

# Diplôme d'Etat Jeunesse Education Populaire Sport

## Option Natation de Course

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

#### DIPLÔME VISE

L'objectif de cette formation vise à la préparation et à l'obtention du Diplôme d'Etat Jeunesse Education Populaire Sport Option Natation de Course (DE JEPS NC).

#### NIVEAU DU DIPLOME

Diplôme E JEPS NC est de niveau V, inscrit au RNCP (Répertoire National des Certifications Professionnelles)

1. Code RNCP : 4863
2. SSMA
3. Diplôme accessible par la voie de la VAE (Validation des Acquis de l'Expérience).
4. Textes réglementaires en vigueur :  
[Arrêté du 15 mars 2010](#) modifié portant création de la mention « natation course » du DE JEPS  
[Annexe](#)  
Fiche RNCP <https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/4863/#ancre1>

#### METIER VISE

La possession du diplôme atteste, dans le domaine de la « natation course » des compétences suivantes, figurant dans le référentiel de certification :

- concevoir des programmes d'apprentissage pluridisciplinaires de la natation et de perfectionnement sportif de « natation course » ;
- initier et coordonner la mise en œuvre d'un projet d'apprentissage pluridisciplinaire de la natation, de perfectionnement, de développement sportif de « natation course » ;
- enseigner les apprentissages pluridisciplinaires de la natation et le perfectionnement sportif de « natation course » en piscine et en milieu naturel ;
- conduire des actions de formation. »

L'activité de l'entraîneur est soumise à l'application de l'article L 212-1 du code du sport qui prévoit la possession de certifications spécifiques parmi lesquelles figure le DE JEPS.

L'entraîneur travaille notamment dans le cadre d'associations sportives affiliées à une fédération sportive ou d'entreprises du secteur sportif professionnel. Il peut être amené à intervenir avec tous les publics compétiteurs.

### PUBLICS ET PREREQUIS

#### 1 - PREREQUIS D'INSCRIPTION / EXIGENCES PREALABLES A L'ENTREE EN FORMATION (EPEF)

Les exigences préalables techniques requises pour accéder à la formation prévue à l'article D. 212-44 du code du sport, sont les suivantes :

- être titulaire de l'attestation de premiers secours en équipe de niveau 1 (PSE 1) ou son équivalent, à jour de la formation continue ;
- être capable de réaliser un test de sécurité consistant à sortir une victime de l'eau ;

- un départ libre du bord du bassin,
- un parcours en nage libre de 25 mètres,
- une plongée dite "en canard" et recherche d'un mannequin réglementaire immergé à 25 mètres du point de départ, à une profondeur située entre 1,80 mètre et 3 mètres,
- une remontée du mannequin jusqu'à la surface,
- un remorquage d'une personne, sur une distance de 25 mètres jusqu'au bord du bassin,
- la sortie de l'eau de la victime.

- être capable de justifier d'un niveau technique et d'une maîtrise de l'environnement de la compétition en "natation course";

- être capable de réaliser un quatre cents mètres quatre nages selon les règles de la Fédération internationale de natation ou pour les personnes porteuses d'un handicap relevant de la Fédération française handisport, selon les règles de la Fédération internationale de natation, adaptées pour tenir compte du handicap du sportif ;

- être capable de réaliser une performance correspondant à la grille définie en annexe en « natation course » ;

- être capable de justifier d'une expérience pédagogique, bénévole ou professionnelle en « natation course », de huit cents heures, soit au sein d'un club d'une fédération sportive agréée, soit au sein d'un pôle figurant sur la liste établie par le ministre chargé des sports en application de l'article R. 221-26 du code du sport sur une durée de trois ans minimums au cours des cinq dernières années qui précèdent l'entrée en formation.

Grille de temps du test de performance en natation course

	DAMES	MESSEURS
50 NL	32"19	28"12
100 NL	1'08"79	1'01"17
200 NL	2'26"12	2'12"44
400 NL	5'01"07	4'39"53
800 NL	10'22"50	
1500 NL		18'29"07
100 Dos	1'17"20	1'09"53
200 Dos	2'42"99	2'28"82
100 Bra	1'26"91	1'16"78
200 Bra	3'04"65	2'43"34
100 Pap	1'14"84	1'07"38
200 Pap	2'40"91	2'26"99
200 4N	2'44"24	2'29"12
400 4N	5'43"89	5'12"70

## 2- TEST D'EXIGENCES PREALABLES (TEP)

Au-delà des EPEF, les tests exigences préalables consiste en la détention du MSN ou du BF4.

## 3- MODALITES D'ADMISSION DE L'ERFAN

Les sélections pour intégrer le DE JEPS NC se font sur dossier.

### Clôture des inscriptions : 15 Aout 2023

Pour CANDIDATER au DE JEPS NC de l'ERFAN, aller sur la page "Dossier de candidature DE JEPS NC" en cliquant ICI.

Les candidats devront s'inscrire en ligne ou via le dossier papier. Pour être considéré recevable, le dossier devra être retourné à l'ERFAN complet avec toutes les pièces demandées.

## 4- POSITIONNEMENT :

L'objectif du positionnement est de situer les acquis de chaque candidat et leur proposer, après concertation de l'équipe pédagogique, un parcours individualisé de formation tenant compte d'une part, de l'expérience acquise et d'autre part des diplômes ou des UC (Unités Capitalisables) déjà acquis afin d'envisager un allègement ou un renforcement de formation (modularisation de la formation) au regard des compétences à acquérir en formation et des épreuves certificatives.

Ce parcours individualisé sera négocié avec le candidat qui pourra l'accepter ou le refuser.

**Durée du positionnement :** en fonction du profil du stagiaire

**Contenus :** Le positionnement se déroulera en trois phases :

### 1. Une phase de présentation de la formation

Points abordés :

- Organisation pédagogique de la formation
- Modalités de l'alternance
- Relation entre la structure d'alternance et l'organisme de formation
- La mise en place des outils de suivi et d'information : Stagiaire / organisme de formation / structure d'alternance / tuteur.
- Présentation des modalités de la certification
- Les relations au métier, à l'emploi potentiel, aux compétences

### **2. Une phase d'identification des compétences déjà acquises par le stagiaire en vue de l'élaboration d'un plan individuel de formation (si jugée nécessaire)**

Cette phase sera organisée en fonction de besoins des candidats, soit dans le cadre d'une auto-évaluation soit dans le cadre d'un entretien qui sera consacré à l'explicitation, la verbalisation des compétences du stagiaire : entretien individuel.

L'auto-évaluation s'appuiera sur la phase 1 et un support composé de questionnement simple.

L'entretien mené par un membre de l'équipe pédagogique et permettra de réaliser :

- un relevé des souhaits du stagiaire
- un bilan des tests,
- un bilan de ses expériences vécues,
- une mesure des écarts entre ses compétences actuelles et celles attendues en fin de formation (le formateur peut questionner le stagiaire et le mettre en situation s'il a besoin d'informations complémentaires),

Durée de l'entretien : en fonction de la demande du stagiaire.

### **3. Une phase de validation du Plan Individuel de Formation**

Après un temps d'harmonisation de l'équipe pédagogique, celle-ci proposera un parcours individualisé de formation au candidat comprenant des allègements ou des renforcements de formation et prenant en compte les dispenses éventuelles d'une ou de plusieurs UC (en référence aux arrêtés et référentiels en vigueur). Le candidat sera libre d'accepter ou de refuser l'offre de formation.

## **CONTENUS DE LA FORMATION**

### **LES CONTENUS**

Cette formation vous apportera les compétences suivantes dans le domaine des activités aquatiques :

1. Acquérir des savoir-faire en matière de technique de sécurité et d'encadrement
2. Développer des aptitudes à l'accompagnement, l'initiation, l'encadrement et l'enseignement des activités aquatiques et de la natation
3. Renforcer votre niveau technique
4. Préparer votre métier

### **LES COMPETENCES VISÉES**

1. Concevoir des programmes d'apprentissage pluridisciplinaires de la natation et de perfectionnement sportif de « natation course » ;
2. Initier et coordonner la mise en œuvre d'un projet d'apprentissage pluridisciplinaire de la natation, de perfectionnement, de développement sportif de « natation course » ;
3. Enseigner les apprentissages pluridisciplinaires de la natation et le perfectionnement sportif de « natation course » en piscine et en milieu naturel ;
4. Conduire des actions de formation. »

### **LE PROGRAMME**

Le DE JEPS est constitué de 4 Unités Capitalisables\* (UC) :

Deux UC transversales quelle que soit la spécialité :

*- l'UC1 : Être Capable (EC) de concevoir un projet d'action,*

#### **Le plan de développement de la structure :**

Prise en compte des principes du développement durable - prise en compte de l'environnement de la structure - prise en compte des caractéristiques du lieu d'exercice et de la discipline Définition d'une

politique sportive - Etat des lieux, constat - Analyse de l'état des lieux - Proposition(s) définitions des objectifs en prenant en compte l'évaluation des actions précédentes, objectifs intermédiaires...)

Evaluation : conception d'outils, d'indicateurs en lien avec les objectifs visés à court, moyen et long terme. - Evaluation : utilisation d'outils - Evaluation : prise en compte d'une analyse des résultats

Le projet sportif, le projet pédagogique et le projet d'animation intégrés au sein de la structure - La définition des objectifs du projet pédagogique à partir des orientations ministérielles et fédérales - La définition des objectifs du projet sportif à partir des orientations fédérales... - Le droit du travail - La convention collective nationale du sport - Le code du sport - Organisation du mouvement sportif, du mouvement fédéral de la natation - Le fonctionnement démocratique d'une association - Les collectivités territoriales - La branche professionnelle sport - Relations de la structure avec ses partenaires (Etat, collectivités, fédération...) - Organisation, structuration, politiques et compétences des différents partenaires de la structure - La filière d'accès au haut niveau, les listes ministérielles des sportifs : listes "espoirs" et "partenaires d'entraînement" - Les directives techniques nationales de la FFN - La prise de notes

*- l'UC2 : EC d'initier et de coordonner la mise en oeuvre d'un projet d'action.*

Cette UC n'est pas proposée dans la formation mise en oeuvre par l'ERFAN BFC.

Deux UC de la mention natation course :

*- l'UC3 : EC de conduire une démarche d'enseignement des apprentissages pluridisciplinaires de la natation et de perfectionnement sportif en natation course,*

### **La formation des cadres**

Les filières de formation des cadres (Etat et fédéral) - Les droits à la formation continue - Les possibilités de financements de la formation professionnelle continue - Les différentes conceptions pédagogiques (pédagogie de l'action, la place de la connaissance...) - La formation en alternance : principes  
Définition, rôle, importance, place du tuteur au sein de l'équipe de formation - La place du stagiaire dans la structure - Les outils de suivi des stagiaires - La conduite d'une action de formation de cadres - Les règles de communication : laisser s'exprimer et apprendre à écouter les autres, valoriser les stagiaires, créer les conditions pour favoriser la dynamique et la réussite dans l'expression de chacun, partager et s'investir dans le projet de formation ...  
L'écoute et l'utilisation des réactions des stagiaires - L'attitude du formateur (utilisation d'outils de communication...) - Les techniques de transmission et les processus d'acquisition des connaissances (la mémorisation, la communication, le choix d'une démarche...) L'utilisation de ces outils pour favoriser la participation et l'implication des stagiaires. Comment les rendre acteurs de leur apprentissage pour qu'ils deviennent autonomes dans leur activité  
L'importance de l'évaluation de son intervention. Les outils permettant d'évaluer son intervention -L'évaluation d'une action de formation : suivi des stagiaires à l'issue d'une formation à court moyen et long terme - Utilisation de logiciels bureautique (Powerpoint, Publisher) les avantages et inconvénients, le tableau, la transmission de documents...

### **L'action pédagogique - La définition d'un plan d'entraînement**

Le programme sportif fédéral - les différentes étapes : initiation, acquisition, développement, formation - Intérêts, logique et cohérence des programmes d'initiation, d'acquisition, de développement et de formation de la natation course dans le programme sportif fédéral

Le plan annuel et pluriannuel d'entraînement - Le travail à sec adapté à des enfants dans le cadre de l'entraînement de nageurs jusqu'au niveau national Jeunes - L'usage de situations de l'Education physique, les différentes disciplines ou pratiques à cet âge, les avantages et les inconvénients dans le cadre d'un entraînement de nageurs jusqu'au niveau national Jeunes - L'introduction à la complexité de l'entraînement au service de la recherche de performance : l'interaction des différentes composantes de la performance - Définir les notions essentielles : de progressivité, de réversibilité, d'adaptation à l'effort, de récupération, d'intensité, de répétition, fréquence, durée...dans tous les domaines liés à la performance - Développement des aspects mentaux de la performance (impact sur la démarche pédagogique d'entraînement, motivation, confiance en sa capacité à agir, la concentration, l'autonomie, la responsabilisation du sportif, la stabilité émotionnelle, la dynamique collective...), le développement des aspects physiologiques (les filières

énergétiques), le développement des aspects physiques (le travail à sec, la préparation physique...), le développement des aspects techniques, le développement des aspects tactiques, le managérat...

L'hygiène de vie du sportif (la nutrition, l'hydratation) au service de la performance - La récupération - Les effets et l'intérêt du travail en altitude

La définition des objectifs du projet sportif natation course à partir des orientations fédérales, les moyens nécessaires, l'organisation des groupes de ce niveau (programmes de développement et de formation, pratique de niveau national jeunes) au sein du club, les objectifs des différents groupes, l'organisation de la saison... - La prise en compte des conditions possibles de la pratique (disponibilité des équipements, organisation avec le temps scolaire, environnement familial...)

Prise en compte de l'analyse de la performance en compétition afin de concevoir des stratégies de développement.

Prise en compte de la nécessité de régulation et d'individualisation de l'entraînement - Prise en compte de la capacité individuelle de chaque sportif pour concevoir l'individualisation de l'entraînement - La définition des objectifs de séance à partir de l'évaluation de la séance précédente, et du projet sportif - Les objectifs intermédiaires - La structuration de la séance - Déterminer les contenus (à sec et dans l'eau) en fonction des objectifs fixés - Prendre en compte la capacité du moment du sportif (son niveau de pratique, son stade de développement, son état de forme...) - La prise en compte des équipements particuliers (plongeoires, plots...), du matériel à disposition et des moyens humains... - La définition, l'importance de l'élaboration, la conception des outils d'évaluation de la séance en lien avec une pratique de niveau national Jeunes - Quels outils d'évaluation, pertinence de ces outils au regard de ce qu'on veut évaluer, pour une pratique de niveau national Jeunes ? ... - L'observation du nageur : importance, rôle... - Définition, rôle et importance de la quantification de la charge de l'entraînement - Choix d'un outil de quantification de la charge d'entraînement en cohérence avec une conception de l'entraînement, exemple des outils existants au sein de la FFN - La mission de l'éducateur dans l'accompagnement du sportif tout au long de sa carrière

- l'UC4 : EC d'encadrer les apprentissages pluridisciplinaires et la natation course en sécurité.

Cette UC n'est pas proposée dans la formation mise en œuvre par l'ERFAN BFC.

## ORGANISATION DE LA FORMATION

### ORGANISME DE FORMATION

L'organisme de formation ERFAN (École Régionale de Formation aux Activités de la Natation) de la Région Bourgogne Franche Comté a été habilité par la Fédération Française de Natation pour mettre en œuvre cette formation (numéro d'habilitation quinquennale 17-22-ERFBFC)

### DATES

Les sélections sont programmées le 18 septembre 2023

Le positionnement est programmé le 18 septembre 2023

Dates extrêmes de la formation	Durée de la formation	Date de clôture des inscriptions	Dates des TEP	Dates des tests de sélection	Dates du positionnement
Du 18/09/23 au 30/06/2024	10 mois	Le 15/08/2023	-----	18/09/2023	18/09/2023

### RYTHME DE L'ALTERNANCE

Du 18 septembre 2023 au 30 juin 2024 avec alternance formation/situation de travail en structure d'alternance pédagogique. Ces heures en alternance seront effectuées sous l'autorité d'un tuteur et sont réparties de septembre/2023 à juin/2024. Le nombre d'heures en centre et en entreprise, pour chaque stagiaire, sera précisé dans le PIF (Plan Individuel de Formation).

La formation est construite autour d'un rythme alternant dans la même semaine, 1 jour de formation en Centre (dont FOAD\*) et 4 jours de formation en entreprise.

(\* La FOAD, Formation Ouverte et/ou A Distance régie par les textes en vigueur [Article D 6313-3-1 du Code du Travail](#) et [Article R 6332-26 du Code du Travail](#)

**DECOUPAGE DES VOLUMES HORAIRES DE FORMATION**

Volume horaire total	HEURES	
Détails du parcours individualisé du candidat	En centre	<b>250 Heures</b>
		Dont FOAD 89 Heures
	En structure	<b>180 Heures</b>
	Volume en club agréé FFN	

	Volumes horaires Face à Face	Volumes horaires FOAD	Volumes horaires Alternance
<b>l'UC1 : Être Capable (EC) de concevoir un projet d'action,</b>	45	31	30
<b>l'UC3 : Être Capable (EC) de conduire une démarche d'enseignement des apprentissages pluridisciplinaires de la natation et de perfectionnement sportif en natation course,</b>	126	48	150
<b>Total général</b>	<b>112 heures</b>	<b>136 heures</b>	<b>180 heures</b>

En complément à ces informations, des modules sont proposées en fonction du positionnement. Ces modules complémentaires sont susceptibles de se dérouler sur des lieux extérieurs (autres que Dijon) pouvant engendrer des frais de déplacements, d'hébergement et de restaurations (frais annexe à la charge de l'employeur pour les salariés). Pour rappel, une demande de prise en charge de ces frais peut être inscrit dans la demande AFDAS.

Ainsi le stagiaire pourra parfaire sa formation avec :

<b>Le module Entraînement en Altitude;</b>	<b>35h</b>
<b>LES CONTENUS</b>	
Entraînement	
- Faire le lien entre l'entraînement en club et l'entraînement en structure CNE en terme de moyens, organisation, niveau de pratique	
- S'interroger sur sa pratique, alimenter sa réflexion, s'ouvrir à des logiques différentes (performance, entraînement, relation pédagogique...)	
- Observation et intervention active lors des séances du CNE et du CAF de Font-Romeu	
- Présentation de Philippe SCHWEITZER, entraîneur national du CNE et de Lionel BARNADES, entraîneur du CAF sur leur conception de l'entraînement	
- Profiter de la présence sur place d'équipes étrangères en stage et de l'intervention des entraîneurs de ces équipes	
<b>- Le module Nagez Forme Santé ;</b>	<b>- 70h</b>
<b>LES CONTENUS</b>	
Cette formation vous apportera les compétences suivantes dans le domaine de la natation santé :	
5. Acquérir des savoir-faire en matière de technique de sécurité et d'encadrement de la natation santé	
6. Développer des aptitudes à l'accompagnement, l'initiation, l'encadrement et l'enseignement des activités aquatiques et de la natation du sport santé	
7. Connaître la prise en charge du pratiquant en termes de sécurité et de spécificité	
8. Maîtriser les connaissances pour l'encadrement d'une natation adaptée : Nagez forme santé	
<b>- Le module PPG 2 ;</b>	<b>- 21h</b>
<b>LES CONTENUS</b>	
Les contenus abordés seront donc pour l'apport théorie :	
Musclature liée à la puissance - musclature lié à la vitesse – réathlétisation - profil d'athlète (test, neurotype...) - Réalisation d'une méthode d'analyse de la charge ou la fatigue - quantification de l'entrainement (scientifique ou non) - quantification de la fatigue (scientifique ou non) - musclature et nutrition	
La partie pratique s'articulera ainsi :	

---

Test prophylactique, test GMC, test dynamique, test équilibre musculaire - passage des tests GMC -  
apprentissage de l'haltérophilie : arraché et épaulé jeté - gainage dynamique et spécifique – TP travail spécifique  
- TP vidéo présentation d'une progression vers un mouvement complexe - TP réalisation de cette séance

---

- **Le module Alimentation et récupération** - **10h30**

---

**LES CONTENUS**

Les différents Macronutriments et micronutriments  
Protéine (animale, végétale) Lipides Glucides  
Impact sur le système nerveux Autonomes  
Acides aminés Récupération Hydratation  
Hormones et neurotransmetteurs  
Micronutrition  
Vitamines Minéraux Oligo-éléments  
Environnement et impact sur l'alimentation  
Équilibre acido-basique  
Système immunitaire  
Chrono nutrition  
Sommeil et stress

---

- **Le module Préparation mentale Niveau 2** - **14h**

---

**LES CONTENUS**

La formation prend pour trame la différence de posture que l'entraîneur prend selon le contexte : à l'entraînement et en compétition.

A l'entraînement, il s'agit de proposer à l'entraîneurs de réfléchir à sa posture et à la mise en place de stratégies visant le développement mental des athlètes à travers des concepts clés de psychologie du sport (motivation, confiance en soi, climat motivationnel, satisfaction des besoins, planification).

En compétition, il s'agit de proposer à l'entraîneurs de réfléchir à sa posture en tant qu'accompagnateur à la performance en contexte d'enjeu à travers des concepts clés de psychologie du sport (routine pré-compétitive, gestion de l'anxiété, gestion de l'activation).

Entre chaque séquence les entraîneurs sont invités à implémenter, dans leur accompagnement auprès des nageurs, des stratégies d'intervention en fonction de la séquence étudiée. La séquence suivante commencera par un débriefing concernant la mise en place des actions de l'entraîneur pour identifier et répertorier les actions fonctionnelles et des pratiques pertinentes.

Cette formation apportera les compétences suivantes dans le domaine des activités aquatiques :

- ☑ Capacité à utiliser une posture adaptée au public et à la situation
  - ☑ Capacité à proposer un environnement d'entraînement et de compétition propice au développement de compétences mentales
  - ☑ Capacité à comprendre et mobiliser les concepts de psychologie du sport pour agir avec les nageurs
  - ☑ Capacité à mobiliser une réflexion et concevoir une intervention pratique sur la thématique de la dimension mentale impliquée à l'entraînement
  - ☑ Capacité à adopter une posture et proposer des outils d'accompagnement dans la dimension mentale les nageurs en compétition
- 

- **Analyse de la variabilité cardiaque** - **12h**

---

L'analyse de la variabilité de la fréquence cardiaque (VFC) dans le sport présente plusieurs intérêts importants. Voici quelques-uns des avantages de l'analyse de la VFC dans le contexte sportif :

1. Évaluation de la condition physique : L'analyse de la VFC peut fournir des informations sur le niveau de condition physique d'un athlète. Une VFC élevée est généralement associée à une meilleure capacité aérobie et à une bonne régulation autonome, ce qui indique une condition physique optimale.

2. Optimisation de l'entraînement : L'analyse de la VFC permet de déterminer l'intensité et la charge d'entraînement optimales pour chaque individu. En surveillant les fluctuations de la VFC pendant l'entraînement, les athlètes et les entraîneurs peuvent ajuster les séances d'entraînement en fonction de la capacité de récupération et de la réponse autonome de l'athlète.

---

3. Détection de la surcharge et du surentraînement : Des changements anormaux dans la VFC peuvent indiquer une surcharge ou un surentraînement chez les athlètes. En surveillant régulièrement la VFC, les signes de surentraînement peuvent être identifiés plus tôt, ce qui permet de prendre des mesures correctives pour éviter les blessures ou la détérioration de la performance.

4. Évaluation de la récupération : L'analyse de la VFC peut aider à évaluer l'efficacité de la récupération après l'effort. Une récupération adéquate se traduit par une augmentation de la VFC et une normalisation des fluctuations, indiquant que l'athlète est prêt pour un nouvel entraînement ou une nouvelle compétition.

5. Gestion du stress et de l'anxiété : La VFC peut être utilisée pour évaluer le niveau de stress et d'anxiété chez les athlètes. Des valeurs de VFC altérées peuvent être associées à un niveau de stress élevé, ce qui permet aux entraîneurs de mettre en place des stratégies de gestion du stress appropriées pour optimiser la performance.

Il est important de noter que l'analyse de la VFC dans le sport nécessite des mesures précises et des appareils spécialisés, tels que des moniteurs de fréquence cardiaque avancés ou des dispositifs d'enregistrement ECG. De plus, l'interprétation des résultats de l'analyse doit être réalisée par des professionnels de la santé ou des experts en physiologie de l'exercice ayant une connaissance approfondie de la VFC dans le contexte sportif.

---

- **Le module Eau-Libre** - - **30h**

---

**LES CONTENUS**

L'entraînement Niv 2 et l'Eau Libre  
Stage avec un entraîneur l'Eau Libre  
Le club et le Projet sportif en l'Eau Libre  
Participation aux championnats France d'Eau libre

---

- **Le module sécurité (CS SSMA)** - - **32,5h**

---

**LES CONTENUS**

- Il s'agira d'acquérir les connaissances et compétences pour valider l'épreuve débouchant sur le l'obtention du titre de MNS

---

De plus, l'entraîneur devra réaliser (obligatoire) un stage d'une semaine dans un club extérieur à la région. Les objectifs seront de découvrir le projet du club, de comprendre son fonctionnement, de comprendre le projet pédagogique de l'école de nage, mais surtout de suivre le groupe « Elite » de niveau national (minimum) sur l'ensemble des entraînements pendant cette semaine et enfin de questionner l'entraîneur en charge de ce groupe sur ses objectifs, sa planification, son organisation et sa vision de l'entraînement et du rôle de l'entraîneur. Un compte rendu rédigé de ce stage sera exigé.

**CALENDRIER DES PERIODES EN FORMATION / ALTERNANCE**

Ce planning est à titre prévisionnel et est susceptible de changer

**Planning DEJEPS 2023-2024 (attention il est prévisionnel)**



septembre				octobre				novembre					
1 V				1 D	8			1 M		7			Natation
2 S				2 L		3		2 J		7			
3 D				3 M				3 V		7			
4 L				4 M				4 S					
5 M				5 J	7			5 D					
6 M				6 V				6 L			3	1	
7 J				7 S				7 M					
8 V				8 D				8 M			3,5		
9 S				9 L		3		9 J	3,5	3,5			
10 D				10 M				10 V					
11 L				11 M				11 S					
12 M				12 J	7			12 D					
13 M				13 V				13 L			3		
14 J				14 S				14 M					
15 V				15 D				15 M					
16 S				16 L		3		16 J		7			
17 D				17 M				17 V					
18 L				18 M				18 S					
19 M	3,5		7	19 J	7			19 D					
20 M	3,5		3,5	20 V				20 L			3		
21 J	3,5		3,5	21 S				21 M					
22 V	3,5		3,5	22 D				22 M					
23 S				23 L				23 J		7			
24 D				24 M				24 V					
25 L			3	25 M				25 S					
26 M				26 J				26 D					
27 M				27 V				27 L			3	3,5	
28 J		7		28 S				28 M					
29 V				29 D				29 M					
30 S			8	30 L		7		30 J		7			
				31 M		7							

decembre				janvier				fevrier					
1 V				1 L				1 J		7			Fontainebleau
2 S				2 M				2 V					
3 D				3 M				3 S					
4 L			3	4 J				4 D					
5 M				5 V				5 L			2,5	2	
6 M				6 S				6 M	3				
7 J		7		7 D				7 M	3,5				
8 V				8 L		3	3,5	8 J	3,5	3,5			
9 S				9 M				9 V					
10 D				10 M			3,5	10 S					
11 L			3	11 J	4	3,5		11 D					
12 M			3,5	12 V				12 L			3		
13 M				13 S				13 M					
14 J	3,5	3,5		14 D				14 M					
15 V				15 L		3		15 J		7			
16 S				16 M				16 V					
17 D				17 M				17 S					
18 L			3	18 J				18 D					
19 M				19 V				19 L			3		
20 M				20 S				20 M					
21 J		3,5	4	21 D				21 M					
22 V				22 L		3		22 J					
23 S				23 M				23 V					
24 D				24 M				24 S					
25 L				25 J		7		25 D					
26 M				26 V				26 L		7			
27 M				27 S				27 M		7			
28 J				28 D				28 M		7			
29 V				29 L		3		29 J		7			
30 S				30 M									
31 D				31 M									

mars				avril				mai				juin			
1 V		7		1 L				1 M				1 S			
2 S				2 M			3	2 J		7		2 D			
3 D				3 M				3 V				3 L			
4 L			3	4 J	3,5	3,5		4 S				4 M			
5 M				5 V				5 D				5 M			
6 M	3,5			6 S				6 L			3	6 J			
7 J	3,5	3,5		7 D				7 M				7 V			
8 V				8 L			3	8 M				8 S			
9 S				9 M				9 J				9 D			
10 D				10 M	3,5			10 V				10 L			
11 L			3	11 J	3,5	3,5		11 S				11 M			
12 M				12 V				12 D				12 M			
13 M				13 S				13 L			3	13 J			
14 J	3,5	3,5		14 D				14 M				14 V			
15 V				15 L			3	15 M				15 S			
16 S				16 M				16 J	1			16 D			
17 D				17 M				17 V				17 L			
18 L			3	18 J				18 S				18 M			
19 M				19 V				19 D				19 M			
20 M				20 S				20 L				20 J			
21 J		7		21 D				21 M			3	21 V			
22 V				22 L				22 M				22 S			
23 S				23 M				23 J		7		23 D			
24 D				24 M				24 V				24 L			
25 L			3	25 J				25 S				25 M			
26 M				26 V				26 D				26 M			
27 M				27 S				27 L				27 J			
28 J	3,5	3,5		28 D				28 M				28 V			
29 V				29 L				29 M				29 S			
30 S				30 M				30 J		7		30 D			
31 D								31 V							

## HORAIRES DE FORMATION

Semaine type : Volume horaire moyen pour un parcours complet (sans allègement) de 35 heures réparties de la façon suivante

En centre de formation le face à face pédagogique : 9h00-12h30 / 14h00-17h 30 (Mardi) soit 7 heures

En Entreprise : 28 heures réparties sur le reste de la semaine en cohérence avec les plannings d'ouverture des structures d'alternance. Les structures associatives pouvant fonctionner en soirée et le week-end.

## SESSIONS DE FORMATION

Formation en groupes limités à 15 stagiaires en parcours complet.

## LIEUX DE LA FORMATION

### Salles de formation

ERFAN Bourgogne Franche Comté - Parc tertiaire de Mirande, Bâtiment B, 14 B rue Pierre de Coubertin 21000- DIJON

Tram : accessible par les lignes 1, arrêt Piscine Olympique (10min de marche)

Parking accessible dans le Parc de Mirande.

Creps Bourgogne-Franche-Comté - 15 Rue Pierre de Coubertin, 21000 Dijon

Tram : accessible par les lignes 1, arrêt Piscine Olympique (10min de marche)

### Centres aquatiques pédagogiques

Piscine Olympique Dijon Métropole - 12 Rue Alain Bombard, 21000 Dijon

Piscine du Carrousel - 2 Cours du Parc, 21000 Dijon

Centre Nautique - 30B Rue Ernest Renan, 21300 Chenôve

### CNE Natation à Font-Romeu

## LIEUX ET MODALITES D'ALTERNANCE

### Structures d'alternance

L'alternance se déroulera dans une structure club agréée Fédération française de Natation.

Si la structure ne mettait pas en place toutes les activités nécessaires, il serait possible de compléter ces dernières dans une autre structure.

Le candidat propose une (des) structure(s) lors de son inscription en formation via la fiche « structure d’alternance » nécessaire à l’édition de la convention de mise en situation professionnelle, néanmoins ce choix sera validé conjointement entre le responsable pédagogique de l’ERFAN ou son représentant et le candidat à partir du positionnement.

Si le candidat n’a pas trouvé de structure lors de son inscription, l’ERFAN s’engage à l’aider dans la recherche et la mise en relation avec une structure de son réseau. L’ERFAN privilégiera alors une ou des structures proches de son lieu de domiciliation.

### Le tutorat

Lors des séquences en alternance, le stagiaire est obligatoirement accompagné par un tuteur, justifiant d’une expérience professionnelle et d’une qualification suffisante.

Ainsi, la personne assurant la fonction de tuteur est titulaire au moins d’un diplôme équivalent ou supérieur au diplôme en cours depuis au moins 2 ans et doit obligatoirement être majeure et conventionner avec l’ERFAN (au travers de la convention de mise en situation professionnelle).

Dans un souci de charge pédagogique, l’ERFAN veillera à ce que le tuteur n’ait pas plus de 2 stagiaires.

La fonction tutorale peut être partagée entre plusieurs personnes constituant une équipe tutorale au sein de laquelle sera désigné un « tuteur référent » qui assurera la coordination de l’équipe et la liaison avec l’ERFAN.

Le responsable de la structure et le tuteur doivent organiser l’accompagnement du développement des compétences de leur stagiaire en accord avec l’organisme de formation. Les activités professionnelles du stagiaire dans sa structure d’alternance doivent être réparties de façon cohérente et prendre en compte l’organisation de la formation et les contenus abordés en centre.

Des temps d’accompagnement du stagiaire par son tuteur ou certains membres du comité de direction doivent être mis en place pour concevoir et réaliser un projet favorable au développement de la structure et évaluer les progrès du stagiaire.

## MODALITES PEDAGOGIQUES ET DE SUIVI

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Les méthodes pédagogiques utilisées sont basées sur les méthodes affirmative, heuristique, interrogative, démonstrative et applicative.

La formation, à visée pratique et méthodologique, **se fait à partir de situations réelles professionnelles et de supports professionnels.**

**La formation est personnalisée** et prend en compte la singularité de la personne en formation tout en appartenant à un collectif.

Le formateur organise les situations d’apprentissage variées aux besoins de la personne et des objectifs visés et met en place les stratégies pédagogiques correspondantes :

1. Jeux de rôles dans une situation professionnelle reconstituée
2. Pratique en bassin
3. Réalisation d’une tâche ou opération professionnelle à partir de cas concrets
4. Recadrage et actions de remédiation
5. Travaux collaboratifs en sous-groupes
6. Acton de Formation en Situation de Travail
7. *Pour la partie FOAD : autoformation accompagnée à distance, travail collaboratif à distance, plateforme e-learning, classes virtuelles, ressources numériques, ...*

Le formateur définit la stratégie pédagogique au regard de l’importance, de la complexité et du niveau de performance de l’objet de l’apprentissage : il conçoit et organise des activités pédagogiques en s’appuyant sur des démarches et des méthodes facilitant les apprentissages des personnes et l’atteinte des objectifs visés.

## MOYENS ET MATÉRIELS PÉDAGOGIQUES DEDIES A L'ACTION

Les stagiaires sont formés dans un environnement de travail similaire à leur métier (centre aquatique).

Le matériel utilisé par les formateurs et les stagiaires est du matériel professionnel.

### Salle de cours

1. Salles de cours accessibles aux personnes handicapées.
2. Vidéo projecteur
3. Tableau papier
4. Connexion internet
5. Matériel de secourisme et d'oxygénothérapie
6. Matériels d'aquagym et de circuit training

### Centres aquatiques

7. Plusieurs bassins de natation de 25 et 50 mètres au sein de l'agglomération Dijonnaise
8. Des créneaux horaires d'utilisation de ces espaces dédiés aux stagiaires

### Supports pédagogiques

9. Exercices pratiques – Photocopies - présentation Powerpoint - supports multimédias – manuels pédagogiques et techniques
10. Plateforme de FOAD (Formation Ouverte A Distance) proposant une véritable interactivité. Ne se confond pas avec une simple plateforme de mise à disposition de supports.

## MODALITÉS DE SUIVI DE LA FORMATION

1. Utilisation de bilans réguliers : entre le stagiaire et l'ERFAN, entre le stagiaire et le tuteur, entre le stagiaire, le tuteur et l'ERFAN ainsi qu'entre le tuteur et l'ERFAN
2. Attestations d'assiduité signées par les stagiaires et le formateur à l'issue de chaque demi-journée de formation lors des séquences en présentiel par le tuteur lors des séquences en alternance.
3. Justificatifs des travaux et évaluations réalisés lors des séquences à distance.
4. Tableau de suivi des stagiaires en formation en centre (présentiel, comportement, compétences)
5. Utilisation d'un livret du stagiaire dématérialisé.
6. Suivi pédagogique de la formation sur le lieu de l'alternance (grilles de tuteur et période de suivi téléphonique)
7. Chaque stagiaire a la possibilité de convoquer en entretien avec le coordonnateur ou avec une personne tierce s'il le souhaite pour évoquer des problématiques. Un formulaire est également mis à disposition afin d'évoquer des remarques ou difficultés dans le suivi de la formation.

Ces outils permettent un meilleur suivi du stagiaire afin de prévenir les ruptures de parcours.

## MODALITES D'ÉVALUATION ET DE SUIVI

L'évaluation des connaissances et des compétences de l'apprenant se fera tout au long de la formation sous forme d'épreuves formatives et certificatives effectuées régulièrement au regard des objectifs de la formation.

Un bilan régulier de la progression pédagogique sera réalisé par le tuteur référent du stage en alternance et les apprenants lors d'un entretien personnalisé afin de repérer les difficultés d'apprentissage rencontrées et le prévoir, si nécessaire, des heures de soutien supplémentaires

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

1. Résultats des évaluations continues des compétences (QCM, tests de connaissances par écrit, épreuves écrites de contrôle des connaissances régulièrement au regard des objectifs de la formation) et des connaissances techniques et comportementales de l'apprenant en formation.
2. Résultats de l'évaluation des compétences techniques et comportementales de l'alternant par le tuteur de la structure d'accueil.
3. Grille d'évaluation du suivi de l'acquisition des compétences en entreprise par le tuteur

4. Grille de certification de la DRAJES

**EPREUVES DE CERTIFICATION**

Ces épreuves certificatives visent à valider les Unités Capitalisables du diplôme, une UC pouvant faire l'objet de plusieurs épreuves certificatives. En cas d'échec à l'une des certifications, une épreuve de rattrapage sera organisée. Ces épreuves de rattrapage seront identiques aux épreuves initiales. La validation des 4 unités capitalisables est nécessaire pour l'obtention du diplôme.

La certification globale des UC a lieu lors d'un jury DRAJES.

Possibilité de ne suivre et valider que **certaines Unités Capitalisables** notamment pour les titulaires de diplômes ouvrant droit à dispenses (Nous contacter pour plus de renseignements : 03.80.52.46.33)

Les stagiaires seront informés en amont des protocoles et modalités de certification (déroulement des épreuves, etc).

UC concernées	Nature et durée des épreuves
<p><b>UC 1</b></p> <p>Période de certification*</p> <p>Mai</p> <p>Rattrapage*</p> <p>Juin</p>	<p><b><u>Certification UC 1</u></b></p> <p>Epreuve orale sur dossier à partir d'un document présentant le projet.</p> <p>Le candidat remet un dossier 1 mois avant le déroulement de l'épreuve certificative qui servira de support à l'épreuve orale et qui se déroulera de la façon suivante :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 30 mn de présentation avec support audiovisuel.</li> <li>- 25 mn d'échange avec le jury</li> </ul> <p>Les attendus de l'épreuve sont en corrélation avec la grille de certification DRAJES.</p>
<p><b>UC 3</b></p> <p>Période de certification*</p> <p>Mai</p> <p>Rattrapage*</p> <p>Juin</p>	<p><b><u>Certification UC 3</u></b></p> <p>L'épreuve est composée des modalités suivantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1° Production d'une vidéo</li> <li>2° Conduite d'une séance d'entraînement</li> </ul> <p>Le (la) candidat (e) conduit une séance d'entraînement d'une durée de 1 heure 30 minutes au minimum et de 2 heures au maximum au sein de sa structure d'alternance, auprès d'un groupe de 6 nageurs minimum dont 3 d'entre eux sont qualifiés aux " N2 ".</p> <p>Avant le début de la séance, le (la) candidat (e) remet aux évaluateurs une " fiche de séance " qui fait apparaître la progression pédagogique de la séance en prenant en compte le cycle d'entraînement du groupe et notamment la planification, la programmation, les objectifs et les moyens</p> <p>Au moment de l'épreuve, le stagiaire remet aux évaluateurs son cahier d'entraînement faisant état de l'activité d'entraînement réalisée au sein du club sportif.</p> <p>La présentation du cahier d'entraînement est une condition obligatoire pour poursuivre l'épreuve.</p> <p>Ce cahier fait l'objet d'une vérification par les évaluateurs qui peut demander toutes précisions ou justifications utiles à la compréhension du travail réalisé par le stagiaire. Ce cahier comprend :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La programmation d'un cycle d'entraînement</li> <li>Les séances d'entraînement pour des jeunes ou des adultes.</li> <li>Le bilan des séances et du cycle d'entraînement.</li> <li>Les bilans personnalisés des pratiquants.</li> </ul>

\*Les informations relatives aux certifications sont estimatives et dépendantes des calendriers fédéraux

## ÉQUIVALENCES, SUITES DE PARCOURS ET PASSERELLES

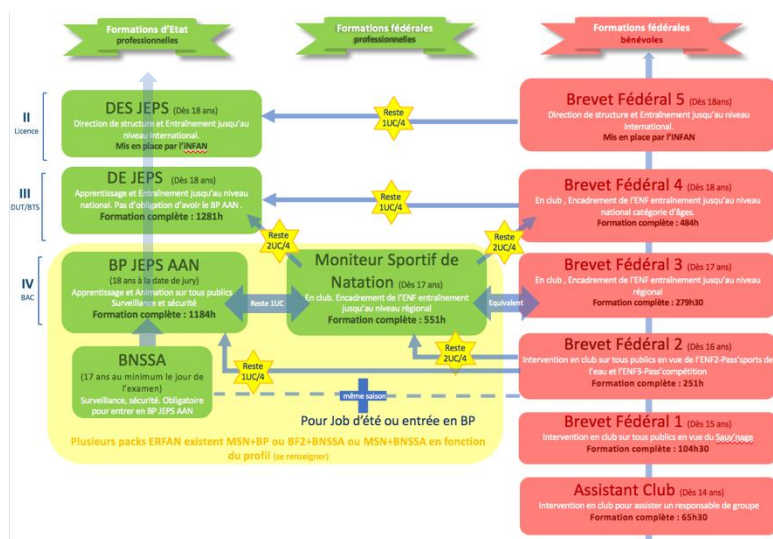
### EQUIVALENCES

La personne titulaire de l'une des certifications mentionnées dans la colonne de gauche du tableau figurant ci-après est dispensée de la vérification des exigences préalables à la mise en situation professionnelle (EPMSP) et/ou obtient les unités capitalisables (UC) correspondantes du Moniteur Sportif de Natation (MSN)

	UC 1	UC 2	UC 3	UC 4
Les titulaires du brevet d'Etat d'éducateur sportif premier degré option « activités de la natation » ou « natation sportive »	X			X
Les titulaires du MSN		X		X
Les titulaires du brevet fédéral 4 « natation course »		X	X	X
Les titulaires du brevet fédéral 5 « natation course »		X	X	X

### PASSERELLES ET SUITES DE PARCOURS :

Suite possible après la formation MSN



## ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Aux termes de l'article L120.2 du Code du Travail : Nul ne peut apporter aux droits des personnes et aux libertés individuelles et collectives de restrictions qui ne seraient pas justifiées par la nature de la tâche à accomplir ni proportionnées au but recherché.

Les tests d'entrée en formation, le cursus de formation et les épreuves d'évaluation certificative peuvent être aménagés par décision du Directeur Technique National ou son représentant.

« Constitue un handicap, au sens de la loi, toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant » - Article 114 du code de l'action sociale et des familles

Textes de référence : Loi n°2005-102 du 11 février 2005 / Code de l'action sociale et des familles, article 114 / Code du sport, articles A.212-44, A.212-45

## ÉTAPES DE LA PROCEDURE APPLIQUÉE

1. Toute personne désirant entrer en formation doit présenter un **certificat médical d'aptitude** lors de son inscription (attestant l'aptitude du stagiaire à pouvoir porter secours dans le cadre de son exercice).  
Pour les personnes en situation de handicap, l'avis d'un médecin agréé par la Fédération française handisport ou par la Fédération française de sport adapté ou désigné par la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées sur la nécessité d'aménager le cas échéant la formation ou les épreuves certificatives selon la certification visée.
2. Le candidat dépose **un dossier de demande d'aménagement, un certificat médical descriptif**, à la Direction Technique Nationale.
3. Le candidat prend rendez-vous avec un des médecins agréés (2 mois avant l'entrée en formation) : **Liste des médecins experts**
4. Le candidat envoie la demande à la DRAJES qui accordera ou non l'aménagement demandé.
5. A réception du dossier, le candidat est susceptible d'être convoqué à la DRAJES, afin d'échanger sur les aménagements à considérer. Le directeur régional rend ensuite sa décision par rapport aux aménagements d'épreuves/de formation sollicités. Ce dernier dispose, par ailleurs, d'un délai nécessaire pour fonder sa décision.
6. En dernier lieu, la décision du directeur régional est notifiée par courriel au candidat ainsi qu'à l'organisme de formation chargé de mettre en place les aménagements accordés

## TARIFS ET FINANCEMENTS

### TARIFS

Statut du stagiaire	Coût total de la formation	Détails de la tarification			Total Reste à Charge du stagiaire
		Dont Frais pédagogiques	Dont Frais annexes	Dont Frais de dossier	
DE JEPS NC UC 1	1768€ Soit 22,34 € /h	1698€	----	70 €	1768€
DE JEPS NC UC 3	3957€ Soit 22 € /h	3887€	----	70 €	3957€

Le tarif indiqué est celui d'un parcours complet HT c'est-à-dire d'une personne réalisant l'ensemble de la prestation sans allègement ni renforcement.

Les frais d'inscription aux Tests d'Exigences Préalables ne sont donc pas compris. Les autres frais (déplacements, diners, hébergement, etc.) seront également à la charge des stagiaires (peuvent aussi être pris en partie en charge par les OPCO).

Le candidat peut solliciter l'édition d'un devis personnalisé en contactant directement l'ERFAN par :

7. mail : [ligue@natationbfc.fr](mailto:ligue@natationbfc.fr)
8. par téléphone au : 03.80.52.46.33

Attention, le positionnement est nécessaire afin d'établir un devis réaliste.

### FINANCEMENTS

Tableau des financements possibles fourni à titre indicatif.

#### *Vous êtes étudiant ou demandeur d'emploi ?*

- ✓ [Contrat d'apprentissage](#)
- ✓ [Contrat de professionnalisation](#)

#### *Vous êtes salarié ?*

- ✓ [PRO A - Promotion par alternance](#) - OPCO
- ✓ [CPF de transition professionnelle](#)

- ✓ [CPF / CEC](#)
- ✓ [CPF de Transition Professionnelle](#)
- ✓ [PEC - Parcours Emploi Compétences](#)
- ✓ [PEC Sésame](#)
- ✓ PRIC et Programme Collectif Régional Qualifiant
- ✓ [Aides Individuelles à la Formation](#)
- ✓ [AGEFIPH](#)
- ✓ Autofinancement
- ✓ Plan de Développement des Compétences
- ✓ Action individuelle - OPCO
- ✗ FNE
- ✓ Autofinancement

## CONTACTS

### RÉFÉRENTS DE LA FORMATION

<b>Référent pédagogique</b>	FREVILLE Sylvain	Tel 06.60.16.97.86	Mail: <a href="mailto:sylvain.freville@live.fr">sylvain.freville@live.fr</a>
<b>Référent administratif</b>	CHUECA Alicia	Tel 03.80.52.46.33	Mail <a href="mailto:ligue@natationbfc.fr">ligue@natationbfc.fr</a>
<b>Référent FOAD</b>	FREVILLE Sylvain	Tel 06.60.16.97.86	Mail: <a href="mailto:sylvain.freville@live.fr">sylvain.freville@live.fr</a>
<b>Référent technique</b>	FREVILLE Sylvain	Tel 06.60.16.97.86	Mail: <a href="mailto:sylvain.freville@live.fr">sylvain.freville@live.fr</a>
<b>Référent handicap</b>	FREVILLE Sylvain	Tel 06.60.16.97.86	Mail: <a href="mailto:sylvain.freville@live.fr">sylvain.freville@live.fr</a>
<b>Référent COVID</b>	FREVILLE Sylvain	Tel 06.60.16.97.86	Mail: <a href="mailto:sylvain.freville@live.fr">sylvain.freville@live.fr</a>

## INDICATEURS DE RÉSULTATS

Session	Nombre d'apprenants	Taux de réussite				Taux d'abandon	Taux de rupture de contrats	Taux de poursuite	Taux d'insertion professionnelle	Taux de satisfaction des stagiaires
		Global	UC1	UC2	UC3 UC4					
Session 2019-2020	12	83%	83%	92%		0%	0%		100%	100%
Session 2020-2021	8		75% *	100%		12,5%	0%		100%	100%
Session 2021-2022	8		83%	100%		25%	0%		100%	100%
Session 2022-2023	7	57%	57%	86%		0%	0%		100%	100%