



MAQUETTE DE FORMATION **DES SURVEILLANTS PÉNITENTIAIRES** **Session 2-2025**

Maquette de formation – Préparation au concours de surveillant pénitentiaire (25h)

1. Préparation sportive (15h – 5 séances de 2h + 1 séance de 5h fractionnée)

Objectifs pédagogiques

- Développer les aptitudes physiques nécessaires aux épreuves (endurance, vitesse, agilité, coordination).
- Habituer les candidats aux conditions réelles de passage (gestion du temps, gestion du stress).

Compétences développées

- Endurance cardiovasculaire.
- Agilité, explosivité et coordination motrice.
- Résistance à l'effort et capacité de récupération.
- Confiance en soi en situation d'évaluation.

Contenu et progression (séances de 2h chacune)

- Séance 1 (2h) : Tests diagnostiques initiaux (navette + ateliers d'agilité), présentation des épreuves, conseils sur l'échauffement et la récupération.
- Séance 2 (2h) : Endurance fondamentale et fractionné court (préparation navette), exercices de motricité (sauts, appuis, changements de direction).
- Séance 3 (2h) : Renforcement musculaire ciblé (gainage, tronc, membres inférieurs), parcours agilité chronométré.
- Séance 4 (2h) : Travail combiné (endurance + parcours technique), gestion de l'effort et simulation d'épreuve.
- Séance 5 (2h) : Évaluation finale et bilan individuel, plan d'entraînement personnalisé.

2. Préparation écrite (10h – 5 séances de 2h chacune)

Objectifs pédagogiques

- Maîtriser la méthodologie des réponses écrites (QCM, QROC, analyse de texte).
- Renforcer la culture générale et les connaissances citoyennes.
- Apprendre à gérer le temps et la précision dans les réponses.

Compétences développées

- Compréhension fine et rapide de documents.
- Capacité de synthèse et de rédaction claire.
- Maîtrise des bases de culture générale et institutionnelle.
- Organisation et gestion du temps en épreuve.

Contenu et progression

PRÉPARATION SPORTIVE :



- *Séance 1 (2h) : Tests diagnostiques initiaux (test navette + ateliers d'agilité), présentation des épreuves, conseils échauffement/récupération.*
- *Séance 2 (2h) : Endurance fondamentale et fractionné court (préparation navette), exercices de motricité (sauts, appuis, changements de direction).*
- *Séance 3 (2h) : Renforcement musculaire ciblé (gainage, tronc, membres inférieurs), parcours agilité chronométré.*
- *Séance 4 (2h) : Travail combiné (endurance + parcours technique), gestion de l'effort et simulation partielle d'épreuve.*
- *Séance 5 (2h) : Ateliers spécifiques d'agilité et de coordination, optimisation de la technique sur parcours (gestion du souffle, vitesse de réaction)*
- *Séance 6 (2h) : Travail intensif en conditions proches de l'examen : enchaînement navette + parcours complet, stratégie de récupération*
- *Séance 7 – Bilan et évaluation (3h) :*

PRÉPARATION ÉCRITE :



- *Séance 1 (2h) : Présentation de l'épreuve, méthodologie, premiers exercices de compréhension de texte.*
- *Séance 2 (2h) : Compte-rendu à partir de documents*
- *Séance 3 (2h) : Compte-rendu à partir d'images*
- *Séance 4 (2h) : Compte-rendu à partir d'une projection vidéo*
- *Séance 5 (2h) : Révisions connaissance des institutions, de la Justice, du métier de surveillant pénitentiaire*
- *Bilan de la formation*

TARIFICATION :



FORMATION	PAIEMENT COMPTANT	PAIEMENT EN 2 FOIS
SURVEILLANTS PÉNITENTIAIRES	35 000XPF/25 heures (1 400 XPF/heure)	38 000XPF /25 heures (1 520 XPF/heure)



Un certificat médical d'aptitude aux épreuves sportives devra nous être joint. Vous pourrez utiliser ce certificat médical le jour de votre épreuve réelle (validité 3 mois).

MODE DE PAIEMENT

***** Si vous payer en deux fois, il vous sera exigé soit de régler la seconde tranche avant le premier cours de sport, soit de nous déposer un chèque de garantie.**

-Virement : (Nous envoyer une capture écran pour tout paiement par virement bancaire. Indiquer en message de votre virement le nom/prénom de l'élève)

NOTRE R.I.B

Nom : DCAIRP POLYNESIE **Code Banque :** 12239

Code Guichet : 00007 **N°de compte :** 52664701000 **Clé :** 73

IBAN : FR76 1223 9000 0752 6647 0100 073

Transfert instantané :

Deblock : @dcairp987

Revolut : @dcairp987rev

Par carte ou en espèces : Uniquement dans nos locaux

PLANNINGS DES COURS :

SP GROUPE 1

PLANNINGS SP 1		
Jour	Disciplines	Horaires
jeudi 16 octobre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 23 octobre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 30 octobre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 6 novembre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 13 novembre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 20 novembre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 27 novembre 2025	TEST LUC LEGER	17h à 20h
lundi 5 janvier 2026	GROUPE 1	8h30 à 10h30
mardi 6 janvier 2026	GROUPE 1	8h30 à 10h30
mercredi 7 janvier 2026	GROUPE 1	8h30 à 10h30
lundi 12 janvier 2026	GROUPE 1	8h30 à 10h30
mardi 13 janvier 2026	GROUPE 1	8h30 à 10h30

SP GROUPE 2

PLANNINGS SP 2		
Jour	Disciplines	Horaires
jeudi 16 octobre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 23 octobre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 30 octobre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 6 novembre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 13 novembre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 20 novembre 2025	SPORT	17h à 19h
jeudi 27 novembre 2025	TEST LUC LEGER	17h à 20h
lundi 5 janvier 2026	GROUPE 2	17h à 19h
mardi 6 janvier 2026	GROUPE 2	17h à 19h
mercredi 7 janvier 2026	GROUPE 2	17h à 19h
lundi 12 janvier 2026	GROUPE 2	17h à 19h
mardi 13 janvier 2026	GROUPE 2	17h à 19h

TAUX DE RÉUSSITE

Concours des surveillants pénitentiaires session 1 juin 2025 :



Dcairp Polynésie

11 juin, 13:51 · 🌐

RESULTATS CONCOURS 🥳

BIG BRAVO à tous les polynésien(ne)s qui viennent de réussir le concours des SURVEILLANTS PÉNITENTIAIRES 🥳🥳 et particulièrement à nos élèves ! 🥳

Après 80% obtenus aux épreuves écrites (qui ont eu lieu en décembre 2024), nous obtenons **90% aux épreuves orales** 🥳🥳 **28 ADMIS SUR 32** 📌

Merci à nos élèves pour leur confiance et leur résili... En voir plus

