

# Programme de formation

**Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport  
(BP JEPS)  
Spécialité « Éducateur Sportif » - Mention « Activités de la Forme (AF) »  
Options « Cours Collectifs » et « Haltérophilie-Musculation »**

## Fiche RNCP 37106

**Certificateur : Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie Associative**

*Décret no 2021-393 du 2 avril 2021 relatif aux certificat professionnel, brevet professionnel, diplôme d'Etat et diplôme d'Etat supérieur de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport et à leurs certificats complémentaires; (codifié aux articles D212-20 à R 212-314 du code du sport),*

**Session 2025 - 2026**

## DESRIPTIF MÉTIER

Cette formation vise à préparer le diplôme d'État du Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport (niveau IV – niveau BAC) en spécialité « Éducateur Sportif » mention « Activités de la Forme (AF) » - options « Cours Collectifs » et « Haltérophilie-musculation ».

Le diplôme du BP JEPS AF permet d'exercer la profession de conseiller sportif dans le domaine de la Forme (métiers de la forme au sens large). Ces professionnels peuvent intervenir avec un statut salarié dans une entreprise du secteur marchand (club de forme, village vacances, hôtels clubs, structures de bien être) ou du secteur associatif. L'intervention est également possible en tant que travailleur indépendant (coach sportif) et correspond à une évolution de carrière.

Le titulaire du BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « activités de la forme » réalise l'encadrement autonome en toute sécurité des pratiques individuelles telle que le cardio-training, la musculation, associées à l'activité professionnelle de coaching, et l'animation des cours collectifs à dominante « aérobie » tels que le Step, le Low Impact Aérobie ou les cours à concept (Les Mills, Pilates, Zumba, ...). Les évolutions de la pratique des activités de la forme et la diversification des publics tendent vers une prise en compte particulière de la pratique « santé » et/ou un encadrement sous formes individualisées ou en petits groupes (en club, à domicile ou en plein air, cross fit, running, urban training).

## CIBLE

- Demandeurs d'emploi inscrits à France-Travail depuis plus de 6 mois ;
- Candidats PARCOURSUP ;
- Salariés.

## PRÉ-REQUIS

- Niveau BAC recommandé ;
- 18 ans minimum avec un projet professionnel axé sur l'enseignement des Activités de la Forme ;
- Titulaire de l'une des attestations de réussite à la formation relative au secourisme suivantes :
  - A minima " premiers secours citoyen " (PSC) ou équivalent ;
  - " certificat de sauveteur secouriste du travail " (SST) en cours de validité ;
- Certificat médical de non-contre-indication de la pratique des « activités de la forme » (*Voir annexe 1 du dossier de candidature*) ;
- Aptitudes requises : pratique personnelle en activités de la forme, connaissance et utilisation de l'outil informatique ;
- Aptitudes professionnelles souhaitées : capacités d'adaptation et d'organisation, aisance dans l'expression écrite et orale (maîtrise de l'orthographe), qualités relationnelles et maîtrise de soi (écoute, sens du contact du dialogue) ;

- Avoir satisfait aux tests d'exigence préalables « TEP » (voir lien référentiel de la formation <https://www.sports.gouv.fr/activite-de-la-forme-543>) :
- Avoir validé les tests de sélection IMS (test écrit, QCM de culture générale sportive, entretien de motivation).

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Former des professionnels directement opérationnels dans le secteur des métiers de la forme, en cours collectifs et en haltérophilie-musculation ;
- Être autonome dans l'accueil et la prise en charge d'un ou plusieurs pratiquants ;
- Être capable de participer au fonctionnement d'une structure tout en valorisant ses activités et pratiques ;
- Disposer d'outils pour conduire des séances d'initiation, d'animation, d'entraînement et de perfectionnement dans les activités de la forme.

## APTITUDES

- Avoir une forte motivation pour la formation ;
- Être autonome ;
- Avoir un esprit d'initiative ;
- Savoir travailler en groupe.

## COMPÉTENCES

<b>Compétences visées</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Encadrer tout public dans une structure ;</li> <li>✓ Concevoir des programmes d'entraînement adaptés à l'âge, à la morphologie et au niveau physique des abonnés de sa salle de sport, afin qu'ils travaillent efficacement et sans risque de se blesser ;</li> <li>✓ Accompagner une équipe ou des individus dans l'atteinte de leurs objectifs : améliorer leurs performances sportives, perdre du poids, gagner en souplesse... Les objectifs sont aussi diversifiés que les profils des clients : sportif de haut niveau ou amateur, personne en surpoids, personne âgée...</li> </ul>
---------------------------	---

## CONTENU DE LA FORMATION

Le Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport (BP JEPS) AF est obtenu par la capitalisation des 4 Unités Capitalisables (UC) de compétences suivantes :

<b>Unités Capitalisables (UC)</b>
<p><b>UC 1- Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Communiquer dans les situations de la vie professionnelle ;</li> <li>• Prendre en compte les caractéristiques des publics dans leur environnement dans une démarche d'éducation à la citoyenneté ;</li> <li>• Contribuer au fonctionnement d'une structure.</li> </ul>
<p><b>UC 2- Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concevoir un projet d'animation ;</li> <li>• Conduire un projet d'animation ;</li> <li>• Évaluer un projet d'animation.</li> </ul>
<p><b>UC 3- Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concevoir la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage ;</li> <li>• Conduire la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage ;</li> <li>• Évaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage.</li> </ul>
<p><b>UC 4- a) 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 »</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option ;</li> <li>• Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option ;</li> <li>• Garantir des conditions de pratique en sécurité.</li> </ul>
<p><b>UC 4- b) 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 »</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option ;</li> <li>• Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option ;</li> <li>• Garantir des conditions de pratique en sécurité.</li> </ul>

## DÉBOUCHÉS

Le titulaire du BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « activités de la forme » exerce le métier adossé aux appellations suivantes : professeur de fitness, conseiller sportif, éducateur sportif, moniteur, coach, entraîneur.

Plusieurs types d'emploi sont occupés :

- Conseiller sportif spécialisé dans l'animation de cours collectifs ;
- Conseiller sportif spécialisé dans l'accompagnement personnel ;
- Présentateur en fitness ;
- Responsable d'équipe d'animation.

## SUITE DE PARCOURS

- Concours de la fonction publique territoriale (éducateur territorial des activités physiques et sportives, animateur territorial) ;
- DE JEPS spécialité animation socio-éducative ou culturelle menant vers de la coordination de projet puis possibilité de poursuivre vers un DES JEPS permettant la direction d'une structure ;
- DE JEPS spécialité performance en Haltérophilie ;
- Diplôme Universitaire de Préparation Physique.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Méthode expositive ;
- Méthode interrogative ;
- Méthode affirmative ;
- Méthode démonstrative ;
- Méthode applicative ;
- Alternance tutorée.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

### **EXIGENCES PRÉALABLES A LA MISE EN SITUATION PROFESSIONNELLE**

Les compétences professionnelles correspondant aux exigences minimales permettant la mise en situation professionnelle des personnes en cours de formation au brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS) spécialité « éducateur sportif » mention « activités de la forme » sont les suivantes :

- Être capable d'évaluer les risques objectifs liés à la pratique des « activités de la forme » ;
- Être capable d'anticiper les risques potentiels pour le pratiquant ;
- Être capable de maîtriser le comportement et les gestes à réaliser en cas d'incident ou d'accident ;
- Être capable de mettre en œuvre une séquence pédagogique d'animation aux « activités de la forme ».

Il est procédé à la vérification des exigences préalables permettant la mise en situation professionnelle des personnes en cours de formation au BPJEPS spécialité « éducateur sportif » mention « activités de la forme » lors de la mise en place par le (la) candidat(e) d'une séquence pédagogique d'animation en sécurité d'une durée de 20 minutes au maximum. Cette séquence est suivie d'un entretien de quinze minutes au maximum.

L'épreuve se déroule au sein de l'organisme de formation ou en structure.

Dispense de la vérification des exigences préalables permettant la mise en situation professionnelle des personnes en cours de formation : les qualifications permettant au candidat d'être dispensé de cette vérification sont mentionnées en annexe VI « dispenses et équivalences ».

### **ÉPREUVES CERTIFICATIVES DES UNITÉS CAPITALISABLES**

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 (BPJEPS) 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 la DRAJES, 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'évaluations certificatives des UC 3 et UC4 :

### Épreuve 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 la DRAJES 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.

#### **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.

## **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.

Validation par la DRAJES. Le la candidat(e) est présenté(e) au jury final organisé par la DRAJES Martinique. Ce jury étudie les propositions de validation qui réfèrent aux modalités et fiches d'évaluation. Seule, la DRAJES, reste décisionnaire des résultats définitifs de la 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.

*Se référer au tableau « démonstration techniques » du référentiel de formation :*

*[https://www.sports.gouv.fr/IMG/pdf/annexesarrete160905modif\\_bpjeps\\_4\\_activites\\_de\\_la\\_forme.pdf](https://www.sports.gouv.fr/IMG/pdf/annexesarrete160905modif_bpjeps_4_activites_de_la_forme.pdf)*

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 d'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.

## MATÉRIEL À PRÉVOIR

- Matériel nécessaire pour prendre des notes durant les cours (cahier ou bloc-notes, classeur, stylos, crayons, gomme, règle, ...)
- Votre équipement personnel (tenue, serviette, chaussures).

## EMPLOYEURS POTENTIELS

Le titulaire du BP JEPS spécialité « Éducateur sportif » mention « Activités de la forme » exerce principalement dans le secteur marchand et majoritairement au sein de centres de fitness, franchises ou structures indépendantes.

Il exerce également en nombre plus réduit dans le secteur associatif au sein d'associations sportives unisport ou omnisports.

Depuis plusieurs années, l'exercice du métier en auto-entreprise est en développement. Le métier est souvent exercé à temps plein ou en cumul de plusieurs temps partiels, réalisés auprès de plusieurs employeurs et dans différents secteurs.



## ORGANISATION ET DURÉE

*SESSION 2025-2026 :*

début : le **8 septembre 2025** fin : le **31 août 2026**

**TEP :**

**(Tests d'Exigences Préalables)**

**Date limite d'inscription :**

Pour les candidats PARCOURSUP :

**Le 13 mai 2025**

**Le 2 avril 2025**

Pour les candidats demandeurs d'emploi et salariés :

**Les 10 et 11 juillet 2025**

**TESTS DE SÉLECTION :**

Pour les candidats PARCOURSUP :

**Le 14 mai** (Entretien de motivation)

Pour les candidats demandeurs d'emploi et salariés :

**Les 16, 17 et 18 juillet 2025** (Test écrit + entretien de motivation)

**DURÉE :**

**1425 heures** soit 925 heures en centre et 500 heures en entreprise

**HORAIRES PRÉVISIONNELS  
DE FORMATION :**

de 08H30 à 12H30 et de 13H30 à 16H30

**NOMBRE DE PARTICIPANTS :**

**16**

**RÉUNIONS D'INFORMATION :**

**Le 12 mars et le 23 avril 2025 à 9 heures  
(Amphithéâtre)**

**DÉLAI D'ACCÈS :**

**6 mois**

## DISPENSES ET ÉQUIVALENCES

**Équivalence :**

L'équivalence permet d'obtenir un diplôme ou une partie de diplôme. Dans ce cas – et dans ce cas seulement- vous n'avez pas besoin de passer les examens correspondants.

**Dispenses :**

Vous retrouverez les informations concernant les dispenses dans le dossier de candidature.

## PÉRIODE EN ENTREPRISE

Une période d’immersion en entreprise devra être réalisée durant la formation. Elle a pour objectif de faire découvrir les métiers en lien avec les activités de la Forme.

Dans ce cadre, l’entreprise est un lieu de formation. L’entreprise, et plus particulièrement le tuteur ou le maître d’apprentissage, vont donc faire acquérir des savoirs, des savoir-faire et des savoir-être.

## RECRUTEMENT SUR DOSSIER

**Pour les candidats demandeurs d’emploi et salariés :**

Dossier de candidature à remettre complet au plus tard le **mercredi 25 juin 2025 à 11h00** :

IMS - Pôle Formation  
Route du Vert-Pré – Quartier Mangot Vulcin – 97232 LE LAMENTIN

## PRIX/CONDITIONS TARIFAIRES

- Pour les particuliers : nous consulter
- Pour les salariés : nous consulter
- Pour les demandeurs d’emploi : nous consulter

Formation financée par :	Collectivité Territoriale de la Martinique (CTM) 
Les candidats demandeurs d’emploi percevront une indemnité variable en fonction de leur situation à l’entrée en formation	

## LIEU DE LA FORMATION

COURS THÉORIQUES ET ACTIVITÉS : Institut Martiniquais du Sport

## ACCESSIBILITÉ

Tous les espaces identifiés à l'IMS permettent d'effectuer des manœuvres de contournement. De larges couloirs permettent à deux personnes de se croiser, quelle que soit leur situation.

Des places de stationnement adaptées et matérialisées sont disponibles au sein des 3 parkings de l'IMS :

- 4 à l'entrée du bâtiment Administratif
- 1 en face du bâtiment Restauration
- 2 en face de l'espace de Crossfit

L'accueil du public en situation de handicap est assuré par Madge SALOMON, référent handicap. Elle se charge de recueillir des précisions sur la nature du handicap et sur les moyens à mettre en œuvre pour rendre leur séjour dans le centre le plus confortable possible. Ces informations sont également portées à la connaissance des formateurs qui peuvent la solliciter le cas échéant. Des supports de formation au format électronique peuvent être également communiqués aux stagiaires sur demande.

Pour toute demande d'information complémentaire liée à votre prise en charge, vous êtes invités à vous rapprocher de nos services (voir onglet « Nous contacter »). Une fiche d'accessibilité est disponible dans le hall d'accueil du bâtiment Administratif (RDC).

## CONTACTS

Pôle Formation de l'IMS :

- Tatiana SÉRAPHIN
- Marie-Christine DHELIN

Mail : [dir.formation@ims.mq](mailto:dir.formation@ims.mq)

0596 38 38 18 / 0696 81 18 62

0596 38 38 08 / 0696 60 41 09