

## TEP N° 2 ET N° 3 BPJEPS AF ET APT JUIN - JUILLET

Veillez trouver ci-après la fiche d'inscription pour les TEP (Tests d'Exigences Préalables) pour devenir éducateur sportif en BPJEPS AF et/ou en BPJEPS APT. Nous attirons votre attention sur le fait qu'il est absolument impératif de respecter les délais !

☞ Dates et lieux des TEP N° 2 et N° 3 :

**MARDI 28 JUIN ET LUNDI 11 JUILLET 2022** ⇒ Rendez-vous à 8h30 précises au hall sportif du lycée Gontran DAMAS de Rémire - Montjoly (adresse : chemin Vidal, 97 354 Rémire - Montjoly).

**MERCREDI 22 JUIN ET MERCREDI 6 JUILLET 2022 A SAINT-LAURENT-DU-MARONI** ⇒ Rendez-vous à 8h30 précises au gymnase Maximin Noël de Saint-Laurent (adresse : rue Léa Chapelain, 97 320 Saint-Laurent-du-Maroni).

☞ Date limite d'inscription : **VENDREDI 17 JUIN 2022 DERNIER DELAI**

Merci de compléter la page d'inscription suivante et de la retourner par mail à :

**[herve@s-teamformations.fr](mailto:herve@s-teamformations.fr)**

(Précisez dans l'objet du mail : Dossier d'inscription TEP « *votre nom et prénom* »)

**Tout dossier transmis hors délai ou incomplet ne sera pas pris en compte.**

Nous vous conseillons vivement de passer les TEP pour les 2 BPJEPS sachant qu'une fois acquis, les TEP restent valables pour une durée illimitée.

Programme commun des journées de TEP n° 2 et n° 3 :

- 08h30 : Vérification de l'identité et de la présence de tous les candidats inscrits
- 09h00 : Parcours d'habiletés motrices (BPJEPS APT)
- 10h30 : Test de Luc Léger (BPJEPS AF + APT)
- 14h00 : Epreuves de musculation : tractions, squats, développé-couché (BPJEPS AF)
- 16h00 : Suivi de cours collectif (BPJEPS AF)
- 17h00 : Annonce des résultats et réunion d'information sur la formation aux 2 BPJEPS

Nous restons bien entendu à votre écoute pour toute question relative à votre projet de formation. Dans l'attente de vous rencontrer très prochainement, nous vous souhaitons une bonne préparation pour ces TEP N° 2 et N° 3.

Sportivement,

Hervé FILLON,  
Directeur du CFA

06 71 99 62 03  
[herve@s-teamformations.fr](mailto:herve@s-teamformations.fr)

## INSCRIPTION TEP N° 2 ET N°3 BP AF ET APT JUIN - JUILLET

*Cochez 2 cases selon votre choix*

- TEP pour le BPJEPS ACTIVITES DE LA FORME (AF)
- TEP pour le BPJEPS ACTIVITES PHYSIQUES POUR TOUS (APT)
- TEP pour les 2 BPJEPS (AF + APT)
  
- 22/6 à St-Laurent-du-Maroni (que APT)     28/6 à Cayenne (AF + APT)
- 6/7 à St-Laurent-du-Maroni (que APT)     11/7 à Cayenne (AF + APT)

Nom : ..... Prénom : .....

Nom de jeune fille : ..... Date de naissance : .....

Lieu de naissance : ..... Numéro de dép<sup>t</sup> de naissance : .....

Nationalité : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

N° Tél. fixe : ..... N° Tél. portable : .....

Adresse e-mail : .....

Diplôme le plus élevé obtenu : .....

Photo  
d'identité  
à coller  
pour la  
numérisation

Le jour des TEP PARCOURSUP, il faudra régler le montant correspondant aux frais d'organisation en espèces ou par chèque (libellé à l'ordre de S-TEAM FORMATIONS) ; le paiement sera à donner à 8h30 au moment de la vérification des pièces d'identité des candidats inscrits.

Tarifs des TEP PARCOURSUP :

- TEP APT seul : 30€
- TEP AF seul : 30€
- TEP AF + APT : 50€

Si on a déjà participé aux premiers TEP du mois d'avril, l'inscription aux TEP n° 2 et n° 3 est gratuite.

***Le jour des épreuves :***

👉 ***AVOIR sa Pièce d'identité (carte nationale d'identité, passeport, carte de séjour)***

👉 ***PREVOIR une tenue de sport adaptée, une serviette et une bouteille d'eau***

## PRESENTATION **TEP BPJEPS ACTIVITES PHYSIQUES POUR TOUS**

Le candidat doit satisfaire aux Tests d'Exigences Préalables à l'entrée en formation (TEP), qui consistent pour le BPJEPS APT en 2 épreuves : un parcours d'habiletés motrices et un test de Luc Léger. Attention : ces 2 épreuves sont éliminatoires !

### ① Le parcours d'habiletés motrices

Ce parcours consiste en l'enchaînement de 22 ateliers, dans un temps strictement inférieur (pénalités comprises) à 1 minute 46 pour les hommes et 2 minutes 06 pour les femmes ; des bonifications sont accordées pour les candidats âgés de plus de 40 ans. Toute erreur dans le parcours entraîne 5 secondes de pénalité. Le parcours se déroule sans interruption entre les 22 ateliers, et obligatoirement dans l'ordre prévu. Tout atelier doit forcément être réalisé.

Les 22 ateliers : 1) course à pied sur 8m ; 2) franchissement de la première haie ; 3) course à pied sur 6m ; 4) passage de rivière ; 5) course de vitesse sur 6m ; 6) franchissement de la deuxième haie ; 7) course de vitesse sur 13m ; 8) contournement du plot A ; 9) course de vitesse sur 5m ; 10) lancer de balles ; 11) course de vitesse sur 10m ; 12) contournement du plot B ; 13) course de vitesse sur 5m ; 14) slalom en dribble à la main avec un ballon de basket ; 15) slalom en dribble au pied avec un ballon de football ; 16) course sur 5m ; 17) contournement du plot B ; 18) course sur 2m ; 19) passage en équilibre sur une poutre placée au sol ; 20) roulade avant ; 21) lancer de médecine-balls ; 22) course en slalom sur 55m.

### ② Le test de Luc Léger

Le test de Luc Léger est une épreuve qui teste principalement l'endurance à l'effort prolongé avec variation d'intensité. C'est un test progressif qui consiste à courir en effectuant des allers-retours d'une ligne à l'autre, selon le rythme indiqué par des « bips » sonores. Les 2 lignes, délimitées et matérialisées au sol, sont distantes de 20m l'une de l'autre. L'épreuve consiste donc à réaliser des allers et retours à des vitesses progressivement accélérées. Les TEP pour le BPJEPS Activités Physiques Pour Tous imposent d'atteindre **la fin du palier 6 pour les femmes et la fin du palier 8 pour les hommes**.

## PRESENTATION TEP BPJEPS ACTIVITES DE LA FORME

Le candidat doit satisfaire aux Tests d'Exigences Préalables à l'entrée en formation (TEP), qui consistent pour le BPJEPS AF en 3 épreuves : le test de Luc Léger, les 3 épreuves de musculation pour l'option FORCE, le suivi de cours collectif pour l'option FORME. Attention : ces 3 épreuves sont éliminatoires !

① **Le test de Luc Léger :** Le test de Luc Léger est une épreuve qui teste principalement l'endurance à l'effort prolongé avec variation d'intensité. C'est un test progressif qui consiste à courir en effectuant des allers-retours d'une ligne à l'autre, selon le rythme indiqué par des « bips » sonores. Les 2 lignes, délimitées et matérialisées au sol, sont distantes de 20m l'une de l'autre. L'épreuve consiste donc à réaliser des allers et retours à des vitesses progressivement accélérées. Les TEP pour le BPJEPS Activités de la Forme imposent d'atteindre **la fin du palier 7 pour les femmes et la fin du palier 9 pour les hommes.**

② **Les 3 épreuves de musculation :** Les TEP imposent de réussir un nombre minimum de répétitions sur 3 mouvements de base en musculation ; en cas d'échec, le candidat est éliminé et ne peut pas continuer les autres épreuves. Le tableau ci-après détaille ces prérequis :

Mouvements	Femmes	Nombre minimum de répétitions	Hommes	Nombre minimum de répétitions
Tractions	Prise de mains au choix	1	Prise de mains au choix	6
Squat	75% du poids de corps	5	110% du poids de corps	6
Développé Couché	40% du poids de corps	4	80% du poids de corps	6

③ **Le suivi de cours collectif :** Les candidats sont regroupés dans la salle de fitness et doivent, sur les indications d'un professeur diplômé, suivre un cours en reproduisant des éléments techniques simples et en ajustant leur prestation en fonction des indications verbales et gestuelles qui leur sont données. Cette démonstration technique, d'une durée de 60 minutes, comprend :

- 10 minutes d'échauffement collectif,
- 20 minutes de step (chorégraphie exécutée à un rythme de 128 à 132 BPM),
- 20 minutes de renforcement musculaire (squats, pompes, fentes, gainage),
- 10 minutes de retour au calme sur des positions d'étirement déterminées (flexion du buste, chien tête en bas, planche debout sur un pied).

Les candidats sont observés durant toute la durée du cours par plusieurs évaluateurs qui vérifient s'ils sont capables de mémoriser et de reproduire des enchaînements simples ; plus particulièrement, ils contrôlent le respect du rythme (relation musique - mouvement), le respect de l'exécution du mouvement (bons gestes) et le respect de la posture (bon placement corporel). En fonction de l'ensemble de ces critères, ils attribuent une note sur 20, et il faut obtenir une note minimum de 10/20 pour valider les TEP en cours collectif.