

FICHE PEDAGOGIQUE

CQP ALS AGEE

Certificat de Qualification Professionnelle

Animateur de Loisir Sportif

*Option Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression

Niveau 4- Titre RNCP 38820

OBJECTIFS

La formation au CQP ALS s'articule autour de compétences à acquérir, définies par le référentiel du métier d'animateur. Elle est constituée de 3 blocs de compétences.

- **Bloc 2** : Préparation et animation de cycles de séances de loisir sportif dans le domaine de l'AGEE : Techniques cardio, Renforcement musculaire, Techniques douces et Activités d'expression.
- **Bloc 4** : Organisation, information et communication autour de ses activités d'animation et d'encadrement physique et sportif.
- **Bloc 5** : Conduite de son parcours professionnel dans le domaine des activités physiques et sportives.

Les blocs 4 et 5 sont communs aux options

PRÉ-REQUIS

- Pour être admis à la formation, il faut avoir au minimum 16 ans à l'entrée en formation, présenter une pièce d'identité en cours de validité et disposer de l'autorisation du représentant légal pour les mineurs.
- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1) ou équivalent.
- Certificat médical de non-contre indication à la pratique et à l'animation de d'activité de loisir sportif de moins d'un an à la date du positionnement.
- Le candidat devra réaliser des tests d'admission portant sur ses capacités d'apprentissage, ainsi qu'un test technique préalable à l'entrée dans la formation.



L'animateur loisir sportif a vocation à :

- Faire découvrir l'activité et susciter l'envie de poursuivre en établissant une relation positive avec la pratique,
- Transmettre une technicité minimum indispensable à une mise en activité des pratiquants en sécurité et en adéquation avec le niveau du public visé,
- Garantir aux pratiquants et aux tiers des conditions de pratique sécuritaires dans l'environnement concerné.
- Il conçoit des projets d'animation, prépare, anime et encadre les séances d'activités physiques et sportives dont il a la charge, en recherchant, le cas échéant, la progression des participants et intervient dans l'organisation et la promotion des activités qui lui sont confiées.

Diplôme délivré par

Contact infos :

DEVIENS
ACTEUR.ICE

DEVIENS
ANIMATEUR.
ICE

DEVIENS
PROFESSIONNEL.LE

UFO-BLOC 2 :

du 06 au 09/07/2026

- Identification des caractéristiques et des besoins des pratiquants
- Animation et encadrement d'une séance AGEE
- Règlementation et sécurité des pratiques
- EPMSP

UFO-BLOC 4 :

du 27 au 30 /07/2026
du 24 au 27/08/2026
du 7 au 10/09/2026

- Communiquer avec son public
- Activités et techniques de l'option : Techniques Cardio, Renforcement musculaire, Techniques douces, Activité d'expression corporelle
- Construction d'une séance
- Comprendre le fonctionnement de sa structure
- Planifier et rendre compte de son activité
- Découverte de son environnement professionnel
- Santé /anatomie / physiologie
- Prévention violences & discriminations

UFO-BLOC 5 :

du 5 au 8/10/2026
du 2 au 5/11/2026

- Santé /anatomie / physiologie
- Publics spécifiques
- Construction d'un cycle
- Activités et techniques de l'option
- Communiquer avec les publics
- Environnement professionnel
- Droit du travail
- Piloter son parcours

**168h en centre
et 80 h de stage**

Avoir un tuteur qualifié pour les périodes d'alternance en structure

Certification 4 épreuves

- Élaborer un cycle de séance à partir de son terrain de stage
- Mise en situation d'animation
- Élaborer un écrits au cours de son stage
- Entretien autour du projet professionnel

Encadrement

L'équipe pédagogique est composée de formateurs diplômés et compétents.

Méthodes pédagogiques

- Pédagogies active et participative
- Mise en situation réelle sur différents publics
- Alternance tutorée

Évaluation durant la formation

Livret de formation comprenant :

- Le suivi du tuteur.
- Les grilles d'évaluation formative après chaque session de formation.
- Les outils d'auto-évaluation afin d'évaluer la progression en vue des évaluations et de la certification.

Diplôme délivré par



Contact infos :

UFOLEP IDF
3 rue Juliette Récamier
75007 PARIS
formation@ufolep-idf.org
01 43 58 97 08
www.ufolep-idf.org