

# 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).

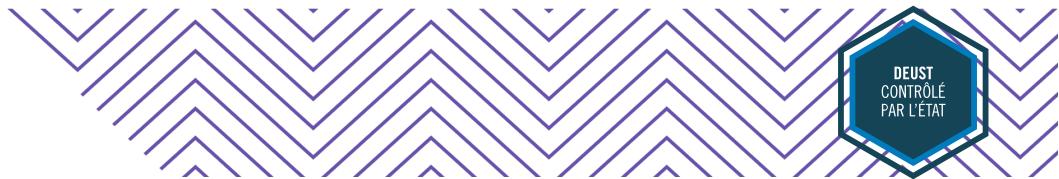
## Attendus de la formation

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 sage 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<sup>re</sup> 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<sup>ème</sup> année de licence ou un 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 débuter les démarches de recherche de stage ou d'employeur le plus tôt possible.

En résumé

Crédits ECTS : 120 crédits

Durée : 2 ans

Niveau d'étude visé : BAC+2

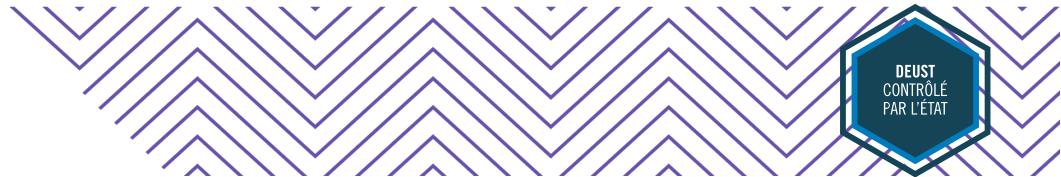
**Modalité d'enseignement**

- \* Formation initiale
- \* Formation continue
- \* Formation en alternance
- \* Formation en apprentissage

Nature de la formation : Diplôme national de l'Ens Sup.

Langue(s) d'enseignement : Français

Stage : Obligatoire (300 h/an)

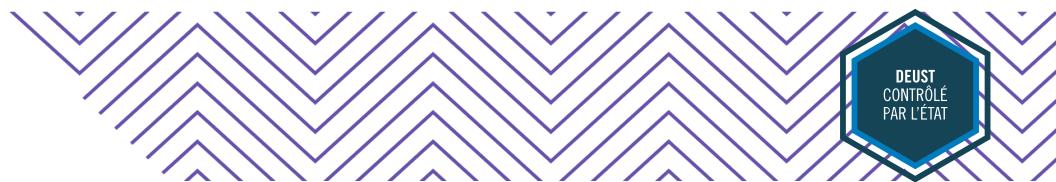


# Programme

## DEUST 1ère année

### Semestre 1

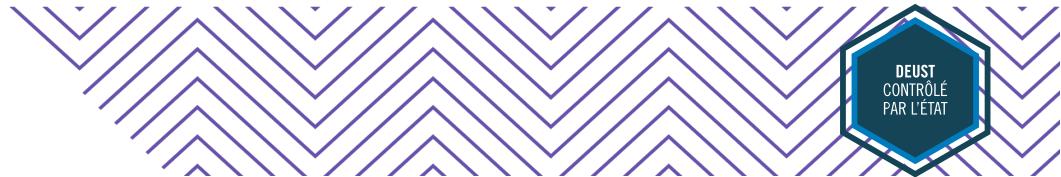
	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Expression et communication écrite et orale 1	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)				4 crédits
Expression et communication	Enseignement par Bloc de Compétence				
Atelier d'écriture	Enseignement par Bloc de Compétence	12h			1 crédits
Anglais	Enseignement de langue - Continuation				
Action en responsabilité au sein d'une organisation 1	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)				4 crédits
Environnement Professionnel	Enseignement par Bloc de Compétence				
Construction du projet professionnel	Enseignement par Bloc de Compétence	10h			2 crédits
Développement du comportement professionnel	Enseignement par Bloc de Compétence	12h			1 crédits
Alternance (150 h)	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)				1 crédits
Encadrement des séances collectives d'AP et/ou sportives 1	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)				4 crédits
Règlement et intervention	Enseignement par Bloc de Compétence				



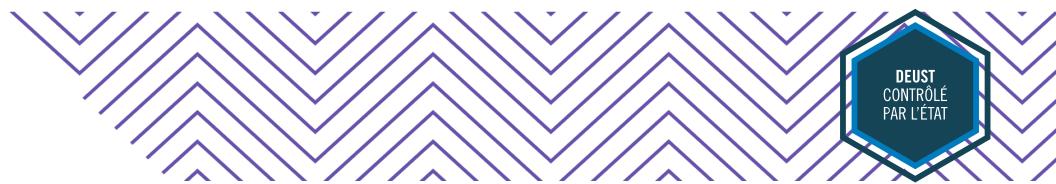
Théorie de l'intervention, pédagogique générale niveau 1	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	2 crédits
Règlementation des ERP	Enseignement par Bloc de Compétence	15h	2 crédits
Propositions, mise en oeuvre, adapt. et éval.programmes 1	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)		18 crédits
Sciences	Enseignement par Bloc de Compétence		
Anatomie et kinésiologie	Enseignement par Bloc de Compétence	26h	2 crédits
Physiologie de l'exercice	Enseignement par Bloc de Compétence	26h	2 crédits
Neurosciences	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	1 crédits
Sociologie des pratiques corporelles	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	1 crédits
Etudes des pratiquants	Enseignement par Bloc de Compétence		
Evaluation des caractéristiques des pratiquants niveau 1	Enseignement par Bloc de Compétence	18h	3 crédits
Théorie et pratique des AP	Enseignement par Bloc de Compétence		
Méthodes et techniques musculation/cardiotraining niveau 1	Enseignement par Bloc de Compétence	48h	3.5 crédits
Pratique personnelle encadrée 1	Enseignement par Bloc de Compétence	10h	2 crédits
Méthodologie et technique fitness niveau1	Enseignement par Bloc de Compétence	18h	3.5 crédits

## Semestre 2

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Expression et communication écrite et orale 2	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)				5 crédits



Expression et communication	Enseignement par Bloc de Compétence	5 crédits
Informatique	Enseignement par Bloc de Compétence	18h 1 crédits
Atelier d'écriture	Enseignement par Bloc de Compétence	12h 1 crédits
Anglais	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)	3 crédits
Action en responsabilité au sein d'une organisation 2	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)	3 crédits
Environnement professionnel	Enseignement par Bloc de Compétence	
Construction du projet professionnel	Enseignement par Bloc de Compétence	10h 1 crédits
Developpement du comportement professionnel	Enseignement par Bloc de Compétence	24h 1 crédits
Alternance (150 h)	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)	1 crédits
Encadrement des séances collectives d'AP et/ou sportives 2	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)	4 crédits
Règlement et intervention	Enseignement par Bloc de Compétence	
Hygiène et sécurité	Enseignement par Bloc de Compétence	15h 2 crédits
Théorie de l'intervention niveau 2	Enseignement par Bloc de Compétence	12h 2 crédits
Propositions, mise en oeuvre, adapt. et éval.programmes 2	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)	18 crédits
Sciences	Enseignement par Bloc de Compétence	

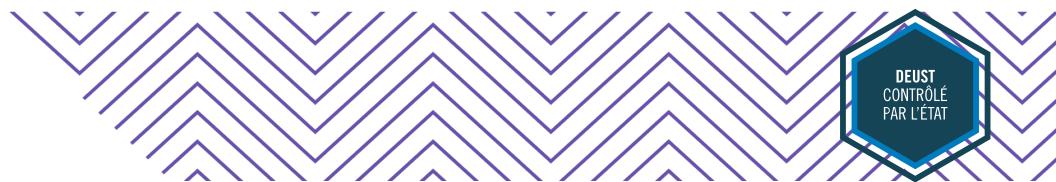


Anatomie et cinéologie	Enseignement par Bloc de Compétence	26h	2 crédits
Physiologie de l'exercice	Enseignement par Bloc de Compétence	26h	2 crédits
Biomecanique	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	1 crédits
Psychologie	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	1 crédits
Etudes des pratiquants	Enseignement par Bloc de Compétence		
Evaluation caractéristiques des pratiquants niveau 2	Enseignement par Bloc de Compétence	18h	3 crédits
Théorie et pratique AP	Enseignement par Bloc de Compétence		
Méthodes et techniques fitness 2	Enseignement par Bloc de Compétence	48h	3.5 crédits
Pratique personnelle encadrée 2	Enseignement par Bloc de Compétence	10h	2 crédits
Méthodes et techniques musculation et cardiotraining 2	Enseignement par Bloc de Compétence	48h	3.5 crédits

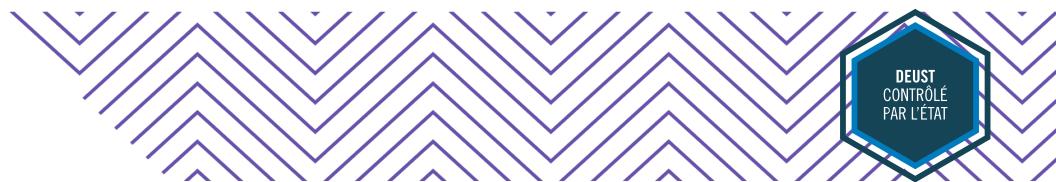
## DEUST 2ème année

### Semestre 3

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Expression et communication écrite et orale	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)				4 crédits
Expression et communication	Enseignement par Bloc de Compétence				4 crédits
Atelier d'écriture	Enseignement par Bloc de Compétence	10h			1 crédits
Anglais	Enseignement de langue - Continuation	12h			3 crédits



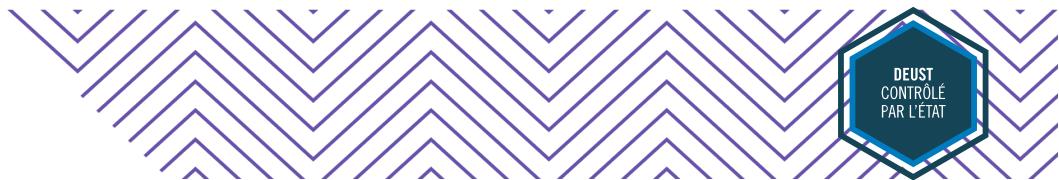
Action en responsabilité au sein d'une organisation 3	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)		4 crédits
Environnement Professionnel	Enseignement par Bloc de Compétence	14h	4 crédits
Développement du comportement professionnel	Enseignement par Bloc de Compétence	14h	1 crédits
Construction du projet professionnel	Enseignement par Bloc de Compétence	8h	2 crédits
Alternance (150 h)	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)		1 crédits
Encadrement séances collectives d'AP et/ou sportivesl 3	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)		4 crédits
Règlement/Intervention	Enseignement par Bloc de Compétence		4 crédits
Planification et programmation des séances	Enseignement par Bloc de Compétence	18h	2 crédits
Evolutions technologiques dans les métiers de la forme	Enseignement par Bloc de Compétence	12h	2 crédits
Propositions mise en oeuvre, adapt et éval. programme 3	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)		12 crédits
Sciences	Enseignement par Bloc de Compétence		6 crédits
Physiologie de l'exercice	Enseignement par Bloc de Compétence	18h	2 crédits
Anatomie et cinésiologie	Enseignement par Bloc de Compétence	18h	2 crédits
Psychologie de l'apprentissage moteur	Enseignement par Bloc de Compétence	12h	2 crédits
Théorie et pratique des AP	Enseignement par Bloc de Compétence		6 crédits



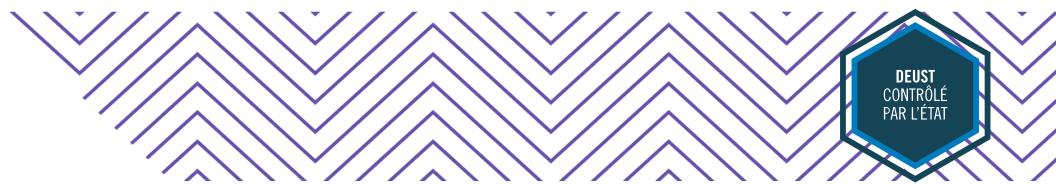
Pratique personnelle encadrée 3	Enseignement par Bloc de Compétence	10h	1 crédits
Méthodes et Techniques de fitness 3	Enseignement par Bloc de Compétence	48h	2.5 crédits
Méthodes et Techniques musculation cardiotraining 3	Enseignement par Bloc de Compétence	48h	2.5 crédits
Exploitation d'une structure	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)		6 crédits
Cadre réglementaire	Enseignement par Bloc de Compétence		2 crédits
Droit	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	2 crédits
Gestion de structure	Enseignement par Bloc de Compétence		2 crédits
Gestion	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	2 crédits
Analyse du marché RF	Enseignement par Bloc de Compétence		2 crédits
Marketing et développement commercial	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	2 crédits

## Semestre 4

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Expression et Communication Ecrite et Orale	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)				5 crédits
Expression et Communication	Enseignement par Bloc de Compétence				
Outils numériques	Enseignement par Bloc de Compétence	8h			1 crédits
Atelier d'écriture	Enseignement par Bloc de Compétence		10h		1 crédits
Anglais	Enseignement de				3 crédits



Action en responsabilité au sein d'une organisation	langue - Continuation  Bloc de compétence (Deust + LP + Master)	3 crédits
Environnement Pro.	Enseignement par Bloc de Compétence	
Construction du projet pro	Enseignement par Bloc de Compétence	8h
Développement du comportement pro	Enseignement par Bloc de Compétence	10h
Alternance (150 h)	Enseignement par Bloc de Compétence  Bloc de compétence (Deust + LP + Master)	1 crédits 1 crédits
Encadrement des séances collectives d'AP et/ou sportive 4	Enseignement par Bloc de Compétence  Bloc de compétence (Deust + LP + Master)	4 crédits
Règlement/Intervention	Enseignement par Bloc de Compétence	
Conseil nutritionnels	Enseignement par Bloc de Compétence	18h
Propositions, mise en oeuvre, adapt et éval, programmes 4	Enseignement par Bloc de Compétence  Bloc de compétence (Deust + LP + Master)	9 crédits
Sciences	Enseignement par Bloc de Compétence	
Anatomie et cinésiologie	Enseignement par Bloc de Compétence	18h
Physiologie de l'exercice	Enseignement par Bloc de Compétence	18h
Théorie et pratique des AP	Enseignement par Bloc de Compétence	
Méthodes et techniques de musculation et cardiotraining	Enseignement par Bloc de Compétence	48h
		3 crédits



Pratique personnelle encadrée 4	Enseignement par Bloc de Compétence	10h	1 crédits
Méthodes et techniques de fitness	Enseignement par Bloc de Compétence	48h	3 crédits
Exploitation d'une structure	Bloc de compétence (Deust + LP + Master)		9 crédits
Cadre réglementaire	Enseignement par Bloc de Compétence		
Droit	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	2 crédits
Gestion de structure	Enseignement par Bloc de Compétence		
Gestion	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	2 crédits
Analyser sa structure et proposer des transformations	Enseignement par Bloc de Compétence		
Projet de développement de la structure	Enseignement par Bloc de Compétence	10h	3 crédits
Management	Enseignement par Bloc de Compétence		
Management	Enseignement par Bloc de Compétence	20h	2 crédits