

## BPJEPS Activités de la Forme

### Financement

Formation professionnelle continue  
Non conventionnée / sans dispositif

### Organisme responsable et contact

SPORT AVENIR ET SANTÉ BY I-PERFORM  
BEAUTEMPS Julie  
06.43.66.89.62  
admission@sportaveniretsante.com

### Accès à la formation

#### Publics visés :

Demandeur d'emploi  
Jeune de moins de 26 ans  
Personne handicapée  
Salarie(e)  
Actif(ve) non salarié(e)

#### Sélection :

Dossier  
Tests  
Inscription directe ou par un conseiller en insertion professionnelle

#### Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

#### Conditions d'accès :

Vous devez : • Etre titulaire d'une des attestations suivantes, en cours de validité : ?  
« prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC1) ? « attestation de formation aux premiers secours » (AFPS) ? « premiers secours en équipe de niveau 1 ou 2 » (PSE) ?  
« attestation de formation aux gestes et soins d'urgence » (AFGSU) de niveau 1 ou 2 ?  
« certificat de sauveteur secouriste du travail » (SST) • Présenter un certificat médical de non contre-indication de la pratique des « activités de la forme » de moins d'un an à la date de l'entrée en formation • Avoir validé les tests d'exigence préalables (TEP) au BPJEPS AF, fixés par la DRAJES (Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports)

#### Prérequis pédagogiques :

Qualités requises : • Pratiquer l'activité concernée • Avoir le sens du contact • Etre pédagogue

#### Contrat de professionnalisation possible ?

Non

### Objectif de la formation

**Objectif professionnel :** Devenir éducateur sportif  
**Objectifs opérationnels :** Valider 4 Unités Capitalisables (UC) 2 UC transversales : • UC1 : Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure • UC2 : Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure 2 UC spécifiques à la mention : • UC3 : Concevoir une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme • UC4 A (option Cours Collectifs) : Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage dans l'option « cours collectifs » • UC4 B (option Haltérophilie, Musculation) : Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1er niveau de compétition fédérale dans l'option « Haltérophilie, musculation »

### Contenu et modalités d'organisation

**ANATOMIE / PHYSIO** Fonctionnement du corps humain, appareil locomoteur, système musculaire, système cardiovasculaire et respiratoire, filières énergétiques, système endocrinien, traumatologie, nutrition. **MUSCULATION** Théorie et pratique, législation, règles de sécurité, échauffement, apprentissage des mouvements, étirements, évaluations techniques et physiques, mise en situation pédagogique, cours sport et santé, techniques d'évaluations, méthodes d'entraînement (volume, masse, tonification, perte de poids, force), analyse des publics (sédentaires, personnes âgées, femme enceinte), fatigue et la récupération, planification d'entraînement, qualités physiques, pliométrie, nutrition, rééquilibrage musculaire. **HALTÉROPHILIE** Apprentissage des mouvements (arraché, épaulé jeté), entraînements, pédagogie, évaluations, Crossfit. **COURS COLLECTIFS** Pratique, règle de sécurité, apprentissage musical, système musculaire, langage corporel, suivi de cours, apprentissage des pas et mouvements de base, pédagogie, mise en situation, renforcement, stretching, cardio vasculaire. **PROJET** Accompagnement, rédaction et mise en place du projet professionnel au sein de la structure, CV et lettre de motivation, gestion du stress.

Commentaires sur la durée hedmomadaire La personne titulaire de l'une des UC et/ou certifications mentionnées ci-dessous, est dispensée et obtient les unités capitalisables (UC) suivantes : • UC1 : CQP ALS AGEE • UC1 et UC2 : BPJEPS • UC3 : BPJEPS AGFF mention C OU D • UC4.A : BPJEPS AGFF mention C • UC4.B : BPJEPS AGFF mention D, Brevet fédéral moniteur ou assistant animateur national OU entraîneur / entraîneur expert, délivrés par la FFHMFAC  
Parcours de formation personnalisable ? Oui Type de parcours Non renseigné

### Validation(s) Visée(s)

BPJEPS spécialité éducateur sportif mention activités de la forme option cours collectifs - Niveau 4 : *Baccalauréat (Niveau 4 européen)*  
BPJEPS spécialité éducateur sportif mention activités de la forme option haltérophilie, musculation - Niveau 4 : *Baccalauréat (Niveau 4 européen)*

MON COMPTE FORMATION Éligible au CPF

### Et après ?

#### Suite de parcours

Non renseigné

### Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00361973	du 19/09/2023 au 30/06/2024	Bègles (33)	SPORT AVENIR ET SANTÉ BY I-PERFORM		MON COMPTE FORMATION	FPC
00392634	du 05/02/2024 au 13/12/2024	Bègles (33)	SPORT AVENIR ET SANTÉ BY I-PERFORM		MON COMPTE FORMATION	FPC

00450159	du 30/09/2024 au 04/07/2025	Bègles (33)	SPORT AVENIR ET SANTÉ BY I- PERFORM	MON COMPTE FORMATION	FPC
00498537	du 20/01/2025 au 07/11/2025	Bègles (33)	SPORT AVENIR ET SANTÉ BY I- PERFORM	MON COMPTE FORMATION	FPC
00581301	du 22/09/2025 au 26/06/2026	Bègles (33)	SPORT AVENIR ET SANTÉ BY I- PERFORM	MON COMPTE FORMATION	FPC
00625878	du 19/01/2026 au 30/10/2026	Bègles (33)	SPORT AVENIR ET SANTÉ BY I- PERFORM	MON COMPTE FORMATION	FPC