

PROGRAMME DE FORMATION

Préparation au concours du CAPEPS Externe

1. Objectifs pédagogiques

- Acquérir les connaissances scientifiques, didactiques et pédagogiques nécessaires à la réussite du CAPEPS Externe.
- S'entraîner aux épreuves écrites et orales dans les conditions du concours.
- Développer une méthodologie efficace d'analyse de sujet, de rédaction et d'argumentation.
- Structurer une progression de préparation individualisée adaptée au profil du candidat.

2. Durée et rythme

- Durée totale estimée : 400 heures réparties sur 10 mois.
- Période : du 1er septembre 2025 au 31 juin 2026.
- Formation entièrement à distance (FOAD).

3. Contenus de la formation

Module	Intitulé	Contenu détaillé
1 (75h) Travail en autonomie	Culture disciplinaire EPS	Analyse de l'histoire de l'EPS, sociologie de l'EPS, biomécanique du corps humain, anatomie du corps humain, physiologie du corps humain, psychologie sociale.
2 (75h) Travail en autonomie partielle	Didactique et pédagogie	Méthodologie de la préparation aux épreuves, étude de cas didactiques.
3 (75h)	Entraînements écrits	10 épreuves blanches + 12 épreuves écrites ciblées, corrigées et annotées.
4 (75h)	Entraînements oraux	10 épreuves blanches avec feedback personnalisé
5 (50h)	Semaine type de travail	Bilan de niveau, planification hebdomadaire, ajustement et accompagnement mensuel.
6 (50h)	Accompagnement à distance	Accès hebdomadaire à un professeur référent par téléphone, permanences Zoom, échanges de mails.

4. Méthodes pédagogiques

- Classe virtuelle bi-mensuelle (Zoom).
- Supports écrits (PDF, cours, fiches de synthèse, analyse de copies des sessions précédentes, fiches de lecture d'ouvrages).
- Plateforme numérique avec suivi personnalisé.

- Devoirs écrits et oraux blancs corrigés.
- Feedback individualisé

5. Modalité d'évaluation

- Evaluations formatives (devoirs, écrits blancs, oraux blancs), notées sur 20 points.
- Simulations orales avec retour détaillé notées sur 20 points.
- Bilan de progression mensuel
- Autoévaluations

6. Moyens techniques mis à disposition

- Plateforme en ligne sécurisée
- Accès à tous les contenus pédagogiques 24h/24.
- Assistance technique par mail (48h ouvrées max).
- Accès aux permanences pédagogiques visio deux fois par mois.

7. Encadrement et accompagnement

- Un formateur référent attitré pour chaque apprenant
- Réponses pédagogiques sous 48h.
- Conseils personnalisés sur l'intégration des retours d'épreuves blanches vécues par l'apprenant.
- Relecture, correction.