

ORGANISME DE FORMATION



FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS
NOUVELLE-AQUITAINE



Certificat de Qualification Professionnelle Animateur de Loisir Sportif
Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression (CQP ALS AGEE)
Qualification complémentaire optionnelle
« Activités Physiques et sportives sur Prescription Médicale »
Formations Continues
Pratiques douces & énergétiques (Pilates-Yoga-De Gasquet)
Activité de la forme (Cardio – Renfo)
Parcours Sport santé bien-être (Marche Nordique)
Multisport enfants



Présentation du Certificat de Qualification Professionnelle (CQP ALS AGEE)

Le CQP ALS AGEE, créé en 2006, est inscrit au Répertoire National des Certifications Professionnelles (**RNCP**). C'est un diplôme multi-activité et tout public.

Les conditions d'exercices : Le titulaire exerce son activité en toute autonomie.

Une formation en alternance de 241 h : 7 h de tests de sélection, 80 h dans les associations auprès d'un tuteur expérimenté, 161 h en centre de formation réparties en 3 unités de compétences :

- Connaître les publics et l'environnement
- Préparer, animer et encadrer une action d'animation (dans l'option choisie)
- S'approprier et maîtriser les techniques et les outils de l'activité (dans l'option choisie)

La création du certificat concerne environ 6000 emplois au niveau national qui reposent sur un tissu associatif fort constitué des personnes exerçant à temps partiel, ayant besoin d'une reconnaissance institutionnelle et d'une qualification professionnelle.

Le CQP ALS AGEE est bien le même pour les 6 Fédérations qui peuvent mettre en œuvre ce diplôme, mais il appartient à chaque organisme de "contextualiser" la formation.

Chaque fédération sportive ayant ses particularités, les formations sont fortement teintées des valeurs qu'elles défendent.

L'objet statutaire des associations Sports Pour Tous est : « de promouvoir les activités physiques et sportives de détente et de loisir à tous les âges et dans tous les milieux. Il considère ces activités comme un élément important de l'éducation, de la culture, de la santé publique, de l'intégration et de la participation à la vie sociale. » (Un réseau constitué de plus de 150 000 adhérents au niveau national)

Les activités que nous proposons, suivies d'un entraînement physique régulier en groupe, favorisent le bien-être et l'épanouissement de la personne. **Notre projet s'articule autour des 3 thématiques du sport éducation** :

- La connaissance de soi (conscience de son capital santé - confiance en soi)
- La relation aux autres (acceptation des autres dans leurs différences - coopération)
- La relation au monde (engagement dans l'action - recréer le mouvement en participant à des actions collectives – connexion avec la nature)

Le sport est utilisé comme un support permettant de faire passer des intentions pédagogiques sur l'éducation et la socialisation.

Comme nous retrouvons ces valeurs tout au long du parcours de formation du CQP ALS que nous mettons en place, la formation prend ainsi son identité et son originalité. Au niveau des pratiques gymniques, l'accent sera mis plus particulièrement sur :

- **Les activités de la forme : Renforcement musculaire (circuit training type Cross Forme, utilisation de petit matériel, ballon paille-élastiband-travail avec chaise-bâton...), Techniques cardio (Cours chorégraphiés) ;**
- **Pratiques douces et énergétiques : Stretching (gym d'entretien-gym douce, adultes séniors : Méthodes issues du Pilates-Yoga-Qi-Gong, Stretching des postes, relaxation dynamique ;**

LES FORMATIONS PROFESSIONNELLES CONTINUES

L'objectif de nos formations continues : s'appropriez les bases essentielles de la discipline afin de vous permettre d'animer de nouveaux cours débutant dans vos structures, ou vous servir des postures afin d'enrichir vos séances de gym d'entretien. Vous pouvez aussi tout simplement suivre ces formations afin d'améliorer votre pratique personnelle (Développer la confiance en soi et la relation aux autres).

Les pratiques douces et énergétiques

Afin de vous spécialiser sur les pratiques douces et énergétiques vous retrouverez 3 Blocs de compétence de 70h (Niveau Débutant, Intermédiaire, Avancé) sur Pilates ou Yoga ou Art Énergétique ou Sport Santé bien-être afin d'évoluer dans votre métier.

Au-delà des techniques de chaque domaine, un lien réunit les **Animateurs Sportifs de techniques douces**, les Enseignants d'Art Énergétique, les Professeurs de Yoga, et les Instructeurs Pilates : l'ancrage, le centrage, la respiration, la relation à l'autre et l'attention à la conscience corporelle. Nous retrouverons ces différentes pratiques tout au long du parcours de formation.

Contexte : Le Pilates

Une convention est signée depuis 2013 entre notre Fédération et la FPMP (Fédération des Professionnels de la Méthode Pilates) qui regroupe 150 praticiens.

Le ministère des sports rappelle que l'activité Pilates entre dans le champ de l'application du code du sport. Les animateurs Pilates qui sont donc dans l'obligation d'être titulaires d'une certification reconnue par l'état, sont invités à passer le CQP ALS AGEE afin de pouvoir animer des cours collectifs (mat, sur tapis) en étant rémunérés.

Contexte : Le Qi Gong

En 2010, la Fédération des Enseignants de Qi-Gong et d'Art Énergétique (FEQGAE), a rejoint notre fédération avec l'ensemble de ses clubs et de ses 12 000 Adhérents.

Au-delà du partenariat conclu sur les valeurs communes de nos fédérations c'est une activité nouvelle et des clubs dynamiques qui nous ont rejoint. **En 2018**, la FEQGAE quitte notre fédération et devient, **L'Union Pro Qi Gong FEQGAE** qui a maintenant pour objet de rassembler et défendre les professionnels du Qi Gong. Les adhérents de leurs clubs peuvent donc choisir d'adhérer en plus à une fédération sportive comme Sports pour Tous.

En 2014, l'Ecole corps vivant corps conscient (formations en arts énergétiques corporels, accompagnement-recherche) se rapproche de notre fédération, dont elle partage les valeurs.

Position de la Fédération Sports pour Tous sur la formation Qi Gong. Les organismes de formation déclarés auprès des services du ministère du travail offrent des prestations qui peuvent concerner le perfectionnement à la pratique personnelle et la formation à l'encadrement de ces activités d'arts énergétiques. C'est le cas du Comité Régional Sports pour Tous Nouvelle Aquitaine avec le CQP ALS AGEE et la formation continue.

Reconnaissance des diplômes par l'état : Seuls les diplômes inscrits au RNCP sont acceptés par le ministère des sports pour l'encadrement contre **rémunération** des activités physiques ou sportives. Afin d'animer des séances de Qi-Gong, l'animateur doit avoir : Un CQP ALS AGEE ou un CQP MAM (moniteur arts martiaux) mentions arts énergétiques Chinois (Qi Gong), remis par la FAEMC ou tout autre diplôme reconnu par le ministère.

Contexte : Le Yoga

De nombreux professionnels de Yoga ont rejoint notre fédération afin d'ouvrir leur champ de compétences et de pouvoir intervenir sur d'autres activités douces ou de relaxation.

Le yoga concerne principalement l'éveil par les postures correctes (āsana), la discipline du souffle (prāṇāyāma) et les méthodes de relaxation.

Ici nous aborderons des postures de yoga, sans danger et adapté à chacun.

Le yoga n'est pas rattaché au ministère des sports mais au ministère de la culture. Par conséquent aucun diplôme officiel de Yoga n'est reconnu en France.

Néanmoins, comme pour le Pilates et le Qi Gong une formation continue spécifique, sur ces disciplines, permet d'acquérir les bonnes pratiques de cette activité (Consignes - Ancrage - Centrage - Respiration - Placement - Postures).

Les « Pratiques douces et énergétiques », se développent fortement depuis 2010. Un mouvement est lancé et des clubs de plus en plus nombreux, rejoignent la Fédération Française Sports pour Tous. « Vibrez ensemble autour du mieux-être »

La formation Sport Santé Bien-être

Des projets en direction des séniors. Le Comité Régional Sports pour Tous Nouvelle Aquitaine rentre dans le cadre du Programme Interinstitutionnel de prévention santé auprès des personnes âgées avec comme partenaires : CARSAT, MSA, RSI, la Mutualité française, la CNRACL et l'Agence Régionale de Santé (ARS). Ceux-ci sont les financeurs des ateliers de prévention.

Ce dispositif est coordonné par l'Association Santé Education et Prévention sur les Territoires dont notre Comité Régional est un des opérateurs (mise en place de 90 ateliers par an).

Contexte : L'APSPM

En 2021, afin de répondre au dispositif mis en place par l'Etat, une qualification complémentaire optionnelle « Activités Physiques et sportives sur Prescription Médicale » est proposée : 35 h de formation autour du Sport Santé Bien-être, plus particulièrement en direction des personnes atteintes d'ALD (Affection longue durée) présentant des limitations fonctionnelles minimales ou sans limitations fonctionnelles.

Dans ce cadre, **nous sommes de même très actifs dans le dispositif, d'activité physique sur ordonnance**, PEPS (Prescription d'Exercice Physique pour la Santé).

« PEPS » c'est un réseau de professionnels de l'activité physique formés et ressources dans chaque département. Les médecins disposent d'outils d'aide à la prescription et d'une plateforme dématérialisée répertoriant les offres d'activités physiques encadrées du PEPS ; un livret de suivi est remis au bénéficiaire. (Nos animateurs formés peuvent se faire référencer sur leur plateforme !).

Afin de faire reconnaître l'expertise de nos clubs nous leur demandons de s'engager dans **une Charte Club Sport Santé Bien-être (CCSSBE)** afin d'accueillir au mieux de nouveaux pratiquants.

Contexte : De Gasquet

Méthode APOR DR De Gasquet, référence mondiale sur le périnée, les abdos sans pression, le Yoga. La formation propose une approche globale d'évaluation, d'éducation, de prévention et de rééducation du périnée intégrant la protection du rachis et le maintien du tonus abdominal harmonieux. Bases et fondamentaux et abdominaux arrêtez le massacre. Méthode conçue par un médecin et enseignée par des experts de santé. Réseau : méthode recherchée, un annuaire pour être mise en relation. Les lecteurs et le grand public recherchent des professionnels formés.

Contexte : Marche nordique

Dans le contexte sanitaire actuelle avec parfois des restrictions d'accès aux salles, le Comité Régional Sports pour Tous, en solidarité avec ses clubs, a décidé de développer un programme autour des activités de pleine nature afin d'aider à diversifier les activités par des pratiques extérieures, facile à mettre en place.

La Marche Nordique est une activité de la forme qui se pratique en extérieur et qui se révèle être bien plus qu'une simple randonnée pédestre avec des bâtons. En effet, en mobilisant le haut du corps, elle entraîne aussi une augmentation significative de la dépense énergétique et une amélioration de la posture. Elle comporte de surcroît un volet technique, une dimension ludique et permet un véritable entraînement physique.

Afin d'être crédible dans le métier d'animateur, il faut au préalable avoir une pratique régulière de la technique enseignée. Mais cela est-il suffisant ?

Animer vient du latin « animare », qui veut dire donner la vie. Animer une formation est toute une alchimie, avec une dimension sensible, qui demande d'être ouvert à soi, aux autres et aux différentes pédagogies existantes.

Lors de nos formations, nous partons de l'expérience des participants et du ressenti qui en découle afin de les amener à développer leurs talents.

A partir d'un travail corporel, nous accompagnons la réflexion sur la connaissance de soi, le rapport aux autres et l'engagement dans l'action, par des mises en situation - ludiques et créatives - basées sur la confiance et la coopération. Recréer le mouvement en incitant les personnes à AGIR.

Notre équipe technique de formation, composée de formateurs professionnels experts de leur discipline, se tient à votre disposition pour accompagner votre projet autour des intentions développées ici. Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à nous contacter.

Comité Organisateur de la formation :

Nous vous invitons à visiter notre site : <https://cr.sportspourtous.org/nouvelle-aquitaine>

Concernant toutes les questions administratives vous pouvez **contacter**

Karine DESCHAMPS, Assistante Technique du Comité Régional

Tel : 06 45 97 58 61 karine.deschamps@sportspourtous.org

Comité Régional Sports pour tous Nouvelle Aquitaine
Maison Régionale des Sports 2 Avenue de l'Université 33400 Talence
Code APE : 9319 Z- SIRET : 44288531500030