



Institut des métiers de la forme (IMF)

Organisme de formation et Centre de formation des apprentis

24 rue de Chazelles 75017 PARIS

Tel : 01 43 70 05 33

Mail : contact@ecole-imf.fr

Site internet : www.ecole-imf.fr

Numéro de déclaration d'activité auprès de la Préfecture de PARIS : 11754098575

Organisme certifié QUALIOP1

SIRET : 398 991 042 00100 - N°TVA : FR25 398991042

Siège social : 62 rue Jouffroy d'Abbans 75017 PARIS

PROGRAMME DE FORMATION

(Art L 6353-1 Code du travail)

Intitulé formation :

CQP ALS AGEE

Certificat de qualification professionnelle animateur de loisir sportif, activités gymniques d'entretien et d'expression (par blocs capitalisables) reconnu au RNCP.

Objectifs /Compétences visées :

Bloc de compétences 1 - Préparation et animation de cycles de séances de loisir sportif :

- **1.1: Identification des caractéristiques et des besoins des pratiquants** (Disposer de connaissances sur les différents types de publics accueillis et leurs caractéristiques - Maîtriser les outils et démarches permettant d'identifier le niveau de pratique, les capacités et les limites des pratiquants)
- **1.2: Santé/anatomie /physiologie** (Maîtriser les connaissances en matière de santé, anatomie et physiologie indispensables pour accompagner les pratiquants d'activités gymniques d'entretien et d'expression)
- **1.3: Construction d'une séance ou d'un cycle de séances** (Maîtriser les outils et démarches permettant d'élaborer une séance ou un cycle de séances, réaliser son bilan et son ajustement)
- **1.4: Règlementation et sécurité des pratiques** (Maîtriser les différentes réglementations encadrant l'exercice du métier d'ALS, les activités physiques et sportives et la mise en sécurité des pratiquants et des tiers)
- **1.5: Animation et encadrement d'une séance de loisir sportif** (Maîtriser les démarches et méthodes pédagogiques permettant d'animer une séance dans sa famille d'activités - Maîtriser les outils et démarches permettant d'adapter des cours en visio)
- **1.6: Activités et techniques de l'option AGEE** (Maîtriser les activités et techniques propres aux activités gymniques d'entretien et d'expression)

Bloc de compétences 2 - Organisation, information et communication autour de ses activités d'animation et d'encadrement physique et sportif :

- **2.1: Comprendre le fonctionnement de sa structure** (Se familiariser avec les modes d'organisation et de fonctionnement des structures au sein desquelles un animateur de loisir sportif est susceptible de travailler)
- **2.2: Planifier et rendre compte de ses activités** (Connaître les principales réglementations ayant un impact sur l'organisation et la mise en œuvre de ses activités - Disposer d'une méthodologie permettant d'organiser ses activités - Disposer d'une méthodologie permettant de rendre-compte de ses activités aux responsables de sa structure)
- **2.3: Communiquer avec le public** (Se familiariser avec les réseaux sociaux et leurs modalités de fonctionnement - Intégrer les outils digitaux dans sa communication à destination du public)

Bloc de compétences 3 : Conduite de son parcours professionnel dans le domaine des activités physiques et sportives :

- **3.1 : L'environnement professionnel de l'animateur de loisir sportif** (Identifier les acteurs du secteur sportif – Se familiariser avec les principales dispositions législatives et conventionnelles en lien avec son métier - Disposer de la méthodologie nécessaire pour réaliser une veille juridique et réglementaire sur des sujets en lien avec son métier)
- **3.2 : Droit du travail** (Se familiariser avec les différents contrats de travail pouvant être proposés à un animateur de loisir sportif)
- **3.3 : Piloter son parcours professionnel** (Construire et dynamiser son réseau professionnel - Comprendre quand se former pour rester opérationnel)

Public :

Cette formation s'adresse à tous les publics à partir de 18 ans.

Le financement peut être personnel et/ou pris en charge par un CPF ou un co-financier (région, pôle emploi...).

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap (rampe d'accessibilité, plateforme élévatrice extérieure, rampe d'accès aux PMR à la porte. Nous contacter pour toute demande d'informations. Référente du public en situation de handicap : Céline KERMANACH : 06 24 23 47 33).

Prérequis :

Pour accéder à la formation, il faudra être retenu sur dossier d'inscription, avoir réussi un entretien de motivation et un test technique : suivi d'1h d'un cours de fitness comprenant : step débutant/initié, renforcement musculaire, et technique douce (stretching...)

Le PSC1 (formation prévention et secours civique de niveau 1) est obligatoire pour accéder à cette formation.

Le stagiaire doit également fournir un certificat médical attestant son aptitude à la pratique et à l'enseignement d'une activité sportive datant de moins d'un an.

Vous devez également respecter la condition d'honorabilité selon l'art L.212-9 du Code du Sport : avec un casier judiciaire ne comportant pas de condamnation vous empêchant d'être animateur de loisir sportif (bien vérifier les 3 volets de votre casier).

Aucune autre connaissance particulière préalable n'est obligatoire.

Positionnement à l'entrée en formation :

Le centre de formation intervient auprès du stagiaire pour vérifier et adapter les objectifs de la formation aux publics formés :

>Rendez-vous individuel téléphoniques ou physiques

>Mails personnalisés

>Réunions d'information mensuelle gratuites et ouvertes à tous

>Tests technique pour évaluer le niveau physique du stagiaire et entretien pour évaluer sa motivation, et vérifier l'adaptation du profil aux objectifs de la formation.

>Entretien individuel de positionnement lors de l'inscription pour prendre en compte le parcours et les diplômes déjà validés. Mise à jour du volume horaire de formation et du tarif si nécessaire.

Equivalences et passerelles :

Pour le diplôme CQP ALS AGEE il existe des équivalences par bloc

Les principales équivalences sont (nous contacter pour toute demande de précision ou de complément) :

Certifications	Tests techniques (entrée en CQP)	EPMSP	Bloc 1a	Bloc 1b	Bloc 1c	Bloc 2	Bloc 3
CQP ALS (RNCP : 13711) OPTION JSJO	x JSJO	x JSJO	x				
CQP ALS (RNCP : 13711) OPTION AGEE	x AGEE	x AGEE		x			
CQP ALS (RNCP : 13711) OPTION ARPO	x ARPO	x ARPO			x		
BPJEPS spécialité éducateur sportif mention activités physiques pour tous	x 3 mentions	x 3 mentions	x	x	x	x	
BPJEPS spécialité éducateur sportif mention activités de la forme option cours collectifs	x AGEE	x AGEE		x		x	
BPJEPS spécialité éducateur sportif et animateur toutes mentions – RNCP 28557						x	

Employabilité et poursuites d'études :

A l'issu de la formation 100% de nos diplômés qui cherchent dans le domaine du Fitness trouvent une activité.

La poursuite et/ou le complément de formation est également possible en fonction du parcours intégral passé du candidat (liste non exhaustive) :

- >BPJEPS Educateur sportif option A et/ou B
- >BTS diététique
- >DU Sport et Santé
- >BPJEPS AAN : maître-nageur sauveteur
- >Formations professionnelles continues qualifiantes : coaching mental, pilates, Yoga, Cross Fit, Cycling...
- >DEJEPS puis DESJEPS spécialité animation socio-éducative ou culturelle
- >DEJEPS puis DESJEPS perfectionnement sportif

Durée et horaires :

Cf calendrier joint.

La formation en alternance se déroulera **entre le 14 octobre 2024 et le 15 février 2025 (hors certifications) en présentiel** (et en distanciel si obligatoire pour une raison sanitaire).

Pour la partie formation :

Un total de 163 h réparties sur 3 à 5 jours par mois :

Du 14 au 18 oct 2024	35h
Du 15 au 17 nov	24h
Du 29 nov au 1 ^{er} dec	24h
Du 13 au 15 dec	24h
Du 10 au 12 janvier 2025	24h
Du 31 janv au 2 fev	24h
Le 15 février	8h
	163h

Pour valider les 3 blocs de compétences du CQP vous devrez vous présenter pour trois journées entières de certifications du 28 fev au 02 mars 2024 (et les 21 et 22 mars en plus en cas de rattrapage)

Les horaires des cours prévus sont de 7h ou 8h/jour : 9h00 à 13h00 (*sous réserve de modifications*) et 14h00 à 18h00 (*sous réserve de modifications*).

Pour la partie professionnelle :

80 heures minimum de stage en structure d'accueil, à répartir en accord avec votre responsable en dehors des heures de formation, *entre le 14 oct 2024 et le 15 février 2025*

Méthodes mobilisées : moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

La pédagogie se répartie entre les cours théoriques en salle de formation où les stagiaires sont assis (50% du temps total de formation environ) et les cours de pratique physique cours collectifs (50% restant).

Notre démarche est la suivante :

- >présentation des éléments théoriques simples
- >utilisation du paper-board
- >Présentation power-point sur vidéo-projecteur et diffusion de vidéos si nécessaire.
- >travail sur support pédagogique remis aux stagiaires : book de formation
- >Bibliographie distribuée.
- >apports méthodologiques illustrés d'exemples
- >échange et débat par de la participation active et l'expérimentation des stagiaires (jeux de rôles...)
- >exercices de mise en situation
- >examens blancs réguliers

La formation théorique et pratique :

Elle se déroulera à l'IMF, 24 rue de Chazelles 75017 PARIS. Les stagiaires seront dans une salle de cours théoriques comprenant 20 places assises, tables, paper-board, tableau effaçable, vidéoprojecteur, et une salle de fitness comprenant le matériel fitness nécessaire (bâtons, haltères, élastiques, step, sono, miroir).

Des supports papiers seront distribués.

Les formateurs intervenants sont (*sous réserve de modifications*) :

NOM	PRENOM	DIPLÔMES
CUNNINGHAM	Candice	>BP JEPS AGFF C et D >Mat Pilates 1
BEILLEAU	Aude	>BEMF >Les Mills >Pilates >Diététique
KERMANACH	Céline	>BEES métiers de la forme
ROUSSEL	Yohanna	>BP JEPS AF option A et option B >Coach à domicile, en entreprise et en club
ELKHAIAT	Adam	>BP JEPS AF option A et option B >Yoga - Pilates - TRX
LALOUE	Marion	>BP JEPS AGFF C et D >DE Danse Jazz >Pilates Mat 1 - Yoga - LesMills
ALLAIN-LAUNAY	Quentin	>BP JEPS AGFF C et D >Formation danse Rick Odums -Pilates - Yoga >Master 2 Fiscalité
TOME	Pietro	>CQP ALS AGEE >Master MEEF enseignement
HENNO	Violaine	>BP JEPS AF option A et option B >Pilates - Course à pied - Les Mills >Diplôme communication
MOROT	Laure	>Maitrise AES >DESS droit et gestion RH >Responsable formation Sport Santé

Contenu

- Présentation du milieu professionnel, du secteur associatif, et du règlement des activités physiques et sportives (APS).
- Outils digitaux, réseaux sociaux et communication
- Présentation des familles d'activité: "renforcement", "cardio", "techniques douces" et "expression"
- Comment concevoir et animer une séance.
- Comment concevoir un projet d'animation dans sa structure.
- Caractéristiques des différents publics.
- Connaissances anatomiques et physiologiques.

Modalités d'évaluation et suivi des stagiaires pendant et à l'issu de la formation

Les stagiaires sont suivis pendant la formation grâce aux outils suivants :

- >En début de formation : auto positionnement sur les compétences attendues, puis **évaluation par le formateur** et tuteur selon la grille des compétences attendues avec **les EPMS** (tests d'exigence préalable à la mise en situation pratique en cours collectifs sous la responsabilité du tuteur).
- >**Interrogations orales** tout au long de la formation pendant les cours
- >**Interrogations écrites** tout au long de la formation pendant les cours pour valider les compétences visées en milieu de formation
- >**Mises en situation pédagogiques** (situations individuelles et par groupe, préparation de séances, animation et analyse de séances)
- >**Carnet de suivi de l'alternance** à remplir par le stagiaire et le tuteur sur les missions effectuées sur la partie pratique de la formation en alternance.
- >**Feuilles d'émargement** à signer par demi-journée par le stagiaire et par le formateur.
- >Envoi d'un **récapitulatif mensuel de l'état de présence des stagiaires** aux financeurs en faisant la demande (Pôle Emploi, OPCA...)
- >**Questionnaire de satisfaction** de fin de formation.

>**Certifications officielles** en fin de formation : Bloc 1, Bloc 2 et Bloc 3.

Pour les certifications finales par Bloc, les stagiaires sont jugés selon des grilles de certification. Ces grilles sont expliquées et transmises aux stagiaires dès le démarrage de la formation.

Les certifications se tiendront du 28 fev au 02 mars 2024 (et les 21 et 22 mars en plus en cas de rattrapage)

En fin de formation les stagiaires reçoivent :

>Une attestation de fin de formation rappelant notamment le nombre d'heures.

>Un état récapitulatif des blocs de compétences validés

>Un diplôme de la fédération en fonction de la réussite aux certifications officielles.

Indicateurs

Nombre de stagiaires lors de la dernière session terminée	15
Taux moyen de réussite à l'examen (sur les 5 dernières sessions)	88%
% moyen de stagiaires satisfaits de la formation (sur les 5 dernières sessions)	86%
% des stagiaires estimant avoir atteint une note minimale de 7/10 sur les 10 objectifs de compétences attendues en fin de formation (sur la dernière session)	100%

Référents de l'organisme de formation, chargée des relations avec les stagiaires

Responsable pédagogique :

Celine KERMANACH

celine.kermanach@ecole-imf.fr

06.24.23.47.33

Référent certificateur

Salima Arrault

salima.arrault@fscf.asso.fr

Administratif :

Quentin ALLAIN-LAUNAY

quentin.allain-launay@ecole-imf.fr

01.43.70.05.33

Institut des métiers de la forme (IMF)

24 rue de Chazelles 75017 PARIS

Tel : 01 43 70 05 33

Numéro de déclaration d'activité auprès de la Préfecture de PARIS : 11754098575

SIRET : 398 991 042 00100 - N°TVA : FR25 398991042

Siège social : 62 rue Jouffroy d'Abbans 75017 PARIS