

DOSSIER D'INSCRIPTION BPJEPS AF 2022-2023 PARTIE A CONSERVER

L'AFSO de l'UFOLEP vous propose une formation intégrant :
La double option : Cours Collectifs + Haltérophilie / Musculation
ou 1 option Cours Collectifs uniquement
ou 1 option Haltérophilie / Musculation uniquement

Ce dossier est composé de 2 parties, une partie à conserver, et 1 partie à remplir et à nous renvoyer

Préambule :

L'Ufolep c'est une vision du sport à dimension sociale et citoyenne pour répondre aux enjeux actuels d'accessibilité, de santé pour tous, de solidarité et d'engagement.

Un engagement pour vous accompagner dans la filière de formation des métiers du sport et de l'animation vers votre projet professionnel. Nous espérons pouvoir partager ces valeurs avec vous.

Ainsi nous limitons à 15 stagiaires par options les inscriptions pour privilégier la qualité des échanges .

Les référents de l'AFSO :

Responsable de l'OF	Coordonnateurs pédagogiques du BPJEPS AF	Responsable administrative
Robin FERREIRA	Roman VIDAL Patrick SEVERAC	Virginie BORDENAVE
formation.opm@ufolep.org 06.08.76.64.34	bpjeps.opm@ufolep.org 07.81.53.24.31	contact.opm@ufolep.org 06.49.63.10.41

Calendrier

Journées gratuites de préparation : **Jeudi 2 juin, jeudi 7 juillet et jeudi 1^{er} septembre**

Date limite pour renvoyer le dossier d'inscription : **Vendredi 16 septembre 2022**

Tests d'entrée (TEP) : **Mercredi 28 septembre 2022**

Sélection de l'OF et positionnement : **Jeudi 29 et vendredi 30 septembre 2022**

Début de la formation : **semaine du 17 octobre 2022**

Lieu de formation : Site de Carcassonne Olympique – 10 avenue du général Sarrail – 11000 Carcassonne

Le centre Carcassonne Olympique est un centre omnisports de 4000m², situé en plein cœur de Carcassonne. Ce centre sportif regroupe 9 associations et propose plus de 18 disciplines différentes, le centre accueille des scolaires et un centre de formation.

Des travaux de rénovation en cours sur 2022 et 2023 nous obligerons à délocaliser la formation des locaux historiques.

Conditions requises :

- Être âgé de 18 ans dès l'entrée en formation.
- Être titulaire du PSC1 (ou AFPS, SST, PSE 1, PSE 2, AFGSU 1 ou 2 en cours de validité). *si vous ne l'avez pas l'UFOLEP peut vous le faire passer*
- Présenter un certificat médical de non-contre-indication à l'enseignement et à la pratique des "activités de la forme" datant de moins d'un an à la date de l'entrée en formation.
- Être capable de réaliser les TEP.

Présentation de la formation :

La formation BPJEPS spécialité "Éducateur Sportif" mention "Activités de la Forme" est un diplôme d'État de niveau 4, c'est-à-dire d'un niveau BAC. Le diplôme atteste de compétences permettant d'évoluer en tant qu'éducateur sportif et coach sportif. Le titulaire du BPJEPS AF exerce principalement dans des salles de sports (structures commerciales, associatives ou encore touristiques) ou à son compte en tant qu'éducateur sportif dans le cadre de "cours collectifs" (option A) et de « l'haltérophilie, musculation » (option B), et ce principalement dans un objectif de santé et de bien-être.

Financement de la formation :

Adhérent.e UFOLEP : 4500 euros (1 option) - 6000 euros (2 options)

Non adhérent.e UFOLEP : 4920 euros (1 option) - 6560 euros (2 options)

Les dispositifs pour financer la formation professionnelle sont nombreux. Que vous soyez salarié.e, demandeur.se d'emploi, étudiant.e, sans emploi, en reconversion, ..., il est difficile de s'y retrouver, mais nous sommes là pour vous conseiller et vous aider.

Les principaux dispositifs :

- le contrat d'apprentissage repose sur l'alternance d'une phase pratique en entreprise et d'une phase théorique en centre de formation. Vous y êtes éligible si vous avez entre 16 et 29 ans, ou sans limite d'âge si vous êtes en situation de handicap, ou candidat.e à la création ou reprise d'une entreprise. Pendant ce contrat vous serez rémunéré et votre formation sera totalement prise en charge
- vous êtes ou avez été salarié.e : depuis 2019 vous pouvez consulter vos droits et budgets disponibles sur votre Compte Personnel de Formation (CPF) sur : www.moncompteformation.gouv.fr
- vous êtes salarié.e : votre formation peut être prise en charge par votre entreprise/association via l'opérateur de compétences (OPCO) dont elle dépend.
- vous êtes travailleur.se indépendant.e : depuis 2020 vous versez une Contribution à la Formation Professionnelle (CPF) et vous pouvez consulter vos droits et budgets disponible en vous rapprochant du Fonds d'Assurance Formation (FAF) dont vous dépendez.
- vous êtes demandeur.se d'emploi : l'Aide Individuelle à la Formation (AIF) est un dispositif qui permet de financer en tout ou partie des formations suivies. Cette aide est mobilisée par le Pôle Emploi.

Déroulement de la formation :

Pour 1 option : Nombre d'heures par stagiaire pour un parcours complet : 600h en centre et 575h de stage (ou d'alternance) sur 10 mois

Pour 2 options : Nombre d'heures par stagiaire pour un parcours complet : 800h en centre et 400h de stage (ou d'alternance) sur 12 mois

Les étapes de sélection :

1/ Les tests techniques d'entrée en formation (imposés par la réglementation du diplôme)

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

- épreuve n° 1 : test navette « Luc Léger » :
 - palier 7 (réalisé) pour les femmes
 - palier 9 (réalisé) pour les hommes.
- épreuve n° 2 : le(la) candidat(e) doit sur les indications d'un professeur diplômé suivre un cours en reproduisant des éléments techniques simples et en ajustant leur prestation en fonction des indications verbales et gestuelles qui leur sont données. Cette démonstration technique, d'une durée de 60 minutes, comprend :
 - 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 des annexes du BPJEPS AF](#).

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

- épreuve n° 1 : test navette « Luc Léger » :
 - palier 7 (réalisé) pour les femmes
 - palier 9 (réalisé) pour les hommes.
- épreuve n° 2 : le(la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique composée des exercices figurant dans le tableau suivant :

Passage par ordre croissant de poids. Les TEP imposent de réussir un nombre minimum de répétitions sur 3 mouvements de base en musculation

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 candidat	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

2/ Les tests de sélection de l'Organisme de Formation (OF)

Nos tests de sélection ont pour objectif de :

- retenir que les candidats qui possèdent les capacités nécessaires à l'exercice de ce métier,
- apprécier les connaissances générales des candidats sur le secteur d'activités des métiers de la forme,
- valoriser les candidats qui présentent un projet personnel et professionnel mûrement réfléchi, notamment au travers de l'entretien.

Epreuves de sélection :

- Un dossier réalisé par le/la candidat.e qui intégrera un CV (Curriculum Vitae) et qui détaillera votre parcours (scolaire, sportif, professionnel, éventuellement pédagogique dans le champ de l'animation ou du sport...), et précisera votre expérience personnelle dans le secteur des activités sportives. Ce dossier de 5 pages maximum, devra être envoyé au plus tard 1 semaine avant les sélections. Vous devrez également exposer les raisons qui vous poussent à vouloir suivre cette formation et le projet professionnel qui est le votre.
- Un QCM qui sera distribué sur place

Une note sur 80 points sera attribuée à partir du barème ci-dessous. Ce barème tient compte du vécu sportif, du parcours scolaire et des expériences acquises dans le monde professionnel en particulier l'animation (sportive ou non)

QCM / connaissances du secteur sport	Bonus BAFA	Bonus stage trouvé	Bonus autres diplômes du secteur sport	Bonus expérience professionnelle
/20 points	/20 points	/20 points	/10 points	/10 points

- Un entretien (noté sur 20 points), d'une durée maximum de 20 mn qui permet d'observer la présentation personnelle du ou de la candidat.e et sa capacité de communication. Il /elle sera questionné.e sur son parcours professionnel et sportif, son projet professionnel à court, moyen et long terme, les pistes de financement et la structure d'accueil potentielle.

A l'issue des tests des épreuves de sélection effectués à Carcassonne, l'O.F. proposera une liste principale de candidat.es admis.es à entrer en formation (15 personnes maximum/par option), et une liste complémentaire de candidats classés par ordre de mérite de 1 à 5, et placés sur liste d'attente.

L'ensemble de ces documents sera transmis par mail

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

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

[Fiche France Compétences n°28573](#)

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

Objectifs 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 » et 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 ;

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.

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'.

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'.

Le public visé :

L'organisme de formation ne fixe pas de profil type de stagiaire, c'est au contraire dans la diversité des profils candidats salariés, apprentis, demandeurs d'emploi, reconversion professionnelle, sportifs en centre de formation ou sportifs professionnels en fin de carrière... et des expériences antérieures que le groupe trouve une richesse de fonctionnement.

Le BPJEPS AF permet de travailler contre rémunération dans différents types de structures : salles de remise en forme, structures associatives (en priorité affiliées à l'UFOLEP), collectivités territoriales, organismes de vacances (L'UFOLEP est la fédération sportive de la ligue de l'enseignement qui gère un grand nombre de villages vacances), structures d'animation périscolaire, comités d'entreprise, maisons sport santé, EHPAD, ... C'est l'un des diplômes pour lesquels on recrute le plus. C'est pourquoi il y a de nombreuses candidatures mais il est important que ce projet de formation soit bien réfléchi. L'UFOLEP, grâce à son dispositif du parcours coordonné pourra amener les personnes intéressées progressivement jusqu'au BPJEPS (un projet sur 2 ans peut-être proposé avec la mention complémentaire sport et/ou le CQP, si le candidat a besoin de plus de temps pour réussir le diplôme et l'insertion professionnelle).

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 1er 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.

Installations sportives pour la formation :

Des travaux de rénovation en cours sur 2022 et 2023 nous obligerons à délocaliser la formation des locaux historiques de CO mais les installations conçues en remplacement sont tout à fait aux normes attendues pour notre formation.

A - Un plateau de musculation de 400m² :



Un espace traditionnel Postes de travail classiques (matériel de marque TECHNOGYM de dernière génération).

Un espace cardio-training est équipé de 28 appareils : vélos, vélos semi-allongés, Waves, tapis de course, vélos elliptiques, rameurs, skyerg.



Un espace cross-training (espace pour la pratique de l'haltérophilie)

Espace de 150m² avec une cage, un plateau d'évolution au sol et du matériel spécifique : cordes ondulatoires, kettlebells, Swiss Balls, Steps, sangles de suspension, tapis, 12 barres d'Haltérophilie et des Bumpers.

B - La salle de Bike :

La salle de bike de 50 m² (capacité de 20 vélos) est climatisée et équipée d'un système de sonorisation, d'une table de mixage et d'un micro-casque.

C - La salle de cours collectifs :



La salle de fitness (280 m²). Un parquet au sol et une sonorisation adaptée, cette salle est climatisée et entièrement équipée en petit matériel : steps, tapis de sol, haltères, bâtons, swiss-ball, rouleaux de pilates, disques, élastiques...

D - La salle polyvalente :

C'est une salle mixte de 500m² (avec parquet) qui peut être utilisée pour toutes les pratiques, elle est équipée de matériel et tapis.

E - Vestiaires et sanitaires :

Quatre vestiaires accessibles à proximité de chaque salle, des sanitaires, des douches individuelles.

Installations pédagogiques pour la formation :

Une salle dédiée à la formation de 400m² est en cours de rénovation.

Une salle de classe (35m² puis 60m² dès réception des travaux) pour organiser les cours théoriques.

Elle est équipée d'un tableau, d'un ordinateur, d'une enceinte connectée, d'un écran rabattable et d'un vidéoprojecteur. Une photocopieuse est également à disposition des formateurs et des stagiaires. Une salle annexe avec des ordinateurs mis à la disposition des stagiaires pour faire leurs recherches, travailler sur la mise en forme du dossier et organiser les oraux blancs.

Un espace restauration est inclus à la structure, l'accès est libre pour les stagiaires (un tarif préférentiel est proposé pour un repas complet).

Le site de Carcassonne Olympique est à 5mn à pied de la gare et du centre-ville, il est desservi par les bus de ville et à 5mn de la sortie d'autoroute de Trèbes / Carcassonne.