

Présentation

La formation s'inscrit dans le cadre d'une problématique de santé publique.

Une étude commanditée en 1998 par un assureur révèle que les Européens passent plus de 7h / jour assis. Cette étude montre que même si les Européens savent que rester statique aussi longtemps dans une journée n'a rien de bon, ils sont tout de même plus de 70% à sous-estimer les risques pour leur santé. Un bon nombre ne sait pas que la sédentarité est associée à un risque accru de maladies cardiovasculaires, de diabète ou encore de cancers. De la même manière, l'insuffisance d'activité physique est à l'origine de dégénérescences telles l'atrophie musculaire, les troubles musculo-squelettiques, les altérations des fonctions cognitives.

Cette problématique de santé publique est à l'origine de dispositions législatives (sport par ordonnance médicale) ou de recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé.

Enjeux

Le DEUST vise à former des techniciens spécialisés dans l'encadrement des activités physiques de remise en forme. La formation cherche à se situer sur toute la chaîne médico-sportive :

- En amont de l'exercice physique : Reconditionnement, Nutrition, prévention des blessures.
- Pendant l'exercice physique : Développement de techniques permettant de renforcer les capacités organiques et métaboliques.
- En aval de l'exercice : Récupération post-exercice et ré-athlétisation post-blessure.

La formation cherche également à développer des connaissances en matière de gestion, droit, marketing, management. Ainsi les futurs diplômés pourront faire valoir une double casquette :

- Techniciens spécialisés dans l'encadrement des activités physiques de remise en forme,
- Responsables d'exploitation de structures de fitness ou de musculation.

Savoir-faire et compétences

- Concevoir, encadrer et animer des séances collectives ou individuelles adaptées à différents publics dans les domaines de l'activation cardiovasculaire, du renforcement musculaire, des étirements et de la relaxation en veillant à la sécurité des pratiquants et des tiers (salle de musculation, salle de cours collectifs, espace cardio-training, espace aquatique).
- Communiquer en situation professionnelle.
- Aider à la mise en œuvre de la stratégie d'entreprise et de sa gestion.
- Assurer l'entretien et la maintenance des équipements et des installations

Admission

Candidature

Modalités de candidature

- Etre titulaire du baccalauréat
- Etre titulaire du Diplôme d'Accès aux Études Universitaires (DAEU)
- Tout diplôme jugé équivalent par la commission pédagogique.
- Tests de sélection

Lieu(x) de la formation

- Perpignan

Public

Niveau(x) de recrutement

- Bac

Stage(s)

Non

Renseignements

Responsable pédagogique
Yvan VERDIE

Secrétariat du DEUST
secdeustmf@univ-perp.fr
04 68 08 18 23

Formation continue et alternance SFCA
04 30 19 81 41
sfc@univ-perp.fr

Service des études, de la vie étudiante, de l'orientation et de l'appui au handicap (SEVEOH/ BAIO) :
04 68 66 20 42
baio@univ-perp.fr

Et après ?

Poursuites d'études

Licence Professionnelle Métiers de la Forme

Programme

Connaitre les crédits ECTS pour ce DEUST



DEUST 1 métiers de la forme
DEUST 2 métiers de la forme

Semestre 1

UE1 - Connaissance du cadre réglementaire

- Droit du travail
- Gestion comptable et financière
- Législation des APS

UE2 - Analyser le fonctionnement biologique du pratiquant

- Anatomie générale
- Physiologie respiratoire et cardio vasculaire

UE3 - Enseigner les méthodes/techniques de remise en forme

- Fitness
- Cross training
- Aqua gym
- Préparation Physique Générale

Semestre 2

UE1 - Analyser le fonctionnement biologique du pratiquant

- Nutrition
- Bio mécanique
- Activité physique connectée

UE2 - Enseigner les méthodes/techniques de remise en forme

- Fitness
- Cross training
- Aqua gym
- Techniques de récupération musculaire

UE3 - S'insérer dans le monde professionnel

- Communication
- Anglais
- Projet professionnel
- Méthodologie de l'intervention

Semestre 3

UE1 - Connaissance du cadre réglementaire

- Droit des sociétés et des associations
- Gestion comptable et financière
- Législation des APS

UE2 - Analyser le fonctionnement biologique du pratiquant

- Anatomie fonctionnelle
- Physiologie musculaire

UE3 - Enseigner les méthodes/techniques de remise en forme

- Fitness
- Cross training
- Aqua gym
- Techniques de relaxation musculaire

Semestre 4

UE1 - Analyser le fonctionnement biologique du pratiquant

- Posturologie
- Activité physique connectée
- Théorie de l'apprentissage moteur

UE2 - Enseigner les méthodes/techniques de remise en forme

- Fitness
- Cross training
- Aqua gym
- Techniques de ré athlétisation
- Méthodologie de l'intervention

UE3 - S'insérer dans le monde professionnel

- Anglais
- Projet professionnel
- Marketing du sport

UNIVERSITÉ
PERPIGNAN
VIA
DOMITIA



STAPS

**UFR Sciences et
Techniques des Activités
Physiques et Sportives**
7, av. Pierre de Coubertin
66120 Font Romeu

Source du document
<https://staps.univ-perp.fr/>