

## **Conditions d'obtention du brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré relatif aux métiers de la forme.**

### **Références :**

#### **Arrêté du 19 avril 1996 (Jeunesse et Sports)**

*Vu L. no 84-610 du 16-7-1984 mod. ; D. no 91-260 du 7-3-1991 ; A. 30-11-1992 mod.*

**NOR : MJSK9670081A**

**Article premier. - Le brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré relatif aux métiers de la forme confère à son titulaire la qualification professionnelle nécessaire à l'enseignement des méthodes et techniques visant à entretenir et améliorer la condition physique. Il permet, en outre, la conduite de séances de préparation physique sportive.**

**Art. 2. - Pour faire acte de candidature à la formation du brevet d'Etat d'éducateur sportif des métiers de la forme, le candidat doit fournir un dossier comprenant les pièces prévues à l'article 7 de l'arrêté du 30 novembre 1992 susvisé.**

**Art. 3. - L'entrée en formation est conditionnée par la réussite à des épreuves de sélection comportant :**

**1. Une épreuve écrite : composition sur un sujet relatif aux activités de la forme (durée : deux heures) ;**

**2. Un entretien sur dossier comprenant une fiche de présentation du candidat, une lettre de motivation, un curriculum vitae (durée : vingt minutes) ;**

**3. Une épreuve pratique composée :**

**D'une prestation personnelle permettant d'évaluer les qualités physiques du candidat dans une technique de son choix : gymnique, aérobic, chorégraphique (durée : une minute trente secondes à deux minutes) ;**

**De tests physiques : développé-couché, tractions à la barre fixe, test de Luc Léger, techniques fitness.**

**Le jury des épreuves de sélection est constitué conformément aux dispositions de l'article 10 de l'arrêté du 30 novembre 1992 susvisé.**

**A l'issue des épreuves de sélection, le jury dresse la liste des candidats proposés à l'entrée en formation et la transmet au directeur régional de la Jeunesse, des Sports et des Loisirs qui leur délivre le livret de formation conformément à l'article 30 de l'arrêté du 30 novembre 1992 susvisé.**

**Art. 4. - A l'entrée en formation, le directeur régional valide, le cas échéant, les acquis antérieurs du candidat et décide sur proposition de l'équipe pédagogique des éventuels allègements de formation.**

**Art. 5. - La formation au brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré relatif aux métiers de la forme est fractionnée en quatre modules qui font l'objet, chacun, d'une évaluation. Cette formation se déroule en alternance sur une durée de mille trente heures, dont un tiers en entreprise minimum.**

**Les quatre modules se répartissent ainsi :**

**M. 1 : connaissance didactique et maîtrise des exercices et des pratiques (cent quatre-vingts heures) ;**

**M. 2 : relation avec le milieu et les pratiquants (deux cents heures) ;**

**M. 3 : animation et organisation de la pratique (trois cent cinquante heures) ;**

**M. 4 : connaissance et maîtrise des méthodes et des techniques et pratique personnelle (trois cents heures) ;**

**Le contenu des modules de la partie spécifique figure en annexe du présent arrêté.**

**Art. 6. - La formation en entreprise complète la formation théorique, permet l'expérimentation et donne l'occasion au stagiaire d'appréhender la réalité de l'entreprise. Elle fait l'objet d'un rapport établi par le conseiller de stage, joint au livret de formation du candidat.**

**La formation en entreprise donne lieu à la présentation de deux dossiers de synthèse remis au jury un mois avant la délibération.**

**Ces dossiers sont établis à partir des enseignements dispensés et des expérimentations vécues. Ils portent sur les thèmes suivants :**

**Dossier no 1 : projet professionnel et simulation de création d'entreprise ;**

**Dossier no 2 : projet d'entraînement.**

**Art. 7. - La formation en entreprise a une durée minimale de trois cents heures et s'effectue dans une ou plusieurs structures. Les structures d'accueil et les conseillers pédagogiques ou tuteurs sont agréés selon les modalités définies aux articles 32, 33 et 34 de l'arrêté du 30 novembre 1992 susvisé.**

**Les tuteurs doivent être titulaires soit du brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré relatif aux métiers de la forme, soit du brevet d'Etat d'aptitude à l'enseignement de la culture physique et du culturisme, soit du brevet d'Etat d'éducateur sportif, option Expression gymnique et disciplines associées, ou de tout titre admis en équivalence.**

**Des demandes de dérogation pourront être appréciées par le directeur régional de la Jeunesse, des Sports et des Loisirs.**

**Art. 8. - Le jury, conformément aux articles 10 et 35 de l'arrêté du 30 novembre 1992 susvisé, établit, au vu des résultats obtenus lors du contrôle continu des connaissances et du dossier individuel de chaque candidat, la liste des personnes admises au brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré relatif aux métiers de la forme.**

**Pour être déclaré admis, le candidat devra avoir satisfait à l'ensemble des modules de formation, c'est-à-dire obtenir une note égale ou supérieure à dix sur vingt à chaque module, ainsi qu'une note égale ou supérieure à dix sur vingt à chacun des dossiers visés à l'article 6.**

**Art. 9. - Le référentiel de compétences du brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré relatif aux métiers de la forme est défini en annexe 1.**

**Art. 10 (modifié par l'arrêté du 15 septembre 1997). - L'arrêté du 2 janvier 1986 relatif à la formation conduisant au brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré, option Expression gymnique et disciplines associées, est abrogé à compter du 1er septembre 1996.**

**L'arrêté du 11 août 1989 fixant les épreuves d'examen spécifique du brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré, option Expression gymnique et disciplines associées, est abrogé à compter du 31 décembre 1997.**

**L'arrêté du 14 août 1985 portant création du brevet d'Etat d'aptitude à l'enseignement de la culture physique et du culturisme est abrogé à compter du 1er septembre 1997.**

**(JO des 18 juin 1996 et 23 septembre 1997 et BO. Jeunesse et Sports nos 7 du 31 juillet 1996 et 10 du 31 octobre 1997.)**

## **Annexe I**

### **RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES**

**Le brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré relatif aux métiers de la forme confère à son titulaire l'autorisation d'enseigner contre rémunération les méthodes et techniques visant à améliorer la condition physique et à assurer la préparation physique sportive.**

#### **A) Capacités à développer**

**1. En matière d'accueil, être capable :**

**De communiquer :**

**Etablir une relation positive avec les pratiquants ;**

**Promouvoir les activités ;**

**Valoriser l'image de l'entreprise ;**

**Fidéliser une clientèle.**

**D'analyser une situation de départ :**

**Ecouter une demande ;**

**Savoir faire préciser la demande (bilan, synthèse) ;**

**Dégager les éléments d'une réponse personnalisée.**

**Conseiller et orienter :**

**En fonction de la demande, proposer des activités répondant aux aspirations et aux aptitudes du pratiquant.**

**2. En matière d'organisation de la pratique, être capable :**

**De justifier exercices, méthodes et techniques par des connaissances anatomiques et physiologiques ;**

**De concevoir :**

**a) Des séances,**

**b) Des programmes de mise en condition physique de préparation sportive ;**

**De réévaluer et réajuster ;**

**De conduire et d'animer des activités de préparation physiques et sportives variées ;**

**De s'adapter aux pratiques nouvelles ;**

**De s'adapter à des publics divers ;**

**De satisfaire à la sécurité des personnes et des biens.**

**3. En matière de gestion, être capable :**

**De gérer une structure sur le plan fonctionnel ;**

**De gérer une équipe ressource ;**

**De gérer un public ;**

**De promouvoir des activités ;**

**De valoriser l'entreprise.**

## **B) Lieux d'exercice**

**Le titulaire du brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré relatif aux métiers de la forme peut exercer contre rémunération en qualité de salarié, ou à titre indépendant, dans des établissements d'activités physiques et sportives.**

## **Annexe II**

### **PROGRAMME DE LA FORMATION**

#### **Module 1**

#### **COMPRENDRE ET MAÎTRISER LES EXERCICES ET LES PRATIQUES**

**D'un point de vue anatomo-biomécanique.**

**D'un point de vue physiologique.**

**Prévention et traumatologie.**

**OBJECTIF : Justifier par des connaissances biologiques des actions et des programmes d'entraînement ou de remise en forme.**

#### **PROGRAMME :**

**Connaissances théoriques en anatomie, physiologie, biomécanique ;**

**Analyse du geste : compréhension des altérations, prévention, correction ;**

**Biologie des différentes qualités physiologiques (force, vitesse, puissance, endurance, souplesse, coordination, équilibre...) ;**

**Adaptation des grandes fonctions à l'effort, récupération ;**

**Bioénergétique et diététique, diététique sportive ;**

**La fatigue ;**

**Le stress ;**

**Hygiène : sauna, hamam, UV, hydrothérapie ;**

**Dopage, alcool, tabac ;**

**La grossesse ;**

**La sénescence.**

## **Module 2**

### **RELATIONS AVEC LE MILIEU ET LES PRATIQUANTS**

**Communication, accueil du public, étude des comportements.**

**Adaptation à l'emploi, recherche, évolution, plan de carrière, projet professionnel, droit du travail.**

**Formes d'exploitation, gestion, marketing, promotion des activités.**

**OBJECTIFS : Améliorer les relations avec les pratiquants, maîtriser les techniques usuelles de communication et de recherche d'emploi, concevoir et développer un projet professionnel, acquérir les connaissances socio-économiques permettant de créer, de gérer ou d'animer un établissement de remise en forme.**

#### **PROGRAMME :**

**Communication :**

**Principes de base de la communication ;**

**Les canaux de la communication ;**

**Signification des comportements gestuels ;**

**Notions de proxémie.**

**Relations avec le pratiquant :**

**Accueil, information, orientation ;**

**Motivations ;**

**Evaluation ;**

**Etude des comportements.**

**Relations avec le milieu :**

**Réglementation ;**

**Hygiène et sécurité (responsabilité et assurances) ;**

**Les différentes formes juridiques d'exploitation (associations, sociétés commerciales) ;**

**Les grandes chaînes de salles, les collectivités territoriales, le loisir social, les comités d'entreprise, la thalassothérapie) ;**

**Droit du travail, relation employeur/employé ;**

**Le contrat de travail ;**

**Obligations sociales et fiscales ;**

**Gestion d'un équipement, d'une équipe, d'un public ;**

**Notions de comptabilité ;**

**Marketing, promotion des activités ;**

**Publicité, droits d'auteur (SACEM), ventes diverses ;**

**Création d'entreprise ;**

**Déontologie éducateur sportif/esthétique/paramédical ;**

**Les organismes professionnels.**

**Emploi :**

**Technique de recherche d'emploi ;**

**Formation continue ;**

**Plan de formation ;**

**Projet professionnel.**

### **Module 3**

#### **ANIMATION ET ORGANISATION DE LA PRATIQUE**

**Pédagogie générale, pratique et appliquée.**

**Méthodologie de l'entraînement.**

**Relation musique/mouvement.**

**OBJECTIFS : Etre capable de concevoir et d'animer des séances d'activités physiques visant la remise en forme ou l'entraînement. Etre capable, en s'appuyant sur des connaissances théoriques, de concevoir un programme de préparation physique, un entraînement, de le situer dans une planification**

**pouvant s'adresser à des publics diversifiés allant des sédentaires aux athlètes de haut niveau. Être capable d'utiliser un support musical ou rythmique comme moyen pédagogique.**

**PROGRAMME :**

## **Pédagogie**

### **I. Bases fondamentales de la pédagogie pratique.**

**Concevoir une séance :**

**Analyse d'un thème ;**

**Structure d'une séance ;**

**Différentes formes de travail, d'évolution ;**

**Différentes techniques d'enseignement.**

**Conduire une séance :**

**Rôle et comportement de l'éducateur ;**

**Communication verbale et non verbale ;**

**Utilisation de la voix ;**

**Différents types de correction.**

**Evaluer une séance.**

### **II. Adaptation aux différents publics : enfants, adolescents, adultes, troisième âge, handicapés.**

### **III. Maîtrise de la pédagogie spécifique aux différentes techniques.**

#### **Méthodologie de l'entraînement**

##### **I. Méthodologie.**

**Analyse de la tâche ;**

**Evaluation du pratiquant ;**

**Définition des objectifs ;**

**Choix des moyens à mettre en oeuvre (justification, effets recherchés) ;**

**Repères chronologiques ;**



**La programmation ;**

**Les méthodes d'entraînement ;**

**Méthodologie spécifique au développement des différentes qualités physiques ;**

**Préparation psychologique ;**

**Analyse des résultats, stratégie d'entraînement.**

## **II. Technologie du matériel et nouvelles technologies.**

**Le petit matériel :**

**Différents types d'haltères ;**

**Médecine-ball ;**

**Différents types de lests ;**

**Massues ;**

**Différents petits matériels vendus pour le grand public.**

**Les barres :**

**Droites (différents types) ;**

**Différentes formes ;**

**Multiprises.**

**Les machines :**

**Mécaniques traditionnelles (poulies) ;**

**Pneumatiques ;**

**Electriques (asservies).**

**Indispensable : notions de mécanique (leviers, cames, excentriques, poulies, palans, réglages, guidages, etc., étude des différentes machines, entretien).**

**Les résistances élastiques :**

**Extenseurs ;**

**Exerciseurs ;**

**Rubberbands ;**

**Etc.**

**Les machines de cardio-training :**

**Tapis roulant ;**

**Ergocycles ;**

**Rameurs ;**

**Step stair.**

**Les logiciels d'entraînement.**

**Approche des principes de l'électrostimulation.**

### **Relation musique/mouvement**

**a) Perfectionnement de l'affinement rythmique.**

**Le candidat doit être capable :**

**De mémoriser une séquence rythmique ;**

**De la reproduire (avec la voix, avec les mains, avec des instruments, etc.) ;**

**De créer des séquences rythmiques (dans lesquelles interviennent des notions telles que pulsation, tempo, intensité...).**

**b) Connaissance du solfège :**

**Apprentissage des valeurs de notes élémentaires dans les différentes mesures ;**

**Les différents paramètres du son (durée, intensité, hauteur, timbre, volume).**

**c) Relation musique/mouvement :**

**Les différents dynamismes ;**

**Les différentes énergies ;**

**La mélodie ;**

**La phrase musicale ;**

Les différents styles de musique, etc.

d) Notion d'éveil musical :

Adaptation des connaissances acquises par le candidat (rythme, mélodie...) au niveau d'un cours en utilisant des moyens pédagogiques personnels.

e) Animation d'une séance :

Avec l'aide d'un pianiste ou d'une musique enregistrée ou d'un accompagnement vocal ou d'instruments à percussion.

#### Module 4

### CONNAISSANCE ET MAÎTRISE DES MÉTHODES ET TECHNIQUES ET PRATIQUE PERSONNELLE

Les différents types de techniques pratiqués dans les salles de remise en forme.

Pratique personnelle (musculature, création, entraînement aérobic).

**OBJECTIFS :** Connaître et maîtriser les méthodes et techniques existantes. S'informer et se former aux nouvelles méthodes et techniques. Etre capable à travers la réalisation de performances de mettre en évidence ses qualités physiques.

**PROGRAMME :**

Méthodes et techniques permettant le renforcement musculaire avec ou sans matériel ;

Méthodes et techniques d'étirement ;

Sensibilisation à la gymnastique aquatique ;

Les différentes formes de gymnastique (gym d'entretien, gyms douces) ;

Approche des méthodes et techniques de relaxation ;

Méthodes et techniques liées au développement des capacités aérobie (LIA : low impact aerobic : exercices d'aerobic avec déplacements sans saut - HIA : high impact aerobic : exercices d'aerobic avec déplacements et sauts - HILO : high and low impact aerobic : combinaison des deux types d'exercice - STEP : exercices d'appuis à partir d'une marche ; cardio-training : méthode d'entraînement du rythme cardiaque ; etc.) ;

Méthodes et techniques liées aux matériels nouveaux (rubberband : saut avec les élastiques, etc.) ;

**Culturisme ;**

**Sensibilisation aux techniques d'haltérophilie ;**

**Approche des techniques d'électro-simulation.**

**Entraînement personnel :**

**Musculation : développé couché, squat, tractions, développé nuque, dips, abdominaux ;**

**Création ;**

**Test Luc Léger.**

**\*\*\***