

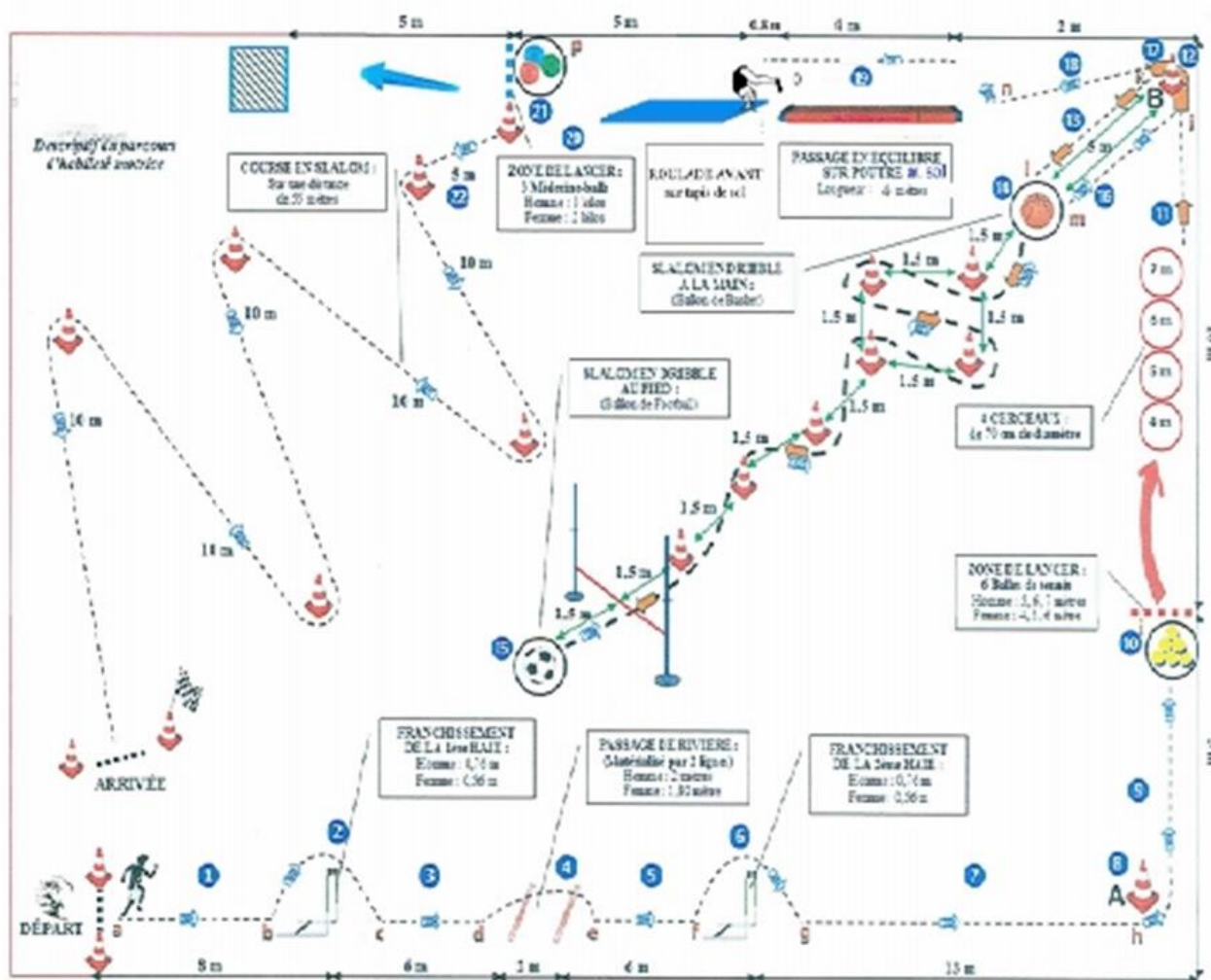
**LES TESTS DES EXIGENCES PREALABLES A L'ENTREE EN FORMATION (EPEF)**

**EPREUVE EPEF 1 : TEST NAVETTE**

Epreuve de course à pied à l'aide d'une bande son qui impose une allure. Il s'agit d'une succession d'allers-retours entre deux plots séparés de 20 mètres. A chaque bip, le candidat doit avoir franchi la ligne des 20 mètres sur un seul appui.

	Femmes	Hommes
Palier à réaliser	6	8

**EPREUVE EPEF 2 : LE PARCOURS DE MOTRICITE - DEROULEMENT ET PENALITES**



**Temps maximum de réalisation du parcours :**

- 1'46 " pour les hommes, pénalités incluses.
- 2'06 pour les femmes, pénalités incluses.

**Bonification pour les candidats plus âgés :**

- de 40 à 50 ans, pour les hommes 1'51, pour les femmes 2'11.
- à partir de 51 ans, pour les hommes 1'56, pour les femmes 2'16.

**Les pénalités :**

Toute pénalité entraîne une addition de temps de 5 secondes. Le dépassement du temps de réalisation du parcours entraîne la non validation du parcours d'habiletés motrices.

Ateliers n°	LISTE DES PÉNALITÉS PRÉVUES :
2	pour le renversement de la 1ère haie. pour la chute de la latte au passage de la 1ère haie.
4	en cas d'appui constaté dans l'espace délimité par les 2 lignes ou sur l'une des lignes.
6	pour le renversement de la 2ème haie. pour la chute de la latte au passage de la 2ème haie.
10	par cible manquée.
14	par plot non contourné, avec le ballon, par plot non contourné, avec le corps, le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau, l'élastique est touché lors de son franchissement, l'élastique est franchi balle tenue, le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau, le ballon est porté lors de cette épreuve.
15	par plot non-contourné avec le ballon, l'élastique est touché lors de son franchissement, le ballon est touché avec la main pendant les dribbles au pied, le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau, le ballon est immobilisé dans le cerceau, avec la (les) mains,
20	la roulade est effectuée de travers ou sort du tapis
21	la zone de lancer est mordue ou franchie par le candidat. pour chaque médecine-ball ne franchissant pas la ligne située à 5 mètres de la zone de lancer.

## LES TESTS DE SÉLECTION

### ÉPREUVE PHYSIQUE DE SÉLECTION N°1 : SUIVI DE COURS COLLECTIF

Les candidats suivent un cours collectif dispensé par un professionnel. Ils sont évalués sur leur coordination, leurs qualités physiques, leur propreté gestuelle et leur placement.

### ÉPREUVE PHYSIQUE DE SÉLECTION N°2 : MATCH DANS UN SPORT COLLECTIF

2 équipes de candidats s'affrontent, s'auto-arbitrent et sont jugées sur leurs aptitudes motrices, leur coopération offensive et défensive.

### ÉPREUVE PHYSIQUE DE SÉLECTION N°3 : COURSE D'ORIENTATION

Les candidats réalisent une course d'orientation. Ils sont évalués en fonction du temps réalisé lors de la course et des balises trouvées. Cette épreuve se déroule dans un parc.

### ÉPREUVE ÉCRITE DE SÉLECTION N°1 : ÉPREUVE REDACTIONNELLE

Cette épreuve porte sur les connaissances générales en lien avec le BP concerné, elle a pour finalité l'expression écrite et la réflexion du candidat – durée 1h.

### ÉPREUVE ÉCRITE DE SÉLECTION N°2 : QCM

Cette épreuve porte sur les connaissances générales en lien avec le BP concerné – Durée 30 min.

### ÉPREUVE ORALE DE SÉLECTION

Entretien portant sur les expériences, les motivations le projet professionnel du candidat ainsi que le projet de formation – Durée 15 min.

**!!! Attention, toute note inférieure à 6 de moyenne dans chaque groupe d'épreuves (physiques, écrites et orale) est considérée comme éliminatoire !!!**