

PROGRAMME DE FORMATION

BPJEPS - Brevet Professionnel de la Jeunesse Education Populaire et du Sport spécialité **Educateur Sportif mention **Activités de la Forme** option **Haltérophilie Musculation****

*Mise à jour le 25/06/2025

Code de la fiche RNCP : 37106

Nomenclature du niveau de qualification

Niveau 4

Code(s) NSF

335 : Animation sportive, culturelle et de Loisirs

Formacode(s)

15477 : Remise en forme

Certificateur :

MINISTERE DES SPORTS ET DES JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES

Date de début des parcours certifiants

08-11-2022

Date d'échéance

de l'enregistrement

08-11-2027

JURA SPORT FORMATION assurera la gestion administrative et pédagogique des formations dispensées par ses formateurs et prestataires de formations. JURA SPORT FORMATION organisera le parcours de formation dont le programme correspond à la préparation aux épreuves du **BPJEPS SPECIALITE EDUCATEUR SPORTIF MENTION ACTIVITES DE LA FORME OPTION HALTEROPHILIE, MUSCULATION (AF HM)**.

L'éducateur(trice) sportif(ve) exerce en autonomie son activité professionnelle, en utilisant un ou des supports techniques dans les champs des activités physiques et sportives ou des activités éducatives, culturelles et sociales, dans la limite des cadres réglementaires. Il/ elle est responsable de son action au plan pédagogique, technique et organisationnel. Il/ elle assure la sécurité des tiers et des publics dont il/elle a la charge. Il/ elle a la responsabilité du projet d'animation qui s'inscrit dans le projet de la structure. Les modes d'intervention qu'il/elle développe s'inscrivent dans une logique de travail collectif et partenarial, prenant en compte notamment les démarches de développement durable, d'éducation à la citoyenneté et de prévention des maltraitances. Il/ elle encadre tout type de public, dans tous lieux d'accueil ou de pratique au sein desquels il met en place un projet. Il/ elle encadre des activités de découverte, d'animation et d'éducation.

Cadre réglementaire du diplôme préparé :

Décret n° 2016-527 du 27 avril 2016. 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 ».

Niveau de connaissances préalables et capacités professionnelles requis :

La connaissance du milieu sportif et de ses éléments de vocabulaire spécifique est nécessaire à l'entrée en formation.

Les exigences préalables requises pour accéder à la formation, prévues au Code du Sport et à l'Arrêté ministériel portant sur la spécialité, sont :

1. Être titulaire de l'une des attestations de formation relative au secourisme suivante :
 - (PSC1) prévention et secours civique de niveau 1 ;
 - (AFPS) attestation de formation aux premiers secours ; (PSE1) premier secours en équipe de niveau1 en cours de validité ;
 - (PSC2) premier secours en équipe de niveau2 en cours de validité ;
 - (AFGSU) attestation de formation aux gestes et soins d'urgence niveau 1 ou 2 en cours de validité ;
 - (SST) certificat de sauveteur secouriste du travail en cours de validité.
2. Présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive datant de moins d'un an à la date d'entrée en formation.
3. Avoir satisfait aux épreuves des exigences préalables à l'entrée en formation fixées par décret (tests physiques).
4. Réussir les tests d'entrée organisés par l'organisme de formation.

Les compétences professionnelles correspondant aux exigences minimales, permettant la mise en situation professionnelle des personnes en cours de formation au **BPJEPS SPECIALITE EDUCATEUR SPORTIF MENTION ACTIVITES DE LA FORME OPTION HALTEROPHILIE, MUSCULATION (AF HM) sont les suivantes :**

- Être capable d'évaluer les risques objectifs liés à la pratique des « activités de la forme ».
- Être capable d'anticiper les risques potentiels pour le/ la pratiquant/e.
- Être capable de maîtriser le comportement et les gestes à réaliser en cas d'incident ou d'accident.
- Être capable de mettre en œuvre une séquence pédagogique d'animation aux « activités de la forme ».
- Être capable d'encadrer et conduire des actions d'animation en haltérophilie et musculation jusqu'au premier niveau de compétition fédérale en haltérophilie, musculation.

Buts de la formation :

- Intégrer le stagiaire dans le réseau des professionnels.
- Lui permettre d'acquérir des compétences pratiques et pédagogiques nécessaires au **BPJEPS SPECIALITE EDUCATEUR SPORTIF MENTION ACTIVITES DE LA FORME OPTION HALTEROPHILIE, MUSCULATION (AF HM)**. (Séances pédagogiques et démonstrations commentées).

- L'amener à acquérir les savoirs théoriques nécessaires au **BPJEPS SPECIALITE EDUCATEUR SPORTIF MENTION ACTIVITES DE LA FORME OPTION HALTEROPHILIE, MUSCULATION (AF HM)**. Le conduire à être force de proposition dans la coordination de l'élaboration du suivi du projet technique de la structure d'accueil en phase alternée.

Méthodes pédagogiques et techniques mises en œuvre :

Il s'agit d'une formation en alternance, réalisée pour partie en organisme de formation et pour partie en structure d'accueil (Associations sportives ou autres, collectivité territoriale, OMS, structures privées telles club de vacances, ...). Les mises en situation pédagogiques en entreprise d'accueil (phase alternée de la formation) et les actions de formation en entreprise seront programmées au fur et à mesure de l'avancement de la formation, selon une programmation calendaire validée d'un commun accord entre les parties.

Le système pédagogique préconisé met en œuvre une formation de type multimodale. Elle comprend :

- Des temps de formation réalisés en « synchrone », en présentiel en centre de formation ou à distance via un outil de visioconférence ;
- Des temps asynchrones réalisés à distance avec la réalisation de travaux collaboratifs et personnels. Ces derniers peuvent s'effectuer en entreprise et/ou au domicile.

Les heures effectuées dans ce cadre sont imputables au même titre que celles réalisées en centre de formation.

Ces temps d'autoformation sont tutorés par un tuteur désigné et/ou par l'équipe pédagogique. Le temps estimé par l'équipe pédagogique pour la réalisation des travaux à distance tutorés (travaux collaboratifs ou personnels) est évalué à un maximum de 100 heures (soit 14 jours). Cette durée correspond à celle estimée par le dispensateur de formation et le stagiaire pour acquérir les connaissances du niveau attendu. L'apprenant est partie prenante de la formation au même titre que l'organisme de formation pour atteindre les objectifs pédagogiques et garantir le bon déroulement du scénario établi.

Moyens d'évaluation mis en œuvre :

JURA SPORT FORMATION est habilité par la Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports (DRAJES) et sera à même de délivrer une attestation de formation au stagiaire sous réserve d'une assiduité régulière au parcours de formation proposé. Par ailleurs, la délivrance du diplôme du **BPJEPS SPECIALITE EDUCATEUR SPORTIF MENTION ACTIVITES DE LA FORME OPTION HALTEROPHILIE, MUSCULATION (AF HM)** sera soumis à l'appréciation du jury de certification mis en œuvre et présidé par la Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports (DRAJES), sous réserve de réussite aux épreuves certificatives mises en place par JURA SPORT FORMATION.

Contenu pédagogique :

Cette formation se répartit en unités capitalisables, comme suit :

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

UC2 : METTRE EN OEUVRE 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 en 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

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
- 3-2-3 Adapter son action pédagogique

OI 3-3 Évaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage

- 3-3-1 Construire et utiliser des outils d'évaluation adaptés
- 3-3-2 Évaluer son action
- 3-3-3 Évaluer la progression des pratiquants

UC4 : MOBILISER LES TECHNIQUES DE LA MENTION "ACTIVITES DE LA FORME" POUR METTRE EN ŒUVRE UNE SEANCE, UN CYCLE D'ANIMATION OU D'APPRENTISSAGE JUSQU'AU 1er 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

Modalités des certifications :

La validation des Unités Capitalisables composant le **BPJEPS SPECIALITE EDUCATEUR SPORTIF MENTION ACTIVITES DE LA FORME OPTION HALTEROPHILIE, MUSCULATION (AF HM)** se déroulera dans le cadre de la formation comme suit :

**La certification est délivrée par le recteur de région académique dès lors que le candidat justifie de la possession de la totalité des unités capitalisables quel qu'en soit le mode d'acquisition.*

| EPREUVES | TYPE D'EPREUVES | COMMISSION D'EVAUATION | UC |
|-----------|---|--|-----------|
| EPREUVE 1 | Epreuve orale assistée d'une présentation PowerPoint à partir d'un dossier « projet » Durée : 20 minutes Entretien : 20 minutes | Deux personnes mobilisées par l'OF prises dans la liste des évaluateurs validée par le président de jury | UC1 – UC2 |
| EPREUVE 2 | Dépôt du dossier : 15 jours avant l'épreuve Support Haltérophilie, Musculation : 2 cycles de 6 séances Pendant la séance : Préparation : 15 minutes et Animation : 30 à 60 minutes Entretien : 30 minutes | | UC 3 |

| | | | |
|--------------|--|--|------|
| EPREUVE 3 | Démonstration technique : Tirage au sort de 3 mouvements (charge déterminée en fonction du poids de corps). Conduite de séance d'entraînement : 45 minutes Entretien : 20 minutes | | UC 4 |
|--------------|--|--|------|