



Département entraînement sportif - UFR STAPS

FORMA⁹
Institut de formation



DIPLÔME UNIVERSITAIRE

« FITNESS » :

**Animation et encadrement des activités de
Remise en Forme**

Un diplôme tremplin vers l'emploi sportif

Diplôme Universitaire attestant l'obtention du

*

Certificat de Qualification Professionnelle

Animateur de Loisirs Sportifs

Option : Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression

*

« Faites un premier pas dans l'animation sportive professionnelle avec le Certificat de Qualification Professionnelle ALS AGEE »

*

Fonction d'Animateur de Loisirs Sportifs : cours collectifs

Un diplôme professionnel multisports et tous publics

- **165 h de formation :**

**104h à l'UFR STAPS de Montpellier,*

**11h: 6H présentation de la fédération,
organisation du sport en France et du monde associatif+
5 h de positionnement (projet professionnel et test
d'entrée en formation),*

**50 h en association ou clubs sportifs auprès d'un
tuteur expérimenté*

- **104 heures réparties en 3 Unités de Compétences**

**UC1: connaître les publics et l'environnement*

**UC2: préparer, animer, encadrer une action
d'animation*

**UC3: s'approprier et maîtriser les outils et techniques
de l'activité*

CQP ALS AGÉE

- Temps partiel: 360 h/an de face à face pédagogique
- Pratique de loisir sportif :
 - *découverte*
 - *initiation*
 - *animation*
- Dispense du Test d'Exigences Préalables du BPJEPS AF et UC1 validé

Fiche pédagogique

1) Premier niveau de qualification des diplômes sportifs Fitness

- * Le CQP ALS AGEE est un diplôme professionnel délivré par la branche sport
- * Le CQP ALS AGEE constitue la première étape de qualification professionnelle de la filière Activités Physiques pour Tous et Activités Gymniques de la Force et de la Forme.

2) Pour qui

- * 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 : Sportif / Animateur sportif bénévole ou salarié / Titulaire de brevet fédéral

3) Prérequis

- * Avoir plus de 18 ans
 - Etre titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)
 - Etre titulaire d'une attestation de réussite **aux tests d'entrée en formation**
 - Certificat médical de non contre-indication à l'animation et à la pratique sportive de moins d'un an
 - Attester de 140 h de pratiques sportives de l'option AGEE dans les 3 dernières années

4) Tests techniques préalables (TEP)

Epreuve pratique de 1H : échauffement + cours cardio-vasculaire (Step ou LIA) + renforcement musculaire + étirements

Entretien individuel de 10 minutes : entretien oral sur les motivations et projets professionnels du candidat

Attention : sont dispensés du test pratique les étudiants L2 et L3 « spécialité fitness » ou titulaires d'un Brevet Fédéral niveau 1 « remise en forme ».

5) Objectifs de formation

- * Préparer, animer, encadrer un cours collectif de technique cardio, renforcement musculaire, technique douce, activités d'expression en autonomie.
- * S'adresser à tous les publics (de la petite enfance aux seniors, y compris les publics déficients ou convalescents)
- * Assurer la sécurité des pratiquants et des tiers
- * Comprendre et participer au fonctionnement de l'association.
- * Acquérir les compétences professionnelles nécessaires à l'animation des activités physiques de loisir sportif, à travers **trois Unités Capitalisables (UC)**

6) Déroulé

Alternance de cours théoriques, d'ateliers de pédagogie appliquée, de mises en situation sur public réel, d'études techniques.

- * Pour accéder à la certification : Participation intégrale au cursus de formation défini lors du plan individuel de formation

7) Tarifs et financement

***Formation initiale:** 1500 euros

***Formation Continue:** 1900 euros

***Dérogatoire:** 900 euros (Etudiants Université de Montpellier licence STAPS 2ième année "Entrainement Sportif« titulaires du Brevet Fédéral "Remise en forme", "Haltéro" ou/et "All Fit Force« + étudiants titulaires d'une licence Staps (Université de Montpellier)

Points forts

- * Diplôme professionnel associant les connaissances et compétences pédagogiques et techniques de l'animation physique et sportive
- * Un environnement de travail favorable et centralisé : le Palais universitaire des sports de Montpellier avec ses salles de cours, de danse, de musculation, ses gymnases ...
- * Une équipe pédagogique composée de professeur d'EPS certifiés nationalement et diplômés dans leur spécialité

Planning

* Dates, lieux de formation

Session 1 : du 8 au 9 Février 2021

Session 2 : du 12 au 16 Avril 2021

Session 3 : du 17 au 21 mai 2021

Session 4 : du 7 au 10 Juin 2021

Epreuve de certification :

👉 **le 28 et 29 Juin 2021**

* Date limite de candidature :

👉 **jeudi 3 Décembre 2020**

* **Journée de positionnement** (Test d'entrée en formation et présentation)

👉 **Jeudi 7 Janvier 2021**

* **Contacts :**

👉 valerie.strack@umontpellier.fr (formation et renseignements)

👉 staps-du@umontpellier.fr (administratif)

« Philosophie »

1) Un Partenariat UFR STAPS Montpellier/ FSCF favorable à l'insertion professionnelle des étudiants et personnes non universitaires

- Partager des valeurs communes au sein de la formation
- Elargir et enrichir l'offre de formation de l'UFR STAPS et de la FSCF
- Offrir de nouvelles perspectives d'emplois

2) Légitimité de ce DU pour la région Occitanie où l'emploi saisonnier est très développé

3) UFR STAPS = centre de formation au CQP ALS AGEE

ANNEXES

Journée de POSITIONNEMENT CQP ALS AGEE

*Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression

Objectifs de la journée :

Préalable à la formation CQP ALS et a pour objectif d'orienter chaque candidat vers un parcours de formation cohérent :

- * Informer sur le métier d'animateur de loisir sportif
- * Présenter la formation CQP ALS
- * Communiquer sur les modalités du stage en situation
- * Réaliser un entretien individuel et identifier le projet professionnel
- * Informer sur les différentes sources de financement possible
- * Satisfaire aux exigences préalables techniques (en lien avec AGEE) à l'entrée en formation CQP (séance test)

Contenus :

composé de 2 temps distincts :

● **un temps collectif :**

- présentation du métier d'animateur sportif
- les prérogatives du CQP
- Tests d'entrée préalable

● **un temps individuel :**

- l'étude du projet personnel du candidat
- les possibilités du financement
- le plan individuel de formation

Supports remis aux candidats :

*Attestation de présence à la journée de Positionnement

*Attestation de réussite aux exigences préalables à l'entrée en formation

Informations pratiques :

Durée : 5H

Lieu : PUS (Palais Universitaire des Sports), 1142-1216 Avenue du Pic Saint-Loup,
34090 Montpellier



DU « FITNESS » obtention du CQP ALS AGEE

*Formation, insertion, ouverture,
acquisition de connaissances et de
compétences au sein de votre
UFR STAPS.*