



# Licence professionnelle Métiers de la forme

## Présentation

### Objectifs

Les objectifs de cette formation à bac +3 sont triples :

- > il s'agit de former des professionnels des métiers de la forme en matière de conseil et de suivi individualisé en activités physiques de développement et d'entretien dans un but de santé, de prévention et de bien-être.
- > il s'agit ensuite de développer pour ces professionnels des compétences d'encadrement d'équipes de techniciens des métiers de la forme.
- > il s'agit enfin de renforcer leurs compétences de gestion dans l'optique de création ou de développement de structure privée ou associative établie dans le secteur des métiers de la forme.

### Compétences visées

Le titulaire du diplôme est compétent pour :

- **le conseil et suivi personnalisé**, service se caractérisant par une approche individualisée et un échange avec la personne afin de la conseiller en matière d'activités physiques, une prise en charge directe et personnalisée de l'activité de la personne, et son suivi en fonction d'objectifs précisés.  
Les activités concernées peuvent prendre des formes variées :
  - les activités d'activation cardio-vasculaire en milieu naturel ou sur ergomètres,
  - les activités de renforcement musculaire et de souplesse, flexibilité,
  - les activités de détente, de relaxation, de bien-être et d'esthétique.
- **L'encadrement d'une équipe** de techniciens des métiers de la forme au sein d'une structure, lui permettant d'organiser l'activité (gestion des plannings, gestion de la relation à la clientèle, harmonisation des techniques et des modalités de travail) ;
- **La gestion d'une structure** établie dans le secteur des métiers de la forme.

## Organisation de la formation

La formation s'organise autour de 3 axes :

- > un axe de conception de programmes ou de projets de services individualisés ou collectifs dans le domaine de la mise en forme ou de la détente (pratique personnalisée d'activités adaptée à la clientèle (coaching), pratique de loisirs sportifs, diététique, activités de détente..) ;
- > un axe d'encadrement d'une équipe de professionnels issus de différents secteurs, une des orientations de la formation est le management d'équipe de techniciens du sport ainsi que la gestion des ressources humaines ;
- > un axe de gestion et de développement de l'entreprise, le troisième pôle de la formation est la gestion, le marketing et le cadre réglementaire du secteur de la forme.

## Admission

### Public cible

**Formation initiale :**

- > étudiants titulaires d'une L2 STAPS, d'un DUT, d'un diplôme bac + 2.

**Formation continue :**

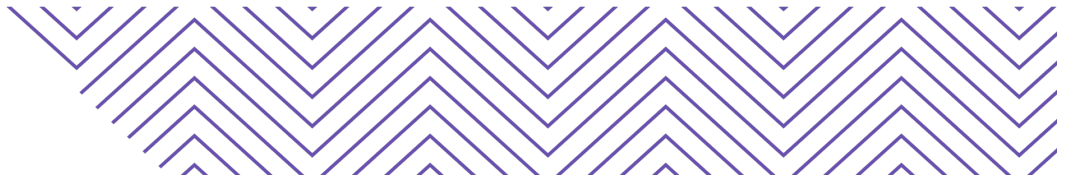
- Demandeurs d'emploi ou en transition professionnelle.
- Salariés du secteur privé ou public (professionnels de l'audiovisuel et du web, personnels en activité dans les Centre d'Ingénierie Multimédia Educatif).
- Personnes en reconversion professionnelle.

**Public de professionnels identifié :**

- animateurs sportifs des métiers de la forme.
- Préparateurs physiques ou entraîneurs professionnels.
- Commerciaux intéressés par le domaine de la mise en forme.
- Gérants d'hôtel et/ou de centre de loisirs qui proposent des activités de forme et de détente.
- Personnes souhaitant développer une entreprise de coaching.

**Modalités d'accès :**

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



> **Modalité d'enseignement** : Formation initiale, Formation continue, Formation en alternance, Formation en apprentissage

## Et après ?

### Débouchés professionnels

---

Ce professionnel peut prétendre aux métiers suivants :

- attaché commercial dans les métiers de la forme ;
- intervenant en APS ;
- concepteur et gestionnaire de projets ;
- manager ;
- auto-entrepreneur en coaching.

**100%** d'insertion professionnelle

## Les + de la formation ?

### Stage

---

> **Stage**: Obligatoire (350 heures sur l'année.)

L'**objectif principal** est le développement des compétences professionnelles : intervention personnalisée en sport-santé, gestion de structure et management d'organisation et ressources humaines.

**Évaluation** : rapport d'activité en fin de formation, livret de formation du stagiaire tout au long du stage et soutenance d'un mémoire professionnel.

### Alternance

---

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

## Infos pratiques

- > **Composante(s)** : UFR Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > **Niveau d'étude visé** : BAC+3
- > **Durée** : 1 an
- > **Crédits ECTS** : 60 crédits



# Programme

Année

Semestre 5

---

UEB1 - Usages numériques	2 ects	15h
Image numérique	1 ects	15h
Communication marketing	1 ects	15h
Accompagner la pratique	1 ects	15h
Utilisation des outils connectés pour le suivi sportif	1 ects	15h
UEB 2 - Expression et communication écrite et orale	2 ects	15h
Etudes de cas	1 ects	15h
Prise en charge individuelle	1 ects	15h
Animation Fac	0 ects	15h
Préparation mémoire	1 ects	15h
Atelier d'écriture	1 ects	15h
UEB3 - Positionnement dans un champ professionnel	3 ects	15h
Accompagnement du projet professionnel	1 ects	15h
Accompagnement du projet professionnel	1 ects	15h
Formation en alternance	2 ects	15h
Alternance en structure (350h minimum)	2 ects	
UEB4 - Conception et animation dans les MF	10 ects	15h
Conception des séances	5 ects	15h
Conseils nutritionnels pour la pratique	1 ects	15h
Programmation et planification de l'entraînement	2 ects	15h
Développement des qualités physiques	2 ects	15h
Mobiliser connaissances	5 ects	15h
Encadrement en préparation physique	2 ects	15h
Physiologie de l'exercice	1 ects	15h
Analyse du mouvement pour la préparation physique	2 ects	15h
UEB5 - Coaching et conseils personnalisés	5 ects	15h
Pratique d'AP	2 ects	15h
Pratique personnelle	2 ects	15h
Organisation encadrement	3 ects	15h
Méthodologie de la pratique individualisée	3 ects	15h
UEB6 - Gestion et développement de structure	6 ects	15h
Connaissance en gestion	3 ects	15h
Gestion financière et comptable	3 ects	15h
Marketing	3 ects	15h
UEB7 - Langues	2 ects	15h
Anglais pour LP Métiers de la forme	2 ects	24h

Semestre 6

---



UEB1 - Usages numériques	2 ects	15h
Suivi de pratique	1 ects	15h
Outils connectés	1 ects	15h
Construire image pro	1 ects	15h
Conception du portfolio	1 ects	15h
UEB2 - Expression et communication écrite et orale	2 ects	15h
Etudes de cas	1 ects	15h
Prise en charge individuelle	1 ects	15h
Animation fac		15h
Mémoire professionnel	1 ects	15h
Atelier d'écriture	1 ects	15h
Préparation soutenance		15h
UEB3 - Positionnement dans un champ professionnel	3 ects	15h
Construction projet pro	1 ects	15h
Accompagnement du projet professionnel	1 ects	15h
Formation en alternance	2 ects	15h
Alternance en structure (350h minimum)	2 ects	15h
UEB4 - Conception et animation dans les MF	10 ects	15h
Conception de séances	5 ects	15h
Programmation et planification de la prise en charge	3 ects	15h
Sensibilisation au sport santé	2 ects	15h
Mobiliser connaissances	5 ects	15h
Spécificité intervention public fragilisé	2 ects	15h
Connaissances des pathologies pour prise en charge AP	1 ects	15h
Encadrement du public fragilisé	2 ects	15h
UEB5 - Coaching et conseils personnalisés	5 ects	15h
Organisation encadrement	3 ects	15h
Méthodologie de la pratique individualisée	3 ects	15h
Pratique d'AP	2 ects	15h
Pratique personnelle	2 ects	15h
UEB6 - Gestion et développement de structure	6 ects	15h
Manager une structure	3 ects	15h
Management et RH	3 ects	15h
Règlementation	3 ects	15h
Bases législatives	3 ects	15h
UEB7 - Langues	2 ects	15h
Anglais pour Licence pro. Métiers de la forme Staps	2 ects	24h