



Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire
et du Sport (**BPJEPS**)
Spécialité : ACTIVITES GYMNiques, DE LA FORME ET
DE LA FORCE

Mention :

- Forme en cours collectifs
- Haltère-musculation et forme sur le plateau

Dossier d'inscription

Formation

du 07/01/2013

au 06/01/2014





FORMATION

Au

BPJEPS « activités gymniques, de la forme et de la force » Mention C « forme en cours collectif » ou D « haltère, musculation et forme sur plateau

Formation professionnelle en alternance.

Formation en centre : 707 heures

Formation en entreprise : 910 heures

Formation avec certification par unités capitalisables (10 UC)

Tests d'exigences préalables à l'entrée en formation : test d'endurance et tests physiques

+

Epreuves de sélection : épreuve écrite pratique et entretien de motivation.

Du 12 au 13 novembre 2012

Positionnement : - du 22 et 23 novembre 2012

Début de la formation : - 07 janvier 2013

Fin de la formation : - 06 janvier 2014

Coût de la formation 6300€

Informations en ligne :

<http://www.montpellier-uc.org/formation/bpjeps.html>



CERTIFICAT MEDICAL

Exigé pour tout(e) candidat(e) à la formation du BPJEPS AGFF Mention C et D

Je soussigné(e), _____ Docteur en médecine, certifie avoir examiné ce jour Mr/Mme* _____ et avoir constaté qu'il/elle* ne présente aucune contre-indication apparente à la pratique et à l'enseignement des activités gymniques de la force et de la forme.

* Rayer la mention inutile.

TAILLE :m POIDS :Kg.

ATTENTION :

Au regard de la spécificité et des exigences de la formation qui est suivie, ce sujet présente en particulier une intégrité fonctionnelle et satisfaisante dans les domaines suivants :

- Etat satisfaisant de la colonne lombaire et de la charnière lombo-sacrée.
- Etat satisfaisant des épaules, coudes, poignets, mains, hanches, genoux, chevilles, pieds, ne présentant pas de malformations ou d'interventions chirurgicales pénalisant un travail en amplitude et en force.
- Etat satisfaisant des systèmes cardiovasculaire et respiratoire

Fait à _____, le ____/____/____

Cachet et signature du Médecin





PRATIQUE SPORTIVE

Mention C : Activités de Forme en cours collectif

1) Quelles activités pratiquez-vous :

LIA HILO STEP BODY SCULPT STRETCHING

Autres (précisez).....

2) Précisez le nombre de séances par semaine.

.....

Durée des séances :

3) Quels cours suivez-vous par ordre de préférence et à quel niveau de pratique ?

1.....

3.....

2.....

4.....

4) Avez-vous à titre personnel participé à des stages de fitness ? (si oui, précisez la durée, avec quel organisme ?)

.....

.....

Mention D : Haltères, Musculation et Forme sur plateau

1) Quelles activités pratiquez-vous ? :

Haltérophilie Culturisme Force Athlétique Musculation

2) Précisez le nombre de séances par semaine :.....Durée des séances :

3) Quel type d'entraînement de musculation pratiquez-vous ?

(Développement de la masse musculaire, de la force, de la puissance ou un simple renforcement musculaire...)

.....

.....

4) Vous vous entraînez seul ou avec un partenaire (pourquoi ?)

.....

.....

5) Comment structurez-vous votre séance ? (avec un cahier d'entraînement, au «feeling»)

.....

.....





QUESTIONNAIRE

PARTIE 1

Attention : Joindre toutes les pièces justificatives

VOTRE SITUATION AU REGARD DE L'EMPLOI

Salarié(e)

- Vous bénéficiez d'un congé individuel de formation (CIF) : OUI NON

Nom et adresse de l'OPCA de votre employeur chargé du financement de votre formation :

.....

Non salarié(e)

➤ **Demandeur d'emploi** : OUI NON

• Inscrit(e) à Pôle emploi (26 ans et plus) OUI NON depuis le :/...../.....

Indemnisé(e) OUI NON jusqu'au :/...../.....

• Inscrit à la mission locale (moins de 26 ans) OUI NON depuis le :/...../.....

- Si OUI : lieu et téléphone de votre pôle emploi ou de votre mission locale :

.....

Nom de votre référent :

➤ **Percevez-vous le R.S.A. ?** : OUI NON

➤ **Autre situation** (scolaire, étudiant, sans activité, bénévole...) :





QUESTIONNAIRE

PARTIE 2

Joindre les pièces justificatives

VOS ETUDES ET DIPLOMES

- Niveau d'étude : _____
- Depuis quelle date avez-vous arrêté vos études : _____
- Dernière classe fréquentée : _____
- Dernier Diplôme obtenu : C.A.P. B.E.P. BAC LICENCE
 AUTRES – Précisez : _____
 N° INE (N° indiqué sur la convocation à un examen ou sur la carte étudiant) : _____

- Avez-vous suivi d'autres formations ? OUI NON

Si OUI, précisez : _____

- Etes-vous titulaire de l'AFPS ou du PSC1 ? OUI NON

Attention, ce document est obligatoire.

➤ DIPLOMES JEUNESSE ET SPORT

- TRONC COMMUN
- BEES : option _____ AUTRES : _____
- TEP : Attestation de satisfaction aux exigences préalables BPJEPS (pour les personnes ayant passé les sélections les années précédentes)

➤ DIPLOMES FEDERAUX

Discipline : _____

- Arbitre Animateur Initiateur Moniteur Entraîneur

VOS EXPERIENCES ANTERIEURES dans les domaines de l'animation et du sport

➤ En tant que salarié(e) :

➤ En tant que bénévole :

➤ En tant que pratiquant(e) :

Fait à _____ Le _____

Signature :





REUNION D'INFORMATION BPJEPS AGFF Le 03 octobre 2012

Adresse :

MUC FORMATION
Complexe Sportif Albert Batteux
150 rue François Joseph Gossec
34070 MONTPELLIER

De 14h00 à 16h00

Seules les mentions C (forme en cours collectifs) et D (haltères, musculation et forme sur plateau) sont mises en œuvre au cours de cette formation.

Tests de sélection DU 12 AU 13/11/2012

CONDITIONS D'ACCES AUX TESTS DE SELECTION :

- 1. Certificat médical de non contre-indication à la pratique des activités gymniques de la forme et de la force datant de moins de trois mois à l'entrée en formation précisant impérativement « pratique et enseignement » (voir formulaire dans le dossier).**
- 2. Une attestation de formation aux premiers secours (PSC1)**
- 3. Un chèque de 50€**

Les candidats sont sélectionnés en deux temps :

1er temps

Ils doivent répondre à l'ensemble des pré-requis.

Ils doivent réussir les tests d'exigences préalables (TEP) sauf les personnes dispensées (voir annexe III).

2ème temps

Les candidats ayant réussi les TEP, seront convoqués aux tests de sélection du Muc Formation.



LES EXIGENCES PREALABLES

Les épreuves se feront de manière conforme aux textes de références en fonction de la mention choisie.

Mention « haltères-musculation et forme sur plateau »

- 1- EC de réaliser une performance dans une technique choisie,
- 2- EC de démontrer différentes techniques dans le respect du placement corporel,
- 3- EC d'exécuter une prestation mettant en évidence des qualités d'endurance aérobie.

(Cochez une des 3 cases.)

- Haltérophilie (2 mouvements olympiques obligatoires : Epaulé-jeté et Arraché)

OU

- Force athlétique (3 mouvements sportifs obligatoires : squat, développé couché et soulevé de terre)

OU

- Culturisme et musculation

Choix de l'Exercice de performance (cochez un des 3 exercice.)

- Squat
- Développé couché
- Traction

DATE :

NOM Prénom

SIGNATURE





TESTS DE SELECTION BPJEPS AGFF 15 et 16 novembre 2012 (Convocation suite à la réussite aux TEP)

Epreuve écrite

- Les candidats disposent d'une heure pour traiter un sujet en rapport avec les métiers de la forme et de la force.

Entretien de motivation

- Entretien de 20 minutes maximum s'appuyant sur le projet professionnel.

Epreuves techniques

Mention « haltères, musculation et forme sur plateau »

RÉPULSION ENTRE DEUX BARRES (Dips)

Les mains sur le bord des barres parallèles, bras tendus, jambes tendus ; le corps dans le vide.

1er temps : effectuer une flexion des avant bras, l'articulation de l'épaule doit être alignée avec celle du coude.

2ème temps : extension des avant bras (retour à la position de départ), bras tendu coude verrouillé.

Effectuer le plus grand nombre de répétitions possibles, un arrêt de 2 secondes maximum en position haute sera autorisée.

Mention « Forme en cours collectif

Squat jump

Les pieds écartés largeur du bassin, le buste droit, les mains sur les hanches.

1er temps : effectuer une flexion des jambes, jusqu'à ce que les fesses viennent toucher un ballon.

2ème temps : extension des jambes, avec décollement des deux pointes de pied sur un plan vertical.

Effectuer le plus grand nombre de répétitions possibles, un arrêt de 2 secondes maximum en position haute ou basse sera autorisée.



ANNEXE III

Modifié par Arrêté 2008-12-18 art. 1 JORF 27 décembre 2008

Exigences préalables à l'entrée en formation

Les exigences préalables ont pour objectif de vérifier les capacités du candidat à suivre le cursus de formation et lui permettre d'accéder à la spécialité « activités gymniques, de la forme et de la force » du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport.

Elles sont spécifiques à chaque mention et sont définies ainsi :

Dispenses et équivalences :

Les titulaires du diplôme fédéral suivant obtiennent l'équivalence des exigences préalables à l'entrée en formation dans la mention activités de la forme en cours collectifs :

- Animateur des activités gymniques cardio-vasculaires délivré par la Fédération Française de Gymnastique.

Dispenses et équivalences :

Les titulaires d'un des diplômes fédéraux ou attestation suivants obtiennent l'équivalence des exigences préalables à l'entrée en formation dans la mention activités haltères musculation et forme sur plateau :

- assistant animateur national délivré par la Fédération Française d'Haltérophilie de musculation de force athlétique et culturisme,
- attestation de performance de niveau national ou supérieur délivrée par le DTN (directeur technique national) de cette fédération.

Les modalités de réalisation et d'évaluation des exigences fixées pour chaque mention sont fixées par instruction.

« Les titulaires du certificat de qualification professionnelle "animateur de loisirs sportifs" sont dispensés des exigences préalables à l'entrée en formation de la spécialité "activités gymniques de la forme et de la force", quelle que soit la mention.

Les titulaires du certificat de qualification professionnelle "animateur des activités gymniques" sont dispensés des exigences préalables à l'entrée en formation de la spécialité "activités gymniques de la forme et de la force", quelle que soit la mention. »



INFORMATIONS PRATIQUES

Comment financer votre formation ?

Selon votre parcours et votre situation actuelle au regard de l'emploi, divers organismes peuvent intervenir dans le cadre des aides à la formation professionnelle :

Principaux dispositifs de prise en charge qui peuvent vous concerner :

➤ **Vous êtes salarié :**

Financement possible par votre entreprise par l'intermédiaire de l'OPCA (organisme paritaire collecteur agréé) DIF ou CIF, période de professionnalisation.

➤ **Autres statuts :** demandeurs d'emploi, lycéens, étudiants, ...

Selon votre âge, différents dispositifs de financement existent :

Contrat d'apprentissage, contrat de professionnalisation, PARE (plan d'aide au retour à l'emploi),

Assurance et protection sociale :

Les stagiaires au MUC Formation sont automatiquement couverts les jours de formation par l'assurance de l'établissement au titre de la responsabilité civile. **Ceci ne vous dispense pas de votre assurance personnelle.**

La couverture assurance maladie est indispensable. Si vous n'êtes pas couvert, contactez votre caisse primaire d'assurance maladie (CPAM).



Les pièces à joindre au dossier :

I/ Pièces à fournir à l'inscription :

- La demande d'inscription.
- Le questionnaire joint dûment complété, accompagné des pièces demandées.
- Un curriculum vitae et une lettre de motivation manuscrite différente du projet professionnel.
- Une photocopie recto/verso de la carte nationale d'identité, du passeport ou du livret de famille. Pour les personnes de nationalité étrangère, copie de la CARTE de SEJOUR (ou son récépissé) en cours de validité.

Pour les candidats ayant entre 18 et 25 ans :

- Une copie du certificat individuel de participation à la journée d'appel de préparation à la défense.

Pour les candidats de moins de 18 ans n'ayant pas fait la JAPD :

- Une copie de l'attestation de recensement
 - Une photocopie de l'attestation de Sécurité Sociale mentionnant les droits actuels (pas de la CARTE vitale).
 - Une copie de tous vos diplômes (scolaires, universitaires, sportifs, socioculturels : le plus élevé de chaque catégorie)
 - Deux photos d'identité (avec votre nom au dos)
 - 3 enveloppes (format A4), affranchies au tarif en vigueur (50g)
 - 5 enveloppes (petit format), affranchies au tarif en vigueur (20g)
 - Un chèque d'un montant de 50 euros pour frais de dossier libellé à l'ordre du MUC – OMNISPORTS.
 - Pour les personnes handicapées, l'avis d'un médecin agréé par la Fédération Française Handisport ou par la Fédération Française de Sport Adapté.
 - La copie de l'attestation de prévention sécurité civile niveau 1 (PSC1) ou de tout titre équivalent reconnu par la sécurité civile (obligatoire dès la constitution du dossier).
- A NOTER :** l'attestation d'initiation aux premiers secours fournie lors de la JAPD n'est pas recevable.





II/ Pièces à fournir le jour de la convocation aux épreuves :

Lors du passage des épreuves de sélection et de satisfaction aux exigences préalables requises pour l'entrée en formation, les documents suivants devront être produits (OBLIGATOIREMENT) si cela n'a pas été fait à la constitution du dossier d'inscription dans le respect des dates :

Un certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive datant de moins de trois mois à l'entrée en formation.

Une attestation d'assurance en responsabilité civile individuelle en cours de validité (Assurance habitation, véhicule...).

De plus, il vous sera demandé de vous munir ce jour là de **votre convocation et d'une pièce d'identité.**