



ORGANISME  
DE FORMATION-CFA

# PROGRAMME ET METHODE DE FORMATION

FORMAPI assurera la gestion administrative et pédagogique des formations dispensées par ses formateurs et sous-traitants.

FORMAPI organisera avec le pôle de formation **FORMAVAL - FORMAPI MACON** 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" (AF B)**.

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.

## Cadre réglementaire du diplôme préparé

Brevet Professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport spécialité « ACTIVITES GYMNIQUES DE LA FORME ET DE LA FORCE MENTION HALTERE, MUSCULATION ET FORME SUR PLATEAU (BPJEPS AGFF D) selon l'Arrêté du 10 août 2005 portant création de la spécialité « Activités Gymniques, de la Forme et de la Force » du Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport et modifié par l'arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention «activités de la forme» option B «haltérophilie, musculation» du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport spécialité «éducateur sportif» et modifié par l'arrêt du 30 mai 2017, publié au Journal Officiel du 22 juin 2017.

## 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 :

- 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 niveau 1 en cours de validité; (PSC2) premier secours en équipe de niveau 2 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.
- 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.
- Être capable de réaliser les tests suivants :
  - Être capable de réaliser une épreuve de démonstration technique composée d'exercices (SQUAT, TRACTION, DEVELOPPÉ COUCHÉ)
  - Être capable de satisfaire un test navette « Luc Léger » : palier 7 (réalisé pour les femmes) et palier 9 (réalisé pour les hommes).
- Réussir les tests d'entrée organisés par l'organisme de formation

**FORMAPI**

19 AVENUE ALBERT CAMUS - 21000 DIJON –  
03 80 74 08 88 - RCS DIJON /  
SIRET 399 926 260 00031 - NAF 8559A



Délégation régionale académique  
à la jeunesse, à l'engagement  
et aux sports

Les capacités professionnelles correspondant aux exigences minimales permettant la mise en situation pédagogique prévues au code du sport et à l'arrêté ministériel portant sur la spécificité sont les suivantes :

- Etre capable d'évaluer les risques objectifs liés à la pratique des « activités de la forme ».
- Etre capable d'anticiper les risques potentiels pour le pratiquant.
- Etre capable de maîtriser le comportement et les gestes à réaliser en cas d'incident ou d'accident.
- Etre capable de mettre en œuvre une séquence pédagogique d'animation aux « activités de la forme ».
- Etre capable d'encadrer et conduire des actions d'animation en haltérophilie et musculation jusqu'au premier niveau de compétition fédéral 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" (AF B)** (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" (AF B)**, 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 fait appel à des temps de formation multimodale comprenant des temps d'autoformation réalisés sur la plateforme et des temps 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 sur site.

Les séquences de formation se composent :

- De grains de formation (contenus SCORM), composés d'objectifs, de cours, de résumés, d'exercices, de questionnaire et d'évaluations ;
- D'activités complémentaires telles que des tests, des vidéos interactives, des devoirs ...

Elles sont tutorées par un tuteur désigné **DAVID FLEURENCE** et/ou par l'équipe pédagogique. L'apprenant recevra une réponse dans les 48 heures dans le cas d'un échange asynchrone. Le temps estimé par l'équipe pédagogique pour la réalisation des travaux à distance tutorés (parcours en ligne sur la plateforme, travaux collaboratifs ou personnels) est évalué à un maximum de **180 heures** (soit **26 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.



ORGANISME  
DE FORMATION-CFA

## Moyens d'évaluation mis en œuvre

FORMAPI 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" (AF B)** 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 FORMAPI.

## Contenu pédagogique

Cette formation intervient après un positionnement du stagiaire (**DU 22/09/2021 AU 22/10/2021**) et se répartit en unités capitalisables, regroupées en 3 modules, comme suit :

- **Module 1 : PROJET (UC1 - UC2)**
- **Module 2 : PEDAGOGIE (UC3)**
- **Module 3 : TECHNIQUE (UC4)**

Vous trouverez ci-dessous le détail de chaque UC :

### UC1 : ENCADRER TOUT PUBLIC DANS TOUT LIEU ET TOUTE STRUCTURE

- 1.1 EC de communiquer dans les situations de la vie professionnelle
  - 1.1.1 EC d'adapter sa communication aux différents publics
  - 1.1.2 EC de produire des écrits professionnels
  - 1.1.3 EC de promouvoir les projets et actions de la structure
- 1.2 EC de prendre en compte les caractéristiques des publics dans leurs environnements dans une démarche d'éducation à la citoyenneté
  - 1.2.1 EC de repérer les attentes et les besoins des différents publics
  - 1.2.2 EC de choisir les démarches adaptées en fonction des publics
  - 1.2.3 EC de garantir l'intégrité physique et morale des publics
- 1.3 EC de contribuer au fonctionnement d'une structure
  - 1.3.1 EC de se situer dans la structure
  - 1.3.2 EC de situer la structure dans les différents types d'environnement
  - 1.3.3 EC de participer à la vie de la structure

### UC2 : METTRE EN OEUVRE UN PROJET D'ANIMATION S'INSCRIVANT DANS LE PROJET DE LA STRUCTURE

- 2.1 EC de concevoir un projet d'animation
  - 2.1.1 EC de 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 EC de définir les objectifs et les modalités d'évaluation
  - 2.1.3 EC d'identifier les moyens nécessaires à la réalisation du projet
- 2.2 EC de conduire un projet d'animation
  - 2.2.1 EC de planifier les étapes de réalisation
  - 2.2.2 EC d'animer une équipe dans le cadre du projet
  - 2.2.3 EC de procéder aux régulations nécessaires
- 2.3 EC d'évaluer un projet d'animation
  - 2.3.1 EC d'utiliser les outils d'évaluation adaptés
  - 2.3.2 EC de produire un bilan
  - 2.3.3 EC d'identifier des perspectives d'évolution

### UC3 : EC DE CONDUIRE UNE SEANCE, UN CYCLE D'ANIMATION OU D'APPRENTISSAGE DANS LE CHAMP DES ACTIVITES DE LA FORME

**FORMAPI**

19 AVENUE ALBERT CAMUS - 21000 DIJON –  
03 80 74 08 88 - RCS DIJON /  
SIRET 399 926 260 00031 - NAF 8559A



Délégation régionale académique  
à la jeunesse, à l'engagement  
et aux sports



ORGANISME  
DE FORMATION-CFA

- 3.1 EC de concevoir la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage
  - 3.1.1 EC de fixer les objectifs de la séance ou du cycle et les modalités d'organisation
  - 3.1.2 EC de prendre en compte les caractéristiques du public dans la préparation de la séance ou du cycle
  - 3.1.3 EC d'organiser la séance ou le cycle
- 3.2 EC de conduire la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage
  - 3.2.1 EC de programmer une séance ou un cycle en fonction des objectifs
  - 3.2.2 EC de mettre en œuvre une démarche pédagogique adaptée aux objectifs de la séance ou du cycle dans deux des trois familles d'activités
  - 3.2.3 EC d'adapter son action pédagogique
- 3.3 EC d'évaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage
  - 3.3.1 EC de construire et utiliser des outils d'évaluation adaptés
  - 3.3.2 EC d'évaluer son action
  - 3.3.3 EC d'évaluer la progression des pratiquants

**UC4 : MOBILISER LES TECHNIQUES DE LA MENTION DES ACTIVITES DE LA FORME POUR METTRE EN ŒUVRE UNE SEANCE OU UN CYCLE D'APPRENTISSAGE JUSQU'AU 1er NIVEAU DE COMPETITION FÉDÉRALE DANS L'OPTION « HALTÉROPHILIE, MUSCULATION »**

- 4.1 EC de conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option
  - 4.1.1 EC de maîtriser les techniques de l'option
  - 4.1.2 EC Maîtriser les gestes techniques dont les aides et parades et les conduites professionnelles de l'option
  - 4.1.3 EC Utiliser les gestes techniques appropriés dans un objectif d'apprentissage
- 4.2 EC de maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option
  - 4.2.1 EC de Maîtriser et faire appliquer les règlements techniques de la fédération délégataire de l'haltérophilie, musculation
  - 4.2.2 EC de Maîtriser et faire appliquer le cadre de la pratique en haltérophilie, musculation, dont la pratique compétitive en haltérophilie
  - 4.2.3 EC Sensibiliser aux bonnes pratiques et aux conduites à risque
- 4.3 EC de Garantir des conditions de pratique en sécurité
  - 4.3.1 EC d'Utiliser le matériel adapté au public et conforme aux règles de sécurité
  - 4.3.2 EC d'aménager la zone de pratique ou d'évolution
  - 4.3.3 EC de veiller à la conformité et à l'état du matériel et de la zone de pratique ou d'évolution

## Formateurs

**David FLEURENCE (BEES 2EME HACUMESE ET RUGBY)** et son équipe pédagogique, interviendront comme animateur - formateur sous la responsabilité pédagogique de **Julie BRELIN - Responsable pédagogique** de cette action de formation pour FORMAPI, action qui se déroulera dans les locaux du pôle de **FORMAVAL - FORMAPI MACON** et ceux de FORMAPI.

**FORMAPI**

19 AVENUE ALBERT CAMUS - 21000 DIJON –  
03 80 74 08 88 - RCS DIJON /  
SIRET 399 926 260 00031 - NAF 8559A



Délégation régionale académique  
à la jeunesse, à l'engagement  
et aux sports



ORGANISME  
DE FORMATION-CFA

### Modalités des certifications

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

EPREUVES	TYPES D'EPREUVES	COMMISSION D'EVALUATION	UC
EPREUVE 1	Epreuve orale assistée d'une présentation PowerPoint à partir d'un dossier « projet » (20 minutes) Dépôt du dossier : 15 jours avant l'épreuve Entretien : 20 minutes	Deux personnes mobilisées par l'OF prises dans la liste des évaluateurs validée par le président de jury	UC 1 – UC 2
EPREUVE 2	Dépôt du dossier: 15 jours avant l'épreuve Support Haltérophilie, Musculation : 2 cycles de 6 séances Pendant la séance: Préparation: 15 minutes 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

## FORM API

19 AVENUE ALBERT CAMUS - 21000 DIJON –  
03 80 74 08 88 - RCS DIJON /  
SIRET 399 926 260 00031 - NAF 8559A



Délégation régionale académique  
à la jeunesse, à l'engagement  
et aux sports