



ACADÉMIE FORMATIONS MANAGÉRIALES

Accompagnement - Formation - Reconversion des sportifs

Titre professionnel
Responsable Petite ou
Moyenne Structure

BPJEPS MAPST
BPJEPS APSF
BPJEPS RUGBY

BPJEPS ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE DE LA FORME (BPJEPS APSF)

Diplôme d'État de niveau IV, délivré par la DRDJSC et enregistré sous le n°41752 au RNCP le 11.09.25 jusqu'au 10.09.30.

Le BPJEPS Activité Physique et Sportive de la forme permet de concevoir et de conduire des projets d'animation et de coaching dans le secteur de la remise en forme et du bien-être. Il permet de définir et d'adapter des programmes d'entraînement personnalisés ou collectifs en fonction de la condition physique et des objectifs du public concerné

Le titulaire du BPJEPS APSF exerce principalement au sein de centres de remise en forme privés, de clubs de fitness, d'associations de gymnastique volontaire, de structures de santé-bien-être, de comités d'entreprise ou en tant que coach indépendant

Les missions du diplômé du BPJEPS APSF peuvent être variées :

- Conduire des actions de remise en forme, de renforcement musculaire, de bien-être, d'enseignement de la musculation et d'animation de cours collectifs,
- Organiser et assurer la sécurité d'un lieu de pratique et des pratiquants,
- Concevoir un projet pédagogique spécifique au domaine des activités de la forme,
- Participer au fonctionnement de la structure proposant des activités de la forme,

L'enseignement

La formation BPJEPS Activité Physique et Sportive de la forme vous prépare au métier de coach sportif. Centrée sur le sport-santé, la préparation physique et le bien-être, elle offre une expertise pointue au sein des centres de remise en forme et des studios de coaching.

Elle est idéale pour apprendre le métier d'éducateur sportif spécialisé dans l'accompagnement individuel ou collectif pour tous les types de publics.

Les activités visées s'appuient sur une connaissance approfondie des techniques de musculation, de cardio-training et de fitness, incluant la conception de programmes d'entraînement personnalisés et l'animation de cours collectifs rythmés.

Durée et modalités pédagogiques

Notre formation est d'une durée de 12 mois comprenant 609 heures en centre et 360 heures en entreprise. Elle est obligatoirement réalisée sur un rythme alterné sur une durée de 12 mois.

Objectifs visés

Valider les 3BC du BPJEPS APSF

Possibilité de préparer un ou plusieurs blocs de compétences.

Public concerné

Ce dispositif de formation s'adresse à toute personne âgée de 18 ans minimum, titulaire du certificat de participation à l'appel de préparation à la défense (JAPD) ou journée du citoyen (JDC) et ayant une pratique sportive régulière.

Les personnes en situation de handicap peuvent prendre contact avec nous afin de valider les conditions spécifiques d'accès à cette formation.

Lieux de formation

Notre programme de formation se déroule au parc des sept deniers à Toulouse, 78 chemin des sept deniers, 31200 Toulouse.

Modalités d'inscription

- Les dossiers doivent être déposés **au plus tard le 01/09/2026**.
- **Enregistrement administratif** à réception de votre dossier de candidature
- **Entretien de motivation et tests écrits** : sous réserve de validation des TEP
- **Décision d'admission** : vous obtenez une réponse sous 8 jours maximum.
- **Inscription définitive** : votre inscription est enregistrée définitivement une fois que votre dossier est complet (Pièces administratives, financement personnel ou prise en charge par un organisme, structure d'accueil conventionnée)

Nombre de places

Elle accueille au maximum 20 participants en parcours complet.

Prérequis

- Obtenir les TEP,
- Valider les phases de sélection,
- Être âgé de plus de 18 ans (des dérogations sont acceptées dans certains cas),
- Justifier d'un certificat de participation à la Journée Défense et Citoyenneté (pour les moins de 25 ans),
- Justifier d'un certificat médical d'aptitude de moins de 3 mois avant l'inscription,
- Avoir passé avec succès le PSC1 (Prérequis secourisme),
- Ne pas avoir fait l'objet d'une condamnation pour crime ou délit (code du sport L219-9).

Modalités de sélection

- Phase 1 : Satisfaire à tous les prérequis et renvoyer un dossier complet
- Phase 2 : Épreuves orales et écrites

Objectifs pédagogiques

- Exercer en autonomie son activité professionnelle de coach sportif en activités physiques et sportives de la forme,
- Organiser les activités physiques et sportives de la forme en prenant en compte les caractéristiques de son public et de l'équipement de sa structure,
- Respecter la réglementation,
- Assurer la sécurité des tiers et du public dont il a la responsabilité.

Moyens pédagogiques et équipements techniques

- Pratiques sportives (développement des techniques) et mises en situation pédagogique fréquentes et régulières,
- Utilisation des supports multimédias (traitement de texte, logiciels de présentation, traitement des photos et vidéos, recherches sur Internet),
- Simulations d'entretiens et de réunions,
- Alternance entre cours magistraux et travaux dirigés,
- Mise en place d'évaluations formatives régulières sur les différents contenus, théoriques et pratiques,
- Formateurs permanents et référents sur la formation, et formateurs occasionnels sur des contenus spécifiques.

BC1 - Concevoir et mettre en œuvre des projets d'animation dans le cadre de l'organisation de travail d'une structure.

Référentiel d'activités	Référentiel de compétences
A.1.1. Recueil d'informations en vue d'un état des lieux de l'environnement de la structure, des besoins des publics et des financements / ressources mobilisables dans le champ du sport ou de l'animation	C.1.1.1. Se repérer dans son territoire, en s'appuyant sur ses différentes caractéristiques et l'identification des acteurs locaux, en vue de concourir au développement d'une structure agissant dans le champ du sport ou de l'animation
	C.1.1.2. Identifier les différents publics cible d'une structure du champ du sport ou de l'animation en vue d'identifier leurs besoins, avec une attention particulière pour les publics en situation(s) de handicap
A.1.2. Proposition de projets dans le cadre de l'organisation de la structure répondant à l'évolution des besoins des publics	C.1.2.1. Repérer les demandes des publics accueillis ou des acteurs du territoire du champ du sport ou de l'animation, en prenant en compte notamment les demandes des publics en situation de handicap, afin de favoriser l'intégration de tous
A.1.3. Organisation, mise en œuvre et supervision de la réalisation d'un projet dans le cadre de l'organisation de la structure du champ du sport ou de l'animation	C.1.1.3. Planifier et organiser un projet dans le cadre de l'organisation de la structure du champ du sport ou de l'animation, en tenant compte des ressources mobilisables au sein de la structure, et des impacts écologiques potentiels du projet, pour favoriser l'atteinte des résultats attendus
	C.1.3.2. Suivre les actions conduites dans le cadre du projet mis en œuvre, en organisant les actions de chaque membre de l'équipe au regard de son rôle dans le projet et de ses besoins particuliers, en vue de s'assurer du bon déroulement du projet
	C.1.3.3. Remplir les obligations administratives liées aux activités sportives ou d'animation, en utilisant différents outils numériques, de manière à permettre leur mise en œuvre
A.1.4. Évaluation du projet dans le champ du sport ou de l'animation et transmission d'informations au sein de la structure sur les publics accueillis	C.1.4.1. Analyser le projet conduit en conservant des traces écrites et en appréciant l'atteinte des objectifs initiaux au regard des résultats observés, pour rendre compte de ses impacts
	C.1.4.2. Restituer les conclusions du projet à son responsable, en identifiant les principaux facteurs positifs, les facteurs qui ont fait défaut et les points d'amélioration, afin de favoriser l'évolution des activités

BC 2 - Valoriser les activités et les projets d'une structure du champ du sport ou de l'animation.

Référentiel d'activités	Référentiel de compétences
<p>A.2.1. Information et mobilisation des publics, et de leur entourage, dans le cadre des activités d'une structure du champ du sport ou de l'animation</p>	<p>C.2.1.1. Communiquer des informations sur les activités proposées dans le champ du sport ou de l'animation, en tenant compte des pratiques et consignes en vigueur au sein de la structure, afin de mobiliser les publics visés et, le cas échéant, leur entourage</p>
	<p>C.2.1.2. Adapter sa communication aux caractéristiques et besoins des publics, notamment les publics en situation(s) de handicap, afin de délivrer une information accessible à tous</p>
<p>A.2.2. Mise en œuvre à destination des publics d'actions de promotion, de valorisation des activités dans le champ du sport ou de l'animation</p>	<p>C.2.2.1. Sélectionner les outils de communication, en tenant compte des objectifs et des cibles des actions de communication, des ressources mobilisables ainsi que du cadre défini par la structure, en vue d'atteindre les publics visés par les activités sportives ou d'animation</p>
	<p>C.2.2.2. Rédiger des contenus de communication en vue de promouvoir une animation, en les adaptant à l'outil de communication utilisé et aux particularités des publics</p>

BC 3 – Concevoir, animer, en sécurité et évaluer des séances et des cycles de séances de découverte, d’initiation et d’apprentissage des activités physiques et sportives dans le cadre du projet et de l’organisation de travail de la structure.

Référentiel d'activités	Référentiel de compétences
A.3.1. Conception de séances et de cycles de séances d’initiation et d’apprentissage* des activités physiques et sportives de la forme	C.3.1.1. Définir les finalités d’un cycle de séances des activités physiques et sportives de la forme en tenant compte du projet et de l’organisation de travail de la structure ainsi que des caractéristiques du public visé, afin de s’adapter au contexte de la structure
	C.3.1.2. Fixer les objectifs spécifiques, le contenu et le déroulement des séances des activités physiques et sportives de la forme, en tenant compte des pratiquants visés, notamment ceux en situation de handicap, en vue de répondre à la finalité du cycle
	C.3.1.3. Définir des méthodes et outils pédagogiques en prenant en compte les techniques et méthodes scientifiques actualisées ainsi que la finalité du cycle de séances des activités physiques et sportives de la forme en vue de favoriser une progression sécurisée
A.3.2. Préparation de séances d’initiation et d’apprentissage* des activités physiques et sportives de la forme	C.3.2.1. Définir les conditions de réalisation d’une séance des activités physiques et sportives de la forme en tenant compte de l’activité, du public et du lieu de pratique, en vue d’assurer la sécurité des pratiquants et des tiers et le respect de la réglementation en vigueur
	C.3.2.2. Vérifier les ressources matérielles nécessaires à la réalisation et à l’adaptation d’une séance des activités physiques et sportives de la forme en tenant compte de son contenu et de son déroulement, pour s’assurer de leur disponibilité ainsi que de leur bon fonctionnement
A.3.3. Conduite de séances d’initiation et d’apprentissage* des activités physiques et sportives de la forme	C.3.3.1. Accueillir les pratiquants en présentant les objectifs, les règles et consignes de la séance des activités physiques et sportives de la forme et son déroulement, en vue de mettre en place une dynamique favorable à leur implication et garantir leur intégrité physique, notamment ceux en situation de handicap
	C.3.3.2. Conduire en sécurité une séance des activités physiques et sportives de la forme en s’appuyant sur les situations pédagogiques, méthodes et outils prévus, en démontrant sa maîtrise technique en vue d’atteindre les objectifs de la séance, favoriser la progression et l’autonomie des pratiquants
	C.3.3.3. Repérer les risques ou les difficultés éventuelles rencontrées par les pratiquants durant la séance des activités de la forme en identifiant les besoins d’accompagnement, afin d’apporter des conseils ou des adaptations pour prévenir les blessures ou intervenir en cas d’incident ou d’accident
A.3.4. Évaluation de séances et de cycles de séances d’initiation et d’apprentissage* des activités physiques et sportives de la forme	C.3.4.1. Analyser une séance des activités physiques et sportives de la forme en s’appuyant sur le déroulement prévu et celui réalisé au cours de celle-ci, en vue de proposer des améliorations et/ou remédiations
	C.3.4.2. Évaluer un cycle de séances des activités physiques et sportives de la forme en vérifiant son adéquation avec les finalités et les objectifs définis, en prenant en compte les résultats obtenus, en vue de faire évoluer ses pratiques

Modalités de suivi du stagiaire

Le suivi du stagiaire, tant pendant les heures de formation en centre qu'en entreprise, est assuré par le coordinateur pédagogique et administratif de la formation.

Modalités d'évaluation et de validation de la formation

Épreuve certificative du bloc de compétences 1 (BC 1)

La situation d'évaluation certificative du bloc de compétences commun 1 (BC 1) est réalisée au moyen de la production d'un document écrit personnel et d'un entretien.

Au plus tard quinze jours ouvrés avant la date de l'épreuve, le candidat transmet à l'organisme de formation un document écrit personnel de vingt-cinq pages maximum, explicitant la conception, la mise en œuvre et la réalisation d'un projet d'animation s'inscrivant dans celui de la structure d'alternance pédagogique.

Ce document constitue le support de l'entretien qui permet de vérifier l'acquisition des compétences constitutives du bloc de compétences commun 1 (BC1).

L'entretien se déroule en deux temps :

- Une présentation orale par le candidat d'une durée de vingt minutes au maximum ;
- Un échange avec les évaluateurs d'une durée de trente minutes au maximum.

Épreuve certificative du bloc de compétences 2 (BC 2)

La situation d'évaluation certificative du bloc de compétences commun 2 (BC 2) est réalisée au moyen de la production d'un ou plusieurs supports personnels et d'un entretien.

Au plus tard quinze jours ouvrés avant la date de l'épreuve, le candidat transmet à l'organisme de formation un ou plusieurs supports de son choix présentant deux actions de valorisation d'activité ou de projet qu'il a mis en œuvre au sein de la structure d'alternance pédagogique, auprès de deux publics différents.

Le ou les supports comprennent notamment les outils de communication utilisés et constituent le support de l'entretien qui permet de vérifier l'acquisition des compétences constitutives du bloc de compétences commun 2 (BC2).

L'entretien se déroule en deux temps :

- Une présentation orale illustrée par le candidat d'une durée de dix minutes au maximum ;
- Un échange avec les évaluateurs d'une durée de quinze minutes au maximum.

Épreuve certificative du bloc de compétences 3 (BC 3)

La situation d'évaluation certificative du BC3 est réalisée au moyen des deux épreuves suivantes :

– *Épreuve certificative 1 relative aux compétences C.3.1.1, C.3.1.2, C.3.1.3 et C.3.4.2.*

Prérequis d'accès à l'épreuve certificative 1 :

Peut se présenter à la situation d'évaluation certificative du BC 3, le candidat en possession de l'attestation de réussite au test de démonstration technique, délivrée par le coordonnateur de la session de formation, et justifiant d'une maîtrise technique en haltérophilie et en force athlétique.

L'attestation de réussite relative à ce test de démonstration technique est valable pour la session de formation en cours.

Dans les conditions fixées par le recteur de région académique, l'organisme de formation transmet à la délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports cette attestation avec la grille de certification de l'épreuve correspondante.

Le test de démonstration technique est composé de deux tests :

a) Test de démonstration technique en haltérophilie Le candidat effectue une démonstration technique composée de trois répétitions valides de chacun des deux mouvements d'haltérophilie, dans l'ordre suivant et selon les charges définies :

1. Arraché : – pour les hommes : 75 % du poids de corps ; – pour les femmes : 65 % du poids de corps. La charge est arrondie au kilogramme (kg) inférieur. Exemple pour une femme : $52.7 \text{ kg au poids de corps} \times 0.65 = 34.255$ soit 34 kg à soulever.

2. Épaulé-jeté : – pour les hommes : 90 % du poids de corps ; – pour les femmes : 75 % du poids de corps. La charge est arrondie au kg inférieur. Exemple pour un homme : $78.7 \text{ kg au poids de corps} \times 0.9 = 70.83$ soit 70 kg à soulever. Le poids du corps est déterminé en fonction de la pesée réalisée le jour du test, en short ou leggings et tee-shirts à manches courtes ou débardeur, sans chaussures. 200 grammes sont retirés au poids indiqué en raison des vêtements portés.

Le candidat dispose de quinze minutes d'échauffement avant la réalisation de chacun des deux mouvements et de

trois minutes maximum pour valider chacune des trois répétitions d'un même mouvement (15 min + 3 min + 15 min + 3 min).

Pour chaque mouvement, le candidat dispose de quatre essais pour réaliser les trois répétitions. Toute répétition initiée est considérée comme un essai. Lorsqu'une faute est observée, l'essai est considéré comme « non validé ». L'utilisation d'une barre de quinze kg pour les femmes et de vingt kg pour les hommes est obligatoire.

Critères de validation : – le candidat valide chacune des trois répétitions pour chacun des deux mouvements dans le temps imparti ; – l'ordre chronologique de réalisation est respecté ; – la charge est respectée ; – les critères de réalisation ci-dessous sont respectés.

b) Test de démonstration technique en force athlétique

Le candidat effectue une démonstration technique composée de trois répétitions valides de chacun des trois mouvements de force athlétique, dans l'ordre suivant et selon les charges définies :

1. Squat :

- pour les hommes : 130 % du poids de corps ;
- pour les femmes : 100 % du poids de corps.

2. Développé couché :

- pour les hommes : 100 % du poids de corps ;
- pour les femmes : 75 % du poids de corps.

3. Soulevé de terre :

- pour les hommes : 140 % du poids de corps ;
- pour les femmes : 110 % du poids de corps.

La charge est arrondie au 2,5 kg inférieur. Le poids du corps est déterminé en fonction de la pesée réalisée le jour du test, en short ou leggings et tee-shirts à manches courtes ou débardeur, sans chaussures. 200 grammes sont retirés au poids indiqué en raison des vêtements portés. Le candidat dispose de vingt minutes d'échauffement minimum pour l'ensemble des trois mouvements puis de deux minutes maximum pour valider chacune des trois répétitions d'un même mouvement. Dix minutes de repos minimum entre chaque mouvement sont accordées.

Pour chaque mouvement, le candidat dispose de quatre essais pour valider les trois répétitions. Toute répétition initiée est considérée comme un essai. Lorsqu'une faute est observée, l'essai est considéré comme « non validé ». Le candidat ne peut pas utiliser le matériel suivant pour réaliser le test : ceinture de force, genouillères ou bandes de poignets.

Critères de validation :

- le candidat valide trois répétitions pour chacun des trois mouvements dans le temps imparti ;
- l'ordre chronologique de réalisation est respecté ;
- la charge est respectée ;
- les critères de réalisation ci-dessous sont respectés.

Épreuve certificative 2 relative aux compétences C.3.2.1, C.3.2.2, C.3.3.1, C.3.3.2, C.3.3.3, C.3.4.1.

Prérequis d'accès à l'épreuve certificative 2 :

Au plus tard dix jours ouvrés avant la date de l'épreuve, le tuteur ou le responsable de la structure d'alternance transmet à l'organisme de formation une attestation relative à la réalisation effective en structure d'alternance pédagogique, par le candidat, de minimum trois conduites de séances en sécurité relevant des domaines d'activités A et C.

Cette attestation est valable pour la session de formation en cours. Dans le cas où le tuteur ou le responsable de la structure d'alternance ne transmet pas cette attestation dans le délai imparti, le candidat obtient un avis défavorable au passage de l'épreuve.

Dans le cas de l'épreuve initiale, le candidat pourra se présenter, dans les conditions identiques, au second passage.

Dans les conditions fixées par le recteur de région académique, l'organisme de formation transmet à la délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports cette attestation avec la grille de certification de l'épreuve correspondante.

Une mise en situation professionnelle, en structure d'alternance, portant sur la conduite d'une séance d'initiation ou d'apprentissage des activités physiques et sportives de la forme en musique.

1. Au plus tard six semaines avant le premier jour de la période de certification du BC3, le candidat informe l'organisme de formation de l'activité physique et sportive de la forme support de la mise en situation professionnelle, différente de celles de l'épreuve certificative 1, ainsi que de la finalité de la séance relevant du domaine d'activités A ou C, tel que défini à l'article 3, parmi :

- séance de fitness visant à développer la force ou l'endurance de force ou la vitesse ;
- séance de fitness visant à améliorer la condition cardio-respiratoire ou l'endurance cardio-respiratoire ;
- séance de fitness visant à améliorer la souplesse et/ou à activer la coordination motrice.

Le choix du candidat est réalisé en cohérence avec les activités physiques et sportives de la forme proposées par la structure d'alternance pédagogique et les publics présents au sein de celle-ci.

2. Le jour de l'épreuve, le candidat transmet aux évaluateurs, pour information, le document support de la séance qu'il a préalablement préparé. Celui-ci ne fait pas l'objet d'une évaluation. Il dispose de quinze minutes maximum pour réaliser l'aménagement du lieu de pratique. Il conduit ensuite la séance préparée, en sécurité et en musique, à partir d'éléments chorégraphiés ou non, pendant trente minutes minimum à soixante minutes maximum, pour un public de huit pratiquants minimum.

Le public de pratiquants ne peut pas être constitué de stagiaires en formation conduisant à une certification professionnelle relevant du champ des activités physiques et sportives de la forme.

L'évaluation de l'animation de séance est réalisée par deux évaluateurs présents, in situ, avec le candidat sur le même lieu et au même moment. Elle ne peut pas être réalisée à distance par des moyens de communication audiovisuels.

3. La séance est suivie d'un entretien de trente minutes maximum composé de dix minutes maximum permettant au candidat de faire le bilan de la séance et d'un échange avec les évaluateurs dans la limite des trente minutes maximum, portant sur la préparation, la conduite en sécurité et l'évaluation de la séance.

Dates

La formation se déroule du 14/09/2026 au 07/09/2027. La formation se déroule en présentiel et en E-learning.

Qualification des intervenants

Notre équipe pédagogique mixte est constituée :

- De professionnels expérimentés ayant une expérience de l'environnement sportif en salle
- D'intervenants ayant un diplôme requis pour les matières enseignées ou les diplômes nécessaires à l'enseignement de leur module.

Tarifs :

Si vous réalisez la formation en contrat d'apprentissage. Vous trouverez les informations sur le lien ci-dessous.

<https://www.francecompetences.fr/referentiels-et-bases-de-donnees/>

Si vous réalisez la formation en initiale, la formation est à partir de 5000€.

Veuillez nous contacter pour plus de précisions.

Débouchés et passerelles :

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/41752/>

Date limite de dépôt du dossier d'inscriptions : **01/09/2026**

Conditions générales de vente : Disponibles sur demande.

Taux de réussite pour la session 2022/2024 : 94%

Programme 2026

Association A.F.M. Management-Siret : 809 860 851 00025-NAF : 9499Z

78 Chemin des Sept Deniers 31200Toulouse

Tél. : 06.64.38.48.20 - Email : contact@afm-management.fr