

Dossier d'inscription aux sélections du BP JEPS APT 2020 - 2021



**2 sessions de formation BP APT
à partir du 05 octobre 2020
à la Roche S/Y et le 12 octobre à Nantes**

2 sites proposés :
(à cocher selon votre choix - possible de cocher les 2)

- ☐ LA ROCHE S/YON
☐ NANTES

date limite d'inscription : 21 AOUT 2020

■ Etat Civil

Nom

Prénom

Nom de jeune fille

Photo

Date de naissance

Ville de naissance
(et pays si nécessaire)

Nationalité

Adresse –CP - Ville

N° de téléphone

fixe

port.

E-mail (**important**)

■ Votre statut durant la formation

☐ Demandeur-euse d'emploi	☐ salarié-e	☐ Intéressé.e par un contrat d'apprentissage (cf page 5)
(possibilité de prise en charge par la Région PDL – (cf page 4))	(CPF– plan de formation de l'employeur, reconversion, etc...)	

Etes-vous adhérent à la Ligue de l'enseignement-FAL44 ? OUI ☐ NON ☐

Si oui, êtes-vous : bénévole ☐ responsable de section ☐ membre Conseil d'Administration ☐

Avez-vous suivi une formation quelle qu'elle soit ou été salarié.e à la Ligue de l'enseignement –FAL44 ?

(BAFA, CQP, PSC1, formation bénévole, emploi,...) précisez :

■ Formation initiale

Sortie de formation initiale depuis : (date)/...../..... ou mois et année :

			Préciser la spécialité si besoin	Diplôme obtenu	Niveau atteint
Enseignement général					
Niveau 4	☐	BAC		☐	☐
Niveau 5	☐	DEUG / DUT		☐	☐
Niveau 6	☐	Licence		☐	☐
	☐	Maitrise		☐	☐
	☐	autre :		☐	☐
Enseignement professionnel					
Niveau 3	☐	CAP		☐	☐
	☐	BEP		☐	☐
Niveau 4	☐	BAC pro		☐	☐
Niveau 5	☐	BTS		☐	☐
	☐	autre		☐	☐
Animation socioculturelle – socio sportive					
	☐	BAFA	☐	BASE	
	☐	BAFD	☐	BEES	
Niveau 3	☐	C.Q.P. (Certificat de qualification professionnelle) - spécialité « animation de loisirs sportifs » Option AGEE (act. Gymniques d'entretien et d'expression) ou JSJO (jeux sportifs et jeux d'opposition)			
Niveau 4	☐	BEATEP ou BPJEPS – préciser la spécialité :			
	☐	autre :			

Titulaire du PSC1 ou STT : oui ☐ non ☐ *

* votre devez impérativement avoir fourni le PSC1 avant le passage des sélections d'entrée

*Pour information, l'UFOLEP44 à Nantes, propose une formation PSC1 aux dates suivantes : (contact : 02 51 86 33 34)
mardi 21 avril - samedi 27 juin

■ Expérience

Pratique sportive :

Sport(s) pratiqué(s) :

Expérience dans l'animation sportive :

■ Motivation

Votre motivation en A.P.T. :

■ Avez-vous un projet professionnel ?

(fonctions, type de structure envisagée, public souhaité,...)

■ Connaissance du métier d'animateur

Expliquez en une dizaine de lignes, ce qu'est pour vous... Le métier d'animateur A.P.T. :

■ Structure de stage

Quelle sera votre structure de stage en APT (si vous l'avez déjà trouvée ou seulement des contacts) pour :

VOTRE SITUATION ACTUELLE

■ Vous êtes demandeur.euse d'emploi

Date d'inscription au Pôle emploi :	n° d'identifiant :
---	--------------------------

vous bénéficiez (ou bénéficierez) toujours de droits Pôle emploi le 1^{er} jour de l'entrée en formation le 16 oct. :

OUI ☐ NON ☐

Financement Régional PDL pour les demandeurs d'emploi

Formation financée à 100 % pour un certain nombre de stagiaires demandeurs d'emploi dans le cadre du dispositif « visa métiers », selon éligibilité :

- sorti.e de formation initiale depuis au moins 6 mois à l'entrée en formation
- demandeur d'emploi inscrit au Pôle emploi et détenteur d'une « fiche de prescription » qui valide votre projet (Il est nécessaire que vous vous rapprochiez de l'organisme auprès duquel vous êtes inscrit(e) (Pole emploi, Mission Locale, Cap emploi, Conseil Général) pour un accompagnement à la construction et la sécurisation du parcours de formation. La « fiche de prescription » qui vous sera délivrée par cet organisme, devra être jointe au présent dossier, (ou adressée par mail directement par le prescripteur), impérativement avant les sélections d'entrée.
- satisfaire aux tests de sélections

nota : « public éligible » ne veut pas dire « automatiquement financé ».

■ Vous êtes salarié.e et votre employeur finance tout ou partiellement votre parcours de formation

Quel est le mode de prise en charge envisagé :				
☐ CPF	☐ CPF transition	☐ contrat pro	☐ apprentissage (jusqu'à l'âge de 29 ans)	☐ Financement avec fonds propres
Autre :				

Merci d'indiquer les coordonnées précises de votre employeur afin que nous prenions contact avec lui :

Nom de la structure Employeur		
Personne à contacter		
adresse précise		
tel et mail	Tel. fixe et/ ou portable :	E-mail :

Poste actuellement occupé :	
-----------------------------	--

Temps plein :	OUI ☐ NON ☐	Temps partiel :	Nbre d'heures /sem. :
CDI	OUI ☐ NON ☐	CDD	Date de fin de contrat :/...../.....

■ Réunions d'informations collectives

REUNIONS D'INFORMATIONS COLLECTIVES non obligatoires mais conseillées (à cocher) Présence à confirmer au 02 51 86 33 10 ou formation@laligue44.org				
Dates	2 mêmes dates pour Nantes et La Roche Sur Yon : Vendredi 29 MAI 2020 et Vendredi 26 JUIN 2020			
Lieu à cocher selon votre souhait	NANTES 14 h —FAL Formation 44 9 rue des Olivettes à Nantes	☐	LA ROCHE SUR YON Horaire à confirmer —FOL 85 41 rue Monge à la Roche S/Yon	☐
Si vous êtes demandeur.(euse) d'emploi, indiquez votre n° d'identifiant pôle emploi : (obligatoire) Vous êtes inscrit.e au : ☐ pôle emploi ☐ mission locale ☐ cap emploi				

Nota : l'inscription aux réunions d'informations peut être indépendante de l'inscription aux sélections. Dans ce cas, prévenir simplement par téléphone ou mail de votre participation à l'une des 2 réunions.

■ Tests d'Exigences Préalables

Les TEP du BPJEPS APT (Tests d'Exigences Préalables à l'entrée en formation) représentent la première étape à franchir avant d'intégrer la formation. Il s'agit d'attester votre capacité à entrer en formation. Le niveau demandé est donc seulement le minimum requis et ne constitue pas le niveau final du titulaire du BPJEPS.

Les TEP APT en 4 UC sont composés d'un test navette et d'un parcours d'habileté motrice (cf contenu en fin de dossier).

CHOIX DU SITE DE LA FORMATION ET DATE.S DE SELECTIONS D'ENTREE (à cocher)				
	05 OCTOBRE 2020 / 28 SEPTEMBRE 2021		12 OCTOBRE 2020 / 24 SEPTEMBRE 2021	
Choix de formation	LA ROCHE SUR YON	☐	NANTES	☐
Dates sélections	04 et 07 septembre 2020 (1)	☐	10 et 11 septembre 2020	☐

(1) Les tests physiques étant éliminatoires, vous pouvez optimiser vos chances !

Quel que soit le site où vous souhaitez suivre la formation, vous avez la possibilité de passer les tests physiques à Nantes ou La Roche S/Y.

Important : Vous souhaitez suivre la formation à Nantes, vous pouvez passer les TEP à la Roche s/Y afin de vous laisser une chance supplémentaire. Si vous les ratez, vous les passez à nouveau à Nantes la semaine suivante.

FACULTATIF : PREPARATION AUX TESTS PHYSIQUES

Afin de préparer au mieux à ces tests les candidats qui ne se sentent pas tout à fait en condition, une **PREPARATION AUX TEP** est proposée à celles et ceux qui le souhaitent. Elle sera mise en place par un formateur dans les mêmes conditions que l'examen, sous forme de 2 demi-journées. L'intervalle entre les 2 dates est nécessaire et permet aux candidats de s'entraîner au mieux pour être prêts lors des sélections.

Inscription à la préparation aux TEP (Tests d'Exigences Préalables) - facultatif -				
Dates	2 mêmes dates pour Nantes et La Roche Sur Yon (horaires et lieux à confirmer) : Vendredi 03 JUILLET 2020 et Vendredi 28 AOUT 2020			
Lieu à cocher selon votre souhait	NANTES	☐	LA ROCHE SUR YON	☐
Je soussigné.e souhaite m'inscrire à la préparation aux TEP selon la ou les date.s cochée.s ci-dessus (si inscription sur 2 ½ j., pas de remboursement en cas d'annulation d'1 ½ j.)				
• Ci-joint un chèque de 35 € pour les 2 demi-journées (libellé à « FAL formation »)			☐	
• Ci-joint un chèque de 20 € pour 1 demi-journée (libellé à « FAL formation »)			☐	
Attention : un certificat médical de non contre-indication est indispensable pour la préparation, qui servira également pour le passage des TEP en septembre. Si possible utiliser le formulaire type joint au dossier qui comporte les mentions obligatoires. Dans le cas contraire, un nouveau certificat vous sera demandé pour les TEP en septembre				

« J'atteste sur l'honneur que toutes les informations indiquées dans le présent dossier sont exactes »

Date :

signature :



DROIT A L'IMAGE

Je soussigné(e)
autorise la Ligue de l'enseignement
FAL 44 à utiliser les photos et
vidéos prises pendant la formation
pour toutes publications et diffusions
sans limitation de durée.

Signature :

COMMENT AVEZ-VOUS SU QUE CETTE FORMATION ETAIT MISE EN PLACE

- ☐ SITE INTERNET ☐ DRDJS
☐ BOUCHE A OREILLE
☐ POLE EMPLOI/MISSION LOCALE
☐ SALON/FORUM
☐ PORTE OUVERTE

Récapitulatif des pièces à joindre au dossier

Documents à fournir (quelle que soit votre situation)	• Le présent dossier avec 1 photo d'identité page 1 (<i>indiquer nom et prénom au dos</i>) • Un C.V. actualisé • Attestation du PSC1 ou STT en cours de validité (devra impérativement être acquis avant les sélections ou joindre attestation d'inscription à une session) • Copie recto – verso d'une pièce d'identité valide (ou passeport, permis de conduire) • Un chèque de 45 € libellé à l'ordre de « FAL44 Formation » pour les frais d'inscription (n'est restitué que dans le cas où le candidat annule sa participation avant les sélections) • Copie attestation de recensement et du certificat individuel de participation à l'appel de la préparation à la défense pour les français de moins de 25 ans
Vous devez passer les TEP (Tests d'Exigences Préalables)	• Certificat médical datant de moins d'1 an à la date du passage des tests physiques formulaire joint à faire compléter par votre médecin Vous souhaitez suivre la PREPARATION aux TESTS PHYSIQUES (voir page 5) • Avec l'inscription via le présent dossier ou par téléphone, joindre un chèque de 35 € ou 20 € (libellé à l'ordre de « FAL44 Formation ») ainsi qu'un certificat médical (ci-joint) (nota : merci de faire 2 chèques séparés avec les frais d'inscription)
Vous avez déjà validé les TEP	• Si vous avez déjà validé les TEP lors d'une précédente formation et/ou dans un autre organisme de formation, fournir l'attestation de l'organisme auprès duquel vous avez passé les TEP ou le nom de l'organisme de formation et la date de passage (ou période) ceci pour vérification auprès de la DRDJS. <i>Un certificat médical datant de moins d'1 an devra dans ce cas être fourni seulement pour l'entrée en formation.</i> organisme : date :
Equivalences selon diplômes	Les diplômes suivants donnent équivalence à certaines U.C. (Unités de Compétences) ; ils vous permettent d'être exempté.e des certifications Si vous êtes concerné.e, une copie du diplôme devra être jointe au dossier BAC pro service de proximité et vie locale - CQP Animateur de Loisirs Sportifs - CQP animateur de loisirs AGEE ET JSJO
Vous êtes DEMANDEUR.EUSE D'EMPLOI	• Courrier d'inscription au Pôle emploi • Une fiche de prescription établie par votre conseiller Pôle emploi, Mission locale, ou Cap emploi (indispensable pour l'accès au financement Régional) à joindre au dossier ou que le conseiller Pôle emploi nous transmettra impérativement avant les sélections
Vous êtes SALARIE.E	• Courrier d'engagement de l'employeur pour la prise en charge du coût de la formation
Vous êtes en situation de HANDICAP	• Le courrier de notification du handicap de la MDPH • Si vous souhaitez un aménagement des TEP, merci de prendre contact avec la DRDJS CS de votre lieu de domicile pour établir une demande d'aménagement.

**Les informations et documents demandés sont indispensables à la gestion
du dossier qui ne sera pas instruit si incomplet**

**Retour du dossier complet à FAL44 FORMATION
à l'attention de Valérie PRIOL
9 rue des Olivettes – BP 74107 - 44041 NANTES cedex 1**

sRenseignements : Tel : 02 51 86 33 10 – mail : formation@laligue44.org

Raison sociale de l'organisme de formation : **Etablissement FAL FORMATION – LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT PAYS DE LA LOIRE**
 Numéro de déclaration d'activité : **52440125244** (ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat)

CERTIFICAT MÉDICAL DE NON CONTRE INDICATION A LA PRATIQUE ET A L'ENSEIGNEMENT DES ACTIVITÉS POUR TOUS

Je soussigné.e

Docteur

Demeurant

CERTIFIE AVOIR EXAMINÉ

M. / Mme / Melle Né.e le / /

Demeurant

et n'avoir pas constaté à ce jour, de contre-indications médicales à la pratique et à l'enseignement des activités sportives pour tous.

Taille : poids :

Observations éventuelles :

.....

Fait à le / /

Signature et cachet du Médecin

Remarques très importantes :

Compte tenu de la spécificité et des exigences de la formation, les candidats doivent satisfaire aux critères médicaux suivants :

- Etat satisfaisant du système cardio-vasculaire
- Etat satisfaisant de la colonne lombaire et de la charnière lombo-sacrée
- Etat satisfaisant des épaules, coudes hanches, genoux, chevilles, ne présentant pas de malformation, traumatisme ou intervention chirurgicale limitant, pénalisant un travail en amplitude et en force (musculature intensive, gymnastique, sports collectifs...).

Contenu des Tests d'Exigences Préalables à l'entrée en formation BPJEPS APT

Les exigences préalables ont pour but de vérifier les compétences du candidat à suivre le cursus de formation lui permettant d'accéder à la mention « activités physiques pour tous » du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS) spécialité « éducateur sportif ».

Les exigences préalables à l'entrée en formation du BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « activités physiques pour tous » sont les suivantes :

Le (la) candidat(e) doit :

- être titulaire de l'une des attestations de formation relative au secourisme suivante :
 - « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC1) ou « attestation de formation aux premiers secours » (AFPS) ;
 - « premiers secours en équipe de niveau 1 » (PSE 1) en cours de validité ;
 - « premiers secours en équipe de niveau 2 » (PSE 2) en cours de validité ;
 - « attestation de formation aux gestes et soins d'urgence » (AFGSU) de niveau 1 ou de niveau 2 en cours de validité ;
 - « Certificat de sauveteur secouriste du travail » (SST) » en cours de validité.
- présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique des « activités physiques pour tous » datant de moins d'un an à la date de l'entrée en formation ;
- être capable de réaliser les deux tests suivants :

Test n°1 : test navette « Luc Léger »

Ce test a pour objectif de vérifier la capacité physique. Les femmes doivent réaliser le palier 6, réalisé par l'annonce sonore suivante « palier 7 ». Les hommes doivent réaliser le palier 8, réalisé par l'annonce sonore suivante « palier 9 »

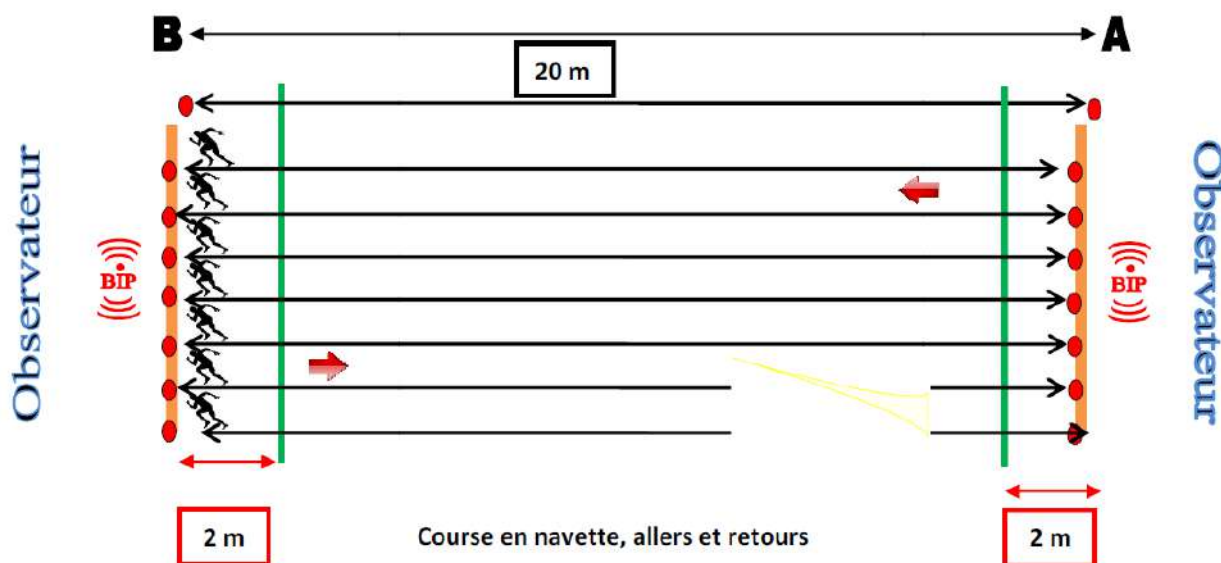
Le test « Luc Léger » est un test progressif qui consiste à courir d'une ligne à l'autre, séparées de 20 mètres, selon le rythme indiqué par des « Bips ». Les candidats se placent derrière une ligne « A » matérialisée au sol et délimitée par des plots. Au signal de la bande sonore, les candidats doivent se diriger vers la ligne « B » également matérialisée au sol et par des plots à chaque extrémité.

Règlement du test et matériel :

Si un(e) candidat(e) arrive sur la ligne avant le bip suivant, repartir vers l'autre ligne. A chaque extrémité, le (la) candidat amorce son retour. Les virages en courbe sont interdits.

Tout retard en-deçà de la zone des 2 mètres est éliminatoire. Lorsqu'un(e) candidat(e) a un retard dans la zone un avertissement ainsi qu'à l'observateur d'en face. Ce retard devra être comblé sur un aller. A défaut, un 2ème avertissement lui sera signifié. Si le retard n'est pas comblé sur le trajet suivant, arrêté(e) par les évaluateurs. De chaque côté, la tolérance des 2 mètres sera matérialisée par une ligne au sol. Un observateur devra être situé de part et d'autre des lignes « A » et « B »

Le nombre de candidats est limité à 10.



Le matériel :

- un gymnase ou une salle de sport (ou à défaut un terrain extérieur) avec une surface plane antidérapante nécessaire à la réalisation du test dans des conditions de sécurité
- un décamètre ou un odomètre avec une roue
- ruban adhésif ou autres (pour matérialiser les lignes au sol)
- des plots ;
- un lecteur d'enregistrement, suffisamment audible pour tous les participants
- l'enregistrement du test «Luc Léger », version 1998, avec palier d'une minute
- chasubles avec numéro (autant que de candidats)

Test n°2 : test d'habileté motrice

Ce test consiste en l'enchaînement de 22 ateliers dans un temps strictement inférieur (pénalités comprises) à 1 minute 46 pour les hommes et 2 minutes 06 pour les femmes.

Des bonifications sont accordées pour les candidats âgés

- de 40 à 50 ans : un temps strictement inférieur (pénalités comprises) à 1 minute 51 pour les hommes et 2 minutes 11 pour les femmes
- A partir de 51 ans : un temps strictement inférieur (pénalités comprises) à 1 minute 56 pour les hommes et 2 minutes 16 pour les femmes.
- Toute erreur dans le parcours entraîne 5 secondes de pénalité conformément à la liste ci-dessous.

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, une roulade avant sur un tapis placé à une distance de 0,80 m de la poutre. 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.

Le parcours d'habileté motrice se déroule selon le descriptif ci-dessous, sans interruption entre les ateliers. Une démonstration sera faite par un responsable de l'épreuve devant les candidats, qui pourront ensuite utiliser le parcours lors du temps consacré à l'échauffement. Le parcours doit s'effectuer dans l'ordre prévu des ateliers. Tout atelier doit être obligatoirement réalisé, et conformément aux consignes exposées sous peine de non validation du parcours. Un atelier oublié est signalé immédiatement par le responsable de l'épreuve, pour être effectué (ex ateliers 8-12-17-22, un candidat ne contournant pas les plots sera arrêté immédiatement pour refaire l'atelier). Le (la) candidat(e) se met en position, en plaçant les pieds derrière la ligne de départ. Le départ se fait au signal du responsable de l'épreuve, « PRÊT » « PARTEZ ». Le chronomètre est arrêté lorsqu'il franchit la ligne d'arrivée, matérialisée par deux plots (c'est le torse qui compte et non la tête ou les jambes).

Chronomètres : le temps réalisé par les candidats doit obligatoirement être pris par deux chronomètres (en cas de problème technique). Les chronomètres ne doivent pas se communiquer mutuellement les temps avant de les avoir donnés au responsable de l'épreuve. Le temps retenu sera celui le plus favorable au candidat. En cas de problème technique de chronométrage, le responsable décide du temps à retenir. Les chronomètres ne ramènent leur chronomètre au zéro, que sur ordre du responsable de l'épreuve. Les chronomètres vérifient la validité du parcours et notent les pénalités. A la fin du parcours, ils se réunissent pour noter sur la fiche candidat les pénalités retenues.

• **Description du test d'habileté motrice (voir schéma ci après) :**

- **Atelier 1 :** Course à pied sur 8 m.
A partir d'un départ commandé, le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 8 mètres, du point « a » au point « b ».
- **Atelier 2 :** Franchissement de la 1ère haie
Le (la) candidat(e) doit franchir la première haie d'une hauteur de 0,76 mètre pour les hommes et de 0,56 mètre pour les femmes.
- **Pénalités prévues :**
Une pénalité est attribuée pour le renversement de la haie.
Une pénalité est attribuée pour la chute de la latte au passage de la haie.
- **Atelier 3 :** Course à pied sur 6 m
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 6 mètres, du point « c » au point « d ».
- **Atelier 4 :** Passage de rivière (zone matérialisée par 2 lignes)
Le (la) candidat(e) doit franchir un passage de rivière, matérialisé par 2 lignes tracées au sol espacées de 2 mètres pour les hommes et de 1,80 mètre pour les femmes.
- **Pénalité prévue :** Une pénalité sera attribuée en cas d'appui constaté sur une des lignes ou dans l'espace délimité par les 2 lignes.
- **Atelier 5 :** Course de vitesse sur 6 m
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 6 mètres, du point « e » au point « f ».
- **Atelier 6 :** Franchissement de la 2ème haie
Le (la) candidat(e) doit franchir la deuxième haie d'une hauteur de 0,76 mètre pour les hommes et de 0,56 mètre pour les femmes.
- **Pénalités prévues :**
Une pénalité est attribuée pour le renversement de la haie.
Une pénalité est attribuée pour la chute de la latte au passage de la haie.
- **Atelier 7 :** Course de vitesse sur 13 mètres
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 13 mètres, du point « g » au point « h ».
- **Atelier 8 :** Contournement du plot A :
Le (la) candidat(e) doit contourner le plot « A » par la droite,
- **Atelier 9 :** Course de vitesse sur 5 mètres
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 5 mètres, du point « h » au point « i ».
- **Atelier 10 :** Lancer de balles
Le (la) candidat(e) doit être capable de lancer 1 balle dans chaque cerceau de 70 centimètres de diamètre, posé au sol, en allant du plus proche au plus éloigné. Le lancer est également validé lorsque la balle touche le bord du cerceau.
Le (la) candidat(e) dispose en tout de 6 balles. Le nombre de tentatives est limité à deux balles par cerceau. Les distances de lancer sont mesurées entre le centre de chaque cerceau et la zone de lancer derrière laquelle, le(la) candidat(e) doit se trouver, soit :
- **Pour les hommes :** le centre du premier cerceau est situé à 5 mètres, le deuxième à 6 mètres et le troisième à 7 mètres de la zone de lancer.
- **Pour les femmes :** le centre du premier cerceau est situé à 4 mètres, le deuxième à 5 mètres et le troisième à 6 mètres à partir de la ligne tracée au sol de la zone de lancer.
- **Pénalité prévue :** une pénalité est attribuée par cible manquée (2 balles possibles pour chaque cible).
- **Atelier 11 :** Course de vitesse sur 10 mètres
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 10 mètres, du point « i » au point « j ».
- **Atelier 12 :** Contourner le plot B :
Le (la) candidat(e) doit contourner le plot « B » par la droite, placé à 10 mètres de la zone de lancer de balles.
- **Atelier 13 :** Course de vitesse sur 5 m.
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 5 mètres, du point « k » au point « l ».
- **Atelier 14 :** Slalom en dribble à la main (Ballon de basket)
Le (la) candidat(e) doit prendre le ballon de basket posé dans un cerceau et partir en dribblant d'une seule main (changements de main autorisés) pour effectuer un slalom entre les 7 plots dont les 4 premiers sont disposés en croix (distance entre les plots 1,50 m : voir schéma). Les plots doivent être contournés alternativement par la gauche et par la droite.
Le (la) candidat(e) doit franchir un élastique tendu à 40 cm du sol (et placé à 1,50m du dernier plot) sans le toucher, le ballon passant au-dessus de l'élastique. Il/elle doit ensuite immobiliser le ballon avec les mains au sol à l'intérieur d'un cerceau placé au sol à 1,50m de l'élastique ;
Le ballon ne doit pas être porté, le corps du candidat doit contourner les plots.

- **Pénalités prévues :**
 Une pénalité est attribuée par plot non-contourné, avec le ballon.
 Une pénalité est attribuée par plot non-contourné avec le corps.
 Une pénalité est attribuée si l'élastique est touché lors de son franchissement.
 Une pénalité est attribuée si l'élastique est franchi balle tenue.
 Une pénalité est attribuée si le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau.
 Une pénalité est attribuée si le ballon est porté lors de cette épreuve.
- **Atelier 15 :** Slalom en dribble au pied (ballon de football)
 Le (la) candidat(e) doit prendre un ballon de football avec les pieds, posé à l'intérieur d'un cerceau, et franchir l'élastique sans le toucher en faisant passer le ballon sous l'élastique. Il/elle doit effectuer le slalom en sens inverse en contournant les plots alternativement par la droite et par la gauche, en dribblant au pied jusqu'au cerceau (m) et immobiliser la balle dans le cerceau avec le pied. Le corps du candidat ainsi que le ballon doivent contourner tous les plots.
- **Pénalités prévues :**
 Une pénalité est attribuée par plot non-contourné avec le ballon.
 Une pénalité est attribuée si l'élastique est touché lors de son franchissement.
 Une pénalité est attribuée si le ballon est touché avec la main pendant les dribbles.
 Une pénalité est attribuée si le ballon est immobilisé avec la (les) main(s) dans le cerceau.
 Une pénalité est attribuée si le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau.
- **Atelier 16 :** Course sur 5 mètres
 Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 5 mètres, du point « m » au point « j ».
- **Atelier 17 :** Contourner le plot B :
 Le (la) candidat(e) doit contourner le plot « B » par la droite, placé à 10 mètres de la zone de lancer de balle.
- **Atelier 18 :** Course sur 2 mètres
 Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 2 mètres, du point « k » au point « n ».
- **Atelier 19 :** Passage en équilibre sur poutre basse
 Le (la) candidat(e) doit marcher sur une poutre basse, de 4 mètres de long. Le (la) candidat(e) doit traverser la poutre d'une extrémité à l'autre. En cas de chute, Le (la) candidat(e) devra recommencer l'atelier au début de la poutre.
- **Atelier 20 :** Roulade avant
 De l'extrémité de la poutre, le (la) candidat(e) doit réaliser une roulade avant sur un tapis placé à une distance de 0,80 m de la poutre.
- **Pénalités prévues :**
 Une pénalité est attribuée si Le (la) candidat(e) effectue la roulade de travers ou sort sur le côté du tapis.
- **Atelier 21 :** Lancer de médecine-balls
 Le (la) candidat(e) doit lancer successivement trois médecine-balls, (2 kg pour les femmes et 3 kg pour les hommes) au-delà d'une ligne située à 5 mètres du point « p » (lancer à deux mains départ poitrine). Le (la) candidat(e) étant situé derrière la zone de lancer.
- **Pénalités prévues :**
 Une pénalité est attribuée lorsque Le (la) candidat(e) a mordu ou a franchi la zone de lancer.
 Une pénalité est attribuée pour chaque médecine-ball ne franchissant pas la ligne située à 5 mètres de la zone de lancer.
- **Atelier 22 :** Course en slalom sur 55 m
 Le (la) candidat(e) doit courir en slalom en contournant 5 plots alternativement par la droite et la gauche, sur une distance totale de 55 mètres jusqu'à la ligne d'arrivée.

