



PRESENTATION DE LA FORMATION BPJEPS ACTIVITES DE LA FORME 2017/2018

OPTIONS

A « COURS COLLECTIFS » ET B « HALTÉROPHILIE/MUSCULATION »

NOUVEAU BP JEPS AGFF MENTION C ET D



Présentation du Brevet Professionnel, de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport, Spécialité « Éducateur Sportif », mention « Activités de la forme », option A « Cours collectifs » et option B « Haltérophilie/Musculation » (nouveau nom du BP JEPS AGFF mention C et D).

Le Brevet Professionnel est un diplôme d'État de niveau IV (bac).

Il offre une formation professionnelle basée sur l'encadrement, l'animation de cours collectifs et d'activités individuelles, en fitness, musculation, méthodologie de l'entraînement et coaching.

La formation dure onze mois, en alternance obligatoirement, dans une structure d'accueil vous permettant de donner des cours collectifs et de gérer un plateau de musculation.

Les cours dispensés sont notamment les suivants : connaissances du corps humain, pédagogie de l'entraînement individuel ou en cours collectif, communication et réglementation du secteur d'activités.

L'Institut des Métiers de la Forme est le premier et seul prestataire de formation en France à avoir obtenu l'Accréditation Européenne auprès d'Europe Active. A ce jour, seules 25 écoles en Europe sont accréditées par cet organisme. L'enseignement est conforme aux attentes du Cadre Européen des Certifications, permettant ainsi aux diplômés de l'IMF d'acquérir l'équivalence européenne.



Le taux de réussite à l'examen 2014 est de **92% et 89%** en 2015, plaçant l'IMF sur le podium français des centres de formation.



Les débouchés :

A l'issue de la formation, 100% des diplômés reçoivent au moins une offre d'emploi à l'annonce des résultats.

Le **BP Activités de la forme** vous permet d'être éducateur sportif, coach en club, centre de remise en forme, association ou dans les collectivités territoriales. Il vous permet également de travailler en indépendant.

L'IMF vous propose :

- Un diplôme d'État, une formation de qualité
- Un secteur en pleine expansion qui recrute
- Une rémunération attractive dès la sortie de l'Institut

N'hésitez plus !

➤ Échéancier :

TEP (Tests d'exigences préalables) dans un centre habilité



Dossier d'inscription IMF



Tests internes IMF



½ journée de réunion « positionnement »



Cours théoriques pendant 11 mois

UCs TRANSVERSALES BP

U.C.1

ENCADRER TOUT PUBLIC DANS TOUT LIEU ET TOUTE STRUCTURE

U.C.2

METTRE UN ŒUVRE UN PROJET D'ANIMATION S'INSCRIVANT DANS LE PROJET DE LA STRUCTURE

UCs spécialité EDUCATEUR SPORTIF

U.C.3

CONCEVOIR UNE SEANCE, UN CYCLE D'ANIMATION OU D'APPRENTISSAGE DANS LE CHAMP DES ACTIVITES DE LA FORME

U.C.4 option A Cours collectifs

MOBILISER LES TECHNIQUES DE LA MENTION DES ACTIVITES DE LA FORME POUR METTRE EN ŒUVRE UNE SEANCE OU UN CYCLE D'APPRENTISSAGE DANS L'OPTION « COURS COLLECTIFS »

U.C.4 option B Haltérophilie/musculation

MOBILISER LES TECHNIQUES DE LA MENTION DES ACTIVITES DE LA FORME POUR METTRE EN ŒUVRE UNE SEANCE OU UN CYCLE D'APPRENTISSAGE JUSQU'AU 1^{ER} NIVEAU DE COMPETITION FEDERALE DANS L'OPTION « HALTEROPHILIE/MUSCULATION »



➤ **Organisation de votre année:**

Chaque semaine :

20h de cours théorique délivrées par les formateurs de l'IMF

4h par jour du lundi au vendredi soit le matin, soit l'après-midi, en fonction de votre classe.

15h de présence en structure d'accueil

C'est votre responsable qui décide de votre planning pour répartir ces 15h du lundi au dimanche.

= 35h/semaine

Il y a 8 semaines pendant l'année où vous n'aurez pas de cours théoriques et vous serez à temps plein dans votre structure d'accueil (35h/semaine) (hors stagiaires en CIF qui auront un planning particulier) :

- du 7 au 20 août 2017
- du 23 au 29 octobre 2017
- du 25 décembre 2017 au 7 janvier 2018
- du 19 au 23 février 2018
- du 16 au 29 avril 2018





PROCEDURE D'INSCRIPTION

ETAPE 1	Si vous n'avez pas déjà votre PSC1 (Prévention et Secours civique de niveau 1) ou équivalent, vous devez le passer. <i>(Équivalences acceptées pour AFPS, PSE1, PSE2, AFGSU en cours de validité ou SST en cours de validité)</i>	http://www.croix-rouge.fr/Je-me-forme/Particuliers/Catalogue-national-de-formation-au-PSC1
ETAPE 2	Pour les français de moins de 25a (à fin mai 2017), vous devez avoir déjà obtenu votre attestation de participation à la journée de la défense et de la citoyenneté (JDC ou JAPD) .	https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F871
ETAPE 3	Pratiquez dans un club de sport régulièrement musculation et haltérophilie et cours collectifs : step, renfo, stretching.	VOUS DEVEZ ETRE UN BON ADHERENT
ETAPE 4	Effectuez une « Préparation TEP » ou une « Préformation » si vous estimez en avoir besoin.	Préformation IMF : https://www.cmgsportsclub.com/imf/preparation-la-formation-au-bp-agff Préparation aux TEP IMF : https://www.cmgsportsclub.com/imf/preparation-aux-selections-bp-agff
ETAPE 5	Vérifier que vous avez une carte d'identité et/ou un passeport qui sera EN COURS DE VALIDITE à juin 2017 et que vos casier judiciaire ne présente pas de condamnations vous empêchant d'exercer en tant qu'animateur sportif.	



<p>ETAPE 6</p>	<p>Obtenir vos TEP nouvelle version BP JEPS 4UC en option A (cours collectifs) et B (haltérophilie/musculation)</p> <p>avant le 30 juin 2017</p> <p>Une fois validés ils sont valables indéfiniment.</p>	<p>En Ile de France :</p> <p>http://tep.creps-idf.fr/</p> <p>Hors Ile de France :</p> <p>http://foromes.calendrier.sports.gouv.fr/#/tep</p>
<p>ETAPE 7</p>	<p>Envoyez votre dossier d'inscription aux tests d'entrée IMF avant le 06 juin 2017</p>	<p>https://www.cmgsportsclub.com/imf/bp-agff-sur-mesure</p>
<p>ETAPE 8</p>	<p>Renseignez-vous pour une éventuelle prise en charge de la formation si vous respectez les conditions.</p> <p>Nous proposons également un paiement en <u>10x sans frais</u></p>	<p>Contrat pro :</p> <p>http://travail-emploi.gouv.fr/formation-professionnelle/formation-en-alternance/article/le-contrat-de-professionnalisation</p> <p>Pole Emploi :</p> <p>http://www.pole-emploi.fr/candidat/l-aide-individuelle-a-la-formation-aif-@/article.jspz?id=60856</p> <p>CIF :</p> <p>https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14018</p> <p>Mission locale (si -26a) :</p> <p>http://www.unml.info</p> <p>Heures CPF (ex DIF) :</p> <p>http://www.moncompteformation.gouv.fr</p>



DESCRIPTIF TESTS IMF 2017

Afin de savoir qui peut intégrer notre formation qui est à la fois sportive, scolaire, organisationnelle, musicale, scientifique... nous avons besoin de nous faire une idée sur vos aptitudes.

Les TEP représentent le 1er niveau minimal physique à avoir pour vous assurer une formation agréable et sécuritaire physiquement, où vous n'aurez pas de retard à rattraper.

La réussite aux TEP prouve normalement que vous êtes un pratiquant assidu en musculation et cours collectifs.

Chaque école choisit ensuite d'évaluer ses éventuels futurs élèves selon les qualités attendues, ses spécialités et son niveau.

A l'IMF nous souhaitons travailler avec des élèves professionnels, responsables, physiquement aptes, volontaires, curieux, et adaptables, pour vous assurer une bonne année de formation et un futur professionnel riche.

Si vous ratez une épreuve, cela n'est pas éliminatoire. Vous avez une note à chaque épreuve et nous faisons une moyenne générale. Nous prenons au final les profils avec une bonne moyenne générale et qui ont un très bon avis à l'entretien, qui constitue l'épreuve la plus importante.

Nous avons 75 places cette année, réparties en 3 classes de 25 élèves, pour un nombre moyen de candidats de 120 par an, ce qui vous laisse de grandes chances de réussite.

Bon entraînement !



TESTS GENERAUX : 3 épreuves

➤ Test d'animation, de communication et de sécurité :

Le candidat tirera au sort un exercice simple qu'il devra faire exécuter à un groupe de 4 personnes et ce, sans aucun geste de démonstration ou d'accompagnement

Des questions brèves suivront la prestation :

- *objectif de l'exercice*

- *risques potentiels et consignes impératives*

➤ QCM Connaissances du milieu de la forme, des principales techniques pratiquées, de la culture générale et une dissertation d'une dizaine de ligne toujours sur le thème du sport :

Ce test a pour but d'apprécier le niveau général du candidat dans les différentes matières impliquées dans la formation et d'apprécier son aptitude à suivre la formation.

➤ Entretien de motivation :

Les candidats seront mis en situation d'entretien d'embauche et ils devront nous convaincre de leur motivation

Pour satisfaire à ce test : le candidat devra obtenir un avis favorable

POUR L'OPTION A (COURS COLLECTIFS) : 1 épreuve

➤ Test de suivi de cours de 50 min composé de :

- *30 minutes de STEP dont 5 minutes d'échauffement*

- *10 minutes de renforcement musculaire*

- *10 minutes de stretching/posture*

Niveau requis : intermédiaire

Les enchaînements sont composés de pas de base. L'évolution conduit dans un premier temps vers des changements de direction, puis vers une coordination simple bras/jambes.

POUR L'OPTION B (HALTEROPHILIE/MUSCULATION) : 2 épreuves

➤ Test de performance MUSCULATION sur tirage au sort parmi:

- Soulevé de terre
- Squat
- Développé couché

Barèmes	Soulevé de terre	Squat	Développé couché
FEMME	1,1xPDC	1xPDC	0,7xPDC
HOMME	1,4xPDC	1,3xPDC	1XPDC

PDC=poids de corps

Notation homme et femme sur 10 points : 1 point par répétition validée

NB : Il est prévu avant chaque exercice et pour chaque candidat, un temps d'échauffement et de réglage des appareils. Le candidat ne dispose que d'une seule tentative.

Si l'intégrité physique du candidat est mise en jeu, le jury se réserve le droit d'arrêter l'épreuve à tout moment. La notation s'effectuera uniquement sur les répétitions validées par le jury. Le référentiel technique de chacun des mouvements est identique à celui des TEP.

*Le squat et soulevé de terre sont autorisés en position sumo, semi-sumo et traditionnel.
Sur le squat, soulevé de terre et développé couché, le matériel autorisé optionnel qui peut être apporté par le candidat est : une ceinture d'haltérophilie, gants, et chaussures haltérophilie.*

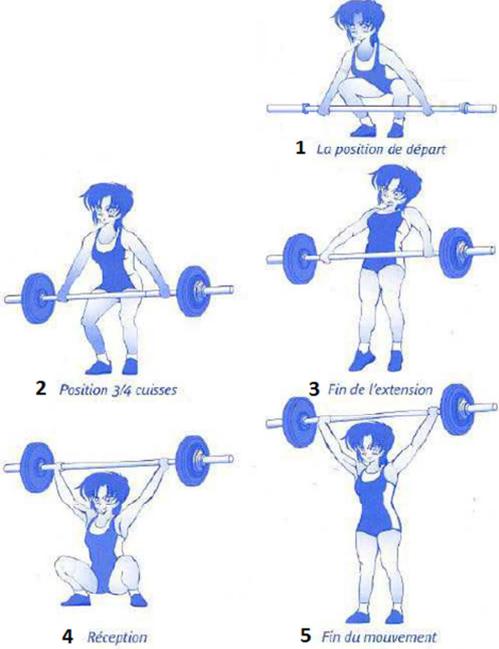
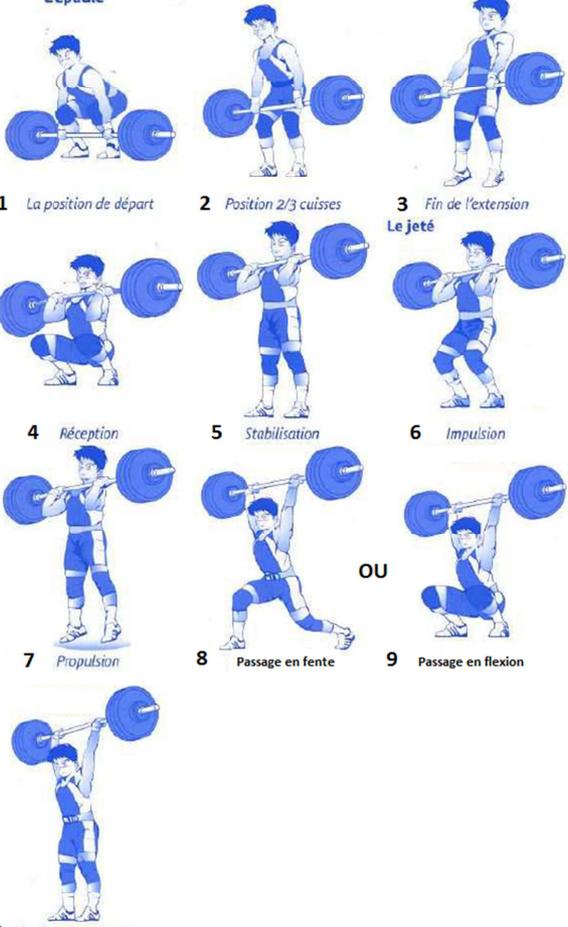
NON AUTORISE : sangle, planche, manchon sur la barre

➤ Test de performance HALTEROPHILIE sur tirage au sort parmi:

- Arraché
- Épaulé-jeté

Le candidat doit effectuer une seule répétition dans l'exercice tiré au sort, selon les barèmes ci-dessous :

Tableau « démonstrations techniques »

Exercices	Hommes	Femmes	Critères de réussites
<p>1/Arraché</p> 	<p>1 répétition barre à vide (20kg)</p>	<p>1 répétition barre à vide (15kg)</p>	<p>Le candidat saisit la barre en pronation, placée à hauteur mi-tibia, avec une prise plus large que les épaules. En conservant les courbures naturelles du dos, le candidat amène la barre au-dessus de la tête, bras tendus, en un seul mouvement. La position est stabilisée: debout, bras et jambes tendus. La barre revient au sol, lorsque le jury en a donné l'ordre.</p>
<p>2/Epaulé-Jeté</p> <p>L'épaulé</p> 	<p>1 répétition à 60% du poids de corps</p>	<p>1 répétition à 50% du poids de corps</p>	<p>Le candidat saisit la barre en pronation. En conservant les courbures naturelles du dos, il amène la barre aux épaules. Puis, le candidat amène la barre au-dessus de la tête, puis stabilise la position debout, bras et jambes tendus. La barre revient au sol, lorsque le jury en a donné l'ordre.</p>

NB :

Il est prévu avant chaque exercice et pour chaque candidat, un temps d'échauffement et de réglage des appareils. Le candidat ne dispose que d'une seule tentative.

Si l'intégrité physique du candidat est mise en jeu, le jury se réserve le droit d'arrêter l'épreuve à tout moment. La notation s'effectuera uniquement sur les répétitions validées par le jury.

Le matériel autorisé optionnel qui peut être apporté par le candidat est : une ceinture d'haltérophilie et chaussures haltérophilie.

NON AUTORISE : sangle, planche, manchon sur la barre, gants.

IMPORTANT

Dates de la formation : du 07 août 2017 au 22 juin 2018*

Dates des tests de sélection : 24 et 25 juin 2017*. Résultats le 27 juin 2017.

Ensuite si vous êtes sélectionné :

Positionnement : Réunion d'inscription obligatoire d'une ½ journée entre le 24 et le 28 juillet 2017*.

- Seuls les candidats admis aux tests de sélection IMF auront accès au positionnement

- Le positionnement est une 1/2 journée obligatoire, payante, qui permet la mise en place d'un parcours individualisé de formation.

**Sous réserve de renouvellement d'habilitation annuelle par la DRJSCS*

TARIFS :

>Frais d'inscription : 45€ TTC par chèque à l'ordre de : IMF

Puis, à payer seulement si vous êtes sélectionné après les tests IMF et si vous intégrez la formation:

>Frais de positionnement : 150€ TTC par chèque à l'ordre de : IMF

>Formation de 728h : 7993.44 € TTC selon mode de financement choisi.





LES MODES DE FINANCEMENT

Réfléchissez et anticipez votre méthode de financement pour payer les **7993,44 € TTC** de la formation : **ATTENTION : IL S'AGIT SOUVENT DE L'ETAPE LA PLUS DIFFICILE !!**

Plusieurs possibilités s'offrent à vous :

- ✓ **Financement Personnel** : le paiement est possible en plusieurs fois sans frais (en 10x maximum).
- ✓ **Contrat de professionnalisation** (attention si vous avez +de 26a le jour de la signature du contrat pro., vous devez être inscrit auprès de Pôle emploi et avoir un n° d'inscription valide).

Si vous êtes salarié(e) en CDD ou CDI :

- ✓ **CIF** (Congé individuel de formation). Plus d'informations sur le site internet du FONGECIF ou uautre organisme habilité (AFDAS, UNIFORMATION, UNAGECIF...)

Si vous êtes actuellement sans emploi ou à temps partiel et inscrit à Pôle emploi (que vous soyez indemnisé ou non) :

- ✓ **Aide totale ou partielle par le Pôle emploi** (votre conseiller, s'il valide votre projet, pourra faire les demandes d'aides nécessaires).
- ✓ Pour les moins de 26 ans, **aide totale ou partielle par la mission locale** de votre département : Votre contact vous renseignera sur les dispositifs d'aides de la Région. Plus d'informations sur www.mission-locale.fr/

Pour tout renseignement :
Vous pouvez nous contacter.

☎ 01.43.70.05.33

✉ imf@cmgsportsclub.com



SYNTHESE DES MODES DE FINANCEMENT :

Attention ces informations sont données à titre indicatif, sous réserve de modifications et dépendent des financeurs qui vous prennent en charge. L'IMF n'est pas responsable de votre mode de financement, l'organisme de formation vous aide seulement éventuellement à monter un dossier. Quoi qu'il arrive vous êtes redevable en tant qu'élève du prix total de la formation si vous vous engagez, quel que soit votre mode de financement.

Si vous êtes	Qui paye les frais d'inscription ?	Qui paye le positionnement ?	Qui paye la formation ?	Quel est votre statut ?	Quel montant touchez-vous tous les mois ?
En financement personnel	Vous	Vous	Vous (possibilité de payer en 10x sans frais)	Stagiaire	Une gratification minimale de 3.60€ par heure de stage effectuée
En financement personnel + aide de pole emploi (ou aide mission locale)	Vous (sauf prise en charge exceptionnelle)	Vous (sauf prise en charge exceptionnelle)	L'aide qui paye directement l'organisme de formation + vous pour la différence (possibilité de payer en plusieurs fois)	Stagiaire	Une gratification minimale de 3.60€ par heure de stage effectuée. (Si vous êtes chômeur indemnisé vous pouvez également toucher vos ARE).
En CIF	Vous (sauf prise en charge exceptionnelle)	Vous (sauf prise en charge exceptionnelle)	Le FONGECIF (ou autre), vous n'avez rien à payer	Stagiaire	Le salaire de votre ancien emploi.
En Contrat de professionnalisation	Vous	Vous	L'OPCA, vous n'avez rien à payer.	Salarié en CDD en contrat de professionnalisation	Un salaire défini selon votre âge et votre niveau de diplôme.