

ANNEXE III

Modifiée par arrêtés du 30 mai 2017 (J.O.R.F du 22 juin 2017) et du 5 avril 2018 (J.O.R.F du 15 avril 2018)

EPREUVES CERTIFICATIVES DES UNITES CAPITALISABLES

Les épreuves certificatives sont évaluées dans les conditions prévues à l'article A. 212-26 du code du sport.

Les unités capitalisables (UC) constitutives de la mention « activités de la forme » du brevet professionnel, de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport, spécialité « éducateur sportif » sont attribuées selon le référentiel de certification figurant en annexe II et dont l'acquisition est contrôlée par les épreuves certificatives suivantes :

Situation d'évaluation certificative des unités capitalisables transversales UC1 et UC2

Le(la) candidat(e) transmet dans les conditions fixées par le directeur régional de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DR(D)JSCS) ou par le directeur de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DJSCS) un document écrit personnel explicitant la conception, la mise en œuvre et la réalisation d'un projet d'animation dans la structure d'alternance pédagogique proposant des activités de la forme.

Ce document constitue le support d'un entretien d'une durée de 40 minutes au maximum dont une présentation orale par le(la) candidat(e) d'une durée de 20 minutes au maximum permettant de vérifier l'acquisition des compétences.

Cette situation d'évaluation certificative permet l'évaluation distincte des unités capitalisables transversales UC1 et UC2.

Situations d'évaluation certificative des UC 3 et UC4 :

Les évaluateurs sont titulaires d'une qualification à minima de niveau IV et d'une expérience professionnelle au minimum de deux ans dans la mention des activités de la forme.

Sont dispensés de ces exigences, les personnels techniques et pédagogiques relevant du ministère chargé des sports, les professeurs ou enseignants d'éducation physique et sportive du ministère de l'éducation nationale et les agents de catégorie A ou B de la filière sportive de la fonction publique territoriale.

➤ **Epreuve certificative de l'UC 3 :**

L'activité support de l'épreuve certificative de l'UC3 est choisie par le(la) candidat(e) parmi les deux activités suivantes : activité « cours collectifs » et activité « haltérophilie, musculation ».

L'épreuve se déroule au sein de la structure d'alternance pédagogique et se décompose comme suit :

1° Production d'un document :

Le(la) candidat(e) transmet un dossier dans les conditions fixées par le DR(D)JSCS ou par le DJSCS avant la date de l'épreuve, comprenant :

- **Support activité « cours collectifs » :**

○ trois cycles d'animation dont un en « cardio chorégraphié ou non chorégraphié », un en « renforcement musculaire » et en « étirement », réalisés dans une structure d'alternance pédagogique pour un public d'au moins 6 personnes composés chacun de trois séances d'animation d'une durée de 30 minutes à 60 minutes chacune. Au plus tard une semaine avant l'épreuve, les deux évaluateurs et le (la) candidat(e) sont informés par l'organisme de formation du choix de la séance d'animation, support de la certification. Cette séance est issue d'un des trois cycles mentionnés ci-dessus.

ou

- **Support activité « haltérophilie, musculation » :**

- Deux cycles d'animation en « haltérophilie, musculation » réalisés dans une structure d'alternance pédagogique, composé de six séances d'animation minimum chacun, s'adressant à une personne ou à un groupe. Chaque cycle porte sur un objectif différent choisi parmi :
- le développement des qualités physiques (force, puissance, vitesse, explosivité) ;
 - la prise de masse musculaire ;
 - la perte de poids ;
 - le renforcement musculaire ;
 - le sport bien être ;
 - la réathlétisation ou réhabilitation fonctionnelle.

Les deux évaluateurs et le(la) candidat(e) sont informés du choix de la séance d'animation support de la certification au plus tard une semaine avant l'épreuve.

2° Mise en situation professionnelle :

Le(a) candidat(e) prépare pendant 15 minutes au maximum l'espace et le matériel nécessaires à la mise en œuvre de la séance d'animation.

Le(la) candidat(e) conduit la séance d'animation au sein de sa structure d'alternance pédagogique, pendant 30 minutes au minimum et 60 minutes au maximum.

La séance d'animation est suivie d'un entretien de 30 minutes au maximum comprenant :

- 15 minutes au maximum avec les deux évaluateurs au cours desquelles le(la) candidat(e) analyse et évalue cette séance d'animation en mobilisant les connaissances acquises et justifie les choix éducatifs et pédagogiques ;
- 15 minutes au maximum avec les deux évaluateurs portant sur la progression du cycle d'animation figurant dans le dossier transmis par le(la) candidat(e), au sein duquel est issue cette séance d'animation, ainsi que sur la démarche pédagogique et l'évolution des futures séances.

Epreuve certificative de l'UC4 a) option « cours collectifs »

Les évaluateurs sont titulaires d'une qualification équivalente à minima de niveau IV et d'une expérience professionnelle au minimum de deux ans dans l'option cours collectifs.

Sont dispensés de ces exigences, les personnels techniques et pédagogiques relevant du ministère chargé des sports, les professeurs ou enseignants d'éducation physique et sportive du ministère de l'éducation nationale et les agents de catégorie A ou B de la filière sportive de la fonction publique territoriale.

L'épreuve se déroule au sein de l'organisme de formation et se décompose comme suit :

1° Démonstration d'une technique de l'option « cours collectifs » pendant trois fois 20 minutes (trois familles d'activités)

Pour la démonstration technique, un évaluateur peut évaluer au maximum huit candidats.

Le(la) candidat(e) suit un cours de niveau de pratique intermédiaire à niveau de pratique confirmé, composé de trois parties présentées dans l'ordre chronologique suivant :

- 20 minutes de « cardio chorégraphié »,
- 20 minutes de « renforcement musculaire »,
- 20 minutes « d'étirements ».

2° Conduite de séance de l'option « cours collectifs »

Pour la conduite de séance et lors de l'entretien, le(la) candidat(e) est évalué(e) par deux évaluateurs.

La conduite de séance est distincte selon l'activité support de l'épreuve certificative de l'UC3 choisie par le candidat :

a- Support « activités cours collectifs » choisi pour l'épreuve certificative de l'UC3 :

Le(la) candidat(e) prépare, pendant 40 minutes, une séance composée de deux séquences d'apprentissage consécutives de 20 minutes chacune, comprenant deux activités différentes de celle évaluée lors de l'UC 3 pour un public d'au moins 6 personnes.

Le(la) candidat(e) conduit les deux séquences d'apprentissage. Les séquences doivent être adaptées au niveau du public mis à disposition par l'organisme de formation.

La conduite des deux séquences est suivie d'un entretien de 15 minutes à 20 minutes au maximum portant sur l'analyse technique de la séance, les choix pédagogiques de l'animateur et la prise en compte des conditions de sécurité.

La démonstration technique et la conduite des deux séquences peuvent se dérouler dans des temps différents et dans l'ordre choisi par l'organisme de formation.

b- Support « haltérophilie, musculation » choisi pour l'épreuve certificative de l'UC3 :

Pour la conduite de séance et lors de l'entretien, le(la) candidat(e) est évalué(e) par deux évaluateurs.

Le(la) candidat(e) prépare, pendant 40 minutes, puis conduit une séance d'apprentissage pour un public d'au moins 6 personnes d'une durée de 60 minutes, composée :

- d'une séquence de 20 minutes en « cardio chorégraphié »,
- puis, une séquence de 20 minutes en « renforcement musculaire »,
- et, une séquence de 20 minutes en « étirements »

Le(la) candidat(e) conduit les trois séquences d'apprentissage. Les séquences doivent être adaptées au niveau du public mis à disposition par l'organisme de formation.

La conduite des trois séquences est suivie d'un entretien de 15 minutes à 20 minutes au maximum portant sur l'analyse technique de la séance, les choix pédagogiques de l'animateur et la prise en compte des conditions de sécurité.

La démonstration technique et la conduite des trois séquences peuvent se dérouler dans des temps différents et dans l'ordre choisi par l'organisme de formation.

➤ **Epreuve certificative de l'UC4 b) option « haltérophilie, musculation »**

Les évaluateurs sont titulaires d'une qualification équivalente à minima niveau IV et d'une expérience professionnelle au minimum de deux ans dans l'option haltérophilie, musculation.

Sont dispensés de ces exigences, les personnels techniques et pédagogiques relevant du ministère chargé des sports, les professeurs ou enseignants d'éducation physique et sportive du ministère de l'éducation nationale et les agents de catégorie A ou B de la filière sportive de la fonction publique territoriale.

L'épreuve se déroule au sein de l'organisme de formation et se décompose comme suit :


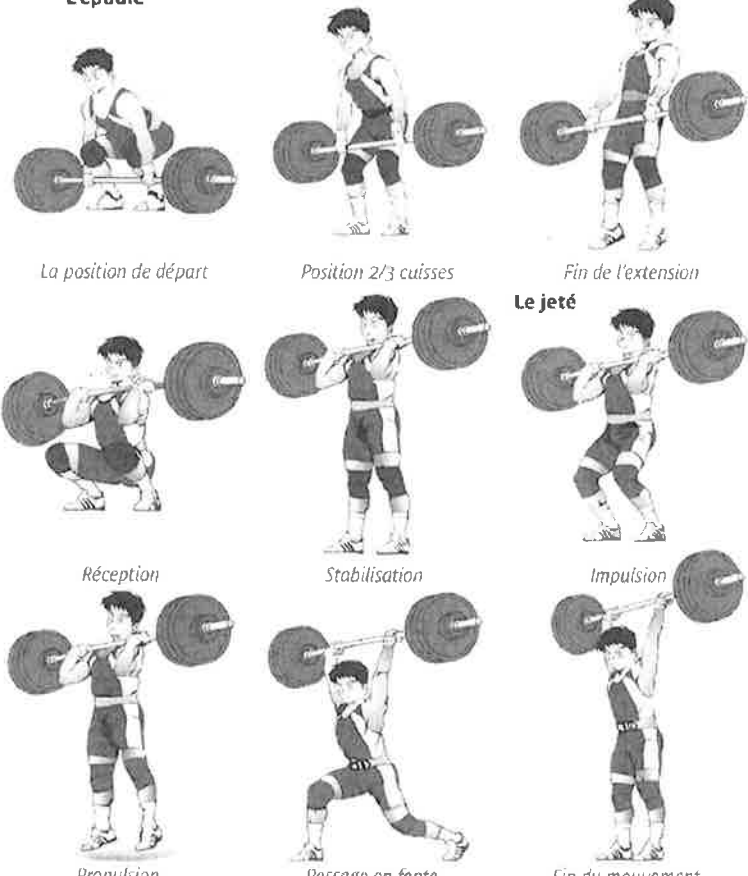
1° Démonstration technique en haltérophilie



Le(la) candidat(e) tire au sort trois mouvements : un parmi l'arraché ou l'épaulé-jeté et deux parmi : squat clavicule, soulevé de terre, tirage poitrine buste penché, développé devant debout.

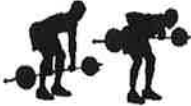

La charge est déterminée en fonction du poids de corps (voir tableau « démonstrations techniques »).

Elle est arrondie au multiple de 2.5 kg inférieur.

Tableau « démonstrations techniques »

| Exercices | Hommes | Femmes | Critères de réussites |
|-----------------------------|--|---|---|
| <p>1/Arraché</p> |  <p align="center"><i>La position de départ</i></p> <p align="center"><i>Position 3/4 cuisses</i></p> <p align="center"><i>Réception</i></p> <p align="center"><i>Fin de l'extension</i></p> <p align="center"><i>Fin du mouvement</i></p> | <p align="center">2 répétitions à 65 % du poids de corps</p> | <p align="center">2 répétitions à 55 % du poids de corps</p> <p>Le candidat saisit la barre en pronation, 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 au début de chaque répétition. Les répétitions doivent s'enchaîner sans pause.</p> |
| <p>2/Epaulé-Jeté</p> |  <p align="center">L'épaulé</p> <p align="center"><i>La position de départ</i></p> <p align="center"><i>Position 2/3 cuisses</i></p> <p align="center"><i>Réception</i></p> <p align="center">Le jeté</p> <p align="center"><i>Stabilisation</i></p> <p align="center"><i>Impulsion</i></p> <p align="center"><i>Propulsion</i></p> <p align="center"><i>Passage en fente</i></p> <p align="center"><i>Fin du mouvement</i></p> | <p align="center">2 répétitions à 80 % du poids de corps</p> | <p align="center">2 répétitions à 65 % 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 au début de chaque répétition. Les répétitions doivent s'enchaîner sans pause.</p> |

| | | | | |
|--------------------------------------|---|---|---|--|
| <p>3/Squat clavicule</p> |  | <p>5 répétitions à 85 % du poids de corps</p> | <p>5 répétitions à 70 % du poids de corps</p> | <p>barre maintenue sur les clavicules. Le candidat effectue une flexion de jambes, en conservant les courbures naturelles de la colonne vertébrale, jusqu'à avoir les hanches à la hauteur des genoux. Il parvient à remonter jusqu'à la position de départ. La répétition suivante débute immédiatement, sans pause</p> |
| <p>4/Soulevé de terre</p> |  | <p>2 répétitions à 100% du poids de corps</p> | <p>2 répétitions à 90 % du poids de corps</p> | <p>La prise de mains (pronation, supination ou mixte) au choix du candidat. Le candidat se redresse en conservant les courbures naturelles de la colonne vertébrale. Fin du mouvement : le candidat se tient debout, barre au niveau du bassin. Alignement des membres inférieurs, du buste et de la tête, sans hypertension lombaire. Puis le candidat repose la barre au sol, en contrôlant le mouvement. La répétition suivante débute immédiatement, sans lâcher la barre.</p> |

| | | | | |
|--|---|---|---|--|
| <p>5/Tirage poitrine buste penché</p> |  | <p>6 répétitions à 55 % du poids de corps</p> | <p>6 répétitions à 40 % du poids de corps</p> | <p>buste penché en avant, avec les genoux légèrement fléchis et en respectant les courbures naturelles de la colonne vertébrale. La barre est tenue à bout de bras, bras tendus, avec une prise de mains en pronation. L'écartement des mains est supérieur à la largeur des épaules, sans excéder 81 cm. Le candidat amène la barre en contact avec la poitrine (sternum), en conservant les courbures naturelles du dos, sans mouvement d'extension du buste. La barre n'entre jamais en contact avec les membres inférieurs ou le bassin.</p> |
| <p>6/Développé devant debout</p> |  | <p>6 répétitions à 50 % du poids de corps</p> | <p>6 répétitions à 35 % du poids de corps</p> | <p>Debout, avec les pieds sur la même ligne ou décalés (un pied en avant et un pied en arrière) sans verrouiller les genoux (légère flexion). La barre est placée sur les clavicules. Les mains sont placées en pronation. L'écartement des mains est supérieur à la largeur des épaules, sans excéder 81 cm. Pas d'impulsion avec les jambes. Le candidat développe les bras au-dessus de la tête, jusqu'à avoir les bras tendus, dans l'alignement du buste. Puis la barre redescend sous le menton, avant le début de la répétition suivante.</p> |

Seules les répétitions correctes sont comptabilisées.

Au bout de trois répétitions incorrectes la démonstration technique est arrêtée et n'est pas validée.

Les athlètes de haut niveau en haltérophilie inscrits ou ayant été inscrits sur la liste ministérielle mentionnée à l'article L. 221-2 du code du sport sont dispensés de la démonstration technique.

Les athlètes de haut niveau en force athlétique inscrits ou ayant été inscrits sur la liste ministérielle mentionnée à l'article L. 221-2 du code du sport sont dispensés de la démonstration technique.

2° Conduite d'une séance d'entraînement en musculation

Préalable requis : validation de la démonstration technique.

Pour la conduite de séance et lors de l'entretien, le(la) candidat(e) est évalué(e) par deux évaluateurs.

Le(la) candidat(e) prépare pendant 40 minutes puis conduit une séance d'entraînement en haltérophilie musculation pendant 40 minutes pour un public de une à deux personnes, composée de deux séquences :

- une séquence de 20 minutes portant sur la préparation à un premier niveau de compétition fédérale en musculation ou en haltérophilie ;
- une séquence de 20 minutes, portant sur un objectif différent de celui évalué lors de l'UC3 parmi les 6 proposés dans le support activité « haltérophilie musculation ».

La conduite des deux séquences est suivie d'un entretien de 15 minutes à 20 minutes au maximum portant sur l'analyse technique de la séance, les choix pédagogiques de l'animateur et la prise en compte des conditions de sécurité.

Les titulaires de la qualification « BF3 » en force athlétique délivrée par la Fédération française de force athlétique sont dispensés de la conduite de la séance d'entraînement en musculation.

Tableau synthétique relatif à la certification des UC3 et UC4

| | Certification de l'UC3 | | Certification de l'UC4 | | |
|---|--|---|---|---|---|
| | | | UC4 option A | | UC4 option B |
| Option(s) choisie(s) par le candidat | Support choisi par le candidat | | Démonstration d'une technique de l'option A et conduite de séance sur 2 activités du support « cours collectifs » différentes de l'UC3 | Démonstration d'une technique de l'option A et conduite de séance sur 3 activités du support « cours collectifs » | Démonstration technique en haltérophilie et conduite d'une séance d'entraînement en musculature haltérophilie, avec une thématique différente de l'UC3 support « haltérophilie, musculature » |
| | Support « cours collectifs » ¹ | Support « haltérophilie, musculature » ² | | | |
| option A | X | | X | | |
| option A | | X | | X | |
| option B | | X | | | X |
| option B | X | | | | X |
| options A+ B | X | | X | | X |
| options A+ B | | X | | X | X |

¹ Parmi « cardio chorégraphié », « renforcement musculaire », « étirements »

² Développement des qualités physiques (force, puissance, vitesse, explosivité), prise de masse musculaire, perte de poids.

