

## Programme et Contenus de formation

### BPJEPS Activités Physiques pour Tous

#### Calendrier et articulation hebdomadaire

Mars 2022 à Juillet 2023

- 560 heures de formation en centre.
- 40 heures de formation à distance
- 400 heures minimum en structure d'alternance.
- Lieu de formation : Besançon.
- Toutes nos **séquences de formation** présentées ci-dessous sont associées à des objectifs opérationnels à atteindre

#### Communiquer dans la vie professionnelle

Rédiger un courrier – Rédiger un mail – Répondre au téléphone – Prendre la parole en public

#### Comprendre le fonctionnement de structure

Se situer professionnellement – Maîtriser les statuts de sa structure

#### Maîtriser les outils de bureautique

Utiliser les logiciels traditionnels : Word, Excel, Powerpoint

#### Maîtriser les caractéristiques biologiques, physiologiques et motrices

Découvrir les différents publics

#### Maîtriser l'organisation du sport en France

Connaître le schéma organisationnel

### **Connaître la Convention Collective Nationale du Sport (et sa convention collective)**

Connaître les droits et obligations des employeurs et des salariés – Connaître les emplois dans le champ du sport –  
Etablir sa propre fiche de poste

### **Acquérir une méthodologie de projet**

Concevoir un diagnostic – Fixer des objectifs – Identifier les moyens – Réaliser un budget prévisionnel – Promouvoir son projet – Planifier – participer à ou diriger une réunion – Manager une équipe – Concevoir un outil d'évaluation

### **Acquérir les bases des connaissances scientifiques**

Connaître le squelette humain et les articulations – Connaître les différents groupes musculaires – Connaître les mouvements anatomiques – Connaître les régimes de contraction – Connaître le système cardio-vasculaire – Connaître le système respiratoire – Connaître le système digestif – Connaître les nutriments – Connaître les filières énergétiques

### **Concevoir une fiche de séance/cycle**

Savoir organiser sa séance de façon théorique

### **Fixer des objectifs**

Apprendre à définir des objectifs – Identifier les critères de réussites relatifs aux objectifs

### **Connaître les différentes pédagogies**

Découvrir les modalités de fonctionnement des pédagogies – Identifier les avantages et inconvénients de chaque pédagogie

### **Gérer et organiser un groupe**

Définir le cadre de l'intervention – Apprendre à intervenir verbalement – Organiser des sous-groupes et mettre en œuvre des circuits ou des ateliers



### Gérer son espace et le temps

Adapter son intervention et ses contenus en fonction de l'espace – Fractionner son temps d'activité en fonction du contenu défini

### Animer en sécurité

Anticiper les risques liés à la sécurité pour préparer son intervention

### Evaluer sa séance, son cycle

Mettre en œuvre une auto-évaluation de son intervention

### Mobiliser les connaissances liées aux activités d'entretien corporel

Maîtriser les activités d'entretien corporel

### Mobiliser les connaissances liées aux activités et jeux sportifs

Maîtriser les activités et jeux sportifs

### Mobiliser les connaissances liées aux activités physiques en espace naturel

Maîtriser les activités physiques en espace naturel

