

PRÉSENTATION DÉTAILLÉE

| BPJEPS ACTIVITÉS DE LA FORME - POITIERS |

Réf RNCP : RNCP37106

Code CPF : Mention A : 90831

Mention B : 90833

1. Cadre général de la formation :

La formation conduisant à la délivrance du Brevet Professionnel Activités de la Forme (BPJEPS AF) est habilitée par la DRAJES Nouvelle- Aquitaine, autorité académique conformément aux dispositions du Code du sport (Articles 212 20 à 212 26). Arrêté du diplôme : <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000046269974>

Le métier :

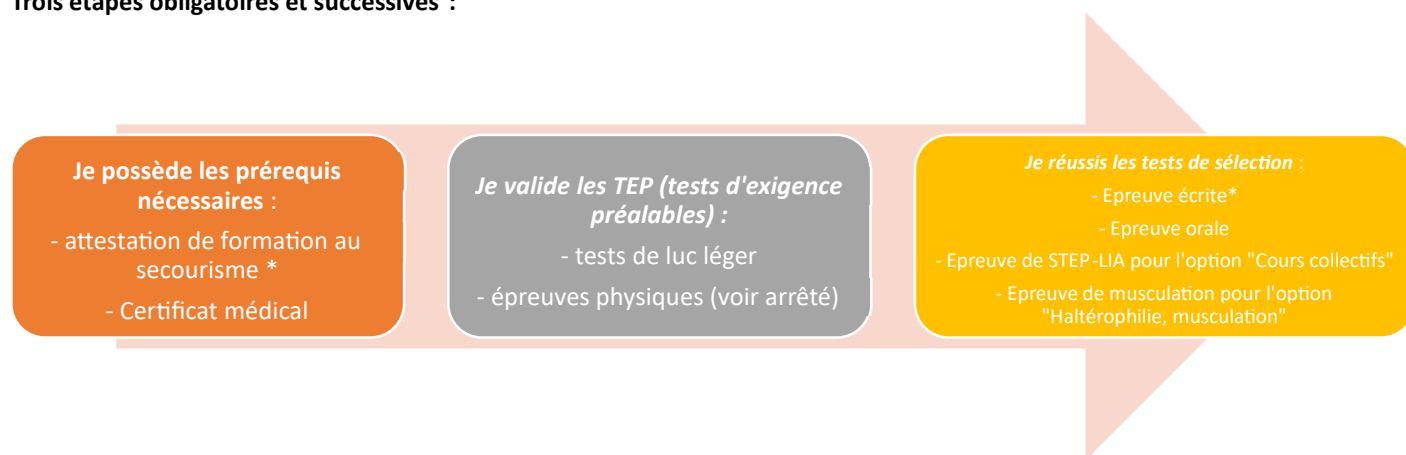
Le BPJEPS AF (Activités de la Forme) mention A : « cours collectifs » prépare aux métiers d'animateur, professeur de fitness, coach sportif.

Le BPJEPS AF, mention B : « musculation et haltérophilie » prépare aux métiers d'animateurs, professeur de musculation, coach sportif, préparateur physique.

L'éducateur exerce dans une salle de remise en forme, une salle de musculation, une association sportive, un club sportif, un village de vacances, une entreprise, une collectivité territoriale.

2. Accès à la formation :

Trois étapes obligatoires et successives :



Précisions

- Attestation de formation au secourisme (un des diplômes ci-dessous) ○ « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC1) ou « attestation de formation aux premiers secours » (AFPS) ; ○ « premiers secours en équipe de niveau 1 » (PSE 1) en cours de validité ; ○ « premiers secours en équipe de niveau 2 » (PSE 2) en cours de validité ;
- « attestation de formation aux gestes et soins d'urgence » (AFGSU) de niveau 1 ou de niveau 2 en cours de validité ;
- « certificat de sauveteur secouriste du travail » (SST) » en cours de validité.
- TEP (tests d'exigence préalables) : épreuves décrites dans l'arrêté ci-dessus • Description des épreuves de sélection : ○ Un entretien oral de 20 min portant sur la motivation et le projet professionnel du candidat ○ Une épreuve écrite de 60 minutes pour laquelle sont évaluées les capacités du candidat à analyser et synthétiser un document.

***Les candidats titulaires d'un baccalauréat sont dispensés de l'épreuve écrite.**

Le candidat est informé de son admission ou non à la formation par voie d'affichage au CREPS et sur le site internet du CREPS.

3. **Durée totale de la formation :**

Pour un candidat faisant le choix d'une seule mention :

900 heures comprenant

- 600 heures de formation en centre de formation pour un parcours complet (voir tableau en fin de fiche pour la répartition horaire)
- 300 heures minimum de stage en structure d'alternance pour un parcours complet

Pour un candidat faisant le choix de la double mention : 1159

heures prévisionnelles comprenant

- 859 heures de formation en centre de formation pour un parcours complet (voir tableau en fin de fiche pour la répartition horaire)
- 300 heures minimum de stage en structure d'alternance pour un parcours complet

4. **Contenus de la formation :**

Positionnement du stagiaire : 8 heures

Deux unités capitalisables transversales quelle que soit la spécialité du BPJEPS (en 4 UC)

UC1 : Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure Contenus pédagogiques

abordés :

- Approche de la communication orale, maîtrise de la communication écrite et de l'outil informatique
- Caractéristiques morphologiques, sociales et psychologiques des publics en salle de remise en forme - Alternance en structure, connaissance des employeurs et du droit du travail **Volume horaire UC1 : 102 heures**

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

pédagogiques abordés :

- Démarche de projet appliquée au milieu professionnel de la remise en forme dans une optique « sport-santé » - Marketing, communication, Suivi des besoins des clients et/ou adhérents **Volume horaire UC2 : 70 heures**

Deux unités capitalisables déclinées dans la spécialité « activités de la forme» :

UC3 : Concevoir une séance, un cycle, d'animation ou d'apprentissage dans la mention « activités de la forme» ○ UC3A :

Concevoir, conduire et évaluer une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans la mention A (cours collectifs)

Contenus pédagogiques abordés :

- Conception, mise en œuvre et évaluation d'un cycle d'animation
- Sciences biologiques (systèmes cardio respiratoire, musculaire, osseux, les filières énergétiques...)
- Construction d'un cycle d'animation ou d'apprentissage

○ UC3B : Concevoir, conduire et évaluer une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans la mention B

(muscultation, haltérophilie) Contenus pédagogiques abordés :

- Conception, mise en œuvre et évaluation d'un cycle d'animation
- Sciences biologiques (systèmes cardio respiratoire, musculaire, osseux, les filières énergétiques...) - Construction d'un cycle d'animation ou d'apprentissage **Volume horaire UC 3 : 154 heures**

UC4 : Mobiliser les techniques de la mention « activités de la forme » pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage.

○ UC4A : mention cours collectifs Contenus

pédagogiques abordés :

- Mener un cours collectif en STEP, LIA, stretching, renforcement musculaire auprès de publics débutants, moyens et confirmés.

Volume horaire UC4A : 259 heures

○ UC4AB: mention muscultation, haltérophilie Contenus pédagogiques abordés :

- Programmation en muscultation, physiologie, préparation physique, cours théoriques et pratiques

Volume horaire UC4B : 259 heures

5. Précision sur la phase de positionnement :

C'est une étape de la formation obligatoire dès l'entrée en formation.

Objectifs du positionnement :

- Analyser la situation d'un stagiaire/apprenti en début de formation au regard du référentiel professionnel et du référentiel de certification.
- Prendre en compte ses acquis afin de construire son parcours individualisé de formation et proposer à l'autorité académique (DRAJES) des allègements de formation, voire des renforcements. Ces allègements ou renforcements sont préalablement acceptés par le stagiaire/apprenti. Des dispenses codifiées dans l'arrêté du diplôme sont vues au regard des diplômes déjà acquis par le stagiaire/apprenti en amont de sa formation. (voir arrêté ci-dessus)

Organisation du positionnement :

- Chaque stagiaire/apprenti reçu aux tests de sélection dispose d'un entretien individuel de positionnement avec le coordonnateur ou la coordonnatrice de la formation. Ce positionnement a lieu au cours de la semaine d'entrée en formation où sont entre autres présentées les modalités de la formation, de la certification et de l'alternance.

A l'issue du positionnement :

- L'équipe pédagogique propose le parcours individualisé de formation à chaque stagiaire/apprenti. Après leur accord, cette proposition est transmise à la DRAJES, afin de finaliser les inscriptions sur Forômes.
- Une fiche individuelle de positionnement est renseignée.

6. L'alternance

Au cours de leur formation, les stagiaire/apprentis en parcours complet doivent réaliser **un minimum de 300 heures d'alternance** avec, suite au positionnement, une répartition dans les différentes mentions (dans le cas où le stagiaire/apprenti a choisi la double mention).

- **Le tuteur, le maître d'apprentissage :**

Pour chaque stagiaire/apprenti, un tuteur/maître d'apprentissage est désigné dans la structure d'accueil. Lorsque le stagiaire/apprenti réalise une ou plusieurs alternances dans d'autres structures, celles-ci doivent proposer un tuteur/maître d'apprentissage en capacité d'accompagner l'apprenant dans son alternance.

Chaque tuteur/maître d'apprentissage doit fournir :

- une copie du diplôme (si existant),
- une copie de la carte professionnelle (si existante).

Le tuteur/maître d'apprentissage doit être titulaire d'une qualification d'un niveau minimum égal au BP JEPS (Exemple BEATEP, B.E.E.S, BP JEPS) ou bien justifier d'une expérience Professionnelle ou bénévole minimale de trois ans dans l'activité en rapport avec les activités sports collectifs et/ou les activités physiques pour tous.

Le tuteur/maître d'apprentissage fait partie intégrante de l'équipe pédagogique qui accompagne le stagiaire/apprenti tout au long de la formation. Il a pour rôle de :

- Accueillir le stagiaire/apprenti dans l'entreprise,
- Présenter le personnel et les activités de l'entreprise au stagiaire/apprenti,
- Informer le stagiaire/apprenti de l'ensemble des règles et usages internes à l'entreprise,
- Accompagner le stagiaire/apprenti dans la découverte du métier,
- Permettre au stagiaire/apprenti d'acquérir les savoirs professionnels nécessaires à l'exercice du métier,
- S'informer du parcours de formation du stagiaire/apprenti et des résultats obtenus,
- Accueillir le formateur responsable du suivi du stagiaire/apprenti en entreprise, • Evaluer l'acquisition des compétences professionnelles du stagiaire/apprenti, • Valider les heures de stages réalisées par le stagiaire/apprenti. **Plus spécifiquement pour l'apprenti**, le maître d'apprentissage :
 - Organise et planifie le poste de travail de l'apprenti ;

Pour tenir véritablement son rôle auprès de l'apprenti, le maître d'apprentissage doit connaître l'environnement réglementaire du contrat d'apprentissage et appréhender parfaitement sa fonction professionnelle et formatrice.

Le tuteur/maître d'apprentissage est convié à au moins une réunion d'informations et d'échange avec le coordonnateur de la formation. Il peut également utiliser le carnet de formation, le courriel ou le téléphone pour rester en contact avec le coordonnateur.

- Le suivi de l'alternance :

-Lors de chaque semaine de formation en centre, un temps est consacré à un bilan de l'alternance écoulée depuis la dernière session de formation. C'est l'occasion d'évoquer les difficultés rencontrées, les besoins de formation, les temps forts (positifs ou négatifs) dans un environnement propice à l'échange.

-Des entretiens individuels avec le stagiaire/apprenti permettent de faire le point sur le parcours de formation ainsi que sur les difficultés et progrès réalisés en situation d'alternance. Ils sont aussi l'occasion d'aborder des points plus sensibles, que l'on ne peut pas présenter en session plénière.

-Des visites sur les lieux d'alternance permettent également d'évaluer le stagiaire/apprenti dans ses conditions d'alternance. En associant le tuteur/maitre d'apprentissage à cette visite, c'est l'occasion d'observer les relations tuteur – apprenant, d'échanger sur la progression du stagiaire/apprenti et son implication au sein de sa structure et enfin de faire un retour pédagogique sur la séance qu'il vient d'animer.

Le coordonnateur est chargé du suivi pédagogique du stagiaire/apprenti ; cela implique : un accompagnement dans la recherche de structures de stage, un contrôle administratif et une ou deux visites sur site.

7. Les Exigences Préalables à la Mise en Situation Pédagogique (EPMSP)

validation des EPMSP Compétences attendues :

- Agir en toute sécurité et dans le cadre réglementaire
- Animer une séance auprès d'un public stagiaire/apprentis
- Evaluation initiale / remédiation EPMSP

8. La certification

La formation comporte 3 épreuves certificatives.

Pour chaque épreuve certificative, le stagiaire/apprenti bénéficie d'une épreuve initiale et d'une épreuve de remédiation.

Epreuve 1 (UC1 et 2)

- Le candidat conduit, met en œuvre et réalise un projet d'animation au sein d'une structure d'alternance pédagogique
Evaluation initiale / Evaluation remédiation

Epreuve 2 (UC3)

- Le candidat est capable de concevoir un cycle et de conduire une séance pédagogique dans le champ des activités de la forme.
Evaluation initiale / Evaluation remédiation

Epreuve 3 (UC4)

- Le candidat est capable de conduire une séance pédagogique dans le champ des activités de la forme. Evaluation initiale / Evaluation remédiation

9. Les outils mis à disposition du stagiaire/apprenti

- Les installations pédagogiques : petites et grandes salles de cours,
- Les installations sportives : gymnases, stades, parcours d'orientation,...
- Des ressources documentaires numériques et/ou papiers
- Le livret de formation propre au stagiaire/apprenti

-

10. Tableau récapitulatif des étapes de formation (cf tableau Laurent)

UC 1 EC D'ENCADRER TOUT PUBLIC DANS TOUT LIEU ET TOUTE STRUCTURE (102 HEURES)

OI 11 EC de communiquer dans les situations de la vie professionnelle

OBJECTIFS	MISE EN ŒUVRE D'UN PROJET D'ANIMATION DANS LA STRUCTURE	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
-----------	---	---------------------	----------------------------------	--------------------------

OI 111 EC d'adapter sa communication aux différents publics	Le groupe et ses phénomènes / comment animer et coordonner une équipe / savoir travailler en équipe / savoir conduire une réunion / gestion de conflits Créer des outils et supports de communication relatifs au projet	Jeux de rôles, étude de cas, construction des principes d'élaboration d'un questionnaire, présentation orale (structure / MOFF / affiches, flyers...), exposé – débat...	Règles de la communication orale et écrite Techniques de prise de notes pour élaborer un compte – rendu, un résumé, préparer une réunion....	Cf. UC1
OI 112 EC de Produire des écrits professionnels				
OI 113 EC de promouvoir les projets et actions de la structure				

OI 12 EC de prendre en compte les caractéristiques des publics dans leurs environnements dans une démarche d'éducation à la citoyenneté

OBJECTIFS	MISE EN ŒUVRE D'UN PROJET DANS LA STRUCTURE	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 121 EC de repérer les attentes et les besoins des différents publics	Caractéristiques physiologiques, psychomotrices, cognitives et psycho sociales, besoins, attentes et motivations des publics encadrés (de la petite enfance à la personne senior sans incapacité ni perte d'autonomie et aux personnes en situation de handicap), Définition des conditions pour assurer la sécurité et l'intégrité (physique, morale incluant la sensibilisation et la prévention des phénomènes de discriminations, de radicalisation, de violences dans le sport, mixité, sexisme, ... , sensibilisation aux principes de laïcité et valeurs de la République) des publics encadrés	PPT sur les caractéristiques des différents publics, vidéos publics en situation et analyse Travail sur les représentations Mises en situations avec les publics Repères juridiques et historiques sur chaque thème Animations participatives et échanges de pratiques PPT, jeux de rôles, études de cas...		Cf. UC1
OI 122 EC de choisir les démarches adaptées en fonction des publics				
OI 123 EC de garantir l'intégrité physique et morale des publics				

OI 13 EC de contribuer au fonctionnement de la structure

OBJECTIFS	MISE EN ŒUVRE D'UN PROJET DANS LA STRUCTURE	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 131 EC de se situer dans la structure	Identification des milieux de pratique, des environnements professionnels et de leurs conséquences quant à la définition des objectifs et intervention de l'éducateur sportif, Définition et identification de la réglementation et de la déontologie liées au métier d'éducateur sportif	1- Statut, rémunération, employeurs potentiels: - droit du travail + CCNS (- inspecteur du travail) - obligation des employeurs - niveau de rémunération (grille SMC) - volume horaire / organisation du temps de travail - type de contrats - environnement de travail - les employeurs potentiels - l'éducateur, son rôle, sa place au sein d'une structure - formation professionnelle continue 2- l'employabilité des éducateurs sportifs BPIEPS AF		Cf. UC1
OI 132 EC de situer la structure dans les différents types d'environnements				
OI 133 EC de participer à la vie de la structure				

		<ul style="list-style-type: none"> - mobilité liée à la recherche d'emploi + CV/lettre de motivation et entretien - offre et demande <p>3- pérennisation des emplois</p> <ul style="list-style-type: none"> - définition de la pérennisation? clés de pérennisation d'un emploi? - diversification des activités, importance du projet de développement. - éducateur comme acteur de son emploi - pluri-compétences, externalisation de certaines tâches - mutualisation de l'emploi, Mises à disposition, Prestations de service <p>+ démarches administratives EAPS, carte professionnelle, déclaration honorabilité</p>	
--	--	---	--

UC 2 EC DE METTRE EN ŒUVRE UN PROJET D'ANIMATION S'INSCRIVANT DANS LE PROJET DE LA STRUCTURE (70 HEURES)

OI 21 EC de concevoir un projet d'animation

OBJECTIFS	MISE EN ŒUVRE D'UN PROJET D'ANIMATION DANS LA STRUCTURE	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 211 EC situer son projet d'animation dans son environnement, en fonction du projet de la structure, de ses ressources et du public accueilli	Méthodologie du projet d'animation (Explication du Projet d'animation + Qu'est-ce qu'animer, une animation / Méthodo du projet d'animation / Diagnostic / Valeurs/Objectifs/Moyens/Evaluation / créer un rétroplanning / construire son budget)	PPT sur méthodologie projet d'animation		Cf. UC2
OI 212 EC de définir les objectifs et les modalités d'évaluation	Constituer et rédiger son projet d'animation	Assister autant que de besoin aux réunions de la structure		
OI 213 EC d'identifier les moyens nécessaires à la réalisation du projet	Soutenir son projet d'animation à l'oral	Réaliser un diagnostic		
		Identifier des objectifs en lien avec le diagnostic		
		Identifier des besoins nécessaires à la mise en œuvre du projet (financiers, humains, matériels)		
		Identifier les ressources mobilisables pour la mise en œuvre du projet (financières, humaines, matérielles, partenariales)		

OI 22 EC de conduire un projet d'évaluation

OBJECTIFS	MISE EN ŒUVRE D'UN PROJET D'ANIMATION DANS LA STRUCTURE	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 221 EC de planifier les étapes de réalisation	Mise en œuvre effective et réalisation du projet d'animation	TD et commandes sur :		
OI 222 EC d'animer une équipe dans le cadre du projet		<ul style="list-style-type: none"> - Echancier mettant en avant les différentes étapes de réalisation du projet - Dossier à remettre pour 		
OI 223 EC de procéder aux régulations nécessaires		entretien oral		
		<ul style="list-style-type: none"> - Indicateurs et outils pour réaliser l'évaluation du projet (questionnaire, enquête de satisfaction, articles de presse, vidéos, compte rendu...) 		

OI 23 EC d'évaluer un projet d'animation

OBJECTIFS	MISE EN ŒUVRE D'UN PROJET D'ANIMATION DANS LA STRUCTURE	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 231 EC d'utiliser les outils adaptés	Mise en œuvre effective et réalisation du projet d'animation	Préparation à l'entretien oral		Cf. UC2
OI 232 EC de produire un bilan				
OI 233 EC d'identifier des perspectives d'évolution				

UC 3 EC DE CONCEVOIR UNE SEANCE, UN CYCLE D'ANIMATION OU D'APPRENTISSAGE SANS LE CHAMP DES ACTIVITES DE LA FORME- (154 heures)

OI 31 EC de concevoir la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage

OBJECTIFS	MISE EN ŒUVRE d'une séance et d'un cycle d'apprentissage DANS LA STRUCTURE	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 311 EC de fixer les objectifs de la séance ou du cycle et les modalités d'organisation	Connaître la logique et les caractéristiques, les gestes élémentaires, les techniques, les règles, les adaptations possibles des activités de la forme	<p>Etudes techniques de différentes activités</p> <p>UC3 A :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conception, mise en œuvre et évaluation d'un cycle d'animation stretching, cardiochorégraphié et renforcement musculaire - Sciences biologiques (systèmes cardio respiratoire, musculaire, osseux, les filières énergétiques...) - Construction d'un cycle d'animation ou d'apprentissage stretching, cardiochorégraphié et renforcement musculaire UC3 B : - Conception, mise en œuvre et évaluation d'un cycle d'animation (prise de masse, perte de poids, développement des capacités, sport santé, réathlétisation) - Sciences biologiques (systèmes cardio respiratoire, musculaire, osseux, les filières énergétiques...) - Construction d'un cycle d'animation ou d'apprentissage (prise de masse, perte de poids, développement des capacités, sport santé, réathlétisation) - Planification, préparation physique 		Cf. UC3
OI 312 EC de prendre en compte les caractéristiques du public dans la préparation de la séance ou du cycle				
OI 313 EC d'organiser la séance ou le cycle				

OI 32 EC de conduire la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage

OBJECTIFS	MISE EN ŒUVRE d'une séance et d'un cycle d'apprentissage DANS LA STRUCTURE	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 321 EC de programmer une séance ou un cycle en fonction des objectifs				

OI 322 EC de mettre en œuvre une démarche pédagogique adaptée	En transversal avec OI 31 et 33	Cf. UC3
aux objectifs de séance ou de cycle		
OI 323 EC d'adapter son action pédagogique		

OI 33 EC d'évaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage

OBJECTIFS	MISE EN ŒUVRE d'une séance et d'un cycle d'apprentissage DANS LA STRUCTURE	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 331 EC de construire et utiliser des outils d'évaluation adaptés	En transversal avec OI 31 et 32			Cf. UC3
OI 332 EC d'évaluer son action				
OI 333 EC d'évaluer la progression des pratiquants				

UC 4 EC DE 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 »- (Volume 259 heures)

OI 41 EC de conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option

OBJECTIFS	Conduite de séance et suivi de cours dans le champ des activités de la forme	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 411 EC de maîtriser les techniques de l'option	Connaître la logique et les caractéristiques, les gestes élémentaires, les règles, les adaptations possibles des activités, ajuster ses actions en fonction de l'autre, des autres.	<ul style="list-style-type: none"> - Mener un cours collectif en STEP, LIA, stretching, renforcement musculaire auprès de publics débutants, moyens et confirmés. - Exécuter un suivi de cours (STEP, LIA stretching, renforcement musculaire) 		Cf. UC4
OI 412 EC maîtriser les gestes techniques dont les aides et parades et les conduites professionnelles de l'option				
OI 413 EC d'utiliser les gestes techniques appropriés dans un objectif d'apprentissage				

OI 42 EC de maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option

OBJECTIFS	Conduite de séance et suivi de cours dans le champ des activités de la forme	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 421 EC de maîtriser et faire appliquer les règlements techniques et usages de la discipline de l'option	En transversal avec OI 41 et 42			Cf. UC4
OI 422 EC de maîtriser et faire appliquer le cadre de la pratique				
OI 423 EC de sensibiliser aux bonnes pratiques et aux conduites à risque				

OI 43 EC de garantir des conditions de pratique en sécurité

OBJECTIFS	Conduite de séance et suivi de cours dans le champ des activités de la forme	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 421 EC d'utiliser le matériel adapté au public et conforme aux règles de sécurité	En transversal avec OI 41 et 42			Cf. UC4
OI 422 EC d'aménager la zone de pratique ou d'évolution				
OI 423 EC de veiller à la conformité et à l'état du matériel et de la zone de pratique ou d'évolution				

UC 4 EC DE 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 FEDERALE DANS L'OPTION « HALTEROPHILIE- MUSCULATION » (Volume 259 heures)

OI 41 EC de conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option

OBJECTIFS	Conduite de séance et démonstration technique dans le champ des activités de la forme	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 411 EC de maîtriser les techniques de l'option	Connaître la logique et les caractéristiques, les gestes élémentaires, les règles, les adaptations possibles des activités, ajuster ses actions en fonction de l'autre, des autres.	-	Mener une séance en musculation autour des thèmes suivant : prise de masse, perte de poids, développement des capacités, réathlétisation, sport santé,	

OI 412 EC maîtriser les gestes techniques dont les aides et parades et les conduites professionnelles de l'option		auprès de publics débutants, moyens et confirmés. - Exécuter une démonstration technique en haltérophilie	Cf. UC4
OI 413 EC d'utiliser les gestes techniques appropriés dans un objectif d'apprentissage		- Planification, préparation physique	

OI 42 EC de maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option

OBJECTIFS	Conduite de séance et suivi de cours dans le champ des activités de la forme	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 421 EC de maîtriser et faire appliquer les règlements techniques de la fédération délégataire de l'haltérophilie musculation			En transversal avec OI 41 et 42	Cf. UC4
OI 422 EC de maîtriser et faire appliquer le cadre de la pratique haltérophilie, musculation, dont la pratique compétitive en haltérophilie				
OI 423 EC de sensibiliser aux bonnes pratiques et aux conduites à risque				

OI 43 EC de garantir des conditions de pratique en sécurité

OBJECTIFS	Conduite de séance et suivi de cours dans le champ des activités de la forme	MOYENS DE FORMATION	CONTENUS - RESSOURCES REFERENCES	EVALUATION CERTIFICATIVE
OI 431 EC d'utiliser le matériel adapté au public et conforme aux règles de sécurité			En transversal avec OI 41 et 42	
OI 432 EC d'aménager la zone de pratique ou d'évolution				Cf. UC4

<p>OI 423 EC de veiller à la conformité et à l'état du matériel et de la zone de pratique ou d'évolution</p>		
--	--	--