

## Programme de formation

**Intitulé de la formation :** BP JEPS AF options HM et CC

**Public visé par la formation :**

Cette action s'adresse à des jeunes ayant déjà de l'expérience dans le secteur du fitness (muscultation et/ou cours collectifs) et qui ont un projet professionnel défini s'orientant sur l'entraînement - l'encadrement sportif.

**Pré-requis :**

Avoir 18 ans, être titulaire du PSC1, avoir validé les TEP.

**Objectifs de la formation :**

- Être capable d'animer dans le fitness ainsi que de mener des actions de découvertes et d'initiation dans différentes disciplines dérivées.
- Être capable de mener et mettre en place un projet de développement pour la structure et l'évaluer.
- Être capable de participer au fonctionnement de la structure.

**Durée de la formation et modalités d'organisation :**

Durée de la formation : 980 heures.

Dates de la formation : du 08/09/2022 au 28/09/2023

Lieu : Genae Ecully, 1 avenue du Bon Pasteur

**Type d'organisation :**

- Jeudi et vendredi : en face à face de 9h à 17h.
- Mercredi matin : en face à face de 9h à 12h30

**Nombre de stagiaires prévus :** 20.

**Moyens humains et Intervenants :**

- 1 coordinateur pédagogique
- 1 assistante de formation
- 8 formateurs
- Partenariat avec des salles de fitness lyonnaises pour l'alternance des stagiaires

**Moyens pédagogiques mis en œuvre :**

- 1 salle de cours équipée d'un vidéoprojecteur au sein du club de Genae Ecully
- 1 accès continu au club de Genae Ecully
- Matériel pédagogique nécessaire à la formation

**Description des modules :**

Obtention des 4 Unités de compétences et validation par un jury final.

Module	Nombre d'heures	Dispositif d'évaluation
<b>UC1 : COMMUNICATION, CARACTERISTIQUES DES PUBLICS, ENVIRONNEMENT</b>	80	Dossier dactylographié et présentation orale comprenant un support multimédia.
<b>UC2 : PROJET</b>	63	Dossier dactylographié et présentation orale comprenant un support multimédia.
<b>UC3 : ANIMATION</b>	164,5	Animation + entretien
<b>UC4 : TECHNIQUES SPECIFIQUES</b>	497	Dossier planification + suivi pratiquant + entretien Performances individuelles
<b>POSI, MSP</b>	24,5	Entretien + animation
<b>EVALUATIONS FORMATIVES</b>	70	Mise en situation selon les conditions des certifications
<b>EVALUATIONS CERTIFICATIVES</b>	77	

**Evaluation et sanction de la formation :**

Un questionnaire de satisfaction est envoyé à chacun des stagiaires ainsi qu'un autre questionnaire à chacun des responsables de structure. Un jury final se tiendra en fin de formation.

La formation sera sanctionnée par une attestation individuelle de fin de formation ainsi que par un diplôme délivré par la Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports.

<b>UNITE CAPITALISABLE 1</b>	
<b>UC1 : ENCADRER TOUT PUBLIC DANS TOUT LIEU ET TOUTE STRUCTURE</b>	
<b>OI 1-1</b>	<b>Communiquer dans les situations de la vie professionnelle</b>
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
<b>OI 1-2</b>	<b>Prendre en compte les caractéristiques des publics dans leurs environnements dans une démarche d'éducation à la citoyenneté</b>
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
<b>OI 1-3</b>	<b>Contribuer au fonctionnement d'une structure</b>
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

<b>UNITE CAPITALISABLE 2</b>	
<b>UC2 : METTRE EN ŒUVRE UN PROJET D'ANIMATION S'INSCRIVANT DANS LE PROJET DE LA STRUCTURE</b>	
<b>OI 2-1</b>	<b>Concevoir un projet d'animation</b>
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
<b>OI 2-2</b>	<b>Conduire un projet d'animation</b>
2-2-1	Planifier les étapes de réalisation
2-2-2	Animer une équipe dans le cadre du projet
2-2-3	Procéder aux régulations nécessaires
<b>OI 2-3</b>	<b>Evaluer un projet d'animation</b>
2-3-1	Utiliser les outils d'évaluation adaptés
2-3-2	Produire un bilan
2-3-3	Identifier des perspectives d'évolution

### UNITE CAPITALISABLE 3

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

<b>OI 3-1</b>	<b>Concevoir la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage</b>
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
<b>OI 3-2</b>	<b>Conduire la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage</b>
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 ou du cycle
3-2-3	Adapter son action pédagogique
<b>OI 3-3</b>	<b>Evaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage</b>
3-3-1	Construire et utiliser des outils d'évaluation adaptés
3-3-2	Evaluer son action
3-3-3	Evaluer la progression des pratiquants

### UNITE CAPITALISABLE 4 a) Option « COURS COLLECTIFS »

#### UC 4 a) : 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 »

<b>OI 4-1</b>	<b>Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option</b>
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
<b>OI 4-2</b>	<b>Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option</b>
4-2-1	Maîtriser et faire appliquer les règlements techniques et usages de la discipline de l'option
4-2-2	Maîtriser et faire appliquer le cadre de la pratique
4-2-3	Sensibiliser aux bonnes pratiques et aux conduites à risque
<b>OI 4-3</b>	<b>Garantir des conditions de pratique en sécurité</b>
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

**UNITE CAPITALISABLE 4 b) Option « HALTÉROPHILIE, MUSCULATION »**

**UC 4 b) : 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<sup>er</sup> NIVEAU DE COMPETITION FÉDÉRALE DANS L'OPTION « HALTÉROPHILIE, MUSCULATION »**

<b>OI 4-1</b>	<b>Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option</b>
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
<b>OI 4-2</b>	<b>Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option</b>
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
<b>OI 4-3</b>	<b>Garantir des conditions de pratique en sécurité</b>
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

Nota : pour l'UC4a) option cours collectifs, la déclinaison est la même que pour l'UC4b). Simplement est remplacé « haltérophilie, musculation » par « cours collectifs »