

En partenariat académique avec  **Academee**

CAP

100% en ligne

Alternance



**Durée estimée\*:**

800h 24 mois



**Lieu :**

100% en ligne



**Démarrage :**

Auprès du rectorat de votre académie en octobre ou novembre



**Certification :**

Diplôme d'Etat Niveau 3 (CAP)

**Devenez coiffeur ou coiffeuse professionnel(le) en conjuguant apprentissage pratique et théorie grâce à l'alternance !**

Cette formation en alternance vous prépare à maîtriser les techniques fondamentales de la coiffure : coupes, colorations, coiffages, ainsi que l'accueil et le conseil client. Vous apprendrez également à gérer un salon de coiffure, de la gestion des stocks à la vente de produits capillaires. Grâce à l'expérience acquise en entreprise, vous développerez votre sens du relationnel, votre rigueur et votre créativité, pour intégrer rapidement le secteur de la coiffure ou évoluer vers des postes à responsabilités. Une formation concrète et professionnalisante pour démarrer une carrière solide dans la coiffure.

**Vous serez capable de :**

- Réaliser et créer des coupes
- Mettre en oeuvre les techniques de coloration et d'éclaircissement
- Suivre la qualité de l'accueil et de la prise en charge de la clientèle
- Développer la vente des produits et des services
- Conseiller et vendre des produits, du matériel et des services
- Animer et encadrer les personnels

**Vous obtiendrez à l'issue de la formation : ?**



**Diplôme d'État**



CAP "Métiers de la coiffure" niveau 3, enregistré au RNCP, sous le numéro RNCP39266, par arrêté du 05/06/2019 publié au Journal Officiel du 03/07/2019



**Attestation de fin de formation**  **Academee**

(?) : Sous réserve de réussite aux épreuves finales.

**Inclus dans votre formation :**

- **Accompagnement méthodologique personnalisé par votre référent**
- **Accompagnement individuel de vos missions en entreprise**
- **Suivi pédagogique par nos formateurs experts**
- **Coaching carrière**
- **Cours écrits et vidéos à la demande et évaluations personnalisées**
- **Accès illimité à plus de 10 000 classes virtuelles<sup>(1)</sup> en direct et replay**
- **Préparation spécifiques aux examens**
- **Accès illimité à votre formation pendant 3 ans (contenus et mises à jour)**

<sup>(1)</sup> Nombre moyen de classes virtuelles en direct observées sur les 12 derniers mois (organisées majoritairement à partir de 18h)

*L'accès à la plateforme se fait en moyenne sous 14 jours après l'accord du financeur. Ce délai peut varier selon la typologie de financement.*

\*La durée en heures et en mois est une durée moyenne estimée pour la réalisation de la formation. La durée de réalisation effective peut être, selon chaque apprenant, inférieure ou supérieure à la durée estimée, sans incidence sur le tarif de la formation. La durée indiquée est donnée à titre indicatif et n'est pas contractuelle. Elle sera précisée lors de votre entretien avec votre conseiller en formation.

\*\* Voir les CGV Studi

# Programme détaillé

## Création, couleur, coupe et coiffage

---

### Réaliser et créer des coupes

- Théories à la réalisation et création des coupes
- La réalisation d'un diagnostic
- Différents effilages en coupe
- Réaliser une coupe droite au carré
- Réaliser une coupe mi longue dégradée
- Réaliser une coupe courte dégradée
- Réaliser une coupe mi longue structurée
- Réaliser une coupe courte structurée femme

### Réaliser des mises en forme temporaires et des coiffages

- Théories sur les mises en forme temporaires et coiffage
- Réaliser un brushing sur une coupe droite au carré
- Réaliser un brushing sur une coupe mi longue dégradée
- Réaliser un brushing sur coupe courte dégradée
- Réaliser des mises en plis, crans directs, boucles plates, boucles sur chant
- Réaliser des techniques de bouclage au fer et lisseur
- Réaliser des techniques de points d'attache
- Entretien d'un complément capillaire
- Pose et dépose des compléments capillaires
- Entretien des postiches et des perruques
- Pose et dépose des postiches et des perruques
- Prise d'empreinte
- Réaliser des techniques de tresses
- Réaliser des techniques de crêpage et lissage pour chignon
- Appliquer des produits d'agrément
- Appliquer des produits de finition
- Réaliser des torsades

### Réaliser des techniques de coloration et d'éclaircissement

- Théories sur les techniques de coloration et d'éclaircissement
- Réaliser une décoloration
- Réaliser différentes techniques de principes créatifs
- Réaliser une coloration
- Réaliser un nettoyage
- Réaliser un mordantage
- Réaliser une pré-pigmentation
- Réaliser un rinçage chloruré
- Réaliser un allongement
- Réaliser une émulsion colorante
- Établir et présenter le certificat de touche de sensibilité du modèle
- Réaliser une patine

## Vente et gestion d'un salon de coiffure

---

### Communiquer avec le client

- Les besoins et motivations d'achat
- Le rôle et le contexte de la communication
- Les composantes de la communication
- La place de l'image

### Vendre et conseiller

- La construction de la fiche produit et de l'argumentaire
- Les prérequis de la vente
- L'entretien de vente
- La vente finalisée

### Gérer l'entreprise de coiffure

- Les documents de gestion
- Les sources documentaires et outils de communication de l'entreprise
- La facturation
- Les stocks et l'inventaire
- Le droit et la réglementation de l'entreprise

### Piloter l'offre, les équipements, le matériel

- L'environnement sensoriel
- L'hygiène
- Les risques professionnels et les contaminations
- La distribution et la livraison des produits
- Le contexte de création, fabrication et vente d'un produit
- L'équipement et salubrité des locaux
- Les installations énergétiques

### Manager et gérer le personnel

- L'organisation de l'équipe de vente

### Ergonomie Hygiène Sécurité

- Risques physiques et chimiques
- Risques psychologiques et environnementaux

## Français

---

### Méthodologie pour l'épreuve de français

- Les consignes d'examen
- Les documents du corpus
- L'argumentation

### Devenir soi

- La connaissance de soi
- La correspondance par l'écrit
- L'écrit autobiographique
- Le récit du voyage
- La description de son métier

### S'informer

- La diversité des médias
- Les images de l'info
- Les infox et les infos
- La description de mon futur métier

---

## Dire et se faire entendre

- La communication orale
- Le discours
- Les mots au théâtre
- Le recueil poétique
- L'oeuvre en lien avec mon métier

---

## Créer, fabriquer

- Regards d'artistes
- Le blason
- L'élaboration d'un poème
- Les poèmes contemporains
- L'art poétique

---

## Lire et suivre un personnage

- Expression de romanciers
- Etre amoureuse au XVIIIe siècle
- Le combat d'un ouvrier au XIXe siècle
- Une famille dans l'Indochine du XXe siècle
- Romantisme et Esprit Nouveau

---

## Vivre aujourd'hui

- Des messages pour les jeunes
- L'art, un autre message engagé
- Le récit utopique contemporain
- Des textes engagés
- L'intelligence artificielle et le transhumanisme
- Le conte humaniste
- De nouvelles façon de s'engager
- Utopies d'hier

---

## Le jeu : futilité, nécessité

- Le plaisir du jeu et l'aliénation
- La place du jeu et du jouet
- La transgression des règles du jeu

---

## Histoire-Géographie-EMC

---

### Espaces : transports et mobilités

- La mobilité des individus et les acteurs
- Les motifs des déplacements des personnes
- Des échanges connectés
- Le transport maritime

---

### Espaces urbains : acteurs et enjeux

- L'espace urbain en France
- Les acteurs des villes
- Les grandes métropoles françaises
- Les enjeux sur la transition et le développement durable

---

### Devenir citoyen, de l'Ecole à la société

- Les droits et les devoirs du citoyen
- La protection des libertés
- Le citoyen du numérique

---

### Liberté et démocratie

- La liberté, nos libertés, ma liberté
- La lutte contre la discrimination
- La Laïcité
- La méthodologie de l'analyse de document

---

### La France de la Révolution française à la Ve République : l'affirmation démocratique

- L'héritage révolutionnaire
- Le choix de la République
- La Ve République

---

### La France et la construction européenne depuis 1950

- Les grandes étapes de la construction européenne
- Les institutions de l'Union européenne
- L'avenir de l'Europe

---

## Mathématiques

---

### La proportionnalité

- Le traitement d'une situation du 1er degré avec des séries proportionnelles
- Les pourcentages
- L'échelle

---

### La résolution d'un problème du premier degré

- La résolution d'une équation du premier degré

---

### Les fonctions

- Les notions d'antécédants, d'images et de tableaux de valeurs
- La courbe représentative d'une fonction
- Les différentes représentations de fonctions affines
- Retrouver l'expression d'une fonction affine
- La résolution de système d'équations

---

### Statistiques

- Apprendre à lire, à recueillir, à organiser et classer des données
- La construction et la lecture de diagrammes
- Les effectifs, fréquences et moyennes
- Les indicateurs statistiques de position et de dispersion

---

### Probabilités

- L'expérimentation et prise d'échantillons
- La définition d'une expérience aléatoire, les probabilités simples
- La fluctuation et la stabilisation des fréquences
- Le dénombrement par arbres et tableaux

---

### Utilisation du tableur

- Les calculs sur tableur
- Les calculs commerciaux sur tableur
- Les représentations graphiques sur tableur

---

### Géométrie

- Le tracé aux instruments des formes géométriques
- Le théorème de Thales
- Le théorème de Pythagore

- Les unités de mesure et conversion
- La somme des mesures en degré
- Le calcul de périmètre, d'aire et de volume
- Les grandeurs proportionnelles
- La symétrie centrale et axiale

---

### Algorithmie

- Découvrir Scratch
- Algorithme, Programme et Variables
- Modifier une séquence d'instruction
- Ecrire une séquence d'instruction avec boucles conditionnelles

---

### Utilisation de GeoGebra

- Prise en main de Geogebra et applications simples

---

## Physique-Chimie

---

### Sécurité

- Le risque chimique
- Les déchets chimiques
- Les protections en chimie
- Les risques électriques
- Les risques en optique
- Les protections en optique
- Les risques acoustiques

---

### Mécanique

- Les mouvements
- La rotation
- La vitesse
- La notion de force
- Les forces
- Le poids
- La relation entre la masse et le poids

---

### Chimie

- Le matériel en chimie
- Les notions d'éléments
- Les modèles moléculaires
- La dessiccation
- Les ions
- Le pH

---

### Acoustique

- Les sons
- La production de son

---

### Thermique

- La température
- La mesure de la température
- Les variations de la température
- L'équilibre thermique

---

### Optique

- La température
- La mesure de la température
- Les variations de la température
- L'équilibre thermique

---

### Électricité

- Le circuit électrique
- Le courant électrique et puissance électrique
- La loi des noeuds et des mailles

---

## Anglais

---

### Making Relationships

- Introducing myself
- Talk about myself
- Social skills

---

### Understanding how English schools work

- Daily routines
- School rules
- Taking a test

---

### Glowing UP

- Diet
- Makeover
- Makeup
- Hairstyle

---

### Finding a job

- Understand the company
- Company organisation

---

### Working day

- Business event
- Planning
- Applying to a job
- Your first day at work

---

### Booking

- Reservations
- Retail
- Emailing
- Giving explanations
- Advice

---

### Cooking and Eating out

- At the restaurant
- In the kitchen
- Catering a wedding

---

## Prévention Santé Environnement

---

### L'individu responsable de son capital santé

- Le système de santé
- Le parcours de soins coordonnés
- Le sommeil et le rythme biologique
- La qualité du sommeil
- L'activité physique
- Le mouvement volontaire et la contraction du muscle
- Les modifications lors du travail musculaire et exercer une activité physique régulière

- L'alimentation adaptée à son activité
- Les addictions
- La prévention et la lutte contre les addictions
- La reproduction
- La contraception
- Les infections sexuellement transmissibles

---

### L'individu responsable dans son environnement

- Les ressources en eau
- Les ressources en énergie
- Le bruit au quotidien
- Les risques majeurs

---

### L'individu dans son milieu professionnel, impliqué dans la prévention des risques

- Les acteurs et les organismes de prévention
- Le risque lié au bruit
- Le risque chimique
- Le risque mécanique
- Le risque électrique
- Les risques liés à l'activité physique du métier
- Les risques professionnels dans l'activité de travail
- Le risque biologique
- Le risque lié à l'ambiance thermique
- Le risque lié à l'ambiance lumineuse

---

### L'individu acteur de prévention dans son milieu professionnel

- L'analyse d'un accident du travail
- Les accidents du travail et maladies professionnelles : enjeux et prévention
- La prévention des risques professionnels : consignes et dangers
- Le cadre juridique de la prévention
- L'égalité Femmes / Hommes
- Les risques psychosociaux et la qualité de vie au travail

---

### Le secourisme

- Protéger, Examiner, Faire Alerter ou Alerter et Secourir
- Initiation aux gestes de premiers secours
- Initiation aux gestes de premiers secours chez l'enfant et le nourrisson

---

## Arts appliqués

---

### Découvrir les techniques des arts appliqués

- La définition et la présentation des arts appliqués
- Les outils des arts appliqués
- Les nuances
- Les tracés

---

### Utiliser la couleur

- La notion de couleur
- L'utilisation de la couleur
- L'art de la couleur

---

### Appliquer les styles et formes

- Les formes
- La schématisation et la stylisation

---

### Produire de l'image

- Les notions de base de la composition de l'image
- La prise de vue photo vidéo
- Le volume en 2D
- Le mouvement

---

### Travailler sur la texture et la matière

- La texture et la matière
- Le végétal dans la création

---

### Comprendre le design

- L'influence des arts plastiques sur le design
- Le design d'objet
- Le design de communication
- Le design d'espace

---

### Apprendre à analyser

- L'analyse d'une œuvre
- L'analyse d'un mouvement artistique ou d'un style
- La méthodologie de la démarche créative
- Frise chronologique des mouvements

---

### Connaître l'histoire des arts

- Les grands repères historiques du Moyen-âge au XIXe
- L'art moderne au XXe siècle
- L'art contemporain

---

### Pratiquer l'art au quotidien

- L'artisanat d'art
- Le patrimoine d'ici et d'ailleurs
- L'impact de l'image sur la société

---

## Modalités spécifiques Alternance - Niveau 3 (CAP) - Modalité : Alternance

---

### Module Réussir mon alternance (durée estimée : 50h)

- Connaissance de l'alternance, des contrats, engagements réciproques, aides et modalités de suivi
- Citoyenneté, diversité et santé au travail.

---

### Accompagnement et renforcement pédagogique, suivi du Career Center (durée estimée : 54h en moyenne)

- Un live interactif par semaine permettant de répondre aux questions des alternants et informations liées aux aides sociales, à la mobilité internationale, au handicap
- Suivi du CFA : entretiens tripartites pluriannuels

# Métiers visés

- ▼ Coiffeur / Coiffeuse
- ▼ Coloriste
- ▼ Conseiller / Conseillère en image
- ▼ Visagiste
- ▼ Barbier / Barbrière
- ▼ Coiffeur / Coiffeuse à domicile

Modalités

## Formation financée et rémunérée

Les frais de formation sont pris en charge par l'OPCO de votre entreprise et vous recevez un salaire mensuel qui augmente au fur et à mesure de votre formation.

## Conditions d'admission :

Pour entrer en formation, le candidat doit :

- Etre âgé de 16 ans lors de la signature du contrat
- Etre âgé de 18 ans au 31/12 de l'année de l'examen

Pour toute autre situation, contactez un conseiller en formation qui étudiera votre admissibilité.

## Examen :

**Mois d'examen :** Mai, Juin

**Lieu :** En présentiel (centre d'examen de votre académie)

A l'issue de votre formation, vous présenterez l'examen CAP dans un centre sélectionné par le Rectorat de votre région.

Les épreuves écrites et orales se déroulent de début mai à fin juin. Pour les épreuves orales, le calendrier varie en fonction des académies.

- **EP1/UP1 :** Coupe et coiffage homme + PSE - Pratique de **2h + 1h** de PSE
- **EP2/UP2 :** Coupe, forme, couleur - Pratique et écrit de **5h**
- **EP3/UP3 :** Communication - Oral de **15 minutes**
- **EG1 :** Français et Histoire-Géographie - Enseignement moral et civique - écrit et oral de **2h15**
- **EG2 :** Mathématiques - Sciences physiques et chimiques - écrit de **2h**

## Certification :

Certification : CAP "Métiers de la coiffure" niveau 3, enregistré au RNCP, sous le numéro RNCP39266, par arrêté du 05/06/2019 publié au Journal Officiel du 03/07/2019

Certificateur : Ministère de l'éducation nationale

**Consultez la fiche RNCP sur le site de France Compétences**

## Validation par bloc de compétences :

La certification professionnelle est composée de plusieurs blocs de compétences à acquérir pour l'obtention de la certification professionnelle.

Il est possible de valider un ou plusieurs des blocs de compétences. Chaque bloc peut être acquis individuellement.

La fiche RNCP accessible depuis chaque fiche formation en précise les modalités d'obtention.

Quelle que soit la forme d'examen choisie, les candidats préparant le certificat d'aptitude professionnelle par la voie

de la formation professionnelle continue ou dans le cadre de la validation des acquis de l'expérience reçoivent, pour les unités du diplôme préparé qui ont fait l'objet, au titre de la session en cours ou dans les cinq années précédentes, d'une note égale ou supérieure à 10 sur 20 ou d'une validation des acquis de l'expérience, y compris si elles ont été obtenues par la voie scolaire ou par la voie de l'apprentissage, une attestation délivrée par le recteur d'académie reconnaissant l'acquisition des compétences constitutives de ces unités du diplôme.

Pour toute question concernant les blocs de compétence, contactez votre conseiller en formation.

### Equivalences et passerelles :

Il n'existe pas d'équivalences ou de passerelles pour ce CAP.

### Poursuite d'études :

Après avoir obtenu le CAP Métiers de la coiffure, il est possible de :

- Soit intégrer directement le marché du travail
- Soit poursuivre vers un BP Coiffure ou une des Mentions Complémentaires (coloriste - permanentiste, styliste - visagiste, coiffure - coupe, etc.) ou une spécialisation inscrite au Répertoire Spécifique (Réaliser des chignons simples et sophistiqués, Coiffures avec ou sans attaches, etc.)

Cette liste n'est pas exhaustive. Il existe d'autres poursuites possibles.

### Accompagnement spécifique alternance :

#### Un accompagnement renforcé, pensé pour les alternants

Le parcours d'un alternant ne ressemble à aucun autre, c'est pourquoi nous avons mis en place un suivi spécifique, dédié et renforcé pour répondre à ses enjeux particuliers. Dès son entrée chez Studi, chaque alternant réalise un test de positionnement pour évaluer ses acquis et lui proposer, si besoin, un parcours de remise à niveau individualisé. Un onboarding personnalisé, animé par son chargé de suivi, lui permet de découvrir l'ensemble des services et des ressources utiles pour bien démarrer.

Tout au long de sa formation, il bénéficie d'un chargé de suivi alternance dédié, expert de l'alternance, à la fois sur les volets administratifs et pédagogiques. Ce référent s'adapte aux contraintes propres au rythme alterné et reste accessible à tout moment via son agenda en ligne.

Le suivi de l'alternant inclut également :

- des entretiens tripartites réguliers, menés avec le tuteur en entreprise, pour faire le point sur l'acquisition des compétences à l'aide d'une grille d'évaluation partagée ;
- un suivi continu de l'assiduité et de la progression pédagogique, permettant d'intervenir rapidement en cas de besoin, de proposer un coaching personnalisé ou de booster la motivation dans les phases de creux ;
- des contenus employabilité dédiés, pour préparer l'insertion professionnelle au-delà de la formation.

Ce dispositif global assure à chaque alternant un cadre solide et bienveillant, propice à sa réussite dans ce double défi que représente la formation en alternance.

# Comment se déroule votre parcours en alternance avec Studi ?

Jusqu'à 11 semaines

## 2

DÉFINITION DU PROJET

### Vous constituez votre dossier d'admission

- Vous êtes contacté(e) par un conseiller en formation avec qui vous réalisez un bilan d'orientation.
- Vous finalisez votre dossier d'admission avec son soutien.

## 4

SAS VERS L'ALTERNANCE\*

### Vous démarrez gratuitement votre formation

- Vous commencez à vous former de manière intensive jusqu'à ce que vous commenciez vos missions entreprise.
- Vous n'êtes pas rémunéré(e) pendant cette période de formation.
- Vous continuez à bénéficier de notre programme coaching alternance pour trouver votre entreprise d'accueil.

## 1

DÉFINITION DU PROJET

### Vous candidatez

Vous candidatez à l'alternance et faites votre choix parmi une de nos formations en alternance du CAP à Bac+5.

## 3

PROGRAMME COACHING ALTERNANCE

### Vous êtes admis(e)

- Vous profitez de notre programme coaching pour trouver votre entreprise d'accueil (accès à des milliers d'offres d'emploi en d'alternance, suivi de vos candidatures, coaching sur les techniques de recherche d'entreprise...).
- Vous prenez en main la plateforme d'apprentissage en ligne.
- Vous commencez à chercher votre entreprise d'accueil.

## 5

IMMERSION EN ENTREPRISE ET FORMATION EN ALTERNANCE

### Vous démarrez dans votre entreprise d'accueil

- Dès que vous avez trouvé votre entreprise d'accueil, vous débutez votre immersion en entreprise et vous commencez à être rémunéré(e). Vous poursuivez votre formation en alternance selon le planning prévu.
- Votre rythme d'alternance, 4 jours en entreprise / 1 jour en formation est flexible et modulable pour s'adapter parfaitement aux besoins de votre entreprise.
- Dans l'éventualité où vous n'auriez pas trouvé d'entreprise d'accueil, Studi vous apportera un soutien financier pour continuer votre projet (sous conditions d'éligibilité et étude de votre dossier).

\*Places limitées. Vérifiez votre éligibilité au "sas vers l'alternance" avec votre conseiller en formation.

# La méthode **Studi**

- ✓ **Un suivi tripartite tout au long du parcours**  
Vous n'êtes jamais seul : un accompagnement régulier est assuré entre Studi, votre entreprise et vous, grâce à des entretiens tripartites structurés pour suivre l'acquisition de vos compétences. Ce suivi est enrichi d'un accompagnement pédagogique de proximité, avec une réponse sous 48h ouvrées de nos formateurs experts.
- ✓ **Un accompagnement carrière sur-mesure**  
Trouver votre entreprise, découvrir les bonnes pratiques en alternance, affiner votre projet professionnel : notre programme coaching vous aide à chaque étape, pour booster votre employabilité dès aujourd'hui et pour demain.
- ✓ **Une pédagogie concrète et immersive**  
Parce que l'alternance, c'est du concret, nos formations s'appuient sur une pédagogie active : cas pratiques, mises en situation et contenus immersifs pour développer des compétences directement actionnables en entreprise.
- ✓ **Des ressources accessibles à tout moment**  
Votre plateforme de formation est disponible 24h/24, sur web et mobile. Elle vous donne accès à une grande diversité de supports (cours écrits, vidéos à la demande, classes virtuelles, exercices corrigés) et aux licences elles dont vous avez besoin.
- ✓ **Une vraie communauté d'apprentissage**  
Vous rejoignez une plateforme collaborative pour échanger, partager, poser vos questions et tisser des liens avec d'autres alternants et formateurs. Parce qu'apprendre, c'est aussi une aventure collective.
- ✓ **Des compétences à 360° avec Studi+**  
En parallèle de votre formation principale, vous avez accès à des modules complémentaires pour aller plus loin : IA, outils bureautiques, langues, soft skills... autant d'atouts pour élargir votre profil et faire la différence sur le marché du travail.

**Accessibilité handicap** : Pour tout besoin spécifique en termes d'adaptation des canaux d'apprentissage au type de trouble ou de handicap, d'aménagement des évaluations et des examens, ou encore de renforcement des appels de coaching, etc, une équipe de correspondants-référents handicap est à votre disposition via [handicap@studi.fr](mailto:handicap@studi.fr)