

DEUST Métiers de la forme

Présentation

Vous vous interrogez sur le DEUST ? Chaque année, on vous propose plusieurs événements (sur place ou en ligne) pour découvrir le DEUST Métiers de la forme, ses activités et murir votre projet de formation.

>> Événements pour découvrir le DEUST Métiers de la forme

Objectifs

Le DEUST Métiers de la Forme a pour objectif de former des **TECHNICIENS des METIERS DE LA FORME/ ASSISTANTS D'EXPLOITATION**, immédiatement opérationnels, en vue d'enseigner et encadrer les activités physiques du pratiquant (Fitness, Musculation), et de participer à l'exploitation d'un centre de remise en forme.

Le DEUST Métiers de la Forme a obtenu en mai 2010 une accréditation européenne de la part d'ENFA (European Health and Fitness Association) pour les niveaux 3 (Fitness Instructor et Group Fitness Instructor) et 4 (Personal Trainer). Cette accréditation permet aux diplômés DEUST de la forme d'avoir les **prérogatives professionnelles** pour exercer dans toute l'Europe et d'autres pays comme l'Australie, la Nouvelle Zélande. Ils peuvent également s'inscrire dans un registre européen pour se faire connaître.

Compétences visées

La formation est organisée autour de 6 domaines de compétences :

- Assister le directeur d'exploitation (marketing, gestion comptable, droit du travail et commercial, gestion des ressources humaines)
- Evaluer et orienter le pratiquant/client (évaluation des pratiquants, réglementation et usage des équipements, sociologie et psychologie)

- Analyser le fonctionnement biologique du pratiquant (anatomie, physiologie, neurosciences et apprentissages moteurs)
- Enseigner les méthodes et techniques de mise en forme (cours collectifs de fitness, musculation)
- Communiquer en situation professionnelle (anglais, informatique et développement du comportement professionnel)
- S'insérer dans le secteur professionnel (stage pratique, rapport de stage et projet professionnel)

Organisation de la formation

La formation de **1100h** s'organise en deux années de **60 ECTS** chacune comprenant :

- 3 unités d'enseignement fondamentales (assister le directeur d'exploitation, évaluer et orienter les pratiquants, analyser le fonctionnement anatomo-physiologique du pratiquant) ;
- 2 unités d'enseignement professionnel (maîtriser et enseigner des méthodes et techniques des activités physiques de mise en forme et stage et projet tutoré) ;
- 1 unité d'enseignement de langue (anglais).

Attendus de la formation

Afin que les étudiants puissent réussir leurs études et leur insertion professionnelle voici les recommandations essentielles :

- Aller à la rencontre du secteur professionnel de la remise en forme pour alimenter et valider son projet professionnel et son projet de formation (nécessaire pour l'admission en 1ère année et pour trouver une structure de stage ou un employeur).
- Etre très motivé et organisé pour répondre aux exigences des études et du milieu professionnel tout en révisant régulièrement et tout au long de l'année.
- La série du Bac n'est pas un critère discriminant, mais il sera nécessaire d'acquérir des connaissances approfondies dans les enseignements scientifiques (anatomie, physiologie, biomécanique, neurosciences, sociologie, psychologie....) et découvrir de nouvelles matières (marketing, comptabilité, gestion des ressources humaines, pédagogie...).

- S'adapter rapidement à la vie universitaire et au monde professionnel, acquérir des méthodes de travail universitaire et un savoir être professionnel du fait du contact direct avec une clientèle parfois très exigeante.

- Pratiquer intensivement les cours collectifs de fitness et de musculation pour développer une expertise, clef d'entrée dans l'emploi.

- Avoir un bon niveau d'expression écrite et orale (devoirs écrits, épreuves orales, rédaction de rapport de stage...)

La validation d'un DEUST (Bac+2) n'est pas plus facile que la validation d'une licence (Bac+3). Les tests de sélection permettent de mieux cerner le potentiel de réussite des candidats au travers de leur profil sportif, de leurs expériences personnelles et professionnelles, et de leurs motivations.

Admission

Public cible

En 1^{re} année, le DEUST accueille une population très diversifiée :

- > des jeunes bacheliers,
- > des étudiants en réorientation,
- > des salariés ou demandeurs d'emploi,
- > des apprentis (CFA des métiers du sport).

Formation continue :

- Demandeurs d'emploi ou en transition professionnelle
- Salariés du secteur privé ou public
- Personnes en reconversion professionnelle.

Modalités d'accès :

- Reprise d'études
- Contrat ou période de professionnalisation
- Dispositifs de validation (VAE, VES, VAPP)
- Modularisation : parcours à la carte

Et après ?

Poursuite d'études

L'objectif prioritaire du DEUST est de s'insérer immédiatement dans la vie active.

Cependant la validation du diplôme permet l'obtention de 120 ECTS, et donc la possibilité de rejoindre à titre exceptionnel une 3^{ème} année de licence ou une licence professionnelle sous certaines conditions :

- Avis favorable des commissions pédagogiques et des commissions d'admission.

- L'existence d'un projet professionnel faisant clairement apparaître un besoin de formation.

Débouchés professionnels

- Dans le secteur privé : club de remise en forme ou de vacances, centres de thalassothérapie, grands hôtels, coaching de particuliers.
- Dans le secteur associatif : associations sportives ou d'entreprises, MJC, centres de loisirs.
- Dans le secteur public : services des sports et de l'animation des collectivités locales.

Le diplômé occupe un poste de technicien des activités de mise en forme (enseignement, intervention) et/ou d'assistant d'exploitation (gestionnaire de structures, coordinateur, manager).

87% d'insertion professionnelle

Les + de la formation ?

Stage

- > **Stage:** Obligatoire (300 h/an)

Stage de 300h par an en salle de remise en forme.

L'objectif est le développement des compétences professionnelles dans le secteur marchand du fitness : intervention collective, accueil de clients, implication dans la gestion de structure et création d'événements.

Alternance

- > **Type de contrat:** Contrat d'apprentissage, Contrat de professionnalisation

Chaque semaine de cours se découpe de la façon suivante : 2 jours en structure et 3 jours à l'université. Le semestre compte environ

15 semaines. Il est vivement conseillé de débiter les démarches de recherche de stage ou d'employeur le plus tôt possible.

Infos pratiques

- > Composante(s) : UFR Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > Niveau d'étude visé : BAC+2
- > Durée : 2 ans
- > Crédits ECTS : 120 crédits
- > Modalité d'enseignement : Formation en présentiel

Programme

DEUST 1ère année

Semestre 1

Expression et communication écrite et orale 1	4 ects	
Expression et communication		
Atelier d'écriture	1 ects	12h
Anglais	3 ects	18h
Action en responsabilité au sein d'une organisation 1	4 ects	
Environnement Professionnel		
Construction du projet professionnel	2 ects	10h
Développement du comportement professionnel	1 ects	12h
Alternance (150 h)	1 ects	
Encadrement des séances collectives d'AP et/ou sportives 1	4 ects	
Règlement et intervention		
Théorie de l'intervention, pédagogie générale niveau 1	2 ects	20h
Règlementation des ERP	2 ects	15h
Propositions, mise en oeuvre, adapt. et éval. programmes 1	18 ects	
Sciences		
Anatomie et cinésiologie	2 ects	26h
Physiologie de l'exercice	2 ects	26h
Neurosciences	1 ects	20h
Sociologie des pratiques corporelles	1 ects	20h
Etudes des pratiquants		
Evaluation des caractéristiques des pratiquants niveau 1	3 ects	18h
Théorie et pratique des AP		
Méthodes et techniques musculation/ cardiotraining niveau 1	3,5 ects	48h
Pratique personnelle encadrée 1	2 ects	10h
Méthologie et technique fitness niveau 1	3,5 ects	18h

Semestre 2

Expression et communication écrite et orale 2	5 ects	
Expression et communication	5 ects	
Informatique	1 ects	18h
Atelier d'écriture	1 ects	12h
Anglais	3 ects	
Action en responsabilité au sein d'une organisation 2	3 ects	
Environnement professionnel		
Construction du projet professionnel	1 ects	10h
Développement du comportement professionnel	1 ects	24h
Alternance (150 h)	1 ects	
Encadrement des séances collectives d'AP et/ou sportives 2	4 ects	
Règlement et intervention		
Hygiène et sécurité	2 ects	15h
Théorie de l'intervention niveau 2	2 ects	12h
Propositions, mise en oeuvre, adapt. et éval. programmes 2	18 ects	
Sciences		
Anatomie et cinéologie	2 ects	26h
Physiologie de l'exercice	2 ects	26h
Biomecanique	1 ects	20h
Psychologie	1 ects	20h
Etudes des pratiquants		
Evaluation caractéristiques des pratiquants niveau 2	3 ects	18h
Théorie et pratique AP		
Méthodes et techniques fitness 2	3,5 ects	48h
Pratique personnelle encadrée 2	2 ects	10h
Méthodes et techniques musculation et cardiotraining 2	3,5 ects	48h

DEUST 2ème année

Semestre 3

Expression et communication écrite et orale	4 ects		Expression et Communication Ecrite et Orale	5 ects	
Expression et communication	4 ects		Expression et Communication		
Atelier d'écriture	1 ects	10h	Outils numériques	1 ects	8h
Anglais	3 ects	12h	Atelier d'écriture	1 ects	10h
Action en responsabilité au sein d'une organisation 3	4 ects		Anglais	3 ects	12h
Environnement Professionnel	4 ects		Action en responsabilité au sein d'une organisation	3 ects	
Développement du comportement professionnel	1 ects	14h	Environnement Pro.		
Construction du projet professionnel	2 ects	8h	Construction du projet pro	1 ects	8h
Alternance (150 h)	1 ects		Développement du comportement pro	1 ects	10h
Encadrement séances collectives d'AP et/ou sportives 3	4 ects		Alternance (150 h)	1 ects	
Règlement/Intervention	4 ects		Encadrement des séances collectives d'AP et/ou sportive 4	4 ects	
Planification et programmation des séances	2 ects	18h	Règlement/Intervention		
Evolutions technologiques dans les métiers de la forme	2 ects	12h	Conseil nutritionnels	4 ects	18h
Propositions mise en oeuvre, adapt et éval. programme 3	12 ects		Propositions, mise en oeuvre, adapt et éval. programmes 4	9 ects	
Sciences	6 ects		Sciences		
Physiologie de l'exercice	2 ects	18h	Anatomie et cinésiologie	1 ects	18h
Anatomie et cinésiologie	2 ects	18h	Physiologie de l'exercice	1 ects	18h
Psychologie de l'apprentissage moteur	2 ects	12h	Théorie et pratique des AP		
Théorie et pratique des AP	6 ects		Méthodes et techniques de musculation et cardiotraining	3 ects	48h
Pratique personnelle encadrée 3	1 ects	10h	Pratique personnelle encadrée 4	1 ects	10h
Méthodes et Techniques de fitness 3	2,5 ects	48h	Méthodes et techniques de fitness	3 ects	48h
Méthodes et Techniques musculation cardiotraining 3	2,5 ects	48h	Exploitation d'une structure	9 ects	
Exploitation d'une structure	6 ects		Cadre réglementaire		
Cadre réglementaire	2 ects		Droit	2 ects	20h
Droit	2 ects	20h	Gestion de structure		
Gestion de structure	2 ects		Gestion	2 ects	20h
Gestion	2 ects	20h	Analyser sa structure et proposer des transformations		
Analyse du marché RF	2 ects		Projet de développement de la structure	3 ects	10h
Marketing et développement commercial	2 ects	20h	Management		
			Management	2 ects	20h

Semestre 4