Université de Strasbourg

Métiers de la forme

Métiers de la forme

Objectifs du parcours

Langue du parcours			Français
ECTS			120 ECTS
Volume horaire			
TP : 456h	TD : 717h	CI : 0h	CM : 0h
Formation initiale			Non
Formation continue			Non
Apprentissage			Oui
Contrat de professionnalisation			Oui

La **formation DEUST « Métiers de la Forme »** permet aux étudiants de développer **des compétences professionnelles par le biais de l'alternance cours/entreprise** afin d'exercer les fonctions de Technicien Supérieur des Activité de la Forme, d'Assistant au Directeur d'Exploitation dans les entreprises du secteur privé marchand des activités de la forme (club de (re)mise en forme, associations, centre de loisirs...), et de Personal trainer.
Les étudiants valideront leur expérience en entreprise dans le cadre d'un contrat d'apprentissage ou d'un contrat de professionnalisation. Cette formation est donc pensée pour favoriser l'évolution professionnelle des diplômés, notamment en les préparant non seulement à la prise en charge du pratiquant mais aussi à la prise de responsabilités dans le secteur des activités de la forme. A ce titre, elle bénéficie de l'accréditation européenne EuropeActive sur les niveaux de qualification suivants : Assistant Fitness Instructor, Fitness Instructor, Group Fitness Instructor et Personal Trainer, participant ainsi à la visibilité / crédibilité de la formation et à l'insertion professionnelle des étudiants.

Le DEUST « Métiers de la Forme » est organisé au niveau national au sein du Réseau Universitaire de la Forme avec les universités de Toulouse III, Lyon I, Rennes II et Paris XII. L'activité d'encadrement et d'enseignement des activités de la forme dans les structures privées marchandes est soumise à l'application de l'article L 363-1 du code de l'éducation qui prévoit la possession de certifications spécifiques parmi lesquelles figure le DEUST «Métier de la forme».

Compétences à acquérir

Les objectifs de la formation sont conçus pour transmettre aux étudiants des compétences professionnelles spécifiques enseignées via 6 Unités d'Enseignement (UE) dédiées :
- UE 1 : Être capable d'Assister le directeur d'exploitation
- UE 2 : Être capable d'Evaluer et Orienter le pratiquant
- UE 3 : Être capable d'Analyser le fonctionnement anatomo-physiologique du pratiquant
- UE 4 : Être capable de Maîtriser et Enseigner les méthodes et techniques des activités de la forme
- UE 5 : Être capable de Communiquer dans le secteur des activités de la forme
- UE 6 : Être capable de s'insérer professionnellement dans le secteur des activités de la forme

Plus précisément, ces compétences professionnelles se déclinent en compétences spécifiques, en veillant à privilégier en permanence le lien entre la théorie et la pratique et grâce aux apports différents mais complémentaires d'enseignants issus du monde universitaire ou du secteur professionnel des activités de la forme. Dans ce contexte, les différents UEs poursuivent les objectifs spécifiques suivants :
- **Unité d'enseignement 1 :**
§ Être capable de situer son activité dans le cadre législatif des activités de la forme
§ Être capable de mettre en place une stratégie marketing dans le domaine des activités de la forme
§ Être capable d'assurer les opérations de base de la gestion comptable et financière d'une entreprise du secteur des activités de la forme
§ Être capable d'appliquer les principes de base de la gestion des ressources humaines
- Unité d'enseignement 2 :
§ Être capable de faire un bilan des qualités physiques d'un pratiquant et de l'orienter de manière pertinente dans l'offre des activités de la forme
§ Être capable d'utiliser et d'expliquer le fonctionnement des machines et outils à disposition du pratiquant et leur réglementation dans les entreprises des activités de la forme
§ Être capable d'analyser les caractéristiques sociologiques d'un pratiquant ou d'un groupe pour adapter son comportement professionnel
- Unité d'enseignement 3 :
§ Être capable d'analyser et d'expliquer les mouvements corporels en se basant sur des notions d'anatomie fonctionnelle. Savoir utiliser ces notions pour proposer des exercices ou des programmes adaptés au pratiquant
§ Être capable d'analyser et d'expliquer les mouvements corporels en se basant sur des notions de physiologie. Savoir utiliser ces notions pour proposer des exercices ou des programmes adaptés au pratiquant
§ Être capable d'appliquer les bases de la nutrition dans le suivi des pratiquants
§ Être capable d'identifier les stratégies d'apprentissage appropriées pour faciliter l'acquisition des mouvements et des coordinations requises par les différentes activités de la forme
- Unité d'enseignement 4 :
§ Être capable d'intervenir de manière compréhensible et de faire évoluer le pratiquant en toute sécurité dans différentes activités de la forme

§ Être capable de maîtriser et d'enseigner différentes méthodes et techniques de cours collectifs chorégraphiés
§ Être capable de maîtriser et d'enseigner différentes méthodes et techniques de cours collectifs de renforcement musculaire
§ Être capable de maîtriser et d'enseigner différentes méthodes et techniques de cours collectifs cardiovasculaires
§ Être capable de maîtriser et d'enseigner différentes méthodes et techniques de musculation
§ Être capable d'appliquer les principes de base de la prise en charge individuelle du pratiquant
- Unité d'enseignement 5 :
§ Être capable de communiquer avec un client en langue anglaise dans l'environnement d'une entreprise des activités de la forme
§ Être capable d'utiliser l'outil informatique pour préparer des supports de communication (papier ou internet) à usage interne (pratiquant) ou externe (prospects)
§ Être capable de mettre en place un comportement professionnel adapté à la prise en charge des pratiquants
- Unité d'enseignement 6 :
§ Être capable d'évoluer de manière pertinente dans l'environnement professionnel (période en entreprise ~2000h sur 2 ans, soit environ 1000h/an)
§ Être capable d'analyser de manière critique son environnement professionnel et de rendre compte de ses activités/missions dans l'environnement professionnel des activités de la forme (projet tutoré avec soutenance orale en fin d'année 1 et d'année 2)
L'ensemble de ces compétences se développent par l'alternance de cours et de périodes en entreprise adossée à un dispositif qui permet à l'étudiant d'articuler le lien entre ses expérimentations pratiques et l'analyse théorique. Le dispositif permet à l'étudiant de faire le point régulièrement avec les tuteurs (institutionnels, pédagogiques) et les enseignants.

Poursuite d'études

Le DEUST a une visée d'insertion professionnelle directe. **La poursuite d'études n'est donc pas prévue.**

Code ROME

- G1204 - Éducation en activités sportives

Modalités pédagogiques

Le Deust Métiers de la Forme est articulé autour de 1173h de formation en présentiel (réparties sur les mercredi, jeudi et vendredi) et d'une période en entreprise (à répartir les lundi, mardi, vacances scolaires et week ends), en contrat d'apprentissage ou en contrat de professionnalisation. Les 2 activités en s'additionnant correspondent à l'équivalent d'un temps plein.
La formation est organisée en TD et TP. Les heures de formation à l'université sont organisées pour que les cours théoriques soient programmés les matins et les cours pratiques le soient les après-midis. Les compétences des étudiants sont évaluées en contrôle continu tout au long de l'année.

Stage et projet tutoré

Les étudiants sont salariés d'une entreprise tout au long des 2 années de formation avec une présence réelle en entreprise supérieure à 800h/an.
Dans ce cadre, les étudiants préparent un projet tutoré qui fera l'objet d'un rapport écrit et d'une soutenance orale à la fin de chaque année de formation (année 1 et année 2).

Contacts

- Jean-Noel Back : jback@unistra.fr
- Lilit Stepanyan : stepanyan@unistra.fr

DEUST Métiers de la Forme - 1ère année

	ECTS	CM	CI	TD	TP	TE	Stage
UE 1 - Assister le directeur d'exploitation année 1	6 ECTS			78 h		156 h	
Management d'entreprise année 1					78 h	156 h	
Cadre légal et réglementaire année 1				40 h		80 h	
Management des RH année 1				24 h		48 h	
Marketing année 1				14 h		28 h	
UE 2 - Évaluer et orienter le pratiquant/client année 1	6 ECTS			67 h		134 h	
Bilan et évaluation année 1				67 h		134 h	
Prise en charge du pratiquant avec petit matériel année 1				25 h		50 h	
Bilan et évaluation année 1				28 h		56 h	
Sociologie des pratiques corporelles année 1				14 h		28 h	
UE 3 - Analyser le fonctionnement anatomo-physiologique du pratiquant année 1	12 ECTS			112 h		224 h	
Sciences de la vie année 1				112 h		224 h	
Anatomie année 1				40 h		80 h	
Physiologie année 1				42 h		84 h	
Neurosciences année 1				20 h		40 h	
Nutrition année 1				10 h		20 h	
UE 4 - Maitriser et enseigner les méthodes et techniques des activités de mise en forme année 1	18 ECTS				225 h	450 h	
Stretching année 1					16 h	32 h	
Cours collectifs de renforcement musculaire année 1-1					17 h	34 h	
Cours collectifs de renforcement musculaire année 1-2					28 h	56 h	
Entraînement encadré année 1-1					10 h	20 h	
Entraînement encadré année 1-2					10 h	20 h	
Endurance année 1-1					2 h	4 h	
Endurance année 1-2					2 h	4 h	
Cours collectifs chorégraphiés année 1-1					20 h	40 h	
Cours collectifs chorégraphiés année 1-2					30 h	60 h	
Danse urbaine année 1					10 h	20 h	
Musculation année 1-1					30 h	60 h	
Musculation année 1-2					30 h	60 h	
Gymnastiques douces année 1					10 h	20 h	
Aquagym année 1					10 h	20 h	
UE 5 - Communiquer en situation professionnelle année1	6 ECTS			78 h		156 h	
Outils professionnels année 1				76 h		156 h	
Développement du comportement pro année 1				30 h		60 h	
Événementiel année 1				20 h		40 h	
Informatique et outils web année 1				28 h		56 h	
UE 6 - S'insérer dans le secteur professionnel année 1	12 ECTS			20 h		40 h	
Cadre institutionnel du secteur professionnel année 1				10 h		20 h	
Professionnalisation année 1				10 h		20 h	

DEUST Métiers de la Forme - 2ème année

	ECTS	CM	CI	TD	TP	TE	Stage
UE 1 - Assister le directeur d'exploitation année 2	6 ECTS			80 h		160 h	
Management d'entreprise année 2				80 h		160 h	
Cadre légal et réglementaire année 2				28 h		56 h	
Marketing année 2				24 h		48 h	
Gestion comptable et financière année 2				28 h		56 h	
UE 2 - Évaluer et orienter le pratiquant/client année 2	6 ECTS			78 h		156 h	
Méthodologie de l'entraînement année 2				24 h		48 h	
Présentation et usage des équipements année 2				54 h		108 h	
Sociologie des pratiques corporelles année 2				12 h		24 h	
Événementiel année 2				20 h		40 h	
Normes et création d'entreprise année 2				22 h		44 h	
UE 3 - Analyser le fonctionnement anatomo-physiologique du pratiquant année 2	12 ECTS			94 h		188 h	
Sciences de la vie année 2				94 h		188 h	
Physiologie de l'exercice année 2				34 h		68 h	
Nutrition année 2				12 h		24 h	
Biomécanique année 2				10 h		20 h	
Activités physiques et prévention année 2				22 h		44 h	
Neurosciences année 2				16 h		32 h	
UE 4 - Maitriser et enseigner les méthodes et techniques des activités de mise en forme année 2	18 ECTS				231 h	308 h	
Stretching année 2					14 h	28 h	
Cours collectifs de renforcement musculaire année 2-1					21 h	42 h	
Cours collectifs de renforcement musculaire année 2-2					23 h	46 h	
Entraînement encadré année 2-1					10 h	20 h	
Entraînement encadré année 2-2					10 h		
Cours collectifs chorégraphiés année 2-1					29 h	58 h	
Cours collectifs chorégraphiés année 2-2					20 h	40 h	
Danse urbaine année 2					10 h	20 h	
Endurance année 2-1					2 h	4 h	
Endurance année 2-2					2 h	4 h	
Musculation année 2-1					30 h	60 h	
Musculation année 2-2					24 h	48 h	
Gymnastiques douces année 2					20 h	40 h	
Aquagym année 2					10 h	20 h	
Suivi du pratiquant année 2					6 h	12 h	
UE 5 - Communiquer en situation professionnelle année 2	6 ECTS			98 h		196 h	
Outils de communication année 2							
Développement du comportement professionnel année 2				40 h		80 h	
Anglais année 2				20 h		40 h	
Préparation au PIX et outils web année 2				38 h		76 h	
UE6 - S'insérer dans le secteur professionnel année 2	12 ECTS			12 h		24 h	
Professionnalisation année 2				12 h		24 h	