

## PRÉPA SPORTS

### Objectifs :

- Proposer un dispositif de formation préparatoire aux futurs professionnels souhaitant travailler dans les métiers du sport en répondant aux objectifs :
- De préparer les TEP en vue d'un BPJEPS.
- De rechercher sa structure d'alternance pour l'année de BPJEPS
- D'apporter les connaissances et compétences fondamentales et transversales nécessaires pour intégrer une formation d'éducateur sportif.
- D'accompagner la construction du projet professionnel des apprenants vers les métiers du sport et du sport business.
- De développer une culture du sport et une connaissance de l'environnement sportif à la fois théorique mais aussi pratique.

### Public cible :

Notre Prépa Sports est destinée aux personnes souhaitant travailler dans la filière des métiers du sport :

- Issus du système scolaire secondaire à partir de 17 ans, (filères générale, professionnelle et technologique)
- Futurs Etudiants STAPS souhaitant compléter leur dossier Parcoursup,
- En reconversion professionnelle

### Prérequis :

- Être pratiquant régulier d'une ou plusieurs activités sportives.
- Être Issu d'une formation générale, technique ou professionnelle
- Avoir au moins 17 ans

### Déroulement de la formation :

25 semaines de formation de mi-septembre 2024 à fin mai 2025 :

- 500 heures pour la Prépa Sports

Des stages visent à renforcer le projet professionnel et trouver une structure d'accueil en vue de l'alternance :

- Tous les mercredis à partir d'octobre
- 3 périodes de 2 semaines de stage pour un volume d'environ 200 heures viennent compléter la formation ; ces stages se déroulent à la Toussaint, aux vacances de février et aux vacances de printemps.

### Programme de la formation :

Identification du bloc au sein du référentiel	Matières	Objectifs	Compétences associées et capacités évaluées à l'activité
			Être capable de
Connaissances transversales 70h	Sciences Biologiques	Développement et maintien des capacités physiques individuelles tout en assurant la protection des pratiquants	Identifier l'organisation du corps humain
			Comprendre les mécanismes, les métabolismes
			Comprendre les différents systèmes
			Identifier les besoins du corps humain prévenir et sécuriser le corps humain, éducation à l'hygiène de vie
	Sciences Humaines	Education aux valeurs du sport à l'esprit sportif et à la citoyenneté	Comprendre l'histoire du sport et son évolution
			Identifier les acteurs du sport moderne
Comprendre les enjeux psychologiques de la pratique sportive			
Compétences Professionnelles 112h	Coaching en Compétences Professionnelles	Communiquer et s'intégrer dans l'environnement professionnel	Utiliser les outils de communication professionnelle
			Démarcher une structure, un employeur, une alternance
			Finaliser son projet de formation
	Méthodologie	Découvrir les enjeux de l'entraînement sportif	Utiliser les différents outils d'évaluation de la performance sportive
			Comprendre les différentes qualités physiques
			Comprendre les principes de l'entraînement
	Le sport en France	Découvrir le système sportif Français : du législatif à la mise en situation	Comprendre le fonctionnement du sport en France
	Gestion de projet	Comprendre et maîtriser les outils de gestion de projet	L'idée projet
			Les outils de gestion
			L'application et contraintes de mise en oeuvre

Communication 32h	Développement Personnel	Découvrir des outils du développement personnel pour soi puis	Savoir qui je suis pour savoir où je vais  Comprendre et gérer ses émotions
	Médias & Communication	Développer une culture sportive	Identifier et comprendre les différents médias
			Utiliser les différents outils de communication
			Prévenir les risques et dérives des outils de communication
Pratique physique et sportive 236h	Musculation	De la découverte à la performance	Comprendre et réaliser les bons gestes et postures, réaliser une performance
	Fitness		Suivre un cours collectif en maîtrisant les paramètres pour réaliser une performance
	Condition Physique		Découvrir une programmation d'entraînement Apprendre à courir pour réaliser une performance
	Renforcement musculaire stretching		Comprendre et réaliser les bons gestes et postures, Réaliser une performance
	Péda Multisports		Développer une culture du sport - découvrir les fondamentaux de l'animation - réaliser une performance sportive dans plusieurs APS
	Natation (selon les sites IRSS)		Découvrir les fondamentaux de la natation puis s'entraîner pour réaliser une performance
50h	Accompagnement//Spécialisation/Mises en situation BP/Orientation		

### Modalités d'évaluation :

Plusieurs formes d'évaluation sont programmées :

- Dans le cadre de chaque matière, 3 évaluations minimum sont programmées sur chaque semestre à travers des rendus de travail, des exposés, des épreuves de QCM, des épreuves d'écrit rédactionnels, des prises de performance, des passages pédagogiques. Les évaluations peuvent être individuelles ou collectives.

A travers nos examens blancs :

- L'oral de fin de cycle en octobre
- La semaine de spécialisation en décembre
- Le BP Blanc 1 en février
- Le BP Blanc 2 en avril

Lors d'évènements IRSS :

- IRSS Dance et le projet de classe

**Formateurs :**

- Enseignants
- Educateurs Sportifs
- Intervenants professionnels

**Effectif :**

Entre 15 et 34 apprenants maximum en fonction des sites. Selon les effectifs, certains cours s'effectueront en demi groupe.

**Planning de formation :**

- Rentrée :16 septembre 2024 (zone B et C) – 9 septembre 2024 (zone A : Bordeaux, Royan, Poitiers)
- Fin de formation : 23 mai 2025
- Amplitude Horaire possible : de 8h à 17h30 à titre indicatif. Des travaux et commandes ponctuels peuvent nécessiter de dépasser ces horaires habituels. Le mercredi libéré afin de favoriser l'engagement associatif et les stages.

**Lieux de formation :**

- IRSS ANGERS : 229, rue du Dr Guichard. 49000 Angers
- IRSS BORDEAUX : 29, rue de l'Ecole Normale, 33200 Bordeaux
- IRSS BREST : Rue Edouard Belin - 29200 Brest
- IRSS CAEN : 147 rue de la Délivrante - 14000 Caen
- IRSS CHOLET : Eurespace, Rue Eugène Brémond - 49300 Cholet
- IRSS LE MANS : Immeuble Newton, 47 Av. Frédéric Auguste Bartholdi - 72000 Le Mans
- IRSS NANTES : Île de Nantes, 10 bis rue René Viviani - 44200 Nantes
- IRSS LES SABLES D'OLONNE : chez Institut Sport Océan, 1 promenade Kennedy - 85100 Les Sables d'Olonne
- IRSS PARIS : 13 Passage Dauphine – 75006 Paris
- IRSS POITIERS : 190 rue de la Gibauderie - 86000 Poitiers
- IRSS RENNES : Le Nobel, 2 allée Antoine Becquerel - 35700 Rennes
- IRSS ROYAN : Le Carel, 48 bd Franck Lamy, Place Jean-Noël de Lipkowski - 17205 Royan
- IRSS TOURS : 47 rue de la Parmentière - 37520 Tours-La Riche

**Tarifs 2024-2025 :**

3950€/an

**Satisfaction 2022-2023 :**

Enquête 2022 – 2023 réalisée sur 285 apprenants :

- Animation de la formation : 86 % de satisfaits
- Adéquation de la formation avec la réalité du secteur : 87 % de satisfaits
- Formation recommandée par l'apprenant : 81 % de satisfaits

**Modalités et délais d'accès :**

Le candidat doit successivement passer par les étapes suivantes :

- De candidature à la formation – dès septembre de l'année n-1 jusqu'à septembre de l'année suivante
- D'entretien de sélection qui sera fixé suite à la réception de la candidature.

**Poursuite de parcours et débouchés :**

- Intégration en formation BPJEPS APT, APT-LTP, APT option sports collectifs, AF, AF option B, AAN
- Intégration en formation BPJEPS rattaché à une fédération.
- Intégration en 1ère année STAPS
- Intégration en DEJEPS

**Retrouvez les informations détaillées de la formation dans notre documentation ou en déroulant cette page web.**

*Si vous êtes en situation de handicap, nous vous invitons à nous contacter par téléphone au 02 41 62 19 97 ou par mail à l'adresse [handicap@irss.fr](mailto:handicap@irss.fr) afin de pouvoir échanger sur votre situation et vous proposer un parcours adapté.*