

Sélection au BP JEPS Spécialité « Educateur Sportif » Mention Activités de la Forme 2022-2023

› Première étape : T.E.P.

Test des Exigences Préalables à l'entrée en formation : 28 avril 2022 / 25 août 2022

Pour pouvoir se présenter aux épreuves des tests de sélection, il faut **avoir satisfait aux tests d'exigences préalables** à l'entrée en formation (épreuves techniques par option).

Les T.E.P. obtenus dans le cadre du BP JEPS Activités Gymniques de la Forme et de la Force ne sont plus valides, quelle qu'en soit la mention.

DISPENSES ET EQUIVALENCES :

Dispense du test technique préalable à l'entrée en formation (TEP)

Quelle que soit l'option, pour les titulaires de :

- › BP AGFF mention A ou B ou C ou D
- › Sportif de haut niveau en haltérophilie inscrit ou ayant été inscrit sur la liste ministérielle mentionnée à l'article L. 221-2 du code du sport

Dispense du test technique préalable à l'entrée en formation (TEP)

Uniquement pour l'option « Cours Collectif », pour les titulaires de :

- › CQP ALS option « activités gymniques d'entretien et d'expression »
- › Brevet fédéral animateur des activités gymniques cardio-vasculaires délivré par la FFG
- › Brevet fédéral animateur des activités gymniques d'entretien délivré par la FFG
- › Brevet fédéral initiateur fédéral gymnastique aérobic délivré par la FFG
- › Brevet fédéral instructeur des activités gymniques délivré par la FFG
- › Brevet fédéral « BF1A » activités physiques d'expression délivré par l'UFOLEP
- › Brevet fédéral animateur délivré par la FSCS

Dispense du test technique préalable à l'entrée en formation (TEP)

Uniquement pour l'option « Haltérophilie, Musculation », pour les titulaires de :

- › Brevet fédéral animateur de remise en forme délivré par la FFHMFAC
- › Brevet fédéral initiateur ou assistant animateur régional délivré par la FFHMFAC
- › Brevet fédéral moniteur ou assistant animateur national délivré par la FFHMFAC
- › Brevet fédéral entraîneur ou entraîneur expert délivré par la FFHMFAC

EXIGENCES PREALABLES A L'ENTREE EN FORMATION

Les exigences préalables ont pour but de vérifier les compétences du candidat à suivre le cursus de formation lui permettant d'accéder à la mention «Activités de la Forme» du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS) spécialité « éducateur sportif ».

Les exigences préalables à l'entrée en formation du BP JEPS spécialité «éducateur sportif» mention «activités de la forme» sont les suivantes :

Le(la) candidat(e) doit :

- › **être titulaire de l'une des attestations de formation relative au secourisme suivante :**
 - « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC1) ou « attestation de formation aux premiers secours » (AFPS) ;
 - « premiers secours en équipe de niveau 1 » (PSE1) **en cours de validité** ;
 - « premiers secours en équipe de niveau 2 » (PSE2) **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**.

- › **présenter un certificat médical de non contre-indication de la pratique et à l'encadrement des « activités de la forme» datant de moins d'un an à la date de l'entrée en formation (fourni dans le dossier d'inscription) ;**

- › **être capable de réaliser les tests techniques suivants :**
 - **tests techniques d'entrée en formation pour l'option « cours collectifs » :**
 - épreuve n° 1 : test navette « Luc Léger » : palier 8 (annoncé) pour les femmes et palier 10 (annoncé) pour les hommes.

 - épreuve n° 2 : le(la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique (un suivi de cours) de 60 minutes au total, comprenant dix minutes d'échauffement collectif, vingt minutes de passage en STEP à un rythme de 128 à 132 battements par minute dont deux minutes de retour au calme, vingt minutes de passage en renforcement musculaire, 10 minutes de retour au calme sur 5 étirements. Le(la) candidat(e) reproduit les éléments techniques simples, ajuste sa prestation en fonction d'indications verbales ou gestuelles données. Il/elle est capable de mémoriser et de reproduire un enchaînement simple.

 - **tests techniques d'entrée en formation pour l'option « haltérophilie, musculation » :**
 - épreuve n° 1 : test navette « Luc Léger » : palier 8 (annoncé) pour les femmes et palier 10 (annoncé) pour les hommes.

 - épreuve n° 2 : le(la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique composée des exercices* figurant dans le tableau suivant :
** 10 minutes de récupération minimum entre chaque exercice.*

Exercice	FEMME		HOMME	
	Répétition(s)	Pourcentage	Répétition(s)	Pourcentage
SQUAT	5 répétitions	75 % poids du corps	6 répétitions	110 % poids du corps
TRACTION en pronation ou en supination au choix du candidat	1 répétition	Menton à la barre Nuque à la barre Prise de main au choix : pronation ou supination	6 répétitions	Menton à la barre Nuque à la barre Prise de main au choix : pronation ou supination
DEVELOPPE COUCHE	4 répétitions	40 % poids du corps	6 répétitions	80 % poids du corps

Exercice	Schéma	Critères de réussite
SQUAT		<ul style="list-style-type: none"> Exécuter le nombre requis de mouvement(s). Alignement tête-dos-fessiers Dos droit et naturellement cambré sans hyperlordose excessive. Hanches à la hauteur des genoux. Tête droite et regard à l'horizontal. Pieds à plat.
TRACTION en pronation ou en supination au choix du candidat		<ul style="list-style-type: none"> Exécuter le nombre requis de mouvement(s). Si prise en pronation amener la barre au contact de la nuque ou sous le menton à chaque mouvement. Si prise en supination amener la barre en dessous du menton à chaque mouvement.
DEVELOPPE COUCHE		<ul style="list-style-type: none"> Exécuter le nombre requis de mouvement(s). Barre en contact de la poitrine sans rebond. Alignement tête-dos-cuisses. Fléchissement des genoux pour préserver un dos en contact avec le banc. Axe du couloir de la barre entre la partie supérieure de la poitrine et la ligne inférieure des épaules. Les bras sans hyper extension doivent être tendus et marquer un temps d'arrêt franc au sommet sous peine d'annulation du mouvement.