



BPJEPS Activités Gymniques de la Forme et de la Force - session SHN janvier 2011

- ⇒ Mention C : Forme en cours collectifs
- ⇒ Mention D : Haltères, musculation et forme sur plateau
- ⇒ Mentions C et D

METIERS ENVISAGES

Animateur Sportif en Fitness / Animateur Sportif en Musculation / Coach Sportif / Préparateur Physique

PROFIL DES CANDIDATS ET PRE REQUIS

Candidats expérimentés dans le domaine de l'animation sportive et de la remise en forme ou débutants ayant effectué la préformation au BP. **Afin d'entrer en formation, il est nécessaire de réussir les tests d'entrée et de disposer du PSC1** ou AFPS (Premiers secours). **Avant de s'inscrire aux tests d'entrée, il est préférable d'assister à un RDV d'information.**

TESTS D'ENTREE du 6 au 10 décembre 2010

PLANNING HEBDOMADAIRE TYPE du 17 janvier au 16 décembre 2011

	8h30 - 10h	10h - 12h	13h - 15h	15h- 16h	16h - 18h	
Lundi	Pratique STEP/LIA et animation	Méthodes d'animation et d'entraînement	Animation musculation	Préparation Physique en stade	Travail collectif et accompagnement	préparations aux épreuves
Mardi	Animation fitness STEP/LIA	Animation fitness RM/Stretch	Suivi entreprise / préparation de séance	Pratique musculation et répertoire gestuel	Participation au fonctionnement de la structure	Contexte de la structure et réglementation

Le planning type est adapté en fonction des périodes de l'année est allégé pour les stagiaires choisissant 1 mention.

Du lundi au jeudi, les stagiaires sont en alternance dans une **structure d'accueil (club, association, CE, Hôtel...)**.

EPREUVES DE CERTIFICATION

Epreuves de certification	Forme	UC	Dates
Epreuve 1 : Préparation, animation de séance et suivi du pratiquant			
A) Physique (perf, progrès et entraînement)	Physique	UC 5 et 9	Fev/mai/sept
B) Conception d'un carnet d'entraînement	Document + oral	UC 10 a	juillet
C) Animation de séance en club	animation	UC 5, 6, 7, 8 et 9	octobre
Epreuve 2 : Dossiers d'analyse et soutenance du projet professionnel			
A) Analyse contextuelle du club	Document écrit	UC 1 et 2	Avril
B) Analyse des pratiques et récit d'activité	Document écrit	UC 3 et 4	Septembre
C) Soutenance orale du Projet Professionnel	Oral et Diapo	UC 1, 2, 3, 4 et 10b	Novembre

LIEU DE FORMATION : INSEP – 11, avenue du Tremblay – 75012 PARIS