

Contrat Etablissement Université Claude Bernard Lyon 1 – 2016 -2020



## DEUST METIERS DE LA FORME

### DIPLOME D'ETUDES UNIVERSITAIRES SCIENTIFIQUES ET TECHNIQUES

2016-2017

SCOLARITE ADMINISTRATIVE ET  
PEDAGOGIQUE

04 72 43 71 20

virginie.pillat@univ-lyon1.fr  
<http://deust-forme.univ-lyon1.fr>  
Localisation campus Doua :  
52 bvd Niels Bohr Villeurbanne

- 1. Objectifs de la formation**
- 2. Débouchés professionnels**
- 3. Pré requis et recrutement**
- 4. Modalités de contrôle des connaissances**
- 5. Organisation de la formation**
- 6. Financement de la formation selon statuts**
- 7. Effectifs et taux de réussite**
- 8. Descriptif et durée de la formation**

**Sous réserve de Modifications**  
Document non contractuel  
Mise à jour : Janvier 2016

## 1- Objectifs de la formation

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, et de participer à l'exploitation d'un centre de mise en forme.

Cette formation a été mise en place en 1999, à l'initiative du syndicat national des professionnels de la remise en forme, en partenariat avec l'UFR STAPS, pour répondre aux besoins de formation et de compétences de nouveaux diplômé(e)s, polyvalents et investis dans le développement des entreprises du secteur professionnel.

## 2- Débouchés professionnels

Les débouchés se situent dans le **secteur privé** : clubs de remise en forme ou de vacances, centres de thalassothérapie, grands hôtels, coaching de particuliers- le **secteur associatif** : associations sportives ou d'entreprises, MJC, centre de loisirs - le **secteur public** : service des sports et de l'animation des collectivités locales). Le diplômé occupe un poste de **technicien des activités de mise en forme** : enseignement, intervenant ou d'**assistant d'exploitation** : gestionnaire de structures, coordinateur, manager.

Renseignements complémentaires, cf.lien RNCP: <http://www.rncp.cnnp.gouv.fr/grand-public/visualisationFiche?format=fr&fiche=2690>

## 3- Pré requis et recrutement

Le DEUST MF est une **formation sélective**, avec une capacité d'accueil de **trente-cinq places environ** par année. Les candidats doivent présenter **un projet professionnel en lien direct avec le secteur de la remise en forme, et une expérience de pratique en Fitness** (cours collectifs de renforcement musculaire et cardio-vasculaire) **et musculation**. Une connaissance du secteur et de ces métiers est vivement recommandée. Des informations complémentaires sont disponibles sur le site du DEUST MF : <http://deust-forme.univ-lyon1.fr>

## 4- Modalités de contrôle des connaissances

Les enseignements sont organisés sur 1 ou 2 semestres. L'évaluation se compose d'une moyenne de contrôles continus (CCF1 – 50%) et d'une évaluation terminale (CCF2 – 50%). L'enseignement est validé dès lors que la note finale de 10/20 est atteinte.

La délivrance du DEUST nécessite de valider chacun des domaines, ainsi que le stage en entreprise, sans **aucune compensation possible** entre les domaines. La validation d'un domaine de formation s'effectue sur la base de la moyenne au domaine, soit 10/20 pour l'ensemble des enseignements le composant. Tous les cours sont obligatoires. **Le candidat devra être titulaire de l'Attestation de Formation aux Premiers Secours (PSC1) au début de sa formation.**

## 5- Organisation de la formation

La formation DEUST MF se déroule sur 2 ans. Chaque année universitaire représente environ 550 heures de cours, plus un stage à effectuer dans un club de remise en forme. Un complément de formation est assuré par le centre d'application du DEUST M.F et le tutorat. Les cours débutent en septembre, et se terminent fin juin (environ 22 semaines de cours). Durant cette période, le stage se met en place principalement durant les jours où il n'y a pas de cours. Il est vivement conseillé de débuter les démarches de recherche de stage dès le mois d'avril. La semaine d'examens de rattrapage est organisée fin août.

Le calendrier de formation pour la prochaine promotion est disponible à partir du mois de mai, et consultable sur le site Web du DEUST « Métiers de la Forme »

## 6- Financement de la formation selon statut : Le DEUST MF est ouvert en formation initiale, continue et en apprentissage.

- **Formation initiale** - droits d'inscription et MPU : 189.10 € / Sécurité sociale Etudiant (20 ans et +) : 215 € Etudiant boursier : 5.10 €
- **Apprentissage** : L'apprenti reçoit une rémunération qui varie selon son âge et son année d'étude, aucun frais de formation.

Pour plus d'informations concernant l'apprentissage <http://www.formasup-arl.fr>

### • **Formation continue et contrat de professionnalisation** :

Tout candidat au DEUST MF peut trouver un employeur dans la remise en forme et conclure un contrat de professionnalisation pour la durée de ses études. Le statut est celui d'un salarié en formation, alternance complète université/entreprise à hauteur de 35 heures par semaine. Rémunération selon l'âge (entre 61% et 100% du SMIC). *Pour plus d'informations concernant le contrat de professionnalisation : Service FOCAL : [alternance@univ-lyon1.fr](mailto:alternance@univ-lyon1.fr) - Tél. 04 72 43 12 04*

Le DEUST MF peut également accueillir des candidats ayant interrompu leurs études depuis plus de 2 ans, ou des salariés dans le cadre d'un Congé Individuel de Formation, ou des demandeurs d'emploi. Ils doivent alors prendre contact avec le service FOCAL pour la mise en place de leur convention de formation professionnelle et la recherche de financement de la formation (environ 3000 € par année de formation).

*Pour plus d'informations concernant la formation continue : Service FOCAL : [loic.marchat@univ-lyon1.fr](mailto:loic.marchat@univ-lyon1.fr) - Tél. 04 72 43 16 62*

## 7- Effectifs et taux de réussite

		2011	2012	2013	2014	2015
DEUST MF 2A	Effectif	28	34	30	36	36
	Réussite	23	31	21	25	25
	Taux Réussite	82%	91%	70%	69%	69%

## 8- Descriptif et durée de la formation

Le programme de formation d'une durée de 24 mois comporte des semaines d'enseignement alternant avec une activité professionnelle en salle de mise en forme et un suivi personnalisé (tutorat) des candidats. L'enseignement est organisé autour de 6 compétences professionnelles constituant autant de domaines de formation répartis sur 4 semestres. Chaque année de formation représente environ 550 heures de cours à l'université, plus 200 heures de stage à effectuer dans un club de remise en forme. Des heures de tutorat et d'accompagnement sont prévues en plus du programme initial.

### Stage

Le stage a pour objectif de permettre la mise en œuvre progressive et l'interrogation des connaissances acquises à l'université. Il est évalué par les tuteurs professionnels ou maîtres d'apprentissage (livret de suivi) d'une part, et par les tuteurs académiques d'autre part. Un rapport de stage est à rendre chaque année, avec une soutenance en fin de formation. Durée totale du stage : minimum 400 heures. Le stage doit s'organiser tout au long de l'année, en alternance avec les semaines de formation

### 1<sup>ère</sup> Année (tous les cours sont obligatoires)

Code Apogée	DC	Nom de l'UE	EC TS	Compétences visées : être capable de	Volume horaire
1	ASSISTER le Directeur d'Exploitation	Marketing et Développement Commercial	6	Connaitre la stratégie marketing des entreprises du secteur et mettre en œuvre la politique commerciale	32
		Gestion Comptable et Financière	6	Maîtriser et appliquer les bases législatives et règlementaires indispensables à la gestion comptable de l'entreprise	32
		Droit du Travail	6	Maîtriser et appliquer les bases législatives et règlementaires en matière de droit du travail	21
2	EVALUER et ORIENTER le Pratiquant / client	Evaluation et Caractéristiques des Pratiquants 1A	3	Connaître et utiliser les différents tests permettant d'évaluer les capacités physiques d'un individu	18
		Sociologie des Pratiques Corporelles 1A		Comprendre les comportements des pratiquants et leurs évolutions dans le champ des activités physiques	12
3	ANALYSER le fonctionnement biologique du pratiquant	Anatomie - Cinésiologie	6	Maîtriser et appliquer les connaissances en anatomie nécessaires à l'analyse du mouvement dans un contexte de prévention, de sécurité et d'efficacité	74
		Physiologie de l'exercice	6	Maîtriser et appliquer les connaissances nécessaires à la compréhension des mécanismes physiologiques et de leurs adaptations à l'effort.	78
4	ENSEIGNER les méthodes/techniques de mise en forme	Méthodes et techniques cours collectifs 1A	9	Savoir construire et animer un cours collectif de renforcement musculaire, une séquence de stretching et un bloc d'activation cardio-vasculaire, de manière sécurisée et efficace, et dans le respect de la relation musique/mouvement.	160
		Méthodes et techniques musculation 1A	6	Accueillir un pratiquant en toute sécurité. Connaitre et mettre en œuvre les méthodes de base, savoir réaliser un bilan initial, connaître le fonctionnement des machines, proposer des séances adaptées aux capacités et objectifs des pratiquants, connaître et exécuter correctement les mouvements fondamentaux en musculation et haltérophilie.	50
6	S'INSERER dans le secteur professionnel	Connaissance du monde professionnel 1A	6	Elaborer un outil d'observation et de description d'une entreprise du secteur de la remise en forme	33
		Construction du projet professionnel 1A	6	Connaitre et s'insérer dans le secteur professionnel, s'adapter au poste de travail	34

**2ème Année** (tous les cours sont obligatoires)

Code Apogée	DC	Nom de l'UE	EC TS	Compétences visées : être capable de	Volume horaire
1	ASSISTER le Directeur d'Exploitation	Droit des Sociétés et des Associations	3	Maîtriser et appliquer les bases législatives et règlementaires en matière de droit commercial et droit des sociétés	30
		Culture d'entreprise et Gestion des Ressources Humaines	3	Comprendre, connaître et agir efficacement dans le fonctionnement des différents acteurs, groupes, organisations et leurs interactions.	30
2	EVALUER et ORIENTER le Pratiquant	Evaluation et Caractéristiques des Pratiquants 2A	3	Mobiliser les connaissances scientifiques et techniques pour une prise en charge globale et durable du pratiquant. Savoir prendre en charge des publics spécifiques. Connaitre des techniques instrumentalisées et de préparation mentale.	33
		Règlementation et Usage des Equipements	6	Maîtriser les aspects techniques, technologiques et scientifiques pour le choix, l'utilisation et l'entretien des appareils, et l'optimisation structurelle de l'entreprise. Connaitre la réglementation en matière d'établissement accueillant du public, et des activités Fitness et musculation.	36
		Sociologie des Pratiques Corporelles 2A	3	Repérer les tendances d'évolution des pratiques sportives dans le secteur de la remise en forme (loisirs marchands).	18
3	ANALYSER le fonctionnement biologique du pratiquant	Neurosciences et Apprentissages Moteurs	3	Maîtriser et appliquer les connaissances de base en psychophysiologie afin d'analyser les comportements des individus engagés dans une activité motrice.	42
4	ENSEIGNER les méthodes/techniques de mise en forme	Méthodes et techniques cours collectifs 2A	9	Savoir construire et animer un cours d'activation cardio-vasculaire. Démontrer et mettre en œuvre les différentes méthodes de techniques douces. Savoir construire et animer un cours de fitness aquatique selon des objectifs de renforcement musculaire, d'activation cardio-vasculaire ou de détente.	150
		Méthodes et techniques musculation 2A	6	Accueillir et prendre en charge tous types de publics dans un espace cardio/musculation. Savoir planifier un entraînement, le communiquer et le justifier. Savoir mobiliser l'ensemble des méthodes et techniques en musculation et cardio, savoir utiliser les petits matériels innovants. Maîtriser tous les tests permettant d'évaluation les capacités physiques, savoir analyser les résultats et réaliser des bilans intermédiaires. Participer aux choix d'équipements et à l'entretien des matériels.	60
5	COMMUNIQUER en Situation Professionnelle	Anglais	3	Savoir s'exprimer à l'oral sur des thèmes se rapportant au corps humain, au vocabulaire technique du Fitness, et à l'accueil commercial.	30
		Informatique	3	Maîtriser et utiliser l'outil informatique dans le contexte professionnel.	36
		Développement du Comportement Professionnel	6	Développer ses capacités d'adaptation et relationnelles pour un comportement optimal en situation professionnelle.	41
6	S'INSERER dans le secteur professionnel	Connaissance du monde professionnel 2A	6	Elaborer un outil d'analyse d'une entreprise du secteur de la remise en forme. Analyse stratégique (diagnostic interne et externe). Connaitre la démarche pour préparer un dossier de demande de financement d'un projet.	30
		Construction du projet professionnel 2A	6	Connaitre le secteur, être totalement opérationnel en fin de formation, se faire connaître et reconnaître pour une insertion professionnelle réussie et durable.	20