

**ANNEXE IV**

**EXIGENCES PREALABLES A L'ENTREE EN FORMATION**

Les exigences préalables ont pour but de vérifier les compétences du candidat à suivre le cursus de formation lui permettant d'accéder à la mention « activités gymniques » du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS) spécialité « éducateur sportif ».

**Les exigences préalables à l'entrée en formation du BPJEPS spécialité « éducateur sportif » mention « activités gymniques » sont les suivantes :**

Le(la) candidat(e) doit :

- être titulaire de l'une des attestations de formation relative au secourisme suivante :
  - « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC1) ou « attestation de formation aux premiers secours » (AFPS) ;
  - « premiers secours en équipe de niveau 1 » (PSE 1) en cours de validité ;
  - « premiers secours en équipe de niveau 2 » (PSE 2) en cours de validité ;
  - « attestation de formation aux gestes et soins d'urgence » (AFGSU) de niveau 1 ou de niveau 2 en cours de validité ;
  - « certificat de sauveteur secouriste du travail (SST) » en cours de validité.
- présenter un certificat médical de non contre-indication de la pratique des « activités gymniques » datant de moins d'un an à la date de l'entrée en formation ;
- être capable de réaliser des gestes techniques de base communs aux activités au moyen d'un test technique consistant en la réalisation d'un enchaînement libre composé des éléments proposés suivants :

- **Test technique d'entrée en formation, option « activités gymniques acrobatiques » :** le(la) candidat(e) réalise un enchaînement d'une durée de 30 secondes maximum intégrant les 5 éléments techniques présentés dans le tableau figurant en annexe IV-A. Le(la) candidat(e) doit valider au moins 4 des 5 éléments techniques. Un élément est validé lorsque les deux critères de réussite sont certifiés.
- **Test technique d'entrée en formation, option « gymnastique rythmique » :** le(a) candidat(e) réalise un enchaînement d'une durée de 30 secondes maximum avec l'engin au choix parmi les 5 possibles figurant dans le tableau en annexe IV-B. Le(a) candidat(e) doit valider au moins 3 des 5 éléments techniques.  
Un élément est validé lorsque le critère de réussite est certifié.

**Dispense du test technique à l'entrée en formation :** les qualifications permettant au candidat d'être dispensé du test technique à l'entrée en formation sont mentionnées en annexe VI « dispenses et équivalences ».

## Test d'entrée en formation - option activités gymniques acrobatiques

Le candidat réalise un enchaînement d'une durée de 30 secondes maximum intégrant les 5 éléments techniques présentés ci dessous. Le candidat doit valider au moins 4 éléments sur 5. Pour qu'un élément soit validé, les 2 critères de réussite doivent être certifiés.

Définition	Dessin de l'élément technique	Critères de réussite
<b>Roue</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* réaliser la roue sur une ligne</li> <li>* garder les bras tendus</li> </ul>
<b>Appui tendu renversé</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* garder les bras aux oreilles pendant toute la réalisation</li> <li>* s'élever à l'ATR revenir en fente</li> </ul>
<b>Roulade avant</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* poussée complète des jambes avant de faire la roulade</li> <li>* poser la nuque sur le sol</li> </ul>
<b>Saut droit</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* effectuer une flexion puis extension complète des jambes.</li> <li>* maintenir le ventre creux</li> </ul>
<b>Roulade arrière bras et jambes tendues</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* faire la roulade arrière bras tendus pendant tout l'exercice</li> <li>* faire la roulade arrière jambes tendues</li> </ul>

Test technique d'entrée en formation - option gymnastique rythmique

**CORDE**

**CRITERES  
DE REUSSITE**

Le candidat réalise un enchaînement d'une durée de 30s maximum avec 1 engin au choix parmi les 5 possibles. Le candidat doit valider au moins 3 éléments techniques sur les 5 présentés ci-dessous pour l'engin choisi.

1 balancer frontaux corde tenue un bout dans chaque main



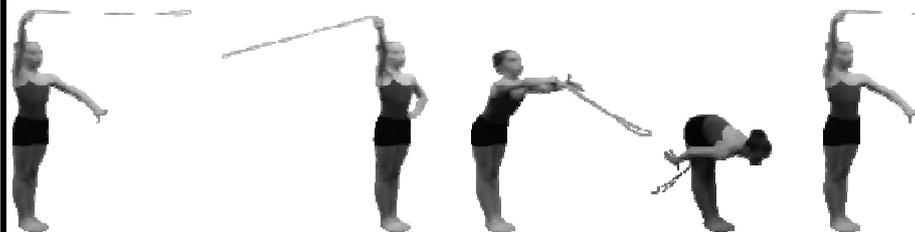
réaliser l'élément en respectant le plan et la ligne de la corde

2 sautiller pieds joints avant et arrière



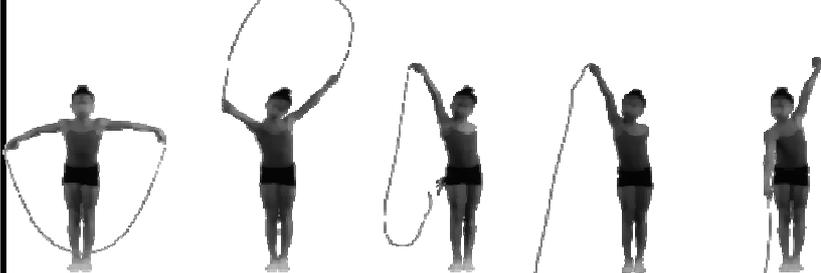
réaliser l'élément en gardant bras et jambes tendues

3 rotation horizontale au dessus de la tête et transmission derrière les jambes



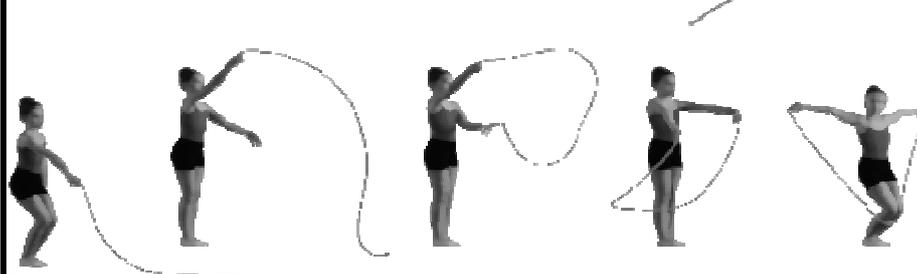
réaliser l'élément en gardant le plan horizontal et la corde allongée

4 échapper un bout dans le dos et le poser au sol



réaliser l'élément en gardant la corde allongée

5 remonter un bout de la corde posé au sol



réaliser l'élément en rattrapant le nœud

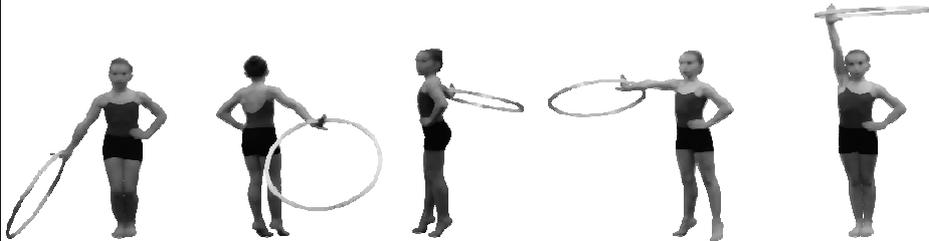
Test technique d'entrée en formation - option gymnastique rythmique

**CERCEAU**

**CRITERES  
DE REUSSITE**

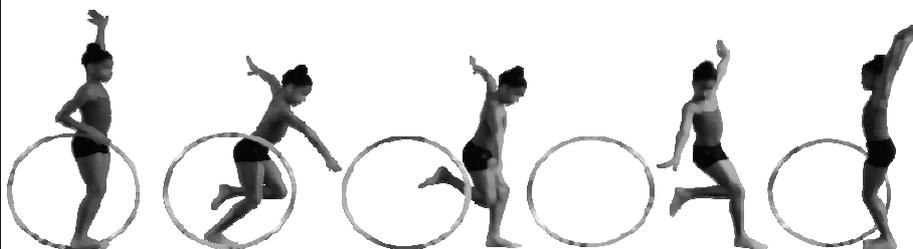
Le candidat réalise un enchaînement d'une durée de 30s maximum avec 1 engin au choix parmi les 5 possibles. Le candidat doit valider au moins 3 éléments techniques sur les 5 présentés ci-dessous pour l'engin choisi.

enclenchement et rotations horizontales



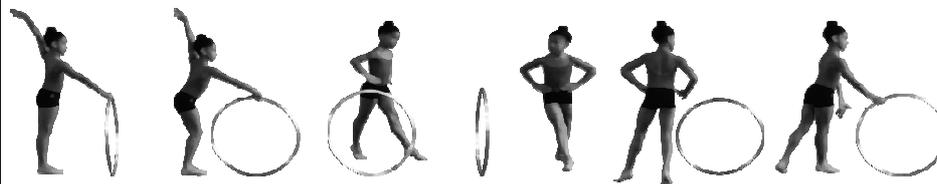
réaliser  
l'élément en  
gardant le  
cerceau  
horizontal

rouler le cerceau au sol, le rattraper après une petite course



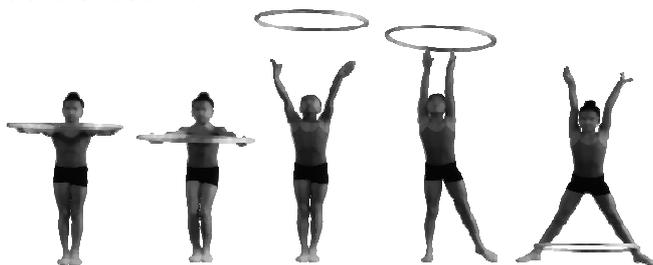
réaliser  
l'élément en  
roulant de  
façon linéaire

toupie au sol



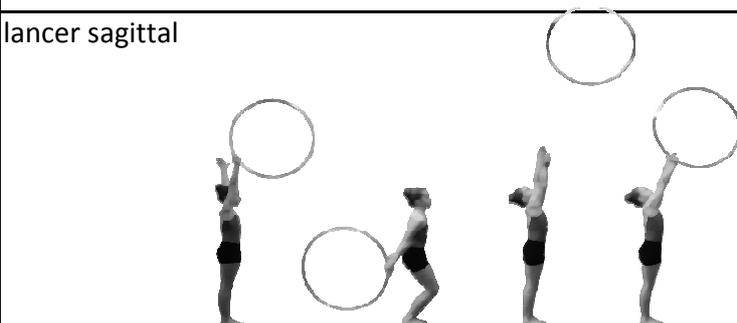
faire le tour du  
cerceau en  
gardant la  
rotation du  
cerceau au sol  
(toupie)

lancer à plat entrer dedans



réaliser  
l'élément en  
gardant le  
cerceau à  
l'horizontale

lancer sagittal



réaliser  
l'élément en  
gardant le plan  
du cerceau

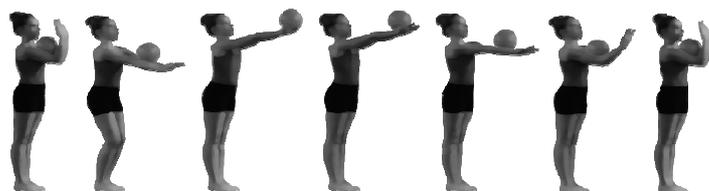
Test technique d'entrée en formation - option gymnastique rythmique

**BALLON**

**CRITERES  
DE REUSSITE**

Le candidat réalise un enchaînement d'une durée de 30s maximum avec 1 engin au choix parmi les 5 possibles. Le candidat doit valider au moins 3 éléments techniques sur les 5 présentés ci-dessous pour l'engin choisi.

circumduction sagittale une main



réaliser l'élément en respectant la prise du ballon

rebond passif et actif avec changement de rythme (au moins 3)



réaliser l'élément en accompagnant le ballon avec les doigts

rouler au sol



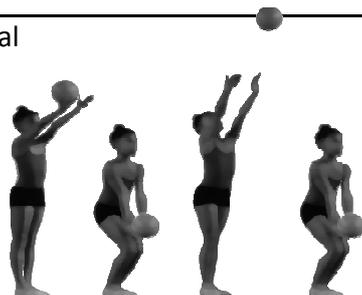
rouler le ballon de façon rectiligne

rouler sur 2 bras



réaliser l'élément en roulant le ballon sur bras tendus

lancer avec élan sagittal



réaliser l'élément sans se déplacer

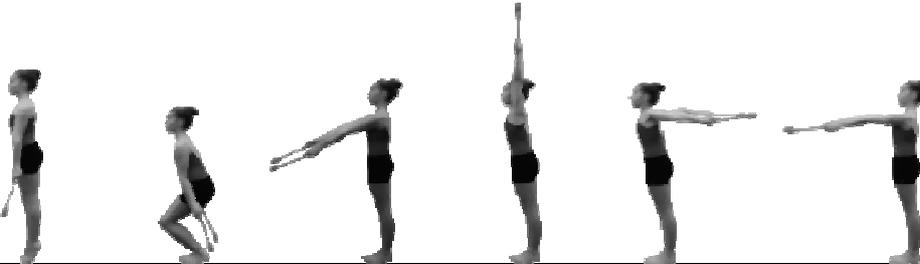
Test technique d'entrée en formation - option gymnastique rythmique

**MASSUES**

**CRITERES  
DE REUSSITE**

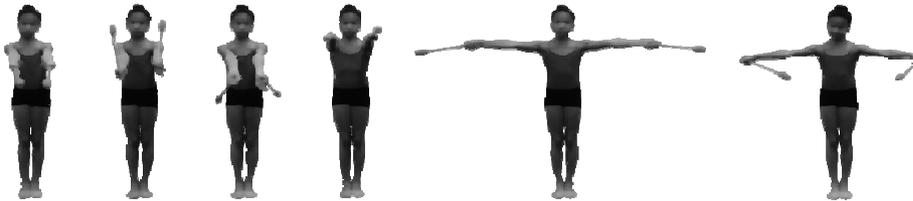
Le candidat réalise un enchaînement d'une durée de 30s maximum avec 1 engin au choix parmi les 5 possibles. Le candidat doit valider au moins 3 éléments techniques sur les 5 présentés ci-dessous pour l'engin choisi.

circumduction une massue dans chaque main sens inverse et même sens



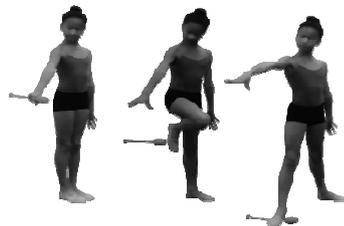
réaliser l'élément en gardant les massues dans le prolongement du bras

séries de petits cercles



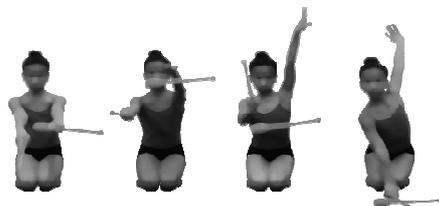
réaliser l'élément en gardant les massues dans le plan sagittal puis horizontal prise libre dans la main.

rattraper la massue avec le pied



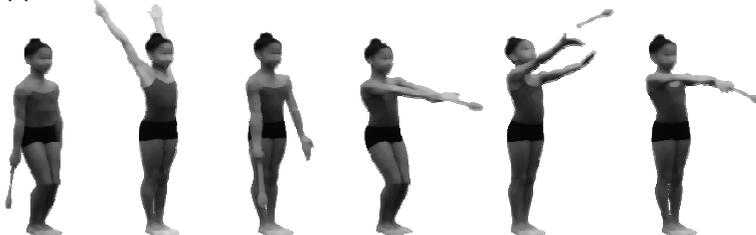
réaliser l'élément en rattrapant la massue sans se déplacer

échappé une massue attraper avec l'autre au sol



rattraper la massue en la bloquant sans rebond

échappé ou lancer avec massue à l'horizontale



réaliser l'élément en gardant la massue à l'horizontale

Test technique d'entrée en formation - option gymnastique rythmique

**RUBAN**

**CRITERES  
DE REUSSITE**

Le candidat réalise un enchaînement d'une durée de 30s maximum avec 1 engin au choix parmi les 5 possibles. Le candidat doit valider au moins 3 éléments techniques sur les 5 présentés ci-dessous pour l'engin choisi.

circumductions frontales et sagittales



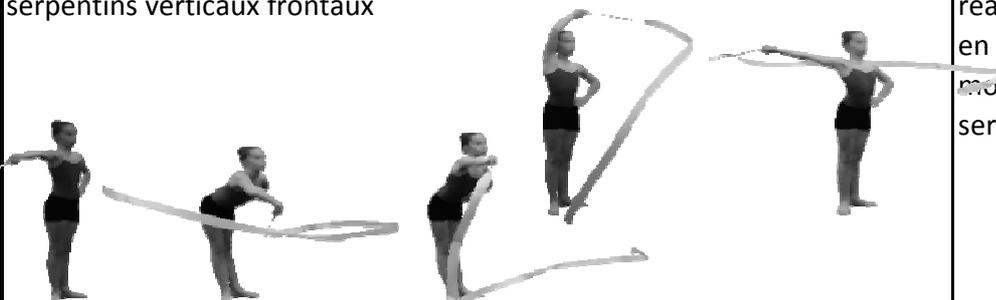
réaliser l'élément en gardant le ruban dans les plans indiqués

grand mouvement en huit horizontal



réaliser l'élément en gardant la baguette dans le prolongement du bras

serpentins verticaux frontaux



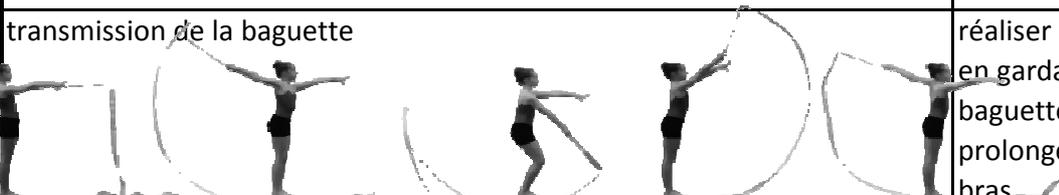
réaliser l'élément en formant au moins 3 serpentins

spirales en reculant et avec demi tour



réaliser l'élément en formant au moins 3 spirales

transmission de la baguette



réaliser l'élément en gardant la baguette dans le prolongement du bras

