

CREPS des Pays de La Loire  
Centre de Ressources, d'Expertise  
et de Performance sportives

N° SIRET 194 423 125 000 21  
N° APE 804 C  
N° Déclaration : 52 44 04 186 44

## PROGRAMME DE FORMATION 2023 2024

# DU DIPLOME D'ETAT de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport (DEJEPS) Spécialité « Perfectionnement sportif » Mention JUDO-JUJITSU

Formation inscrite au RNCP

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/36825/>

Formation réglementée par le code du sport, actualisé par le [Décret n° 2006-1418 du 20 Novembre 2006](#) portant règlement général du DEJEPS et [Arrêté du 20 Novembre 2006](#) portant organisation du DEJEPS [Arrêté Modifié du 18 Décembre 2006](#) portant création de la mention « Judo-Jujitsu » du DE JEPS spécialité « Perfectionnement sportif »

Formation **N°23044HABDE0004** Habilitée par la Délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (DRAJES) le 25 juillet 2023, **SESSION 23044DE0020**

ORGANISME DE FORMATION : **CREPS des Pays de la Loire**  
Place Gabriel Trarieux CS 21925, 44319 Nantes CEDEX 3

Cette formation s'adresse à des professionnels en exercices déjà titulaires d'un **diplôme de niveau 4** dans le domaine de l'enseignement ou de l'entraînement en judo-jujitsu. Il s'agit d'un parcours qui tient compte du niveau d'entrée, et donc inférieur au volume imposé pour les parcours DEJEPS de la formation initiale (1200h dont 700 en centre)

Lieux de la formation : Dojo Régional d'Angers, Rue Jules Ladoumègue (site principal)  
Dojo Régional de Rennes, Rue P.Coubertin  
Dojo du pôle espoir de Nantes, Rue du Croissant

Date de début : 18 Septembre 2023 Date de fin : 25 Septembre 2024

Durée de la formation : 770 h dont 399 heures (57 jours) en centre et 105 heures en e-formation (15 modules de 7 h),  
Soit un **total de 504 heures avec l'organisme de formation,**  
**Et 266 heures en entreprise** : 231 h en club et 35 h auprès des organismes territoriaux de la fédération (comité départemental ou ligue)

**Ce programme inclut 28 h de présence lors des entraînements de pôle espoirs (Nantes ou Rennes) le 1<sup>er</sup> jeudi du mois.**

## Coûts de formation :

Frais d'inscription : 30.00 €

Frais de sélection : 70.00 €

Coût de la formation : 13 €/h pour les stagiaires salariés OPCO,

15 €/h Marché militaires en reconversion et marché région Visa métiers

6 €/h salariés non aidés,

4 €/h Étudiants et demandeurs d'emplois non aidés

Les demandeurs d'emploi bénéficiant de l'aide régionale font l'objet d'une prise en charge collective...

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

A l'issue de la formation le candidat doit être capable de :

- Concevoir des programmes de perfectionnement sportif
- Coordonner la mise en œuvre d'un programme de perfectionnement
- Conduire une démarche de perfectionnement sportif
- Conduire des actions de formation

## CONTENU DE LA FORMATION (4 Unités de formation)

### Unité de formation N° 1 : Concevoir et mettre en œuvre un projet d'entraînement

(de l'initiation au perfectionnement) 140 h (soit 105 h en centre et 35 h en e-formation) et 70 h en entreprise

Compétences visées appartenant à :

UNITE CAPITALISABLE 1 : EC DE CONCEVOIR UN PROJET D'ACTION

UNITE CAPITALISABLE 2 : EC DE COORDONNER LA MISE EN OEUVRE D'UN PROJET D'ACTION

### Contenus :

Rôle, mission et posture de l'éducateur sportif (distinction entraîneur, animateur, éducateur),  
Connaissances scientifiques liées à l'entraînement et au perfectionnement des différentes formes de pratique de « judo-jujitsu » :

- Sciences humaines (la personnalité, les émotions, la motivation, la gestion de groupe, la confiance en soi)
- Sciences biologiques (rappels sur le fonctionnement du corps humain et l'anatomie, physiologie de l'entraînement, principes biomécaniques, facteurs de performance en judo),
- Rappels en Sciences pédagogiques (l'apprentissage moteur, les théories d'apprentissage, les méthodes pédagogiques),

Connaissance des caractéristiques des différents publics pour préparer une action éducative

Connaissance de la méthode française de la FFJDA

Méthodologie de projet appliquée à l'entraînement (méthodologie de projet, définition d'objectifs éducatifs, construction d'une séance, d'un cycle) et évaluation de celui-ci,

Connaissance des règles techniques de judo-jujitsu.

## **Unité de Formation N°2 : Concevoir et mettre en œuvre un projet de développement 105 h (soit 70 h en centre et 35 h en e-formation) et 70 h en entreprise**

### **Compétences visées appartenant à :**

**UNITE CAPITALISABLE 1 : EC DE CONCEVOIR UN PROJET D'ACTION**

**UNITE CAPITALISABLE 2 : EC DE COORDONNER LA MISE EN ŒUVRE D'UN PROJET D'ACTION**

### **Contenus :**

*Communication écrite et orale, utilisation des TIC,*

*Sociologie des pratiques et attentes des différents publics*

*Connaissances du cadre institutionnel et législatif du sport (institutions, collectivités, mouvement sportif, code du sport...)*

*Connaissances de l'environnement technique et réglementaire d'un club de judo (loi de 1901, textes fédéraux),*

*Connaissances de l'environnement socio-professionnel (Droit du travail, CCNS, relations professionnels-bénévoles, Accompagnement des bénévoles dans le développement et la pérennisation des emplois de la structure),*

*Citoyenneté, intégrité physique et morale des pratiquants,*

*Connaissances liées aux activités de développement (dont méthodologie de projet) et d'organisation d'un club de judo-jujitsu (dont initiation aux problématiques économiques et comptables d'une association).*

*Méthodologie de projet appliquée au développement (analyse des enjeux et du contexte socio-professionnel, formalisation d'objectifs, conduite du projet dont gestion d'une équipe de travail et suivi budgétaire, évaluation et perspectives ouvertes par le projet)*

## **Unité de Formation N°3 : Conduire la démarche de perfectionnement sportif en sécurité**

**196 h (soit 161 h en centre dont 28 h lors des entraînements de pôle espoirs, 35 h en e-formation) et 126 h en entreprise (dont 35 h en stage fédéral)**

### **Compétences visées appartenant à :**

**UNITE CAPITALISABLE 3 (OI 3.1 et 3.2): EC DE CONDUIRE UNE DEMARCHE DE PERFECTIONNEMENT**

**UNITE CAPITALISABLE 4 : EC D'ENCADRER LA DISCIPLINE SPORTIVE EN SECURITE**

### **Contenus :**

*Être capable de maîtriser l'ensemble du programme technique des 1<sup>er</sup> au 4<sup>ème</sup> Dan de judo-jujitsu,*

- *Katas : Nage no kata, Katame no Kata, Kime no Kata, Goshin Jitsu, Go No Sen,*
- *Ju-Jitsu : 20 attaques imposées et progression self-défense*
- *Debout et sol : Programme technique des 1er au 4ème dan tels que définis par les textes officiels de la FFJDA*

*La Performance en judo : Être capable d'exploiter les aspects Physiques, technico-tactiques et psychologiques issus de l'évaluation en « judo-jujitsu » en situation d'opposition pour faire progresser un groupe d'athlètes :*

- *Maîtriser les contenus technique et tactique du « judo-jujitsu »*
- *Mettre en œuvre des programmes de préparation physique adaptés*
- *Maîtriser les bases de la préparation mentale*
- *Veiller à la sécurité (postures et gestion de l'opposition) et de porter secours aux pratiquants*

## **Unité de Formation N°4 : Conduire des actions de formation**

**63 h** (soit 35 h en centre dont 28 h lors des Sessions BP/CQP)

**Compétences visées appartenant à :**

**UNITE CAPITALISABLE 3 (OI 3.3): EC DE CONDUIRE DES ACTIONS DE FORMATION**

**UNITE CAPITALISABLE 4 : EC D'ENCADRER LA DISCIPLINE SPORTIVE EN SECURITE**

Contenus :

*Connaissance de l'ensemble de la méthode française d'enseignement du judo-jujitsu et son historique :*

- Méthode pédagogique en judo,
- Éveil judo 4-5 ans,
- Initiation 6-8 ans,
- Le judo des 9-12 ans,
- Le judo des 13-15 ans,
- Le Perfectionnement individualisé
- Le programme technique des grades et dan de judo-jujitsu
- Connaissance des différents éléments techniques du programme et de leurs éducatifs
- Être capable de Transmettre les principes fondamentaux du « judo jujitsu »

*Connaissance de l'ensemble des diplômes de la filière, diplômes fédéraux et diplômes professionnels.*

*EC de construire une action de formation s'intégrant aux objectifs du projet de formation, en tenant compte des référentiels métiers et des référentiels de certification de chacun de ces diplômes.*

*EC de conduire et d'animer l'action de formation construite*

## **CERTIFICATIONS**

**Épreuve n°1** : définie par l'art A212-52 du code du sport

*Le candidat transmet un document écrit personnel de 20 pages minimum hors annexes, analysant une expérience de conception et mise en œuvre de programmes de perfectionnement sportif en judo-jujitsu et son évaluation.*

*Présentation orale de 20 Min suivie d'un entretien de 40 Minutes avec le jury.*

***Cette épreuve permet l'évaluation des UC 1 & 2***

**Épreuve n°2** : Mise en situation professionnelle :

*- Avant la date de l'épreuve, dans les conditions fixées par le directeur régional de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS) le candidat transmet un dossier relatant son expérience en enseignement, en perfectionnement sportif et formation de cadres réalisée dans une ou plusieurs structures d'alternance pédagogique pour différents publics.*

*- Le candidat prépare pendant 30 minutes une séance de perfectionnement technique.*

*- Le candidat conduit cette séance pendant une durée comprise entre 30 minutes et 45 minutes maximum, pour un public confirmé d'au moins 2 pratiquants.*

*- La séance perfectionnement technique est suivie d'un entretien d'une durée comprise entre 30 minutes et 45 minutes maximum :*

*- 10 et 15 minutes au cours desquelles le candidat analyse et évalue sa séance en mobilisant les connaissances acquises et justifie les choix éducatifs et pédagogiques, ainsi que la pertinence de cette séance au sein d'un cycle d'enseignement ;*

*- 20 et 30 minutes à partir du dossier préalablement transmis.*

***Cette épreuve permet l'évaluation de l'UC 3***

### **Epreuve n°3 : Démonstration des techniques de Judo Jujitsu**

L'épreuve certificative se compose d'une démonstration technique commentée suivie d'un entretien avec les évaluateurs.

Le candidat réalise une démonstration technique commentée devant deux évaluateurs. La progression est présentée par un document détaillé remis aux évaluateurs le jour de la démonstration.

La démonstration a une durée maximale de 60 minutes :

-deux katas tirés au sort parmi les katas suivants dans le rôle de Tori : Nage No Kata, Katame No Kata, Kime No Kata, Go No Sen No Kata, Goshin jitsu ;

Les évaluateurs demandent au candidat de démontrer tout ou partie d'un des katas dans le rôle d'Uke afin d'évaluer la maîtrise des conditions sécuritaires.

-tout ou partie d'un système d'attaque et de défense en Tashi-Waza (travail debout) d'au moins 7 minutes et Ne-Waza (travail au sol) d'au moins 7 minutes ;

-une expression libre d'au moins 4 minutes présentant des réponses défensives sur des attaques en saisie, en coups dans une logique de jujitsu.

Cette démonstration technique est suivie d'un entretien de vingt minutes maximum, sur les aspects sécuritaires liés à la discipline parmi lesquels : la sécurité des pratiquants et des tiers, la prévention des conduites à risque ou l'éthique

**Cette épreuve permet l'évaluation de l'UC 4**

### **e-FORMATION**

La e-formation est organisée principalement autour des nouvelles technologies de communication : courrier électronique, internet et plateforme d'enseignement à distance

« Spiral, e-connect ». Un programme hebdomadaire est transmis à chaque stagiaire :

- Chaque Quinzaine, les stagiaires ont la possibilité, après information du formateur, d'accéder sur le site du CREPS à une plateforme d'enseignement à distance où sont stockées des informations, documents et **de travaux à effectuer**, qu'ils peuvent télécharger. Ils adressent en retour le travail effectué.
- Le travail réalisé fait l'objet d'évaluations formatives sous forme d'une correction individuelle notée et annotée qui est retournée aux stagiaires.
- Des ouvrages de référence papier et livres sont remis aux stagiaires en début et au cours de la formation.
- Les formateurs accueillent les stagiaires en rendez-vous individuel, à leur demande. Chaque stagiaire peut dialoguer individuellement avec un formateur par téléphone, courriel, ou visio.
- Lorsqu'un stagiaire semble éprouver des difficultés, un travail spécifique et individuel lui est proposé
- Le travail demandé comporte entre 20 et 25 pages de documents et une série d'exercices d'application ou d'appropriation.

À chaque regroupement le coordonnateur et le formateur dédié à la formation à distance font un point de situation avec les stagiaires...

**La durée du travail par les stagiaires est évaluée à 7h par module, sur une période effective de 15 modules (soit 105 h).**

Ces travaux font l'objet d'une attestation d'assiduité par le coordonnateur de la formation.

### **ALTERNANCE**

Les outils :

Le suivi de l'alternance entre le CREPS, les tuteurs et les stagiaires est alimenté par le **livret d'alternance du stagiaire** (activités qu'il a conduites) et la synthèse des semaines de regroupement effectué par le coordonnateur. Ce livret d'alternance jalonne le parcours de formation du candidat en lui fixant des objectifs techniques et pédagogiques pour chaque période.

*Le livret-guide du tuteur a pour objet d'aider le tuteur à accompagner le stagiaire lors de sa formation en entreprise. Y sont notamment définis les fonctions, rôles et missions du tuteur.*

Toutes les 6 semaines, un formateur dédié (ou le responsable de formation) fait un point d'étape avec le stagiaire à partir du livret d'alternance. Enfin des visites dans les structures sont prévues.

### CALENDRIER

Dates			
TEP	Sélections	Positionnement	Formation
Dispensés (BPJEPS)	12 Septembre 2023	12 Septembre 2023	18 Septembre 2023 au 25 Septembre 2024
Exigences préalables à la mise en situation pédagogique : en sont dispensés par leur niveau IV			

### DATES DES REGROUPEMENTS

(7 h/jour de formation)

Regroupement 1	Du 18 au 19 Septembre 2023 (Creps)	Regroupement 9	Du 26 Février au 1 <sup>er</sup> Mars
Regroupement 2	30 Septembre & 1 <sup>er</sup> Octobre 2023*	Regroupement 10	Du 23 au 24 Mars 2024*
Regroupement 3	Du 23 au 27 Octobre 2023	Regroupement 11	Du 22 Avril au 05 Mai 2024 (Japon)
Regroupement 4	Du 18 au 19 Novembre 2023*(CREPS)	Regroupement 12	Du 18 au 19 Mai 2019*
Regroupement 5	Du 09 au 10 Décembre 2023*	Regroupement 13	Du 28 Mai au 31 Mai (jury CQP)
Regroupement 6	Du 18 au 21 Décembre 2023	Regroupement 14	Du 17 au 20 Juin 2024
Regroupement 7	Du 13 au 14 Janvier 2024*	Regroupement 15	Du 08 au 12 Juillet 2024 (FFJDA)*
Regroupement 8	Du 03 au 04 Février 2024 (TIVP)	Regroupement 12	Du 19 au 23 Aout 2024 (Vendée)*

*\*dates prévisionnelles à confirmer avec le calendrier sportif 2023-2024*

*Les heures d'encadrement au sein d'une structure fédérale seront à positionner avec chaque stagiaire en début de formation.*

*Les dates d'entraînements pôle espoirs le jeudi après-midi (3.5h) au pôle espoir de Nantes ou de Rennes*

*Mise en situation en sous-groupes lors des sessions CQP /BP*

## MOYENS PEDAGOGIQUES ET ENCADREMENT

### Les conditions matérielles

Salles de cours du Dojo Régional	2 salles de cours dont 1 équipée multimédia
Outils pédagogiques	Enseignement à distance du creps des pays de la Loire Plateforme de documentation pédagogique de la FFJDA
Installations sportives	Dojo Régional, Ligue des Pays de la Loire – Angers Dojo du pôle espoir, Nantes Dojo du pôle espoir de Rennes
Logistique	Une restauration et un hébergement Ethic Etapes Avenue du Lac de Maine 49000 ANGERS

### Qualification des Formateurs

- 8 formateurs DES, 2 formateurs DEJEPS 5 professeurs de sports
- les formateurs du CREPS pour la partie e-formation.

*Le coordonnateur de la formation DE JEPS JUDO JUJITSU,  
Rodolphe CERISIER*

[rodolphe.cerisier@creps-pdl.sports.gouv.fr](mailto:rodolphe.cerisier@creps-pdl.sports.gouv.fr)  
06.29.56.55.71

