendues
- Sur la forme : Orthographe / Grammaire / Syntaxe

Tests IMSAT
 Option A Option B

EPREUVE 11AB : Entretien de motivation

Durée : 30 minutes maximum.

L'entretien s'effectue à partir du dossier rendu à l'inscription.

Proposition d'organisation du dossier :

1. Le curriculum vitae (études effectuées – diplômes obtenus ou niveau atteint – situation professionnelle).
2. L'expérience pratique et pédagogique dans les activités de la forme et/ ou de la force.
3. Les motivations et le projet professionnel.

Cependant, d'autres documents attestant de l'authenticité des points ci-dessus peuvent être joints : photocopies de diplômes, attestations de stages techniques ou pédagogiques, attestations d'employeurs, lettre de recommandation, etc.

Déroulement de l'épreuve :

- Exposé du contenu du dossier par le candidat.
- Questionnement du jury

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 ces pratiques
- Projet professionnel
- Capacité à répondre aux questions posées.
- Comportement : attitude verbale, attitude non verbale (personnalité, aisance, etc...)

Tests IMSAT
 Option A Option B

