

- préparation d'une fiche de 3 séances sur les grands domaines (Cardio-vasculaire, Renforcement musculaire, flexibilité et mobilité)
- Animation d'une séance avec 3X 15' pour présenter une partie de la séance dans chacun des trois grands domaines

Au maximum un cours pré-chorégraphié sur les trois domaines

La commission d'évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs :

- un évaluateur de l'organisme de formation
- un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness
- un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coaches)

Intitulé de l'Unité de Compétences 6 (UC6) : Utiliser des techniques en cours collectifs appropriées pour une pratique des publics en toute sécurité

Modalités d'évaluation du bloc 6 option cours collectifs :

Évaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque UC

- 45' de passage pédagogique et technique suivi d'un oral de 15' (animer un groupe d'au minimum 8 personnes)
- préparation d'une fiche de 3 séances sur les grands domaines (CARDIO - RENFO – FLEXIBILITÉ ET MOBILITÉ)
- Animation d'une séance avec 3X 15' pour présenter une partie de la séance dans chacun des trois grands domaines

Au maximum un cours pré-chorégraphié sur les trois domaines

La commission d'évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs :

- un évaluateur de l'organisme de formation
- un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness
- un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coaches)

Option Musculation et Personal Training :**Intitulé du bloc de compétence 5 (UC5) : Choisir et mettre en œuvre une pédagogie adaptée en musculation et personal training pour une pratique des publics en toute sécurité****Modalités d'évaluation de l'UC 5 option musculation et personal training:**

Évaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque Activité A5B et A6B

Épreuve 1 :

5' de démonstration et 20' d'encadrement d'une séance d'entraînement fonctionnel en petit groupe (5 personnes sur 5 ateliers).que le candidat choisit. Le candidat fait une première fois le parcours entier avec une démonstration de chaque mouvement sur 5 répétitions (évaluation de la technique).

Puis 2 rotations des 5 ateliers pour les 5 encadrés.

15' de retour à l'oral

Épreuve 2 : encadrement d'un pratiquant

Tirage au sort d'un profil de pratiquant: préparation de la séance. 30' de préparation.

Puis 30' de séance

Le candidat débute en expliquant aux évaluateurs les questions qu'il poserait au pratiquant. Il amène ensuite son cobaye sur 3 exercices de sa séance choisis par les évaluateurs. Ce sont les évaluateurs qui demandent au candidat de passer à l'exercice suivant. La prestation est suivie d'un oral de 15'

La commission d'évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs :
un évaluateur de l'organisme de formation

un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness

un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coaches)

Intitulé du bloc de compétence 6 (UC6) : Utiliser des outils et des techniques en musculation et personal training pour une pratique des publics en toute sécurité**Modalités d'évaluation de l'UC 6 option musculation et personal training:**

Evaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque Activité A5B et A6B

Epreuve 1 :

5' de démonstration d'une séance d'entraînement fonctionnel en petit groupe (5 personnes sur 5 ateliers).que le candidat choisit. Le candidat fait une première fois le parcours entier avec une démonstration de chaque mouvement sur 5 répétitions (évaluation de la technique).

15' de retour à l'oral