



# CAPE

**C**oach d'  
**A**ctivités  
**P**hysiques en  
**E**ntreprise

## Présentation du Certificat de Coach d'Activités Physiques en Entreprise

Le **Certificat de Coach d'Activités Physiques en Entreprise (CAPE)**, délivré par la **Fédération Française du Sport d'Entreprise (FFSE)** a pour but de compléter et élargir les compétences des éducateurs sportifs à des interventions en vue de l'amélioration de la qualité de vie au travail et de la santé et du bien-être des collaborateurs pour le développement de leurs performances et de celles des entreprises.

### OBJECTIFS

La formation vise à développer les savoirs, savoir-faire et savoir-être des éducateurs sportifs notamment pour être capable de :

- Assimiler le fonctionnement des entreprises et de l'organisation du monde du travail ;
- Comprendre les enjeux du développement de la qualité de vie au travail et de la santé ;
- Concevoir le diagnostic, la conception et la conduite d'un projet de sport d'entreprise ;
- Apprendre à concevoir et à conduire une séance ou un cycle de sport d'entreprise.

### CONTENU/REFERENTIEL DE CERTIFICATION

La formation est organisée sur 4 modules et permet d'obtenir 2 UC :

- L'environnement de l'entreprise ;
- Les acteurs du sport d'entreprise » ;
- Le projet d'activités physiques et sportives en entreprise ;
- L'évaluation de l'impact de l'activité physique et sportive en entreprise.

**UC 1 : EC capable de concevoir un projet d'initiation, d'animation et d'apprentissage, en sécurité, d'une ou plusieurs activités physiques et sportives en sécurité en entreprise**

#### OI 1.1 EC s'adapter aux spécificités du public

- OI 1.1.1 EC de prendre en compte les caractéristiques du public
- OI 1.1.2 EC de cibler les attentes du public
- OI 1.1.3 EC d'utiliser un programme adapté
- OI 1.1.4 EC de rédiger une séance adaptée au niveau du public
- OI 1.1.5 EC de concevoir un projet d'animation et un cycle

### **OI 1.2 EC de s'adapter aux attentes du commanditaire**

- OI 1.2.1 EC d'identifier l'environnement de la structure
- OI 1.2.2 EC d'identifier avec le commanditaire les objectifs de l'intervention
- OI 1.2.3 EC de définir des indicateurs en relation avec le commanditaire
- OI 1.2.4 EC de mesurer l'atteinte des objectifs
- OI 1.2.5 EC de rendre compte des résultats obtenus
- OI 1.2.6 EC de proposer des évolutions et des suites

### **UC2 : EC de conduire une séance ou un cycle d'initiation, d'animation et d'apprentissage d'une activité physique en sécurité en entreprise**

#### **OI 2.1 EC de proposer une activité physique en sécurité**

- OI 2.1.1 EC d'identifier les caractéristiques du lieu de pratique
- OI 2.1.2 EC d'utiliser les règlements et règles d'une APS en sport d'entreprise
- OI 2.1.3 EC d'analyser une APS sur les plans techniques et tactiques
- OI 2.1.4 EC d'expliquer les principes de sécurité dans une APS
- OI 2.1.5 EC d'appliquer les règles de sécurité dans une APS

#### **OI 3.2 EC de favoriser la progression individuelle ou collective dans l'activité**

- OI 2.2.1 EC de mettre en œuvre une séance en sécurité en s'adaptant au public
- OI 2.2.2 EC d'évaluer la réalisation d'un geste technique
- OI 2.2.3 EC de réguler une situation pédagogique
- OI 2.2.4 EC d'animer un groupe
- OI 2.2.5 EC d'évaluer à tout moment l'application des règles de sécurité

## **PUBLICS VISÉS ET PRÉREQUIS**

La formation s'adresse à des Educateurs sportifs professionnels répondant aux exigences suivantes :

- Etre titulaire d'un diplôme délivré par l'Etat permettant d'exercer en autonomie, inscrit à l'annexe II-1 en application de l'article A 212-1 du code du sport
- Etre titulaire d'une carte professionnelle d'éducateur sportif en cours de validité
- Etre salarié d'une association PSL

## **DURÉE ET PERSONNALISATION DES PARCOURS**

- Volume horaire en organisme de formation : 35 h
- Volume horaire en structure d'alternance : 10 h minimum
- La durée totale de la formation est de 14 jours

La formation est organisée exclusivement à distance (en 2021/ Contexte COVID 19). Les stagiaires sont placés en autonomie durant les 14 jours de formation et ont possibilité de se connecter quand ils le souhaitent afin de prendre connaissance des différents supports de formation et réaliser les travaux d'évaluation demandés tout au long du parcours. La progression est libre et adaptable par chacun. De temps d'échange individuels et/ou collectifs sont organisés à la demande des stagiaires ou des formateurs selon les besoins.

A partir de son expérience et des apports de la formation, le stagiaire construit son projet d'intervention en entreprise. En s'appuyant sur la présentation et l'analyse des études et les travaux réalisés sur les apports de la pratique sportive en entreprise, le stagiaire adopte et intègre les postures attendues.

Chaque stagiaire doit présenter, à l'issue de la formation, deux attestations ou « avis positifs » d'entreprises au sein desquelles il est intervenu sur un volume total d'au moins 10 heures d'intervention.

## **MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS**

Pour s'inscrire, les candidats répondant aux prérequis doivent contacter leur association PSL locale employeuse. Un lien de préinscription Digiforma leur sera transmis individuellement. Les inscriptions sont closes 7 jours avant le premier jour de la session de formation. Le Nombre minimum de stagiaires permettant de garantir l'ouverture de la session est de 6. La confirmation de la session de formation est communiquée une semaine avant le premier jour de formation. En cas d'annulation de la session, les candidats seront réorientés vers des sessions ultérieures.

## **TARIFS ET MODALITÉS DE PRISE EN CHARGE**

- Frais pédagogiques : 500€/ stagiaire

La formation CAPE est proposée dans le cadre des actions collectives de la FNPSL en vue de la montée en compétences des éducateurs sportifs du réseau. A ce titre, elle est entièrement prise en charge par l'AFDAS.

## **MODALITÉS PÉDAGOGIQUES**

La formation est construite à partir de la plateforme (LMS) du Réseau Numérique du Service Public de Formation auquel la Fédération française du sport d'entreprise accède en tant que fédération agréée par le Ministère des sports.

Les stagiaires suivent les contenus de cours organisés en parcours reprenant les modules de formation.

Les présences sont validées sur vérification des temps de connexion et feuilles de présence virtuelles.

Les parcours : Les parcours contiennent une succession d'informations sous forme de texte, de vidéo, d'enregistrement sonore. Des lectures complémentaires choisies permettront d'approfondir certains domaines.

L'accompagnement individualisé : Les stagiaires sont accompagnés par les formateurs au cours de l'avancée des parcours. Les productions demandées sont commentées pour amener le stagiaire à mieux se positionner dans la réalisation de sa mission.

L'assistance technique : Les formateurs restent disponibles pour apporter toute assistance technique et pédagogique durant la session de formation.

Chaque session est ouverte pour un maximum de 15 stagiaires permettant aux formateurs d'assurer leurs missions techniques et pédagogiques.

## **MODALITÉS D'ÉVALUATION**

Avant le début la formation, les compétences des stagiaires et leurs attentes sont évaluées à travers la réalisation d'un questionnaire de positionnement réalisé via Digiforma.

Les évaluations formatives : Elles sont organisées sous forme de questionnaires QCM (7) et par plusieurs productions écrites (3) permettant d'élaborer, au final, un projet de sport d'entreprise :

- La réussite aux QCM conditionne la progression dans le parcours. Un taux de réussite aux questionnaires est imposé à 100% de bonnes réponses. Plusieurs essais sont possibles afin que le stagiaire puisse rectifier ses réponses en allant rechercher les réponses dans les parcours ou dans les lectures complémentaires proposées ;
- La réalisation des productions écrites servant à élaborer le projet de sport d'entreprise est accompagnée par un formateur attitré à chaque stagiaire.

L'évaluation finale est constituée de 2 épreuves permettant l'obtention du titre de coach d'activités physiques en entreprise :

- Une production vidéo mettant en avant les points clés d'une séance, réelle ou virtuelle, mise en place dans le cadre du sport d'entreprise ; à l'issue de la période de formation en elearning, un jury se réunit pour délibérer sur la validation ou non de la partie «théorique» du CAPE. Une attestation de réussite est délivrée à l'issue de ce jury.
- Deux expériences réussies en situation professionnelle : chaque stagiaire doit présenter au moins deux avis positifs d'interventions réalisées au sein d'au moins deux entreprises différentes, pour un volume minimum de 10 heures d'activité. Ces expériences peuvent être réalisées à l'issue de la formation, en présentiel ou à distance, sans délai imposé.

Toutefois, le titre officiel de CAPE, délivré par la FFSE, ne sera officiellement obtenu qu'une fois ces avis d'expériences fournis à l'OF. Compte tenu du contexte sanitaire, des expériences déjà réalisées en amont de la formation peuvent être prises en compte.

## ÉQUIPE PEDAGOGIQUE

Les formateurs de la FFSE sont titulaires d'un diplôme de niveau 6 au minimum assorti d'une expérience professionnelle d'au moins 3 ans dans leur champ d'intervention.

### **Carole Mégrot**

*Educatrice sportive, Sophrologue*

Diplômée d'un Master Staps, elle est aujourd'hui sophrologue spécialisée dans la gestion du stress, la prise en charge des addictions, de la douleur et elle est spécialiste de la marche et du mouvement pathologique.

### **Michel Kervadec**

*Expert en formation et pédagogie*

Expert en formation et pédagogie, il est aussi éducateur sport santé et intervenant en éducation thérapeutique des patients. Diplômé d'un master en éducation et formation (M2R2E). Ancien conseiller fédéral à la fédération française de karaté. Président du centre de médecine du sport et de la maison sport santé de Bretagne Sud.

### **Paul Picard**

*Entraîneur et coach sportif*

Diplômé d'un Master Staps et du diplôme universitaire Gilles Cometti, il est aujourd'hui entraîneur dans le milieu du handball, professeur d'EPS en école privée et coach sportif à domicile.

### **Xavier Guichard**

*Directeur de l'organisme de formation*

Diplômé d'un Master Staps, ancien coordonnateur de DE et DES JEPS, ancien responsable des disciplines associées à la Fédération française de karaté, Directeur technique national adjoint à la FFSE.

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Informations et adaptation des parcours en fonction des besoins spécifiques auprès de notre référente handicap :  
Justine ROBELET [justine.robelet@profession-sport-loisirs.fr](mailto:justine.robelet@profession-sport-loisirs.fr) / 06.98.26.17.00.

## ÉQUIVALENCES & PASSERELLES

L'obtention du Certificat est validée à l'issue du suivi de la formation théorique dans sa totalité ( 4 modules correspondant aux 2 UC) à la réalisation de la production finale vidéo et de deux expériences en situation professionnelle. Il n'y a pas de validation partielle possible.

## SUITES DE PARCOURS ET DÉBOUCHÉS

Le CAPE s'adresse à des éducateurs sportifs déjà diplômés et en activité qui souhaitent élargir leurs compétences en se tournant vers un secteur innovant : l'entreprise. Les éducateurs ayant obtenu le CAPE pourront avoir accès à une plateforme d'emplois spécifique liée au sport d'entreprise, en partenariat avec FSE (France Sport Emploi) et la FFSE (Fédération Française du Sport d'Entreprise).

## LE CAP EN CHIFFRES

5 sessions de formation en 2021  
40 candidats présentés aux certifications  
40 candidats certifiés dont 38% de femmes

## SATISFACTION STAGIAIRE ET AVIS

 **8,2/10**

La formation CAPE a obtenu une note générale de 8.2/10 pour la qualité de son déroulement, son contenu et les interactions avec l'équipe pédagogique.

*«Cette formation est nécessaire et utile pour découdre tous les rouages d'un projet d'activité physique sport d'entreprise et vis à vis de l'entreprise»*

*«Super interaction avec les formateurs très à l'écoute. J'ai pu gérer mon temps personnel avec mon temps pro»*

*«Une équipe pédagogique accessible et professionnelle.»*

## COORDONNÉES ET CONTACT

Amandine CARO, chargée de développement  
Pôle Formation de la Fédération Nationale Profession Sport et Loisirs  
FNPSL – 17 bis rue de la Somme – 17000 LA ROCHELLE  
[amandine.caro@profession-sport-loisirs.fr](mailto:amandine.caro@profession-sport-loisirs.fr) / 06 63 66 96 27 / <https://www.profession-sport-loisirs.fr>

La formation CAPE est organisée en partenariat avec la Fédération Française du Sport d'Entreprise

