

*Le CQP ALS option Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression constitue la première étape de qualification professionnelle de la filière Activités Physiques pour Tous ou Activités de la Forme. Il est la qualification professionnelle de base, socle de toutes nos formations fédérales complémentaires.*

## Public

- Toute personne voulant acquérir un premier niveau de qualification professionnelle dans les métiers de l'encadrement et de l'animation des activités physiques et sportives.

## Prérequis

- Etre âgé de 16 ans minimum
- Etre titulaire du PSC1 (Prévention et secours civiques de niveau 1)
- Etre titulaire d'une attestation de réussite aux tests techniques spécifiques à l'option AGEE
- Présenter un certificat médical de non contre-indication à l'animation et à la pratique sportive de moins d'un an.
- En complément, vous devrez impérativement fournir une "attestation de stagiaire en formation" délivrée à partir du site EAPS

## Accessibilité

Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations. Faites-le nous savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

## Objectifs de la formation

Acquérir les compétences professionnelles nécessaires à l'animation des activités physiques de loisir sportif, à travers trois UC (Unités Capitalisables) :

- UC1 : Etre capable de prendre en compte les publics et l'environnement pour préparer un projet d'action ;
- UC2 : Etre capable de préparer, d'animer et d'encadrer une action d'animation ;
- UC3 : Etre capable de mobiliser les connaissances et maîtriser les outils et techniques nécessaires à la conduite de l'activité.

Option : Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression (AGEE)

- Techniques cardio respiratoire ;
- Renforcement musculaire ;
- Techniques douces ;
- Activités d'expression.

## Contenus de la formation

- Participation à la vie de la structure
  - Accueillir des publics
  - Participer au fonctionnement de la structure
  - Prendre en compte la structure dans son environnement local
- Conception d'un projet d'animation de loisir sportif
  - Prendre en compte le projet de la structure
  - Prendre en compte les caractéristiques des publics et de l'environnement
  - Prendre en compte les obligations légales et les règles de sécurité



- Maîtriser les gestes et techniques nécessaires à la conduite de l'activité
- Réalisation d'un projet d'animation de loisir sportif
  - Réaliser une action d'animation
  - Maîtriser les outils et techniques de l'activité
  - Assurer la sécurité des pratiquants et des tiers

### Moyens techniques et pédagogiques

---

- Formation centrée sur la pratique en lien avec les compétences métiers de l'animateur/animateur sportif/ve.
- Mise en situation d'animation progressive tout au long du processus de formation
- Animation de séances et de séquences pédagogiques avec feedbacks
- Evaluation formative des compétences et des connaissances via des activités en présentiel (Etude de cas, travaux en sous groupes) et des Quiz
- Individualisation de l'accompagnement afin de répondre aux besoins et aux attentes des apprenants

### Outils de Formation

---

- Fiches enfant (3-6 ans)
- Carnet d'accompagnement et Carnet de bord de l'animation enfant
- Supports de cours et accès à la plateforme de formation à distance

### Directeur de formation, Formateurs et/ou Intervenants

---

- Directeur de Formation FFEPGV
- Une équipe de Formateurs FFEPGV
- Intervenants expert métiers

### Modalité de validation

---

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Evaluation formative :
  - Quiz / Questionnaires
  - Situations interactives (auto-évaluation)
  - Mises en situation pédagogique (Préparation et animation de séances et de séquences)

### Modalités de certification

---

- Pour y accéder :
  - Avoir suivi l'ensemble du cursus de formation défini lors du Plan Individuel de Formation (PIF)
- Epreuves d'évaluation :
  - Soutenance d'un dossier et entretien
  - Préparation, réalisation d'une séance d'animation et entretien

L'acquisition du CQP ALS peut se faire par Validation d'Acquis d'Expérience (VAE)

### Diplôme remis

---

- Diplôme de la CPNEF Sport : Certificat de Qualification Professionnelle - animateur Loisir Sportif option Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression

### Points forts

---

- Diplôme professionnel associant les compétences pédagogiques et techniques de l'animation physique et sportive
- Un environnement de travail sur l'ensemble du territoire français (Métropole et Outre-Mer)
- Une équipe pédagogique composée de formateurs certifiés nationalement ou experts dans les domaines pédagogiques.
- Accompagnement par les tuteurs entreprise lors des phases d'alternance en milieu professionnel

### Pour aller plus loin

---

Nous vous conseillons de suivre, après cette formation, une spécialisation dans les filières fédérales de la FFEPGV ou une autre certification d'état (BPJEPS) ou de la branche professionnelle sport (CQP)

### Durée et déroulé de la formation

---

163 H  
Positionnement : 5h  
Formation en centre : 105h  
Mise en situation en structure : 50h  
Evaluation : 3h

Attention, l'obtention du CQP ALS option ARPO ne délivre pas une carte professionnelle comme le CQP ALS option AGEE ou JSJO.

Il est possible de suivre l'option ARPO et AGEE, la même année pour 300 heures de formation.

300 H  
Positionnement : 5h AGEE + 5h ARPO  
Formation en centre : 105h AGEE et 105h ARPO (possibilité d'allègement)  
Mise en situation en structure : 50h + 25h AGEE et ARPO  
Evaluation : UC1 : 1h UC2 : 2h UC3 : 1h

### Date(s), lieu(x) et volume horaire

---

Creps de Wattignies - Journée de 7h – 9h-12h30 et 13h45-17h00

Positionnement : 27 novembre 2021

Module 1 : 16, 17, 18 décembre 2021

Module 2 : 20 et 21 janvier 2022

Module 3 : 24, 25, 26 février 2022

Module 4 : 16, 17 mars 2022

Module 5 : 31 mars, 1 et 2 avril 2022 et Module 6 : 6 et 7 mai 2022

Certification : Juin 2022

### Déroulé du positionnement

---

Samedi 27 novembre au Creps de Wattignies de 9h à 15h

- Présentation de la formation
- Présentation mutuelle
- Lettre de motivation à écrire sur place
- Passage des tests : Vivre une séance avec des séquences d'activités d'expression, renforcement musculaire, cardio respiratoire et souplesse
- Entretien individuel

### Nombre de participants

---

20 places

### Dates limites d'inscriptions

---

13 novembre 2021

Dossier à télécharger et à renvoyer au secrétariat

### Frais de formation

---

Frais d'inscription : 20 €

Frais pédagogiques : 2230 €

Frais de transport : à la charge du stagiaire

Frais annexes (hébergement, restauration) : renseignements auprès du secrétariat

### Renseignements et inscription

---

Sophie Engelen

Tél : 03.20.88.27.30

[hautsdefrance@comite-epgv.fr](mailto:hautsdefrance@comite-epgv.fr)