

# RAN PRO SPORT ET ANIMATION

FORMACODES: 15436, 42805 - ROME: G1204 - NSF: 335

MAXEVILLE (54)



## DATES:

Du 03 mai au 29 juin 2021

## LIEU DE FORMATION

1 rue Paul Langevin  
ZAC St Jacques II  
54320 MAXEVILLE

## CONTACTS:

Coordonnateur de  
formation :  
Quentin REGULAIRE  
qregulaire@cles-sport.com  
06.58.50.66.22

Référent administratif :  
Sabin BONGOS  
sbongos@cles-sport.com  
03.83.54.31.98

Référent  
socioprofessionnel  
et handicap :  
Sophia GOUTKIDIS  
sgoutkidis@cles-sport.com  
03.83.54.62.72

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

Se préparer à l'entrée en formation BPJEPS dans les mentions "Activités de la forme" et "Activités Aquatiques et de la Natation", et réunir tous les prérequis:

- Valider les diplômes de secourisme nécessaires (PSE1, BNSSA)
- Acquérir le niveau sportif (condition physique, technique) permettant de valider les tests d'exigences préalables
- Trouver une entreprise d'accueil pour la professionnalisation
- Maîtriser les compétences de base (français, maths et informatique) permettant de suivre une formation de niveau 4

## ET APRÈS...

A l'issue de la formation, le candidat devra passer les concours d'entrée des organismes de formation de son choix pour poursuivre en formation qualifiante vers les diplômes suivants:

- BPJEPS "Activités de la forme" permettant d'accéder au métier de coach sportif.
- BPJEPS "Activités aquatiques et de la Natation" permettant d'accéder au métier de maître-nageur sauveteur

Une insertion directe dans l'emploi, vers le métier de sauveteur aquatique, est possible. Ce dernier assure la surveillance des lieux de baignades en structure privée ou public. Il est le garant de la sécurité des biens et des personnes.

TAUX DE SATISFACTION\*

85%

REUSSITE AU  
DIPLOME PSE1\*

85%

REUSSITE AU  
DIPLOME  
BNSSA\*

100%

des candidats ayant un  
projet BPJEPS AAN

POURSUITE DE PARCOURS  
FORMATION/EMPLOI\*

85%

## INSCRIPTIONS

www.cles-sport.com

## CONDITIONS D'ADMISSION

- Être inscrit comme demandeur d'emploi
- Avoir un projet (PPAE) validé par conseiller en évolution professionnelle (Pôle Emploi, Cap Emploi, Mission Locale, etc.)

## PUBLIC

Demandeur d'emploi  
Priorité aux publics de niveau infra 4

## PRÉ REQUIS

- Niveau collègue en langue française
- Être bon nageur (Test à valider)
- Avoir une bonne acuité visuelle (cf. certificat médical)

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ET ALTERNANCE

Formation en présentiel composée d'ateliers mêlant théorie et mise en pratique, ainsi que d'entraînements sportifs.  
Inclues, deux périodes de stage:  
- dans le domaine des activités aquatiques  
- dans le domaine des activités de la forme

## VOLUME HORAIRE GLOBAL

210 heures en centre  
70 heures en entreprise

## COÛT DE LA FORMATION

Formation prise en charge par la région Grand Est

## RÉMUNÉRATION

Selon statut et éligibilité. Prendre contact avec le référent socio-professionnel

## TESTS DE SÉLECTION

- Epreuve écrite: Rédaction d'une synthèse à partir d'une vidéo de 25 minutes et QCM de connaissances générales et sportives
- Epreuve orale: Entretien portant sur les motivations et le projet professionnel du candidat
- Epreuves physiques:
  - 400m nage libre à réaliser en moins de 9 minutes
  - Test d'apnée sur 15m
  - Test d'endurance Luc Léger
  - Suivi d'un cours de type fitness

## PROGRAMME ET OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

### MF 1 - TECHNIQUES DE NAGE (31 heures)

Utiliser les techniques natatoires du crawl en vue de réaliser un 800m en moins de 16 minutes - Comprendre les fondamentaux de l'entraînement en natation - Comprendre et appliquer les règles de sécurité dans les activités aquatiques

### MF 2 - PSE1 (35 heures)

EC de remplir les obligations du secourisme - EC de décrire la chaîne des secours - Garantir sa sécurité et celle d'autrui lors d'une urgence - EC de gérer les problématiques d'urgence - EC d'alerter les secours

### MF 3 - ACTIVITES DE LA FORME (65 heures)

Acquérir le niveau de force et souplesse, de coordination et d'endurance pour réaliser les épreuves des prérequis de la mention A et B du BPJEPS AF (A: "Cours collectif", B: "Haltérophilie, musculation") - Acquérir les comportements sécuritaires dans les activités de la forme

### MF 4 - BNSSA (42 heures)

EC de respecter le cadre légal du BNSSA - Maîtriser les techniques de sauvetage aquatique - Comprendre les fondamentaux du plan d'organisation des secours

### MF 5 - TRE FOLIO (12 heures)

Maîtriser les techniques de base de la recherche d'emploi (Rédaction CV, lettre de motivation) - Identifier les circuits de recrutement dans le domaine professionnel visé

### MF 6 - COMPÉTENCES DE BASE (30 heures)

Maîtriser les bases du traitement de texte, de la présentation diaporama et les fonctionnalités d'une messagerie - EC de s'exprimer de manière structurée - Maîtriser les 4 opérations de base

## CERTIFICATIONS

### PSE1

Le diplôme du PSE1 s'obtient au bout de 35 heures de formation - L'évaluation s'effectue sur la base d'un cas pratique autour de la prise en charge d'une victime.

### BNSSA

Le diplôme du BNSSA s'obtient par la validation de 4 épreuves (arrêté du 22 juin 2011 modifiant l'arrêté du 23 janvier 1979 fixant les modalités de délivrance du brevet national de sécurité et de sauvetage aquatique) :

- Epreuve n°1: Parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 mètres en moins de 2 minutes 40 secondes
- Epreuve n°2: Parcours de sauvetage avec palmes, masque et tuba sur 250 mètres en moins de 4 minutes et 20 secondes
- Epreuve n°3: Secours à une personne en milieu aquatique
- Epreuve n°4: QCM de 45 minutes

### CENTRE LORRAIN D'ÉDUCATION PAR LE SPORT

Association loi 1901 N° 015163 enregistrée à la préfecture de Meurthe-et-Moselle  
SIRET 452 444 300 00043 - OF N°4154 02 311 54 -  
UAI0542541U  
1 rue Paul Langevin - ZAC St Jacques II - 54320 Maxéville  
www.cles-sport.com



# RAN PRO SPORT ET ANIMATION

FORMACODES: 15436, 42805 - ROME: G1204 - NSF: 335

MAXEVILLE (54)



## DATES:

Du 03 mai au 29 juin 2021

## LIEU DE FORMATION

1 rue Paul Langevin  
ZAC St Jacques II  
54320 MAXEVILLE

## CONTACTS:

Coordonnateur de  
formation :  
Quentin REGULAIRE  
qregulaire@cles-sport.com  
06.58.50.66.22

Référent administratif :  
Sabin BONGOS  
sbongos@cles-sport.com  
03.83.54.31.98

Référent  
socioprofessionnel  
et handicap :  
Sophia GOUTKIDIS  
sgoutkidis@cles-sport.com  
03.83.54.62.72

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

Se préparer à l'entrée en formation BPJEPS dans les mentions "Activités de la forme" et "Activités Aquatiques et de la Natation", et réunir tous les prérequis:

- Valider les diplômes de secourisme nécessaires (PSE1, BNSSA)
- Acquérir le niveau sportif (condition physique, technique) permettant de valider les tests d'exigences préalables
- Trouver une entreprise d'accueil pour la professionnalisation
- Maîtriser les compétences de base (français, maths et informatique) permettant de suivre une formation de niveau 4

## ET APRÈS...

A l'issue de la formation, le candidat devra passer les concours d'entrée des organismes de formation de son choix pour poursuivre en formation qualifiante vers les diplômes suivants:

- BPJEPS "Activités de la forme" permettant d'accéder au métier de coach sportif.
- BPJEPS "Activités aquatiques et de la Natation" permettant d'accéder au métier de maître-nageur sauveteur

Une insertion directe dans l'emploi, vers le métier de sauveteur aquatique, est possible. Ce dernier assure la surveillance des lieux de baignades en structure privée ou public. Il est le garant de la sécurité des biens et des personnes.

TAUX DE SATISFACTION\*

85%

REUSSITE AU  
DIPLOME PSE1\*

85%

REUSSITE AU  
DIPLOME  
BNSSA\*

100%

des candidats ayant un  
projet BPJEPS AAN

POURSUITE DE PARCOURS  
FORMATION/EMPLOI\*

85%

## INSCRIPTIONS

www.cles-sport.com

## CONDITIONS D'ADMISSION

- Être inscrit comme demandeur d'emploi
- Avoir un projet (PPAE) validé par conseiller en évolution professionnelle (Pôle Emploi, Cap Emploi, Mission Locale, etc.)

## PUBLIC

Demandeur d'emploi  
Priorité aux publics de niveau  
infra 4

## PRÉ REQUIS

- Être bon nageur (Test à valider)
- Avoir une bonne acuité visuelle (cf. certificat médical)

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ET ALTERNANCE

Formation en présentiel composée d'ateliers mêlant théorie et mise en pratique, ainsi que d'entraînements sportifs.  
Inclues, deux périodes de stage:  
- dans le domaine des activités aquatiques  
- dans le domaine des activités de la forme

## VOLUME HORAIRE GLOBAL

210 heures en centre  
70 heures en entreprise

## COÛT DE LA FORMATION

Formation prise en charge par la région Grand Est

## RÉMUNÉRATION

Selon statut et éligibilité. Prendre contact avec le référent socio-professionnel

## TESTS DE SÉLECTION

- Epreuve écrite: Rédaction d'une synthèse à partir d'une vidéo de 25 minutes et QCM de connaissances générales et sportives
- Epreuve orale: Entretien portant sur les motivations et le projet professionnel du candidat
- Epreuves physiques:
  - 400m nage libre à réaliser en moins de 9 minutes
  - Test d'apnée sur 15m
  - Test d'endurance Luc Léger
  - Suivi d'un cours de type fitness

## PROGRAMME ET OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

### MF 1 - TECHNIQUES DE NAGE (31 heures)

Utiliser les techniques natatoires du crawl en vue de réaliser un 800m en moins de 16 minutes - Comprendre les fondamentaux de l'entraînement en natation - Comprendre et appliquer les règles de sécurité dans les activités aquatiques

### MF 2 - PSE1 (35 heures)

EC de remplir les obligations du secourisme - EC de décrire la chaîne des secours - Garantir sa sécurité et celle d'autrui lors d'une urgence - EC de gérer les problématiques d'urgence - EC d'alerter les secours

### MF 3 - ACTIVITES DE LA FORME (65 heures)

Acquérir le niveau de force et souplesse, de coordination et d'endurance pour réaliser les épreuves des prérequis de la mention A et B du BPJEPS AF (A: "Cours collectif", B: "Haltérophilie, musculation") - Acquérir les comportements sécuritaires dans les activités de la forme

### MF 4 - BNSSA (42 heures)

EC de respecter le cadre légal du BNSSA - Maîtriser les techniques de sauvetage aquatique - Comprendre les fondamentaux du plan d'organisation des secours

### MF 5 - TRE FOLIO (12 heures)

Maîtriser les techniques de base de la recherche d'emploi (Rédaction CV, lettre de motivation) - Identifier les circuits de recrutement dans le domaine professionnel visé

### MF 6 - COMPÉTENCES DE BASE (30 heures)

Maîtriser les bases du traitement de texte, de la présentation diaporama et les fonctionnalités d'une messagerie - EC de s'exprimer de manière structurée - Maîtriser les 4 opérations de base

## CERTIFICATIONS

### PSE1

Le diplôme du PSE1 s'obtient au bout de 35 heures de formation - L'évaluation s'effectue sur la base d'un cas pratique autour de la prise en charge d'une victime.

### BNSSA

Le diplôme du BNSSA s'obtient par la validation de 4 épreuves (arrêté du 22 juin 2011 modifiant l'arrêté du 23 janvier 1979 fixant les modalités de délivrance du brevet national de sécurité et de sauvetage aquatique) :

- Epreuve n°1: Parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 mètres en moins de 2 minutes 40 secondes
- Epreuve n°2: Parcours de sauvetage avec palmes, masque et tuba sur 250 mètres en moins de 4 minutes et 20 secondes
- Epreuve n°3: Secours à une personne en milieu aquatique
- Epreuve n°4: QCM de 45 minutes

### CENTRE LORRAIN D'ÉDUCATION PAR LE SPORT

Association loi 1901 N° 015163 enregistrée à la préfecture de Meurthe-et-Moselle  
SIRET 452 444 300 00043 - OF N°4154 02 311 54 -  
UAI0542541U  
1 rue Paul Langevin - ZAC St Jacques II - 54320 Maxéville  
www.cles-sport.com

