

# 01

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 INTRODUCTION



### DOCUMENT À CONSERVER

Vous trouverez au fur et à mesure des pages suivantes l'ensemble des éléments qui constituent le dossier d'inscription 2022 - 2023 pour notre centre de formation à Castelsarrasin :

[S-Team Concept - Zone industrielle Barrès 1 – 82100 CASTELSARRASIN](#)

Nous attirons votre attention sur le fait qu'il faut avoir renvoyé le dossier complet pour pouvoir participer au programme de préparation des TEP et des tests de sélection de mars et d'avril.

Pour mémoire :

- ☞ Date des tests d'entrée : **JEUDI 5 MAI 2022**
- ☞ Date limite d'inscription : **LUNDI 25 AVRIL 2022**

*Si vous souhaitez participer aux séances de préparation (voir page 5),  
le dossier d'inscription complet est à nous retourner avant votre 1<sup>ère</sup> séance !*

Tout dossier transmis hors délai ou incomplet ne sera pas pris en compte.

Merci de bien vouloir nous transmettre l'ensemble des documents demandés dans le dossier d'inscription (pages 2, 3, 5 et 6 + pièces justificatives listées en page 4) dans leur version numérisée (pdf) par mail à l'adresse suivante :

[isabelle@s-teamformations.fr](mailto:isabelle@s-teamformations.fr)

(Précisez dans l'objet du mail : Dossier d'inscription Castelsarrasin « votre nom et prénom »)

Nous restons bien entendu à votre écoute pour toute question relative à votre inscription ou à votre préparation aux tests de sélection du 5 mai prochain.

Dans l'attente de vous rencontrer prochainement, nous vous prions de croire en l'assurance de nos sentiments les meilleurs.

Sportivement,

L'équipe d'S-TEAM FORMATIONS

Isabelle GILLI, Assistante de formation S-TEAM FORMATIONS Castelsarrasin (82)	Hervé FILLON, Coordonnateur pédagogique S-TEAM FORMATIONS Castelsarrasin (82)
06 31 86 47 16 <a href="mailto:isabelle@s-teamformations.fr">isabelle@s-teamformations.fr</a>	06 71 99 62 03 <a href="mailto:herve@s-teamformations.fr">herve@s-teamformations.fr</a>

# 02

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 FICHE DE RENSEIGNEMENTS



**DOCUMENT À RETOURNER AVANT LE 25 AVRIL 2022**

### BPJEPS Activités de la Forme

option cours collectifs       option haltérophilie - musculation

(veuillez cocher 1 ou 2 cases en fonction de votre choix)

Nom : ..... Prénom : .....

Nom de jeune fille : ..... Date de naissance : .....

Lieu de naissance : ..... Numéro de dép<sup>t</sup> de naissance : .....

Nationalité : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

N° Tél. fixe : ..... N° Tél. portable : .....

Adresse e-mail : .....

Numéro de Sécurité Sociale : .....

NIVEAU D'ÉTUDES OU DE FORMATION : diplômes acquis

Brevet     CAP     BEP     Baccalauréat     BTS     DUT  
 Licence     Maîtrise     Master     Doctorat     Autres : .....

DIPLÔMES SPORTIFS OBTENUS : précisez la spécialité

BAFA     BAFD     CQP     BEES 1<sup>er</sup> degré     BPJEPS     Autres :  
.....

Spécialité sportive :  
.....

SITUATION AU REGARD DE L'EMPLOI : début 2022, je suis

Lycéen     Etudiant     Formation suivie : .....  
 Salarié     Employeur : .....  
 Demandeur d'emploi     Numéro identifiant : .....  
 Sans emploi     Autre : .....

FINANCEMENT DE LA FORMATION : prise en charge envisagée pour votre formation

PÔLE EMPLOI     CPF     OPCO     PRÊT     FINANCEMENT PERSONNEL  
 CONTRAT D'APPRENTISSAGE     AUTRE : .....

PRATIQUE PERSONNELLE EN ACTIVITÉS DE LA FORME ET DE LA FORCE :

Pratiquez-vous régulièrement dans une salle de sport ?     OUI     NON

Nom et ville du club : .....

Nombre d'heures d'entraînement hebdomadaire en cours collectifs : .....

Nombre d'heures d'entraînement hebdomadaire en musculation : .....

Lieu de stage envisagé : .....

Nom et prénom du tuteur éventuel : .....

(Rappel : le tuteur doit être diplômé dans les options choisies depuis au moins 2 ans et être titulaire de sa carte professionnelle à jour)

Photo  
d'identité  
à coller pour  
la  
numérisation

# 03

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 ACTE D'ENGAGEMENT



**DOCUMENT À RETOURNER AVANT LE 25 AVRIL 2022**

Les tests de sélection se dérouleront **le jeudi 5 mai 2022**  
à la salle de sport S-TEAM CONCEPT  
(adresse : Zone Industrielle Barrès 1 - 82100 Castelsarrasin).  
Tous les candidats devront se présenter sur place  
**dès 7h30 précises** munis de leur pièce d'identité.



### DÉROULEMENT DE LA JOURNÉE

***Matin : Tests d'Exigences Préalables (TEP) :*** test de Luc Léger, épreuves de musculation  
(tractions, squat, développé-couché), et suivi de cours collectif.

***Après-midi : Tests de sélection :*** épreuve écrite et entretien.

***Vers 17h30 :*** délibération du jury et communication des résultats aux candidats.

### ACTE D'ENGAGEMENT

Je, soussigné(e) ....., déclare sur l'honneur que :

- j'ai pris connaissance des conditions d'inscription liées à la formation,
- les renseignements fournis dans mon dossier d'inscription sont sincères et véritables,

Et je sollicite mon inscription aux tests d'exigences préalables et aux épreuves de sélection du jeudi 5 mai 2022 pour participer à la formation BPJEPS Activités de la Forme 2022 - 2023 organisée par S-TEAM FORMATIONS sur le site de Castelsarrasin.

Date : le .....

Signature du (de la) candidat(e) :

### AUTORISATION DE DROIT A L'IMAGE

Je, soussigné(e) ....., autorise S-TEAM FORMATIONS à utiliser toutes les images prises à titre individuel et collectif au cours des différentes activités proposées (tests d'entrée, stage de cohésion, séquences de formation...) pour pouvoir les diffuser sur différents supports (photos, vidéos, site internet...). Cette autorisation sera valable durant tout le cycle de formation 2022-2023.\*

Date : le .....

Signature du (de la) candidat(e) :

\* rayer en cas de refus d'autorisation

# 04

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 LISTE DES PIÈCES À FOURNIR



### DOCUMENT À RETOURNER (COCHER LES CASES VOUS CONCERNANT) ACCOMPAGNÉ DE L'ENSEMBLE DES PIÈCES DEMANDÉES

- Un justificatif des premiers secours : photocopie AFPS, PSC1, AFGSU, SST en cours de validité (*Attention : l'initiation aux premiers secours faite au lycée ou à la Journée d'Appel ne donne pas l'équivalence du diplôme PSC1*).
  - Un certificat médical de non-contre-indication **à la pratique et à l'enseignement des activités de FORME et de FORCE datant de moins d'un an** (utiliser uniquement le modèle joint à ce dossier en page 4).
  - Votre CV.**
  - Une lettre de présentation :** celle-ci détaillera notamment votre parcours (scolaire, sportif, professionnel, éventuellement pédagogique dans le champ de l'animation ou du sport...), et précisera votre expérience personnelle dans le secteur des activités de la FORME et de la FORCE ; dans ce dossier de **5 pages maximum**, il vous faudra également expliquer pourquoi vous souhaitez obtenir le BPJEPS AF (préciser quelle option ou les 2, et pourquoi) et indiquer quel est votre projet professionnel à l'issue de la formation.  
Ce document servira de base à votre entretien le jour de l'examen.
  - Les copies de tous vos diplômes (BAFA, Baccalauréat, Licence STAPS, CQP ALS, BPJEPS, autres...).
  - Les pages 2, 3, 5 et 6 de ce dossier entièrement renseignées.**
  - Une copie de votre attestation d'assurance en responsabilité civile en cours de validité (*à se procurer auprès de votre compagnie d'assurance habitation ou véhicule*).
  - Une copie de votre attestation d'assuré(e) social(e) en cours de validité (*document papier à demander à votre caisse d'assurance maladie*). **La carte vitale n'est pas recevable.**
  - A apporter sur place le jour du test :**
    - 1 enveloppe au format 11x22 cm non affranchie
    - 1 enveloppe A4 à dos cartonné
    - 5 timbres au tarif lettre prioritaire
    - 1 chèque de 50 € libellé à l'ordre de S-TEAM FORMATIONS et correspondant aux frais d'organisation des épreuves de sélection ; ce chèque restera acquis au centre de formation.
    - Un ou plusieurs chèques d'un montant total de 6500€ ou de 8500€ (selon si vous choisissez une ou deux options), libellé(s) à l'ordre de S-TEAM FORMATIONS (merci de préciser les dates d'encaissement au verso de chaque chèque ainsi que votre nom).
    - il convient également de fournir un chèque du montant total de la formation, qui servira de caution ; ce chèque ne sera pas encaissé et sera restitué au moment où la formation sera réglée par l'organisme financeur. **Aucun chèque ne sera encaissé avant la journée de sélection**, et en cas d'échec, les chèques vous seront rendus le jour même ou renvoyés par courrier si vous êtes déjà partis.
- 
- Si vous êtes français(e), une copie recto/verso de votre carte nationale d'identité **en cours de validité**.
  - Si vous êtes étranger(e), une copie de votre passeport **en cours de validité**.
  - Pour les candidat(e)s lycéen(ne)s : une copie de votre certificat de scolarité 2021 - 2022.
  - Pour les candidat(e)s étudiant(e)s : une copie de votre carte d'étudiant(e) 2021 - 2022.
  - Pour les candidat(e)s demandeurs d'emploi : une copie de votre inscription à Pôle Emploi avec votre N° IDE.
  - Pour les candidat(e)s salarié(e)s : une attestation de votre employeur vous autorisant à suivre la formation.
  - Pour les candidat(e)s de moins de 25 ans : une copie de l'attestation de recensement ou du certificat individuel de participation à la journée défense et citoyenneté.
- 
- Si un organisme finance tout ou partie de votre formation, une attestation de prise en charge des frais pédagogiques avec signature et cachet du responsable de la structure.
  - Le cas échéant, l'attestation de réussite aux Tests d'Exigences Préalables (TEP).
  - Enfin, si vous savez d'ores et déjà où vous effectuerez votre stage en entreprise, l'attestation du responsable de la future structure d'alternance (**cet élément est très valorisé lors de l'entretien**).

# 05

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 PRÉPARATION AUX TESTS D'ENTRÉE DU BPJEPS AF



**DOCUMENT À COMPLÉTER ET À RETOURNER PAR MAIL**

Afin de préparer au mieux les candidats qui souhaitent se former au BPJEPS Activités de la Forme (options cours collectifs et/ou haltérophilie - musculation), nous organisons 7 séances de préparation aux tests d'entrée dont la date est fixée au **jeudi 5 mai 2022**.

Nous vous proposons 9 séances de préparation encadrées, chaque samedi à compter du samedi 5 mars de 9h à 12h.

Ces séances de préparation se dérouleront sur le site de S-TEAM CONCEPT à Castelsarrasin :

**S-TEAM CONCEPT - Zone Industrielle Barrès 1 - 82100 CASTELSARRASIN**

Voici le programme prévisionnel de chaque samedi de préparation :

- ☞ 9h – 10h00 : Séquence de préparation au Test de Luc Léger
- ☞ 10h15 - 10h45 : Séance de préparation en cours collectif (step et renforcement musculaire)
- ☞ 11h - 12h : Séance de préparation en musculation (tractions, squat et développé couché)

Pour couvrir les frais d'organisation de ces 7 séances, une participation financière de **50€** est demandée (le paiement s'effectue par chèque à l'ordre de S-TEAM FORMATIONS ou en espèces, à donner sur place le jour de votre 1<sup>ère</sup> séance).

**Le tarif reste identique quel que soit le nombre de séances que vous suivrez.**

Si vous êtes intéressé(e), merci de vous inscrire en complétant le coupon-réponse ci-dessous et en l'envoyant par mail à l'adresse suivante :

[isabelle@s-teamformations.fr](mailto:isabelle@s-teamformations.fr)

Nom : ..... Prénom : .....

Date et lieu de naissance : ..... / ..... / ..... À : .....

Adresse postale : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Numéro de téléphone : ..... Adresse mail : .....

Je m'inscris aux séances de préparation physique à Castelsarrasin :

- Samedi 5 mars de 9h à 12h
- Samedi 12 mars de 9h à 12h
- Samedi 19 mars de 9h à 12h
- Samedi 26 mars de 9h à 12h
- Samedi 2 avril de 9h à 12h

- Samedi 9 avril de 9h à 12h
- Samedi 16 avril de 9h à 12h
- Samedi 23 avril de 9h à 12h
- Samedi 30 avril de 9h à 12h

Je suis intéressé(e) par :

- BPJEPS AF option musculation -haltérophilie
- BPJEPS AF option cours collectifs

- BPJEPS AF dans les 2 options du diplôme (musculation -haltérophilie ET cours collectifs)

# 06

Document mis à jour le  
10/02/2022

**DOSSIER D'INSCRIPTION  
CASTELSARRASIN 2022-2023  
CERTIFICAT MÉDICAL**



**DOCUMENT À RETOURNER AVANT LE 25 AVRIL 2022**

## **BPJEPS ACTIVITÉS DE LA FORME**

### **CERTIFICAT MÉDICAL**

**DE NON-CONTRE-INDICATION A LA PRATIQUE ET A L'ENSEIGNEMENT  
DES ACTIVITÉS DE LA FORME ET DE LA FORCE**

Je soussigné(e), Docteur \_\_\_\_\_

Demeurant \_\_\_\_\_

#### **CERTIFIE AVOIR EXAMINÉ**

M \_\_\_\_\_ né(e) le [\_\_][\_\_][\_\_\_\_\_]

Demeurant \_\_\_\_\_

et n'avoir pas constaté, à la date de ce jour, de contre-indication médicale à la PRATIQUE et à L'ENSEIGNEMENT des activités de la FORME (cours collectifs, fitness) et de la FORCE (haltérophilie, musculation).

Observations éventuelles : \_\_\_\_\_

Fait à \_\_\_\_\_, le \_\_\_\_\_

Signature et cachet du médecin

# 07

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 LES TESTS DE SÉLECTION



### DOCUMENT À CONSERVER

Afin de proposer une formation de qualité, nous avons volontairement fait le choix de limiter le nombre de nos stagiaires : **nous retiendrons donc un effectif de 20 stagiaires maximum pour chaque option** (cours collectifs et haltérophilie-musculation). Il est possible de s'inscrire pour les 2 options (vivement conseillé), ou pour seulement l'une des deux.

En mettant en place nos tests de sélection, notre objectif recherché est triple :

- ne retenir que les candidats qui sont réellement motivés par les activités de la forme et de la force et qui possèdent les capacités nécessaires à l'exercice de ce métier,
- apprécier les connaissances générales, à la fois théoriques et pratiques, des candidats sur le secteur d'activités,
- valoriser les candidats qui présentent un projet personnel et professionnel mûrement réfléchi, notamment au travers de l'entretien.

C'est pourquoi notre organisme de formation propose 5 épreuves de sélection :

#### @Le test de course navette de Luc Léger :

L'épreuve consiste à réaliser des allers et retours à des vitesses progressivement accélérées. Les TEP imposent d'atteindre **la fin du palier 7 pour les femmes et la fin du palier 9 pour les hommes**. Le barème (en page 8 de ce dossier d'inscription) permet d'attribuer une note sur 20 (coefficient 1) en fonction du palier où le candidat aura été contraint de s'arrêter.

#### @Les performances en musculation :

Les TEP imposent de réussir un nombre minimum de répétitions sur 3 mouvements de base en musculation ; le tableau ci-après détaille ces prérequis par sexe :

Mouvements	Femmes	Nombre minimum de répétitions	Hommes	Nombre minimum de répétitions
Squat	75% du poids de corps	5	110% du poids de corps	6
Développé Couché	40% du poids de corps	4	80% du poids de corps	6
Tractions	Prise de mains au choix	1	Prise de mains au choix	6

En fonction du nombre de répétitions par mouvement et par sexe, le barème (en page 9 de ce dossier d'inscription) permet d'attribuer une note sur 20 correspondant à la moyenne des 3 mouvements de musculation (coefficient 2).

#### @Le suivi de cours collectif :

Les candidats sont regroupés dans la salle de fitness et doivent, sur les indications d'un professeur diplômé, suivre un cours en reproduisant des éléments techniques simples et en ajustant leur prestation en fonction des indications verbales et gestuelles qui leur sont données. Cette démonstration technique, d'une durée de 60 minutes, comprend :

- 10 minutes d'échauffement collectif,
- 20 minutes de step (chorégraphie exécutée à un rythme de 128 à 132 BPM),
- 20 minutes de renforcement musculaire (squats, pompes, fentes, gainage),
- 10 minutes de retour au calme sur des positions d'étirement déterminées (flexion du buste, chien tête en bas, planche debout sur un pied).

# 08

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 LES TESTS DE SÉLECTION



### DOCUMENT À CONSERVER

Les candidats sont observés durant toute la durée du cours par plusieurs jurys, qui vérifient s'ils sont capables de mémoriser et de reproduire des enchaînements simples ; plus particulièrement, ils contrôlent le respect du rythme (relation musique - mouvement), le respect de l'exécution du mouvement (bons gestes) et le respect de la posture (bon placement corporel). En fonction de l'ensemble de ces critères, ils attribuent une note sur 20, à laquelle on affecte un coefficient 2.

#### @L'épreuve écrite :

Cette épreuve est indispensable pour appréhender le niveau d'écrit des candidats : maîtrise de la syntaxe et capacité à développer un raisonnement. Nous voulons à la fois vérifier le niveau de connaissances des candidats sur des questions précises en référence à notre secteur d'activités (le candidat sait ou ne sait pas ⇒ 15 questions fermées, chacune sur 1 point), et nous voulons déterminer leur niveau d'expression écrite sur des sujets en relation avec leur futur métier (le candidat a un avis sur le sujet ⇒ 1 question ouverte, sur 5 points). Afin de ne pas être trop discriminante, nous avons choisi d'affecter le coefficient 1 à cette épreuve.

#### @L'entretien :

L'entretien, d'une durée maximum de 20 mn, se décompose en 2 temps :

- une présentation personnelle du candidat, d'une durée de 5 mn maximum,
- et un questionnaire par les 2 personnes du jury, d'une durée de 15 mn maximum.

Cet entretien s'appuiera sur un document de présentation demandé de 5 pages maximum, rédigé au préalable par le candidat et présentant :

- son parcours sur les plans personnel, professionnel et sportif,
- son projet professionnel à court, moyen et long terme,
- l'état de sa réflexion sur son parcours de formation, en précisant notamment les pistes de financement et la structure d'accueil potentielle.

A partir de ce dossier, le jury propose au candidat d'aborder différentes thématiques permettant d'élaborer un profil du futur stagiaire, d'apprécier ses aptitudes ainsi que son projet professionnel. L'entretien est noté sur 20, mais étant donné que c'est selon nous **l'épreuve la plus importante**, elle est affectée d'un coefficient 2.

En résumé, il y a donc 5 épreuves de sélection, chacune affectée d'un coefficient :

Coefficient	Epreuve	Nature	Durée
1	Test Luc Léger	Course navette	15 mn environ
1	Ecrit	Questions fermées et ouvertes	1 heure
2	Musculation	Squat, développé-couché et tractions	quelques mn
2	Cours collectif	Suivi de cours	1 heure
2	Oral	Entretien	15 à 20 mn

A l'issue des tests de sélection du 5 mai 2022 à Castelsarrasin, nous donnerons le soir même les résultats aux candidats. Une liste principale des candidats admis à entrer en formation (20 personnes maximum pour chaque option) sera publiée. Une liste complémentaire de candidats classés de 1 à 3 seront eux placés sur une liste d'attente.



# 09

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 BARÈME TEST DE LUC LÉGER



### DOCUMENT À CONSERVER

Nombre de paliers	Note /20 Hommes	Note /20 Femmes
<b>FIN DU PALIER 7</b>		<b>10</b>
FIN DU 7 + 5 BIPS		11
<b>FIN DU PALIER 8</b>		12
FIN DU 8 + 5 BIPS		13
<b>FIN DU PALIER 9</b>	<b>10</b>	14
FIN DU 9 + 6 BIPS	11	15
<b>FIN DU PALIER 10</b>	12	16
FIN DU 10 + 6 BIPS	13	17
<b>FIN DU PALIER 11</b>	14	18
FIN DU 11 + 6 BIPS	15	19
<b>FIN DU PALIER 12</b>	16	20
FIN DU 12 + 6 BIPS	17	
<b>FIN DU PALIER 13</b>	18	
FIN DU 13 + 7 BIPS	19	
<b>FIN DU PALIER 14</b>	20	

# 10

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 BARÈMES DE MUSCULATION



### DOCUMENT À CONSERVER

TRACTIONS		
nb rep.	femmes	hommes
1	10	
2	12	
3	14	
4	16	
5	18	
6	20	10
7		11
8		12
9		13
10		14
11		15
12		16
13		17
14		18
15		19
16		20

DÉVELOPPÉ - COUCHÉ		
nb rep.	femmes	hommes
4	10	
5	11	
6	12	10
7	13	11
8	14	12
9	15	13
10	16	14
11	17	15
12	18	16
13	19	17
14	20	18
15		19
16		20

SQUAT		
nb rep.	femmes	hommes
5	10	
6	11	10
7	12	11
8	13	12
9	14	13
10	15	14
11	16	15
12	17	16
13	18	17
14	19	18
15	20	19
16		20

# 11

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 TARIFS DE LA FORMATION



### DOCUMENT À CONSERVER

#### LES DIFFÉRENTS TARIFS

Le tableau ci-dessous représente les 3 cas de figure possibles :

Option Cours Collectifs (CC) seule	<b>6 500 €</b>
Option Haltérophilie - Musculation (HM) seule	<b>6 500 €</b>
Les 2 options (CC + HM)	<b>8 500 €</b>

Nous conseillons vivement à tous les candidats de présenter les 2 options. En effet, l'obtention des 2 diplômes permet d'acquérir une plus grande polyvalence, ce qui est très recherché sur le marché de l'emploi dans notre secteur d'activités. Pour autant, si vous souhaitez vous spécialiser uniquement sur la FORME (instructeur de fitness) ou sur la FORCE (coach sportif), il est évidemment possible de s'inscrire pour une seule option. Ce choix est très important et ne peut pas se faire à la légère : réfléchissez bien avant de cocher la ou les cases en 2<sup>ème</sup> page de ce dossier !

#### LE FINANCEMENT DE LA FORMATION

Le coût de la formation est très important. Il convient donc de rechercher toutes les solutions possibles de financement (totales ou partielles, afin d'abaisser au maximum le coût restant à la charge du candidat). Tout dépend également de votre situation personnelle : les candidats salariés ayant déjà travaillé peuvent mobiliser leur Compte Personnel de Formation (CPF), les demandeurs d'emploi peuvent - sous certaines conditions - être aidés par Pôle Emploi, les candidats en situation de reconversion professionnelle peuvent aussi obtenir des financements auprès de Transitions Pro.

Pour les candidats plus jeunes âgés de 16 à 25 ans qui sortent tout juste du système scolaire ou universitaire et qui n'ont jamais travaillé, il est possible de signer un contrat d'apprentissage, qui est une solution particulièrement intéressante : coût de la formation pris en charge par l'AFDAS, rémunération mensuelle pour l'apprenti, faible coût pour l'employeur.

Dans tous les cas, il convient de s'y prendre très en amont car les démarches effectuées auprès des divers organismes d'aide ou de financement imposent très souvent de constituer des dossiers et les demandes sont examinées en commission, ce qui prend du temps.

#### VOS INTERLOCUTEURS SUR CASTELSARRASIN

☎ Inscriptions, tests blancs, Tests de sélection :	Isabelle GILLI 06 31 86 47 16	(assistante de formation) isabelle@s-teamformations.fr
☎ Financements, devis, Contrat d'apprentissage :	Hervé FILLON 06 71 99 62 03	(coordonnateur pédagogique) herve@s-teamformations.fr

# 12

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 PROGRAMME DE LA FORMATION



### DOCUMENT À CONSERVER

<b>INTITULÉ DE LA FORMATION</b>	Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport (BPJEPS) Activités de la Forme (AF) options cours collectifs et Haltérophilie - Musculation. Le BPJEPS AF est un diplôme d'État de niveau 4.
<b>PRÉREQUIS</b>	<p>Pour entrer en formation, il est nécessaire de valider les TEP, c'est-à-dire les Tests d'Exigences Préalables, qui se déroulent le matin des tests d'entrée ; les TEP se décomposent en plusieurs épreuves physiques :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- une épreuve de course navette : le test de Luc Léger. La performance exigée pour ce test est d'atteindre la fin du palier n°7 pour les femmes et la fin du palier n°9 pour les hommes.</li><li>- 3 épreuves en musculation :<ul style="list-style-type: none"><li>⇒ tractions : au minimum 1 répétition pour les femmes et 6 répétitions pour les hommes.</li><li>⇒ squat : au minimum 5 répétitions à 75% du poids de corps pour les femmes et 6 répétitions à 110% du poids de corps pour les hommes.</li><li>⇒ développé-couché : au minimum 4 répétitions à 40% du poids de corps pour les femmes et 6 répétitions à 80% du poids de corps pour les hommes.</li></ul></li><li>- Le suivi de cours collectif (1h) comprend 10 mn d'échauffement collectif, 20 mn de step, 20 mn de renforcement musculaire et 10 mn de retour au calme sur plusieurs étirements.</li></ul> <p>Le candidat doit aussi être titulaire de l'Attestation de Formation aux Premiers Secours (AFPS) ou de Prévention et Secours Civiques de niveau 1 (PSC1). Il doit produire un certificat médical de non-contre-indication à la pratique et à l'encadrement des activités de la forme et de la force datant de moins d'un an.</p>
<b>OBJECTIFS GÉNÉRAUX DE LA FORMATION</b>	<p>La formation prépare au métier d'éducateur sportif dans le champ des activités de la FORME (option cours collectifs) et de la FORCE (option haltérophilie - musculation). Le diplôme BPJEPS spécialité « éducateur sportif » s'obtient par la capitalisation des 4 Unités Capitalisables (UC) qui le constituent :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 2 Unités Capitalisables dites transversales, quelle que soit la spécialité et la mention<ul style="list-style-type: none"><li>☞ UC1 : encadrer tout public dans tout lieu et toute structure.</li><li>☞ UC2 : mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure.</li></ul></li><li>- 1 Unité Capitalisable (UC3) propre à la mention ACTIVITÉS DE LA FORME<ul style="list-style-type: none"><li>☞ UC3 : conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme.</li></ul></li><li>- 2 Unités Capitalisables (UC) propres à chacune des 2 options<ul style="list-style-type: none"><li>☞ UC4A : 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.</li><li>☞ UC4B : mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1<sup>er</sup> niveau de compétition fédérale dans l'option HALTÉROPHILIE - MUSCULATION.</li></ul></li></ul>
<b>APTITUDES ET COMPETENCES</b>	<p>Le futur éducateur sportif (ou éducatrice) devra présenter les aptitudes suivantes : autonomie, pédagogie, adaptabilité et professionnalisme dans l'encadrement du public dont il a la charge. Il (elle) doit être responsable du plan pédagogique et doit assurer la sécurité des tiers et des publics dont il a la charge. Il a la responsabilité du projet d'activité qui s'inscrit dans le projet de sa structure. Il exerce ses fonctions au sein de structures privées du secteur marchand ou associatif, au sein de la fonction publique ou au titre de travailleur indépendant.</p>
<b>DURÉE</b>	<p>La formation se déroule sur 9 mois et demi, précisément du 13 septembre 2022 au 30 juin 2023. Elle représente un volume horaire de 1400 heures, réparties comme suit :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>☞ 600 heures de formation théorique et pratique au centre à Castelsarrasin (82),</li><li>☞ 800 heures de mise en situation professionnelle dans une structure d'alternance.</li></ul>

# 13

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 PROGRAMME DE LA FORMATION



### DOCUMENT À CONSERVER

<b>METHODES MOBILISEES</b>	<p>Le contenu pédagogique s'organise de la façon suivante :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- la journée du mardi est consacrée aux enseignements en cours collectifs (relation musique - mouvement, progression vers l'autonomie pédagogique en step, renfo et stretch).</li><li>- la journée du jeudi est réservée aux séquences de formation générale afin d'être capable d'encadrer tout type de public dans tout type de structure, mais aussi de participer au fonctionnement de sa structure d'alternance en mettant en œuvre un projet d'animation sportive de A à Z (conception, conduite et évaluation du projet).</li><li>- enfin, la journée du vendredi est dédiée aux activités de force (musculature, haltérophilie, crossfit, personal training) et permet progressivement aux stagiaires d'aller vers une prise en charge des personnes sur le plateau de musculature et sur des séances individuelles ou en petits groupes.</li></ul> <p>Parallèlement aux séquences de formation au centre à Castelsarrasin, les stagiaires doivent réaliser au moins 20 heures hebdomadaires de mise en situation professionnelle dans une structure d'alternance sous la responsabilité d'un tuteur qualifié. Ce temps d'apprentissage sur le terrain s'organise en dehors des temps de formation, principalement en soirée à partir de 17h30 ou lors des jours libérés (le lundi, le mercredi, et éventuellement le samedi).</p> <p>Le centre de formation met à disposition de ses stagiaires :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>☞ une salle pour les enseignements théoriques : une salle de formation équipée d'un vidéo-projecteur, d'un écran et d'un tableau,</li><li>☞ des salles pour les enseignements pratiques : salle de cours collectif équipée, plateaux cardio-training, musculature et haltérophilie,</li><li>☞ un site internet dédié avec accès réservé aux stagiaires pour les supports de formation.</li></ul>
<b>DELAI D'ACCES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>☞ lundi 25 avril 2022 : date limite d'inscription à la formation.</li><li>☞ jeudi 5 mai 2022 : <b>TESTS DE SÉLECTION.</b></li><li>☞ jeudi 5 mai 2022 : positionnement.</li><li>☞ A partir du mardi 13 septembre 2022 : début de la formation au centre à Castelsarrasin.</li></ul>
<b>PUBLICS IDENTIFIÉS</b>	<p>Sous réserve d'avoir le niveau sportif requis (validation des TEP, les Tests d'Exigences Préalables), la formation du BPJEPS Activités de la Forme s'adresse à tout type de publics :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- jeunes ou adultes en formation initiale,</li><li>- personnes plus âgées en situation de reconversion professionnelle.</li></ul>
<b>TESTS DE SÉLECTION</b>	<p>Si les TEP sont validés le matin, les candidats sont autorisés à poursuivre les tests d'entrée l'après-midi et ils enchaînent avec 2 épreuves de sélection :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- une épreuve écrite (1h) portant sur la connaissance du secteur des activités de la forme.</li><li>- une épreuve orale de type entretien (15 à 20 mn).</li></ul>
<b>MOYENS D'ENCADREMENT</b>	<p>Le suivi des stagiaires est assuré :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- au sein de l'organisme de formation : par le coordonnateur pédagogique et la responsable administrative présents pendant les temps de formation.</li><li>- au sein de la structure d'alternance : par le tuteur du stagiaire et par des visites régulières des formateurs sur le lieu de stage (2 par an, programmées fin octobre et en février).</li></ul>

# 14

Document mis à jour le  
10/02/2022

## DOSSIER D'INSCRIPTION CASTELSARRASIN 2022-2023 PROGRAMME DE LA FORMATION



### DOCUMENT À CONSERVER

<b>QUALIFICATION DES FORMATEURS</b>	<p>L'équipe pédagogique, composée d'une quinzaine de formateurs, est organisée de la façon suivante :</p> <p>① un responsable des enseignements généraux (anatomie, physiologie, nutrition, réglementation, projet d'animation) : <b>Hervé FILLON</b>, professeur d'EPS et titulaire d'un DEUST Métiers de la Forme, coordonne les interventions pédagogiques en relation avec les autres intervenants de ce domaine (professeurs d'anatomie, professeur de sport, diététicien, chefs d'entreprise du secteur).</p> <p>② un responsable des enseignements FORME (tous les cours collectifs en musique : step, renforcement musculaire, bike, pilates, stretching) : <b>Alain COURTE</b>, vice-champion du monde d'aérobic artistique et formateur depuis plus de 30 ans auprès de différentes écoles, coordonne les interventions pédagogiques en relation avec les autres intervenants de ce domaine (tous éducateurs sportifs en activité, diplômés et spécialisés en fitness).</p> <p>③ un responsable des enseignements FORCE (haltérophilie, musculation, crossfit, préparation physique) : <b>Alexis MARTIN</b>, coordonne les interventions pédagogiques en relation avec les autres intervenants de ce domaine (tous éducateurs sportifs en activité, diplômés et spécialistes en musculation traditionnelle, haltérophilie ou crossfit).</p>
<b>MOYENS DE SUIVI DE LA FORMATION</b>	<p>Un double suivi est assuré pendant les 9 mois et demi de la formation :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- un suivi administratif : feuilles d'émargement hebdomadaires pour les séquences de formation au centre, fiches mensuelles de relevé d'heures effectuées en structure de stage.</li><li>- un suivi pédagogique régulier : 2 visites des stagiaires sont organisées par les différents formateurs sur leur structure d'alternance en début et en milieu de formation (fin octobre et février). Par ailleurs, le coordonnateur pédagogique et les différents formateurs sont en contact physique et/ou téléphonique régulier avec les tuteurs de nos salles partenaires.</li></ul>
<b>ACCESSIBILITE</b>	<p>Si vous souffrez d'un handicap et avez besoin d'accompagnement ou d'aménagement spécifiques, nous vous demandons de prendre contact avec le référent handicap de S-Team Formations.</p> <p>Le référent handicap au sein de S-Team Formations est l'interlocuteur privilégié des apprentis et des stagiaires.</p> <p>Il coordonne les acteurs et intervenants de l'apprenti ou du stagiaire dans son parcours de formation et vers l'emploi.</p> <p>Le référent handicap est au service des différents acteurs de S-Team Formations : il travaille en étroite collaboration entre l'apprenti ou le stagiaire, sa famille, le maître d'apprentissage ou le tuteur en entreprise.</p> <p>Le référent handicap est joignable par mail à l'adresse : <a href="mailto:contact@s-teamformations.fr">contact@s-teamformations.fr</a> ou par téléphone au 0631864716.</p>
<b>MODALITES D'EVALUATION</b>	<p>Le diplôme BPJEPS spécialité « éducateur sportif » mention Activités de la Forme s'obtient par la capitalisation des 4 unités qui le constituent. Les évaluations certificatives sont organisées de la façon suivante :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- UC1 et UC2 (au centre) : certification en avril 2023 et rattrapage en juin 2023.</li><li>- UC3 (sur le lieu de stage) : certification en février 2023 et rattrapage en avril 2023.</li><li>- UC4A et UC4B (au centre) : certification épreuve pratique en mars 2023 et rattrapage en mai 2023 ; certification épreuve pédagogique en mai 2022 et rattrapage fin juin 2022.</li></ul> <p>Lorsque l'ensemble des UC est validé, le stagiaire obtient son diplôme d'Etat du BPJEPS Activités de la Forme et devient officiellement éducateur sportif en cours collectifs et/ou haltérophilie - musculation ; il peut donc obtenir sa carte professionnelle et commencer à travailler...</p> <p>Le Référentiel professionnel est consultable à l'adresse suivante : <a href="http://s-teamformations.fr/wp-content/uploads/2021/05/annexes_consolidees-activites_de_la_forme-20170530.pdf">http://s-teamformations.fr/wp-content/uploads/2021/05/annexes_consolidees-activites_de_la_forme-20170530.pdf</a></p> <p>A l'issue de la formation, un bilan individuel est réalisé chaque année au mois de juin pour à la fois évaluer le degré de satisfaction des stagiaires et faire évoluer les contenus de formation en fonction des attentes et des besoins exprimés. Enfin, un suivi de cohorte est réalisé un an après l'obtention du diplôme par mail et par téléphone auprès des anciens stagiaires pour vérifier le taux d'insertion professionnelle et l'adéquation entre la formation suivie et les attentes du milieu professionnel.</p>