

PRÉSENTATION DÉTAILLÉE

| DEJEPS CYCLISME TRADITIONNEL - POITIERS |

Réf RNCP : RNCP4863

Code CPF : 61604

1. Cadre général de la formation :

La formation conduisant à la délivrance du Diplôme d'Etat de la jeunesse, de l'Education populaire et des Sports en Cyclisme Traditionnel (DEJEPS CT) est habilitée par la DRAJES Nouvelle-Aquitaine, autorité académique conformément aux dispositions du Code du sport (Articles 212 20 à 212 26).

Lien vers arrêté :

<https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT000050363292/>

Le métier :

Les personnes titulaires du DEJEPS CT sont des éducateurs sportifs spécialisé dans le perfectionnement sportif et le développement des 3 disciplines du cyclisme traditionnel (Route, Piste et Cyclo-Cross). Elles ont aussi des compétences en formation de cadres.

Ils ont compétence à conduire des actions éducatives dans plusieurs domaines à savoir :

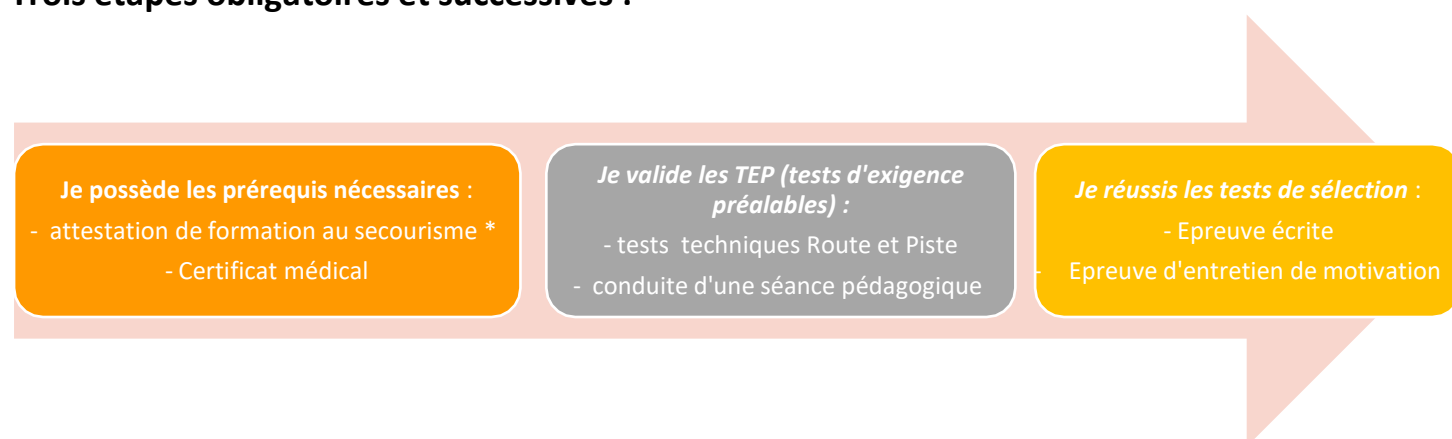
- Le développement des activités cyclisme traditionnel au sein des structures : projet de développement sportif
- La programmation et le suivi d'entraînement
- La gestion d'équipe et la communication
- La démarche pédagogie
- La formation de cadres

Lieux d'exercice :

Le DEJEPS mention Cyclisme Traditionnel permet d'exercer une activité rémunérée dans le cadre des structures privées relevant du secteur associatif ou marchand, dans le cadre de la fonction publique territoriale ou d'état ou bien à titre de travailleur indépendant. Il peut être amené à travailler pour plusieurs employeurs.

2. Accès à la formation :

Trois étapes obligatoires et successives :



Précisions

- TEP (tests d'exigence préalables) : épreuves décrites dans l'arrêté ci-dessus
- Description des épreuves de sélection :
 - Un entretien de 20 min portant la présentation de vos expériences et de votre projet professionnel
 - Une épreuve écrite de 1h portant sur la synthèse d'un thème sportif présenté sur un document écrit et le développement de votre point de vue argumenté sur ce thème.
***Les candidats titulaires d'un diplôme de niveau 4 sont dispensés de l'épreuve écrite.**
 - Conduite d'une séance pédagogique de 20 minutes. Thème de la séance tiré au sort.

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 :

1 200 heures comprenant

- 700 heures de formation en centre de formation pour un parcours complet (voir tableau en fin de fiche pour la répartition horaire) dont 148h en FOAD
- 500 heures minimum de stage en structure d'alternance pour un parcours complet

4. Contenus de la formation :

Deux unités capitalisables transversales :

UC1 : unité capitalisable "concevoir un projet d'action "

Contenus pédagogiques abordés :

- Le contexte de la pratique sportive cycliste et son environnement professionnel et bénévole.

UC2 : unité capitalisable "coordonner la mise en œuvre d'un projet d'action "

Contenus pédagogiques abordés :

- La méthodologie de projet
- La promotion et la communication

Volume horaire UC1 et 2 : 192 heures incluant la présentation de la formation, le positionnement et les bilans collectifs, individuels et la FOAD.

Deux unités capitalisables déclinées dans la spécialité « Cyclisme Traditionnel » :

UC 3 : unité capitalisable "conduire une démarche de perfectionnement sportif en activité du cyclisme "

Contenus pédagogiques abordés :

- La méthodologie de programmation d'entraînement dans les disciplines de la ROUTE, de la PISTE et du CYCLO-CROSS.
- La méthodologie d'évaluation et de suivi de l'entraînement dans les 3 disciplines
- L'expertise de la performance en cyclisme
- Les méthodes de préparation physique en cyclisme
- La physiologie de l'effort et anatomie
- La biomécanique du pédalage et le positionnement sur le vélo
- La nutrition du sportif
- La traumatologie
- Le management d'équipe
- La communication interpersonnelle
- La préparation mentale
- Les missions du Directeur Sportif : stratégie de course, gestion d'équipe, ...
- L'assistance course
- Méthodes pédagogiques pour la formation de cadres
- La mécanique cycle et l'entretien du vélo
- Technique et pédagogie ROUTE
- Technique et pédagogie PISTE
- Technique et pédagogie CYCLO-CROSS

Volume horaire UC 3 : 394 heures dont FOAD.

UC 4 : unité capitalisable "encadrer le cyclisme traditionnel en sécurité "

Contenus pédagogiques abordés :

- Connaissance des risques objectifs liés à la pratique dans les 3 disciplines ;
- Connaissance des règles de pratique du vélo et règles de course dans les 3 disciplines ;
- Maîtrise du comportement et des gestes à réaliser en cas d'incident ou d'accident.

Volume horaire UC4 : 96 heures dont FOAD

Certifications en centre de formation : 18 heures

En plus de ces séquences liées aux UC, des temps sont prévus pour :

- la présentation de la formation ;
- le positionnement en début de formation ;
- la passation des EPMS (exigences préalables à la mise en situation pédagogique) ;
- des temps de bilans collectifs et individuels.

Ces différents temps sont estimés à 30 heures

La Formation Ouverte A Distance :

Ce volume de formation concerne tous les UC (cf. annexe « répartition des volumes en FOAD »)

Elle est assurée par l'intermédiaire de la plateforme pédagogique moodle.

Elle intègre le suivi des dossiers de projet de développement et d'entraînement.

Volume horaire 124h

Semaines spécifiques à l'extérieur de l'établissement :

2 semaines de formation thématique sont programmées durant la période de formation :

- Une semaine sur le site des Championnats de France de Cyclo-Cross permet de rencontrer l'ensemble des acteurs de la discipline : sélectionneur, entraîneurs, préparateurs physiques, organisateurs de course, ...
- Une semaine est programmée sur le vélodrome de Bourges pour découvrir les méthodes de préparation physique et d'entraînement des disciplines de la Piste et en particulier « l'endurance ».

5. Précision sur la phase de positionnement :

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

Objectifs du positionnement :

- Analyser les connaissances et les compétences du stagiaire 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 d'éventuellement de proposer à la DRAJES Nouvelle Aquitaine des allègements de formation, voire des renforcements. Ces allègements ou renforcements sont préalablement acceptés par le stagiaire. Des dispenses codifiées dans l'arrêté du diplôme sont vues au regard des diplômes déjà acquis par le stagiaire en amont de sa formation, (voir arrêté ci-dessus)

Organisation du positionnement :

- Chaque stagiaire reçu aux tests de sélection dispose d'un entretien individuel de positionnement avec le coordonnateur ou la coordinatrice de la formation. Ce positionnement a lieu au cours de la semaine d'entrée en formation à la suite de la présentation des modalités d'organisation de la formation, de la certification et de l'alternance.

A l'issue du positionnement :

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

6. L'alternance

L'alternance s'appuie sur le respect de la démarche de contractualisation qui prend en compte et définit l'interaction entre le stagiaire en formation, le tuteur, la structure d'accueil et le centre de formation. En effet l'expérience des précédentes formations conduites nous montre que ces formations professionnelles sont réellement pertinentes dans la mesure où tous les acteurs intègrent le fait que la structure d'alternance est aussi un lieu de formation et que le tuteur est un formateur à part entière. Alors ces deux structures sont réellement complémentaires.

Une plateforme internet de mutualisation permettra de faciliter la communication des acteurs de la formation (coordinateur, tuteurs, intervenants, responsables de structures et stagiaires).

La structure :

Une convention de stage pédagogique sera établie pour chaque structure. Le temps de travail prescrit en structure est de minimum **500 heures**.

Travail prescrit en structure :

Séquence de formation	Activités à réaliser	Volume horaire estimé	Activités à réaliser sur le BLOG
Séquence 1 : Le club, l'environnement professionnel	Participation à la vie associative : <i>Assister aux réunions du conseil d'administration ou comité directeur ; Interviewer les instances dirigeantes du club</i>	20	Présenter son association, son club.
	Analyser le fonctionnement de sa structure : <i>Donner libre accès au stagiaire à toutes les formations relatives à la structure et à son fonctionnement</i>	10	Réaliser une observation critique de sa structure : mode de fonctionnement, financement...
Séquence 2 : Méthodologie de projet	Concevoir et réaliser un projet d'action : <i>Le stagiaire sera le pilote du projet qu'il conduira en responsabilité, logistique, pédagogique et financière.</i> <i>Dans le cadre de ce projet le stagiaire animera des réunions avec les bénévoles participants à la réalisation du projet</i>	60	Présenter son projet.
Séquence 3 : Promotion, Communication	Concevoir un tract, une affiche pour faire la promotion d'une action	10	Présenter son outil de communication et expliquer pourquoi l'avoir choisi.
	Participer à l'animation du site internet s'il en existe un. Participer à la recherche de financement de sa structure (partenaire privée, demande de subvention)	10	Présenter sa démarche, sa méthode de recherche de financement.
Séquence 4 : Animer les activités du vélo	Mettre en place et animer un cycle de progression pédagogique dans une école de vélo ; mise en place des labels, d'apprentissage sur un cycle	30	Présenter et analyser un cycle de progression pédagogique en école de vélo.
	Concevoir et animer des séances pédagogiques dans les trois disciplines du CT (voire en VTT ou BMX)	50	Présenter une séance et analyser celle-ci après qu'elle ait eu lieu.
Séquence 5 : Le formateur	Participer à une formation fédérale en tant qu'observateur. Faire un rapport d'analyse de l'action de formation.	20	Faire un rapport d'analyse de l'action de formation.
	Coordonner et assurer la formation d'un module (des nouveaux diplômés fédéraux)	40	Partager vos difficultés, peurs et réussites.
Séquence 6 : L'entraîneur	Mise en place et animation de séances de musculation sans charge	10	Présenter une séance de renforcement musculaire
	Réaliser la planification et le suivi d'entraînement individualisé d'un compétiteur sur route	60	Présenter son coureur, ses caractéristiques et les

			caractéristiques de sa discipline.
Séquence 7 : Diriger, coacher pendant les compétitions	Coacher des équipes (route, piste ou cyclo-cross) sur au minimum 5 compétitions	40	Faire l'analyse de ses encadrements.
	Assister (participer) dans l'équipe d'encadrement à UNE des épreuves suivantes : TFJC, France Piste, France de l'avenir route	30	Analyser de fonctionnement de l'équipe intégrée.
Séquence 8a : Concevoir et conduire des entraînements en route	Concevoir et animer des séances d'entraînement collectif sur la "route"	50	Présenter et analyser une séance.
Séquence 8b: Concevoir et conduire des entraînements en Piste	Concevoir et animer des séances d'entraînement collectif sur la "piste"	30	Présenter et analyser une séance.
Séquence 8c : Concevoir et conduire des entraînements en cyclo-cross	Concevoir et animer des séances d'entraînement collectif en cyclo-cross"	30	Présenter et analyser une séance.
	Total	500	

Le tuteur :

La structure d'alternance est aussi un lieu de formation. Ainsi, le tuteur fait partie de l'équipe pédagogique qui entoure chaque stagiaire. C'est un formateur qui apporte un contenu complémentaire aux apprentissages dispensés lors des temps de formation au CREPS.

Le tuteur doit avoir un diplôme au moins équivalent aux diplômes préparés (BPJEPS APT, professeur d'EPS, professeur de sport...) ou une expérience de 3 ans dans le champ des diplômes. Il ne pourra pas participer aux jurys d'évaluation de son stagiaire.

Le suivi de l'alternance :

Il se fera de la manière suivante :

- Un contact avec les tuteurs en début de formation lors d'une réunion des tuteurs. Cela permet de rappeler les principes de base de l'alternance :
 - o Respect du calendrier de formation et des temps en structure.
 - o Progressivité dans la montée en responsabilité du stagiaire.
 - o Accompagnement du stagiaire dans la prise en mains de ses missions.
 - o Transfert entre les contenus de la formation et application sur le terrain.
 - o Remédiation du stagiaire au quotidien pour lui permettre de monter en compétence.
 - o Soutien du stagiaire et communication avec le coordonnateur si des difficultés s'installent.
- Le « guide du tuteur/maitre d'apprenti » lui sera remis en début de formation ;
- Les outils de suivi :
 - o Une fiche de suivi par stagiaire sera remplie par le tuteur et les coordonnateurs de formation en mars et septembre ;
 - o Un récapitulatif horaire sera à remettre au CREPS à l'issue de chaque mois afin de justifier des heures faites en structure.
 - o Sur la plateforme Moodle le tuteur pourra retrouver tous les contenus pédagogique et les documents administratifs de la formation.
- Un contact régulier (chaque trimestre) sera maintenu avec chaque tuteur ;
- Dans la mesure de possibilité un déplacement d'un formateur sur la structure du stagiaire sera effectué sur la durée de la formation.

- Si besoin, un contact ponctuel peut-être mis en place à n'importe quel moment de l'année.

7. Les EPMSP

Validation des EPMSP

Compétences attendues :

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

8. La certification

La formation comporte 4 d'épreuves certificatives.

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

Validation des EPMSP

Agir en toute sécurité et dans le cadre réglementaire vers une vérification des exigences préalables à la mise en situation professionnelle (EPMSP)

- Evaluation initiale EPMSP lors d'une séance pédagogique au CREPS

UC1 et UC2

- Le candidat montre sa capacité à concevoir et coordonner la mise en œuvre d'un projet d'action au sein de sa structure d'alternance.
- Il présente son projet à l'oral et produit un document écrit.

UC3 OI3.1

- Le candidat programme et conduit une séance d'entraînement avec plusieurs coureurs au sein d'une structure d'alternance pédagogique.
- Il produira le programme de cycle dans lequel la séance est intégrée.

UC3 OI3.2

- Le candidat présente à l'écrit et à l'oral l'analyse d'une vidéo et la programmation d'un cycle de perfectionnement technique qu'il a proposé auprès d'un groupe de coureurs.

UC3 OI3.3

- Le candidat présente un oral dans lequel il analyse une expérience de conception, de mise en œuvre et d'évaluation d'une action de formation.

UC4

- Le candidat conduit une séance pédagogique sur sa structure avec un groupe de coureurs.
- Il montre dans une épreuve écrite ses connaissances en matière de sécurité de pratique dans les 3 disciplines : Route, Piste et Cyclo-cross

9. Les outils mis à disposition du stagiaire

- Les installations pédagogiques : petites et grandes salles de cours,
- Les installations sportives : gymnases, stades, salle de musculation, salle d'expertise du pédalage, centre de recherche CAIPS, ...
- Des ressources documentaires numériques et/ou papiers
- Le livret de formation

10. Tableau récapitulatif des étapes de formation

Séquence de formation	Contenus abordés
Séquence 1 : le club, l'environnement professionnel	Règlementation, droit et devoir de l'éducateur. Mieux vivre ensemble, lutte contre les discriminations et les violences sexistes et sexuelles. Politique fédérale. Organisation du sport en France. Livrable 1 : ma présentation. Livrable 2 : ma structure, mon environnement. Livrable 3 : mon public.
Séquence 2 : la méthodologie de projet	Concevoir un projet de développement. Livrable 3 : construire un SWOT. Livrable 4 : Définir les objectifs Livrable 5 : les moyens. Livrable 7 : identifier les acteurs. Livrable 8 : la logistique du projet. Livrable 9 : le financement du projet. Livrable 10 : méthode d'évaluation. Méthodologie de budget.
Séquence 3 : la Promotion et la communication	Livrable 6 : les outils de communications. Recherche de financement, rédaction d'un dossier de subvention, mécénat ou partenariat. Expression orale : animer un briefing de course. Compréhension et expression oral en anglais. Méthodologie de l'oral.
Séquence 4 : animer les activités du vélo	La mécanique cycle et l'entretien du vélo. Maîtrise du comportement et des gestes à réaliser en cas d'incident ou d'accident. Gestion de groupe et sécurité sur la route.
Séquence 5 : le formateur	Méthodes pédagogiques pour formation de cadre. La communication interpersonnelle. Maîtrise du comportement et des gestes à réaliser en cas d'incident ou d'accident.
Séquence 6 : l'entraîneur	La méthodologie d'évaluation et de suivi de l'entraînement dans les 3 disciplines. L'expertise de la performance en cyclisme. Les méthodes de préparation physique en cyclisme. La physiologie de l'effort et anatomie. La biomécanique du pédalage et le positionnement sur le vélo. La nutrition du sportif. La traumatologie. La préparation mentale.
Séquence 7 : diriger et coacher pendant les compétitions	Règlementation sportive. Les missions du Directeur Sportif : stratégie de course, gestion d'équipe. L'assistance course Le management d'équipe.
Séquence 8a : concevoir et conduire des entrainements en route	Technique et pédagogie ROUTE. Connaissance des règles de pratique du vélo et règles de course en cyclisme sur route. La méthodologie de programmation d'entraînement dans la discipline du cyclisme sur route.
Séquence 8b : concevoir et conduire des entrainements en piste	Technique et pédagogie PISTE. Connaissance des règles de pratique du vélo et règles de course en cyclisme sur piste. La méthodologie de programmation d'entraînement dans la discipline de la piste.
Séquence 8c : concevoir et conduire des entrainements en cyclo-cross	Technique et pédagogie CYCLO-CROSS. La méthodologie de programmation d'entraînement dans la discipline du CYCLO-CROSS. Connaissance des règles de pratique du vélo et règles de course en cyclo-cross.

DEJEPS Cyclisme Traditionnel 2025 - 2026 : répartition des volumes horaires en FOAD

Séquence de formation	UC correspondants	Volume horraire estimé	contenus	Méthodes envisagées	TOTAL
Séquence 1 : Le club, l'environnement professionnel	UC 1	5	Loi associative 1901 ; Fonctionnement ; démarches de création d'un club cycliste	Mise en lignes de quelques documents : PDF, Diaporama utilisée habituellement Création d'un podcast (via webcam) présentant les démarches pour créer un club vélo	15
		10	Rôle et mission du CTS : Réalisation d'une interview filmée	Préparer une interview : aide pour bien choisir ses questions. Rencontrer le CTS et filmer l'interview. Réaliser un montage pour mettre en ligne la vidéo (apport de tutoriel). Faire un bilan de son action.	
Séquence 2 : méthodologie de projet	UC1 et UC2				0
Séquence 3 : Promotion, Communication	UC 2	15	La plateforme spiral et ses outils : utilisation d'un forum ; wiki ; création de blog ; gestion des outils vidéos; Utilisation des réseaux sociaux (twitter, facebook) le Web2.0	Actions à effectuer : Conseils individuels donnés sur un forum. Créer un podcast de présentation de 3mn maxi. Création et animation d'un blog perso.	5
Séquence 4 : Animer les activités du vélo	UC 4	15	Les règles de sécurité liées au matériel, aux équipements, aux pratiques. Préparation à l'épreuve certificative de l'UC4	Documents à lire déposés régulièrement : liens web, PDF, vidéos. Quelques questions de révisions seront posées sur un forum en préparation de l'épreuve de l'UC4.	15
Séquence 5 : Le formateur		4	Les courants pédagogiques	Texte assez long à lire et comprendre : Mots-croisés à réaliser pour vérifier les connaissances.	5
		3	Apprentissage : comment on apprend	Les méthodes, phénomènes qui rentre en jeux. Exemple du jonglage	
		3	Conception de cours, de support,	Documents à lire et à synthétiser : Réaliser un cours avec différents supports.	
Séquence 6 : L'entraîneur	UC 3	27	Anatomie et physiologie de l'exercice	Ressources multiples : cours, vidéo en 3D sur spiral : QCM automatique de vérification des connaissances	32
		4	Les étirements	Ressources mises à dispo + Construire une planche d'étirement pour son coureur + Se filmer pour description détaillée d'un étirement (méthode, muscles étirés, etc)	
		4	Musculation, PPG	Ressources mis à dispo (vidéo, schéma) Elaborer un circuit training pour le coureur suivi dans l'année	
		13	Préparation à l'épreuve certificative de l'UC3 : Soutenance du projet d'entraînement	Exigence du jury, cadre pour réaliser le dossier, retour régulier sur le support de présentation (diaporama, Prezzi, vidéo..)	
Séquence 7 : Diriger, coacher pendant les compétitions		5	Le rôle du chef d'équipe et de son staff en cyclo-cross	Observation sur les championnats de France, travail de groupe, analyse du fonctionnement d'équipe. Faire un rapport collectif multimédia	7
Séquence 8a : Concevoir et conduire des entraînements en route		16	la route, réglementation, analyse de la discipline. Le matériel	QCM automatique de vérification des connaissances. Aucune ressource donnée dans un premier temps	20
Séquence 8b : Concevoir et conduire des entraînements en Piste		14	la piste, réglementation, analyse de la discipline. Le matériel		10
Séquence 8c : Concevoir et conduire des entraînements en cyclo-cross		18	le cyclo-cross, réglementation, analyse de la discipline. Le matériel		15
					124

