

Programme du BPJEPS Activités de la Forme Mentions A, cours collectifs et B, Haltérophilie, musculation – RNCP 37106

Public visé par la formation

La formation BP JEPS Activités de la Forme est ouverte à tout public sans niveau minimum requis.

Objectif de la formation

Le diplôme du BP JEPS atteste de la possession des compétences professionnelles indispensables à l'exercice du métier d'animateur, de moniteur, d'éducateur sportif.

Le BPJEPS spécialité "Éducateur Sportif" mention "Activités de la Forme" est délivré selon deux options cours collectifs ET haltérophilie, musculation.

* *
*

1/ Les prérequis

>> **Passage de Tests Exigences Préalables (T.E.P)**, tests physiques obligatoires avant l'intégration d'une formation BP, pour l'AF :

- LUC LEGER NAVETTE
- COURS COLLECTIFS (Step, Renfo, Stretch)
- MUSCULATION (traction, développé couché et squat)

Obligation de passage avant le 31 décembre de chaque année afin d'intégrer les formations dès début janvier.

Et pour finir, le candidat doit être titulaires d'une attestation de 1^{er} secours et d'avoir un certificat médical attestant la capacité d'encadrer du sport et de pratiquer du sport dans les champs des AF

INSCRIPTIONS :

Toutes les dates de TEP en France : <https://foromes.jeunesse-sports.gouv.fr/calendrier/tep>

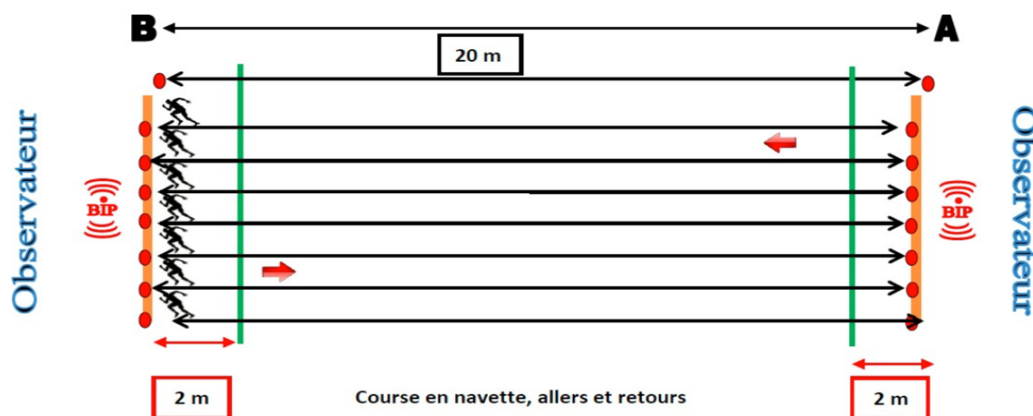
Toutes les dates de TEP en Nouvelle-Aquitaine et lien d'inscription : <https://www.ac-bordeaux.fr/bpjeeps-activites-de-la-forme-124208>

Date de TEP à St Vincent de Tyrosse : <https://www.tep-aquitaine.fr>

Épreuve 1 : LUC LEGER NAVETTE

Homme : Palier 9 réalisé entièrement donc annonce du palier 10

Femme : Palier 7 réalisé entièrement donc annonce du palier 8



Épreuve 2 : MUSCULATION

<https://youtu.be/UZcGHLWSzvc>

Exercice	FEMME		HOMME	
	Répétition	Pourcentage	Répétition	Pourcentage
SQUAT	5 répétitions	75 % poids du corps	6 répétitions	110 % poids du corps
TRACTION En pronation ou en supination au choix du (de la) candidat(e)	1 répétition	Menton > barre nuque Barre, prise de main au choix : pronation ou supination	6 répétitions	Menton > barre nuque Barre, prise de main au choix : pronation ou supination
DEVELOPPE COUCHE	4 répétitions	40 % poids du corps	6 répétitions	80 % poids du corps

Épreuve 3 : COURS COLLECTIFS EN MUSIQUE 60'

Suivi pour tous d'un cours par un coach en Échauffement (10') STEP (20') Renfo (20') Stretch (10')

>> Passage de tests de sélection Oral et Écrit

Deux épreuves consécutives permettant la sélection des candidats sur la session de formation (20 places disponibles en parcours complet)

Écrit Coeff 1 : Sujet évalué sur la force de proposition et la capacité rédactionnelle (45')

Oral Coeff 2 : Échange sur le projet professionnel, sur le parcours sportif et professionnel et sur la formation (15')

Objectif : Permettre une sélection pertinente à l'entrée en formation avec des futurs stagiaires ayant une motivation certaine qui empêche tout abandon en cours de formation.

Ce test sert à évaluer la cohérence entre la formation et le projet professionnel.

>> Positionnement

Document officiel permettant la relation des compétences, le savoir-faire, et le savoir-être du candidat en tenant compte d'éventuels allègements ou aménagement de formation.

Le positionnement est établi lorsque le stagiaire à valider les T.E.P et les tests de sélection. Il se réalise en deux étapes.

Il peut être également réalisé en amont des épreuves en fonction des financements demandé par le candidat.

Étape 1 :

- ⇒ Le candidat remplit un document sur les compétences spécifiques en relation avec le diplôme.

Étape 2 :

- ⇒ Un entretien de 20 à 30 minutes est réalisé à l'aide d'un document pour établir le parcours individuel de formation. Il permet à un candidat de bénéficier, par décision de l'état en fonction de ses diplômes, de ses études ou de son expérience professionnelle, d'un allongement ou d'une réduction de la durée de sa formation. Il permet de faire le parcours individuel de formation et repérer les points fort ou points faibles de chacun. C'est un temps qui permet de gérer l'administratif et d'expliquer le déroulé de formation (heure de stage...).

Objectif : Le but est de réaliser le parcours individuel de formation.

A l'issue de l'entretien il est déterminé avec le stagiaire ces droits en équivalence, ses possibilités d'aménagements et ses mises en garde sur les difficultés qui pourrait rencontrés en formation. Il est établi également un prévisionnel sur ses heures en structure de stage.

2/ Contenu de la formation

Évaluation du stagiaire sur 4 Unités Capitalisables (cf référentiel dernières pages du présent dossier)

UC1 Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure

Communiquer dans les situations de la vie professionnelle

Prendre en compte les caractéristiques des publics dans leur environnement démarche d'éducation à la citoyenneté

Contribuer au fonctionnement de la structure

50 heures d'apports théoriques

>> Oral de 20' et 20' des questions avec les évaluateurs

UC2 Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure

Concevoir un projet d'animation

Conduire un projet d'animation

Évaluer un projet d'animation

50 heures d'apports théoriques

>> Oral de 20' et 20' de questions avec les évaluateurs

UC3 Concevoir une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme

Concevoir une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage

Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage

Évaluer une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage

195 heures d'apports théoriques et pratiques

>> Un dossier sur deux cycles de 6 séances sur les AF en fonction d'un objectif et du cobaye choisi. Évaluation sur la dernière ou avant dernière séance de 45' à 1h30 puis 30' de questions avec les évaluateurs

UC4 Démonstration technique et conduite de séance au sein de l'Organisme de formation Démonstration technique des AF en, halétrophilie et musculation

Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option

Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option

Garantir les conditions de pratique en sécurité

195 heures d'apports théoriques et pratiques

>> Mouvement technique par tirage au sort sur 4 mouvements (musculation/halétrophilie) puis après validation réalisation d'une séance sèche (1h de préparation puis 40' de séance) et 20' de questions techniques avec les évaluateurs.

3/ Durée de la formation et modalités d'organisation

La formation est organisée sur onze mois, du **06/01/2026 au 04/12/2026**

Le stagiaire devra valider 619 heures de formation et 512 heures en structure de stage avec un effectif minimum de 8 stagiaires et 20 stagiaires maximum.

Les apports théoriques et pratiques seront apportés du lundi au vendredi par les formateurs. Le stagiaire aura le choix de suivre les cours et de pratiquer le sport du lundi au samedi.

Le référentiel des BP JEPS impose un volume total de formation à 900 minimum dont 600 heures de formation en centre et donc 300 heures minimum en stage : <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000032466325#:~:text=«%20Art.-,A.,à%20l'issue%20du%20positionnement>

Les apports théoriques et pratiques seront menés par cours en présentiel au centre de formation de 9h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00.

- UC1 et UC2 le jeudi matin de 9h à 12h
- UC3 le jeudi après-midi de 13h à 17h
- UC3 et UC4a le vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h
- UC3 et UC4b le mardi de 9h à 12h et de 13h à 17h

Épreuve initiale : Les épreuves de certifications finales sont à réaliser au sein de l'organisme de formation en fonction des avancés des dossiers de chaque stagiaire.

Epreuve de rattrapage : Si le candidat échoue aux épreuves initiales, il aura la possibilité de se présenter sur un deuxième temps d'évaluation.

4/ Qualité de l'encadrement pédagogique et technique

a) La Direction

DAMIEN Christophe, Directeur/Président de ProSportConcept

DA SILVA Leslie, Assistante de direction, secrétariat et comptabilité (BTS Économie, Social et Familial)

b) Les Formateurs

DAMIEN Christophe, formateur en anatomie, physiologie et préparation physique (BEES Athlétisme, Maîtrise STAPS, DU Préparation Physique et Évaluation des Performances, Certificat de la Préparation Physique des Sports de Haut Niveau, Préparateur Physiques Rugby à Marcousis)

DE MOLDER Pauline, formatrice des UC techniques cours co du diplôme (BP JEPS AF AB)

LEFRANÇOIS Victoria, formatrice des UC cours co (CQP IF CC & MPT)

DA SILVA Floriane, formatrice en publics et projet (BAFA, CAP Prévention et Médiation, CAP Petite Enfance, BP JEPS APT)

THOMAS Wesley, formateur UC technique du diplôme (BP JEPS AAN, BP JEPS AF AB et DE HMFA en cours)

5/ Moyens et modalités techniques et de suivi

a) La plateforme

La plateforme est un support du stagiaire en formation. Par un accès collectif par classe via un mot de passe donné en début de formation. Tous les cours proposés en présentiel sont également visible depuis cet espace dédié.

L'échange de dossier de formation, de devoir etc, se fait également depuis cette plateforme afin de déservir les documents aux bons formateurs et ainsi garder une traçabilité des échanges pédagogiques.

b) L'application WhatsApp :

Application obligatoire pour tous les stagiaires en formation. Permet de créer une zone d'échange or cadre de formation et créer un lien entre les stagiaires.

c) Méthode de communication formateur/stagiaire :

Chaque formateur à un accès direct aux différentes méthodes de communication avec les stagiaires :

- La plateforme pour proposer les cours
- L'échange via le groupe WhatsApp
- L'échange en direct pendant les cours
- Et le numéro de téléphone, mail en cas d'échange spécifique et particulier

d) Le LIVRET D'ACCUEIL nominatif

Le livret d'accueil est un élément important dans le cadre de la formation, il permet aussi d'informer le stagiaire, que la structure d'accueil, c'est un document de liaison et d'apprentissage pour le stagiaire.

Le livret reprend l'intégralité des informations de la formation :

Règlement intérieur - Organigramme - Ruban pédagogique - Modalités de certification et les dates - Fiches de suivi stage, animation - Fiche de séances - Période de certification - Modalité de suivi en cours de formation et données obligatoires - Retour de séance par les formateurs et tuteur

6/ Visite de stage

Le coordinateur, DAMIEN Christophe réalise 2 visites de stage par an au minimum (et jusqu'à trois) sur le lieu de stage du stagiaire avec un protocole stricte et un compte rendu à faire visible par le stagiaire lui-même, le tuteur et l'équipe pédagogique.

Cette visite a pour objectif de faire évoluer le stagiaire en formation en identifiant les points suivants :

- Identifier le rôle et les missions du stagiaire
- Identifier le rôle et les missions du tuteur
- Identifier le comportement du stagiaire en entreprise (Autonomie, ponctualité, professionnalisme...)
- Identifier les « savoir-faire » du stagiaire en entreprise

Un bilan est ensuite réalisé avec le stagiaire pour identifier les apprentissages et des perspectives à venir

7/ Évaluation de la formation / suivi de formation

L'évaluation du stagiaire se fait tout au long de l'année afin de lui garantir une réussite aux épreuves finales. Les moyens mis en place sont identiques à ceux proposer pour l'organisation et le suivi de cours.

Valider les épreuves finales, ne garantit pas la validation du diplôme du stagiaire.

En effet, les fiches de certifications des épreuves finales sont envoyées à un jury plénier de la DRAJES en fin de formation, qui évalue la pertinence du commentaire et l'avis des jurys présents sur la certification.

Une fois l'accord définitif donné, un procès-verbal justifie l'obtention du diplôme du stagiaire, sa sortie peut se faire jusqu'à 2 mois après la fin de formation.

En l'attente de la sortie du procès-verbal, l'organisme de formation établie une attestation de fin de formation en y précisant l'assiduité du stagiaire et la validation ou non de ses épreuves. Les dates de formation et le nombre d'heure de cours et de stage effectué sont également indiqués.

8/ Tarif de formation

La formation est fixée à 6 200,00 € pour deux options et 5 200,00 € pour une option en 2026.

9/ Accessibilité et normes handicap

Établissement aux normes PMR, référent handicap M. DAMIEN Christophe.

Pour chaque personne en situation de handicap, un livret d'accueil spécifique est remis au stagiaire. S'agissant d'un parcours en formation professionnelle dans le sport, chaque situation de handicap doit être contrôlé et vérifié par la médecine du sport du CHU de Bordeaux rattachée à la DRAJES Nouvelle-Aquitaine.

Le médecin du sport avise et écrits les aménagements possibles sur la formation qui doit ensuite être validé par la DRAJES N-A et appliqué par le centre de formation accueillant le stagiaire.

10/ Référentiel de certification

BREVET PROFESSIONNEL DE LA JEUNESSE, DE L'ÉDUCATION POPULAIRE ET DU SPORT SPECIALITÉ « EDUCATEUR SPORTIF » MENTION « ACTIVITÉS DE LA FORME »

ANNEXE II

Modifiée par arrêté du 5 avril 2018 (J.O.R.F du 15 avril 2018)

REFERENTIEL DE CERTIFICATION

UNITE CAPITALISABLE 1	
UC1 : ENCADRER TOUT PUBLIC DANS TOUT LIEU ET TOUTE STRUCTURE	
OI 1-1	Communiquer dans les situations de la vie professionnelle
1-1-1	Adapter sa communication aux différents publics
1-1-2	Produire des écrits professionnels
1-1-3	Promouvoir les projets et actions de la structure
OI 1-2	Prendre en compte les caractéristiques des publics dans leurs environnements dans une démarche d'éducation à la citoyenneté
1-2-1	Repérer les attentes et les besoins des différents publics
1-2-2	Choisir les démarches adaptées en fonction des publics
1-2-3	Garantir l'intégrité physique et morale des publics
OI 1-3	Contribuer au fonctionnement d'une structure
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
UNITE CAPITALISABLE 2	
UC2 : METTRE EN ŒUVRE UN PROJET D'ANIMATION S'INSCRIVANT DANS LE PROJET DE LA STRUCTURE	
OI 2-1	Concevoir un projet d'animation
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
2-1-2	Définir les objectifs et les modalités d'évaluation
2-1-3	Identifier les moyens nécessaires à la réalisation du projet
OI 2-2	Conduire un projet d'animation
2-2-1	Planifier les étapes de réalisation
2-2-2	Animer une équipe dans le cadre du projet
2-2-3	Procéder aux régulations nécessaires
OI 2-3	Evaluer un projet d'animation
2-3-1	Utiliser les outils d'évaluation adaptés
2-3-2	Produire un bilan
2-3-3	Identifier des perspectives d'évolution

UNITE CAPITALISABLE 3	
UC3 : CONDUIRE UNE SEANCE, UN CYCLE D'ANIMATION OU D'APPRENTISSAGE DANS LE CHAMP DES ACTIVITES DE LA FORME	
OI 3-1	Concevoir la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage
3-1-1	Fixer les objectifs de la séance ou du cycle et les modalités d'organisation
3-1-2	Prendre en compte les caractéristiques du public dans la préparation de la séance ou du cycle
3-1-3	Organiser la séance ou le cycle
OI 3-2	Conduire la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage
3-2-1	Programmer une séance ou un cycle en fonction des objectifs
3-2-2	Mettre en œuvre une démarche pédagogique adaptée aux objectifs de la séance ou du cycle
3-2-3	Adapter son action pédagogique
OI 3-3	Evaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage
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
UNITE CAPITALISABLE 4 a) Option « COURS COLLECTIFS »	
UC 4 a) : MOBILISER LES TECHNIQUES DE LA MENTION DES ACTIVITES DE LA FORME POUR METTRE EN ŒUVRE UNE SEANCE OU UN CYCLE D'APPRENTISSAGE DANS L'OPTION « COURS COLLECTIFS »	
OI 4-1	Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option
4-1-1	Maîtriser les techniques de l'option
4-1-2	Maîtriser les gestes techniques dont les aides et parades et les conduites professionnelles de l'option
4-1-3	Utiliser les gestes techniques appropriés dans un objectif d'apprentissage
OI 4-2	Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option
4-2-1	Maîtriser et faire appliquer les règlements techniques et usages de la discipline de l'option
4-2-2	Maîtriser et faire appliquer le cadre de la pratique
4-2-3	Sensibiliser aux bonnes pratiques et aux conduites à risque
OI 4-3	Garantir des conditions de pratique en sécurité
4-3-1	Utiliser le matériel adapté au public et conforme aux règles de sécurité
4-3-2	Aménager la zone de pratique ou d'évolution
4-3-3	Veiller à la conformité et à l'état du matériel et de la zone de pratique ou d'évolution
UNITE CAPITALISABLE 4 b) Option « HALTÉROPHILIE, MUSCULATION »	
UC 4 b) : MOBILISER LES TECHNIQUES DE LA MENTION DES ACTIVITES DE LA FORME POUR METTRE EN ŒUVRE UNE SEANCE OU UN CYCLE D'APPRENTISSAGE JUSQU'AU 1 ^{er} NIVEAU DE COMPETITION FÉDÉRALE DANS L'OPTION « HALTÉROPHILIE, MUSCULATION »	
OI 4-1	Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option
4-1-1	Maîtriser les techniques de l'option
4-1-2	Maîtriser les gestes techniques dont les aides et parades et les conduites professionnelles de l'option
4-1-3	Utiliser les gestes techniques appropriés dans un objectif d'apprentissage
OI 4-2	Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option
4-2-1	Maîtriser et faire appliquer les règlements techniques de la fédération délégataire de l'haltérophilie, musculation
4-2-2	Maîtriser et faire appliquer le cadre de la pratique en haltérophilie, musculation, dont la pratique compétitive en haltérophilie
4-2-3	Sensibiliser aux bonnes pratiques et aux conduites à risque
OI 4-3	Garantir des conditions de pratique en sécurité
4-3-1	Utiliser le matériel adapté au public et conforme aux règles de sécurité
4-3-2	Aménager la zone de pratique ou d'évolution
4-3-3	Veiller à la conformité et à l'état du matériel et de la zone de pratique ou d'évolution