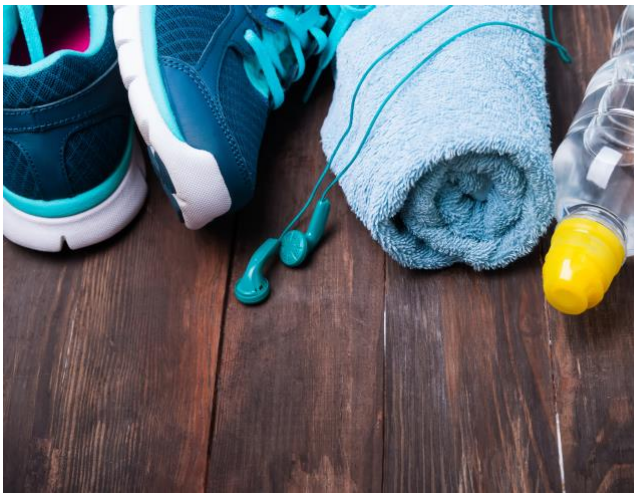


ACADEMIE
BASQUE
DU SPORT



BPJEPS AF

(Activités de la Forme)

Option A : Cours collectifs

Option B : Haltérophilie Musculation

Le diplôme -Le métier

Le BPJEPS AF option « cours collectifs » et « Haltérophilie, Musculation » est un diplôme d'État de niveau IV (BAC), délivré par le Directeur Régional de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale

Il prépare au métier de professeur de fitness et de coach sportif dont les missions sont : l'encadrement de différents publics lors de leur pratique sportive sur un plateau de musculation et/ou l'animation de cours collectifs, la construction de programmes personnalisés visant le maintien, l'entretien et le développement de la condition physique.

Les stagiaires ont la possibilité de s'inscrire à une seule option : haltérophilie-musculation ou cours collectifs

Employeurs potentiels

- Les salles de remise en forme
- Les clubs sportifs
- Les structures associatives
- Activité libérale auprès d'une clientèle de particuliers

La Formation

CONDITIONS D'ACCES A LA FORMATION

- Pas de niveau scolaire minimum requis
- Être âgé de 18 ans le jour de la validation des exigences minimales préalables à la mise en situation pédagogique
- Être titulaire de l'AFPS ou PSC1 ou PSE1 ou PSE2 ou AFGSU ou SST en cours de validité
- Fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique des AF datant de moins d'un an.
- Avoir validé les tests d'exigences préalables à l'entrée en formation (TEP)

TEP

- Luc LEGER : Palier 7 pour les femmes / Palier 9 pour les hommes
- Cours collectifs : Suivi de cours collectif en musique (60 mn)
- Haltérophilie Musculation : Squats + Tractions + Développé couché

Les TEP sont communs à tous les organismes de formation, la date et le détail de ces tests sont disponibles sur le site de la DRJSCS : nouvelle-aquitaine.drjscs.gouv.fr

EPREUVES DE SELECTION

Épreuves pratiques et techniques :

- Option cours collectifs : Suivi de cours en musique STEP/LIA
- Option Haltérophilie /Musculation :Epreuve 1 TRACTION+DIPS nbre maximum de répétition
Epreuve 2 EPAULÉ-JETÉ + SOULEVÉ DE TERRE

Épreuves théoriques :

- Entretien de motivation avec un jury (durée 20/30 minutes)
- Épreuve écrite (durée 1h) cette épreuve permet, à partir d'un sujet général sur les pratiques sportives, d'apprécier chez les candidats les capacités d'expressions écrite de réflexion et d'analyse

CONTENU DE LA FORMATION

La formation BPJEPS AF est en 4 UC . Elle peut s'effectuer en parcours complet ou avec des allègements si le stagiaire possède des dispenses et équivalences . Le parcours de formation est établi lors du positionnement .

- UC1 Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure
- UC2 Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le champ des activités de la forme
- UC3 Conduire une séance , un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme
- UC4 Mobiliser les techniques pour mettre en œuvre une séance , un cycle d'animation ou d'apprentissage

METHODES PEDAGOGIQUES

La formation est basée sur l'alternance entre des périodes de cours en face à face pédagogique et des périodes de stages en entreprise .

Les méthodes pédagogiques mise en œuvre sont :

- L'alternance entre les enseignements théoriques et les enseignements pratiques des différentes activités
- Les mises en situation professionnelle
- L'observation des pratiques professionnelles
- Les méthodes didactiques ou interrogatives

PROCESSUS DE CERTIFICATION

Pour obtenir le BPJEPS AF le candidat doit se présenter aux certifications des 4 UC

S'il bénéficie d'un allègement il ne se présentera qu'aux UC manquantes pour l'obtention du diplôme

- **Certification UC1 et UC2**

Présentation orale d'un projet d'animation mis en œuvre dans sa structure de stage

Production d'un dossier écrit et d'un support informatique de présentation auprès du jury

- **Certification UC3**

La certification s'effectue en structure de stage , le candidat choisi de passer sur un cycle en Option A ou B .

Production d'un document décrivant le cycle d'animation

Pour l'option A (cours collectifs) :

Le cycle d'animation est composé de 3 séances 1 en cardio chorégraphié , 1 en renforcement musculaire , 1 en étirement d'une durée de 30 à 60 minutes chacune pour un public d'au moins 6 personnes

Pour l'option B (Haltérophilie/Musculation)

2 cycles d'animation composés de 6 séances minimum chacun s'adressant à une personne ou a un groupe . Chaque cycle porte sur un objectif différent choisi parmi :

Le développement des qualités physiques

- La prise de masse musculaire
- La perte de poids
- Le renforcement musculaire
- Le sport bien être
- La réathlétisation ou réhabilitation fonctionnelle
-

Le candidat conduit sa séance devant le jury et à l'issue s'entretient avec lui sur la conception , la réalisation et l'évaluation de la séance

- **Certification UC4**
Pour l'option B (Haltérophilie/Musculation)
 - 1 démonstration technique en haltérophilie
et
 - 1 conduite de séance d'entraînement en musculation

- Pour l'option A (Cours collectifs)**
 - 1 démonstration technique de l'option « cours collectifs » pendant trois fois 20 mn (3 familles d'activités)
et
 - 1 conduite de séance de l'option « cours collectifs »

Le détail des épreuve est disponible dans l'arrêté ministériel du BPJEPS AF

En cas d'échec à une plusieurs certifications possibilité d'effectuer un rattrapage

A l'issue des certifications un jury plénier de la DRJSCS (Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports) valide ou non l'acquisition des UC par les candidats .

La liste des reçus est publiée par la DRJSCS .

Un diplôme officiel est envoyé aux reçus par les instances ministérielles .

CALENDRIER DE FORMATION

- Durée de la formation : 9 mois (du mois d'octobre 2020 au mois de juin 2021)
- Ouverture des inscriptions : à partir du mois de mars 2020
- Formation en alternance : 21 H en OF 14 H en stage

COÛT DE LA FORMATION

- Frais pédagogiques :
 - 2 Options : 5800 €
 - 1 Option : 4800 €
- Frais d'inscription : 50 €
- Adhésion à l'association : 5 €
- Possibilités de financements :
 - PRF (Plan Régional de Formation)
 - CPF de transition
 - Pôle emploi / Mission Locale à voir avec le conseiller
 - OPCO à voir avec l'employeur

CONTACT

Responsable de Formation : NICOLAS MOLINIÉ

- Tel : 05 59 01 30 88
- Mail : nicolasmolinie@academiebasquedusport.fr

PARTENAIRES

