



Organisation des tests de sélection pour le Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport spécialité : Éducateur Sportif mention « Activités de la Forme » option « Cours Collectifs »

En fonction des documents fournis dans votre dossier d'inscription (certains diplômes donnant l'équivalence aux Tests d'Exigences Préalables à l'entrée en formation)*, vous allez être convoqué(e) pour participer :

- ✓ Aux Tests d'Exigences Préalables (phase 1 de la sélection).
- ✓ Aux Tests d'entrée en formation mis en place par le CFA du Sport de l'Animation et du Tourisme de Bourgogne Franche-Comté et SELFORME (phase 2 de la sélection).

* Pour tout renseignement complémentaire, nous restons à votre disposition au **03.80.74.08.88** ou à l'adresse mail suivante : inscription@cfa-sport.fr

PHASE 1

TESTS D'EXIGENCES PRÉALABLES A L'ENTRÉE 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 (BP JEPS) spécialité « éducateur sportif ».

Les exigences préalables à l'entrée en formation du BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « Activités de la Forme » option « Cours Collectifs » 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 Equipe de niveau 1 » (PSE 1) en cours de validité ;
 - « Premiers Secours en Equipe 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.
- **Présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique des « Activités de la Forme » datant de moins d'un an à la date de l'entrée en formation ;**

Pour les personnes en situation de handicap, l'avis d'un médecin agréé par la Fédération Française Handisport ou par la Fédération Française de Sport Adapté ou désigné par la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées sur la nécessité d'aménager le cas échéant les tests d'exigences préalables selon la certification visée.
- **Être capable de réaliser les tests techniques suivants :**
 - Epreuve n° 1 : test navette « Luc Léger » : palier 7 (réalisé) pour les femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes.
 - Epreuve n° 2 : le (la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique 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.








TRAME DES ENCHAINEMENTS DE L'ÉPREUVE N°2 – OPTION « COURS COLLECTIFS »

TRAME D'ÉCHAUFFEMENT, STEP, RENFORCEMENT MUSCULAIRE ET ÉTIREMENT

Type de cours, niveau et durée	Echauffement, cours de STEP, renforcement musculaire et étirement, total 30 minutes
Objectif de la séance	Évaluation TEP
Type de cours et durée	Cours de renforcement musculaire avec des éléments imposés : Squat/Fentes/Pompes/Gainages, 20 minutes de renforcement et 10 minutes de retour au calme. TOTAL 30 minutes. Évaluation posture et souplesse.

N° DU BLOC	Bloc final (avec changement de pieds)	Compte	Changement de pieds	Approche ou orientations	Coordination	Durée par bloc	Cumul durée (en min)
Echauffement	Échauffement à la convenance de l'intervenant : Activation cardio vasculaire, préparation générale et spécifique, préparation ostéo articulaire, musculo tendineuse, évaluation du niveau du groupe motivation	Mouvement de la CV dans tous les plans, enchaînement de LIA+ex de la base squat, fentes, antépulsion des bras, rotation					10 minutes
1er bloc	1 basic +1 mambo cha cha 1 chassé sur le step + 1 mambo 3 genoux L step (en bout) 1 basic à cheval + 1 basic retour face	8 temps 8 temps 8 temps 8 temps	Sur le mambo cha cha sur le chassé Sur les 3 genoux L step	Face Face En bout Début en bout puis retour en face	Bras simples sur les 3 genoux L step	9 minutes	20 minutes
2ème bloc	1 basic + 1 traversée + 3 genoux ciseaux 1 traversée+ 2 dégagés sur le step + 1 V step	16 temps 16 temps	Lors des 3 genoux ciseaux	Début face/fin dos Début dos et revient face avec le basic Traversée avant les dégagés	Bras simples sur les 2 dégagés et sur le V step	9 minutes	
Retour au calme						2 minutes	
Temps cumulé 30 minutes							

N° et nom de l'exercice	Croquis	Objectif et séquences	Placement de base et mouvement	Précisions rythmiques	Durée (w/repos)	Temps	Cumul temps en minute	Critère de réussite
1) Squat		Séquence de squat à répéter 3 fois	Flexion des hanches, genoux, chevilles puis retour en position de départ	Rythmique à la convenance de l'intervenant	5 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1 min 30 x 3 séquences soit 4 min 30	4 min 30	<ul style="list-style-type: none"> -Respect du rythme -Respect de l'exécution du mouvement -Respect de la posture
2) Pompes		Séquence de pompes à répéter 3 séries	Flexion des coudes, alignement coudes épaules. En planche pour les hommes et genoux pour les femmes	Rythmique à la convenance de l'intervenant	3 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1 minute x séquences soit 3 min	7 min 30	
3) Fentes à droite		Séquence de fentes à répéter 3 séries	Flexions des hanches, genoux puis retour en position de départ	Rythmique à la convenance de l'intervenant	5 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1 min 30 x 3 séquences soit 4 min 30	12 min	
4) Gainage		Séquence de gainage à répéter 3 séries	Planche frontale	Isométrie	3 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1 minute x séquences soit 3 min	15 min	
5) Fentes à gauche		Séquence de fentes à répéter 3 séries	Flexions des hanches, genoux puis retour en position de départ	Rythmique à la convenance de l'intervenant	5 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1 min 30 x 3 séquences soit 4 min 30	19 min 30	
Retour au calme avec 5 étirements								

N° et nom de l'exercice	Croquis	Objectif et séquences	Placement de base et mouvement	Temps	Cumul temps en minute	Critère de réussite
1) Flexion du buste		Évaluation souplesse chaîne postérieure et maintien de la posture	Position assise, jambes tendues en avant, flexion du buste	2 min	2 min	Respect de la posture
2) Flexion du buste		Évaluation souplesse adducteur et chaîne postérieure	Position assise, jambes tendues en ouverture, flexion du buste	2 min	4 min	
3) Chien tête en bas			Angles tronc/ jambe à 90°, jambe et bras tendus, tête alignée main au sol	2 min	6 min	
4) Planche debout position unipodale (pied droit au sol)		Evaluation posturale et souplesse	Planche debout, position unipodale, alignement bras tête tronc jambe	4 min	10 min	
5) Planche debout unipodale (pied à gauche au sol)			Planche debout, position unipodale, alignement bras tête tronc jambe			
				Total 60 minutes		





PHASE 2

TESTS DE SÉLECTION ORGANISÉS PAR L'ORGANISME DE FORMATION CFA DU SPORT DE L'ANIMATION ET DU TOURISME DE BOURGOGNE FRANCHE - COMTE ET SELFORME

Les candidats ayant satisfait aux tests des exigences préalables à l'entrée en formation sont convoqués pour participer aux tests de sélection de l'organisme de formation.

Ces tests se composent des épreuves suivantes :

1- Epreuve écrite – Durée : 2 heures

Elle a pour but de vérifier :

- ✓ Les capacités de compréhension et d'analyse du candidat à la lecture de données spécifiques liées au secteur de la forme.
- ✓ Les connaissances acquises sur le secteur de la forme.
- ✓ Les capacités du candidat à l'expression écrite.

2- Entretien – Durée : 20 minutes

L'entretien porte sur :

- Le C.V du candidat mettant en évidence ses acquis en matière scolaire, professionnelle, sportive et d'animation, justifiés par les diplômes, certificats ou attestations en concordance.
- La lettre de motivation précisant le projet professionnel (la relation entre le parcours de formation et l'emploi visé, le champ d'intervention professionnelle souhaité, le type de structure employeur visé, les conditions de financement de la formation, les perspectives d'évolution à moyen terme).