

ANNEXE DE L'ARRETE DU 2 MAI 2000 * modifiant l'arrêté du 20 juillet 1997 relatif à l'examen spécifique du brevet d'Etat d'éducateur sportif du premier degré option métiers de la forme

ANNEXE I

Barème de l'épreuve de force

- Epreuve de force endurance

Mouvement de développé couché : 20 répétitions à 60 % de la force maximale (un point par répétition).

Mouvement de squat : 10 répétitions à 80 % de la force maximale (deux points par répétition).

- Epreuve d'endurance force

Mouvement de développé couché : 60 répétitions à 35 % de la force maximale pour les candidates, et 40 % pour les candidats (un point pour trois répétitions).

Mouvement de squat : 60 répétitions à 40 % de la force maximale (un point par répétition pour les 40 premières répétitions ; un point pour deux répétitions pour les 20 dernières répétitions).

Le critère technique est évalué par la non comptabilisation des répétitions non correctement effectuées en regard de la technique prise en référence.

ANNEXE II

**Pré requis technique et physique
(brevet d'Etat d'éducateur sportif du 1^{er} degré, option métiers de la forme)**

Ces tests sont organisés dans le cadre du service public de formation, et validés par le directeur régional de la jeunesse, des sports et des loisirs.

I - TESTS PHYSIQUES :

Seuls les candidats ayant satisfait a chacune des épreuves des tests physiques pourront se présenter au test technique.

1) Épreuve de musculation :

Elle est composée des trois exercices détaillés ci-dessous :

Candidats	Squat	Développé couché	Traction à la barre fixe
Hommes	<p>Être capable d'effectuer une répétition avec une charge correspondant à 1,3 fois le poids de corps.</p> <p>Le mouvement consiste à :</p> <ul style="list-style-type: none"> - fléchir les jambes, cuisses au moins parallèles au sol. - pousser sur les jambes avec une extension complète sans déplacer les pieds. 	<p>Être capable d'effectuer une répétition avec une charge correspondant au poids de corps.</p> <p>Le mouvement consiste à :</p> <ul style="list-style-type: none"> - abaisser la barre au contact de la poitrine, - élever la barre avec une extension complète des deux bras - conserver les muscles fessiers en contact avec le banc. 	<p>Être capable d'effectuer 3 répétitions, mains en pronation, en amenant la nuque au contact de la barre, avant bras à la verticale.</p> <p>Extension complète des coudes au départ et entre chaque répétition.</p>
Femmes	<p>Être capable d'effectuer une répétition avec une charge correspondant au poids de corps.</p> <p>Mouvement identique à celui des hommes.</p>	<p>Être capable d'effectuer une répétition avec une charge correspondant à 0,4 fois le poids de corps.</p> <p>Mouvement identique à celui des hommes.</p>	<p>Être capable d'effectuer une répétition, mains en supination ; en amenant le menton au-dessus de la barre.</p> <p>Extension complète des coudes au départ de l'exercice.</p>

N.B. Il sera prévu pour chaque candidat un temps d'échauffement et de réglage des appareils avant chaque exercice. Le candidat doit satisfaire à chacun des trois exercices et ne dispose à chaque fois que d'une tentative.

2) **Épreuve de course navette : test de « Luc LÉGER »**
(palier d'une minute, version 1998)

La performance exigée au test navette de «Luc LÉGER » correspond pour les hommes au palier n°8 et pour les femmes au palier n°7.

II – TEST TECHNIQUE :

Il est établi sur la base d'un suivi de cours collectif en musique composé de trois parties enchaînées successivement d'une durée totale de 45 minutes à une heure.

- a) 15 à 20 mn d'échauffement et de renforcement musculaire
- b) 15 à 20 mn d'activation cardio-vasculaire de type L.I.A.
- c) 15 à 20 mn d'étirement musculaire

Le suivi de cours s'effectue avec un groupe maximum de 20 candidats évalué par un jury de cinq personnes dont une assurera l'animation.

Le jury vérifie les capacités physiques et démonstratives de chaque candidat appréciées en terme de qualité :

- a) de coordination segmentaire et particulièrement celle associant les bras et les jambes dans le mouvement,
- b) de placement corporel dans le respect de l'intégrité physique,
- c) d'exécution du mouvement dans le respect de la musique et plus particulièrement de la pulsation.

L'évaluation s'effectue à partir du tableau suivant :

OBSERVABLES RELATIFS A L'ÉPREUVE DE SUIVI DE COURS COLLECTIF EN MUSIQUE

Profils :	Qualités de coordination	Qualités de placement corporel	Relation musique / mouvement
1 Débutant	<ul style="list-style-type: none"> ■ Grande difficulté à coordonner les mouvements des jambes avec les mouvements des bras. ■ Absence de dissociation des bras et des jambes. 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Incapacité à reproduire l'exercice ■ Non-respect des consignes d'exécution verbales ou gestuelles (forme et direction de l'exercice), notamment en ce qui concerne le placement. <p>Par exemple :</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Relation pulsation mouvement aléatoire ■ Débute l'exercice systématiquement en retard.

		<ul style="list-style-type: none"> - bassin en antéversion ou en rétroversion, - hyper cyphose dorsale, - hyper lordose lombaire... - genoux en dedans de l'axe hanches-chevilles dans les squats ou jumping jack <p>■ Reproduction non conforme de l'exercice démontré (forme, amplitude...)</p>	
2 Initié	<p>Coordination en "association" (ou de type "compatible"), de mouvements des membres inférieurs et supérieurs.</p> <p>Les bras sont mobilisés dans le sens du mouvement :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ simultanément, en parallèle ou en opposition ■ alternativement 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Reproduction conforme de l'exercice démontré (forme, amplitude...) ■ Placement conforme aux indications verbales ou gestuelles de l'animateur ■ Recherche à améliorer sa réponse en fonction des indications de l'animateur (1 ou 2 erreurs en début d'exercice sont acceptables) 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Constance de la relation mouvement-pulsation (1 ou 2 erreurs en début d'exercice sont acceptables)
3 de confirmé à avancé	<p>Coordination en dissociant les mouvements des membres inférieurs et des membres supérieurs :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ dans des sens différents alternativement, dans un même plan, une même vitesse, puis dans des plans différents... ■ dans des sens différents, les 2 bras en même temps, dans un même plan, une même vitesse... 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Excellente production au niveau technique, placement et amplitude du geste ■ Nuance les réponses 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Excellente relation pulsation-mouvement ■ Bonne traduction de la ligne mélodique par le mouvement ■ Traduction des accents et des nuances de la musique

Pour obtenir la validation de ce test technique, le candidat doit se situer dans le profil n° 2 (initié) acquis pour les trois capacités.

(*) Arrêté publié au JO du 23/05/2000 p.7743