



Licence
professionnelle

Licence 3

Mention

METIERS DE LA FORME, DE LA SANTE ET DU BIEN-ÊTRE

Accessible en :

- Formation initiale,
- Formation continue,
- Contrat d'apprentissage



PRÉSENTATION DE LA FORMATION

La licence professionnelle **Métiers de la Forme** parcours **Métiers de la forme, de la santé et du bien-être** est une formation en deux semestres, qui s'inscrit dans la continuité des deux premières années généralistes de la licence STAPS.

Elle vise à rendre immédiatement opérationnel l'étudiant grâce à des mises en situation pratique, des projets tutorés et un stage réparti sur 12 semaines.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette licence professionnelle forme des intervenants qualifiés au conseil, au suivi et à l'encadrement personnalisé de la personne (personal trainer) dans des techniques diversifiées de développement et d'entretien liées à la forme, à la santé et au bien être. Elle prépare également ces professionnels à animer, gérer et diriger une structure.

CONTACT ADMINISTRATIF

Faculté des Sciences du sport et de l'éducation physique

9 rue de l'université 59790 Ronchin

- Tél. : +33 3 20 88 73 50
- staps.univ-lille.fr

COMPÉTENCES VISÉES

Cette formation permet aux futurs diplômés de :

- Maîtriser les différentes pratiques physiques liées à la forme, la santé et le bien être,
- Maîtriser les aspects techniques et pédagogiques concernant le conseil, la prise en charge et le suivi de tout public,
- Maîtriser les outils de management et d'exploitation des structures liées à la forme et aux loisirs sportifs ainsi que les outils de communication spécifiques.

STAGE

Stage professionnel obligatoire réparti sur 12 semaines, effectué sous convention contractualisant les différentes parties. Ce stage se déroulera au cours du deuxième semestre dans une structure en relation avec la mention de la licence professionnelle après accord de l'enseignant responsable de cette mention.

RESPONSABLE DE LA FORMATION

Gaëlle MARAIS
gaelle.marais@univ-lille.fr



ORGANISATION DE LA FORMATION

- **1 AN DE FORMATION** organisé sur 2 semestres. Le grade de licence est conféré aux titulaires d'une licence professionnelle.
- Les enseignements sont organisés autour de 4 blocs de connaissances et de compétences - BCC. Chaque BCC représente un ensemble

homogène et cohérent d'enseignements visant des connaissances et des compétences complémentaires .

- Une validation de **60 CRÉDITS ECTS** (European Credit Transfer System).

PROGRAMME DE LA FORMATION

SEMESTRE 5 - 30 ECTS

BCC 1 - Connaître les différentes offres et techniques dédiées à la forme, à la santé et au bien être

- Techniques cardio-vasculaire : STEP, LIA, Cardio-training...
- Techniques liées au renforcement musculaire avec ou sans charge
- Techniques douces et liées au bien-être : stretching, yoga et relaxation

BCC 2 - Analyser les différents types de publics pour conseiller, coacher et proposer des programmes individualisés

- Connaissances des différents publics et outils d'évaluation
- Méthodes et techniques d'encadrement et de suivi personnalisé (personal trainer)

BCC 3 - Appréhender différents domaines de la santé, de la forme physique et du bien-être

- Traumatologie et prévention des risques liés aux activités de la forme
- Transformation des ressources liées à un état personnel et/ou professionnel
- Diététique, nutrition et forme physique

BCC 4 - Se situer dans le contexte professionnel et du marché forme, santé et bien être

- Concevoir un projet collectif appliqué au
- Secteur de la forme de la santé et du bien être
- Encadrer un projet collectif appliqué au secteur de la forme de la santé et du bien être

SEMESTRE 6 - 30 ECTS

BCC 1 - Concevoir et animer des programmes d'activités dédiées à la forme et au bien être

- Conception de programmes ou projets de service individualisés ou collectifs
- Animation de cours collectifs ou prise en charge en One to One : mise en situation professionnelle

BCC 2 - Savoir gérer et développer une structure dédiée à la forme et au bien être

- Gestion et exploitation opérationnelles d'une structure de forme
- Marketing opérationnel, vente et commercialisation de produits et de prestations

BCC 3 - Manager une structure de remise en forme

- Techniques de communication diversifiées, RH, conduite de projets et manager d'équipe
- Anglais spécifique et opérationnel au secteur de la forme, de la santé et du bien-être

BCC 4 - Se situer et intervenir dans l'environnement professionnel

- Travailler collectivement et en réseau : mise en projet individuel au sein d'une structure de la forme
- Stage

INSERTION PROFESSIONNELLE

SECTEURS D'ACTIVITÉ

- Centres ou entreprises de remise en forme
- Comités d'entreprises
- Services aux particuliers (coaching sportif) et aux salariés d'entreprise
- Établissements de thermalisme et de thalassothérapie, de tourisme sportif (tour operator), d'hôtellerie et parcs de loisirs, clubs associatifs.

MÉTIERS VISÉS

- Technicien des métiers de la forme,
- Concepteur et gestionnaire de projets
- Manager d'équipe d'animation,
- Gérant et/ou créateur d'entreprise





UNIVERSITÉ DE LILLE

L'Université de Lille figure, depuis le 1er janvier 2018, parmi les plus grandes institutions françaises de recherche et d'enseignement supérieur. Elle revendique à la fois un fort ancrage territorial et une démarche de responsabilité sociale assumée, dans la Métropole européenne de Lille (MEL) et les Hauts-de-France, ainsi qu'une ambition de rayonnement et d'impact à l'échelle internationale.

L'intégration de quatre écoles au côté des 11 facultés, écoles et instituts de l'Université de Lille depuis le 1er janvier 2022 – École Nationale Supérieure des Arts et Industries Textiles (ENSAIT), École Nationale Supérieure d'Architecture de Lille (ENSAPL), École Supérieure de Journalisme de Lille (ESJ), Sciences Po Lille –, s'appuie sur une ambition partagée à l'excellence scientifique, à l'innovation technologique, au développement socio-économique et à l'épanouissement de celles et ceux qui y travaillent et y étudient.

L'Université de Lille se veut un établissement de référence sur les questions de transitions. Le territoire des Hauts-de-France est marqué par des problématiques de transition plurielles et étroitement imbriquées. L'Université de Lille et ses partenaires ont un rôle clé à jouer dans les réponses à apporter à ces défis (écologiques, sociaux, économiques, culturels et éducatifs), notamment en portant leurs efforts sur la formation.

Inspirons demain !

PRÉSENTATION DE L'UFR3S

UFR3S Sciences de santé et du sport

L'Université de Lille compte une nouvelle composante, l'Unité de formation et de recherche des Sciences de Santé et du Sport, l'UFR3S, fruit de la fusion des cinq Facultés d'Ingénierie et management de la santé, de Médecine, d'Odontologie, de Pharmacie, des Sciences du sport et de l'éducation physique.

Avec près de 23 000 étudiants, 850 enseignants chercheurs et 500 personnels administratifs et techniques, l'UFR3S forme une communauté forte et cohérente unie par un objectif commun : créer et transmettre le savoir et construire les compétences du domaine des Sciences de Santé et du Sport.

Installée sur près de 120 000m² d'espaces de formation et de recherche, et partenaire d'un des meilleurs hôpitaux universitaires français, l'UFR3S bénéficie pleinement de l'excellence en matière de soins, de formation clinique et de recherche scientifique.

Partenaires de 115 universités étrangères réparties dans 38 pays des cinq continents, les facultés de l'UFR3S sont également des acteurs internationalement reconnus de l'enseignement et de la recherche.

UFR3S-Sciences du sport et de l'éducation physique

L'enseignement et la recherche, au sein de la faculté, permettent d'accéder selon les cursus à des carrières telles que celles d'animateur sportif, coach sportif, enseignant d'EPS, entraîneur, préparateur physique, manager dans les métiers du sport, métiers liés à la réhabilitation par l'exercice, enseignant-chercheur.

Par ailleurs, de nombreux partenariats sont mis en place afin de faciliter l'insertion professionnelle des étudiants.

La faculté c'est aussi des infrastructures :

- Une Unité de Recherche Pluridisciplinaire Sport Santé Société (URePSSS)
- 115007 m² de surface SHON des installations sportives universitaires (couvertes et découvertes)

Chiffres clés

- 81% de réussite en licence
- 88% de réussite en DEUST
- 79% de réussite en master
- 91% d'insertion professionnelle

MODALITÉS D'ACCES

Vous êtes titulaire :

- du DEUST Animation et gestion des activités physiques et sportives ou culturelles
- d'un DEUST équivalent ayant des activités de la forme et de la force dans leur cursus des quatre premiers semestres de la licence STAPS
- d'un DEUG STAPS antérieur à 2004
- d'une autre formation de niveau BAC+2 équivalente (BTS DUT) ou d'un diplôme d'état de niveau IV d'une validation des études, expériences professionnelles ou acquis personnels ET titulaire d'un Brevet d'Etat Métiers de la forme et d'un Brevet Professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport : Activités Gymniques de la Forme et de la Force (BPJEPS AGFF).

Vous êtes de nationalité française ou ressortissant de l'Union européenne et pays assimilés : vous devez faire acte de candidature sur la plateforme <https://ecandidat.univ-lille.fr>

- Le dossier comprend notamment des informations sur vos expériences professionnelles ou autres, un relevé des notes du dernier diplôme obtenu, un CV et une lettre de motivation.
- Vous êtes de nationalité étrangère (hors UE et assimilés) : veuillez prendre connaissance des modalités d'admission sur <https://international.univlille.fr/etudiants-etrangers/individuel/>

ACCOMPAGNEMENT À L'UNIVERSITÉ DE LILLE

BÉNÉFICIER D'UN AMÉNAGEMENT

Afin d'offrir les meilleures conditions de réussite pour les étudiants qu'elle accueille, l'Université de Lille met en place différents dispositifs qui permettent aux étudiants de commencer et de poursuivre au mieux leurs études selon leur situation : aménagement d'études pour les lycéens concernés par une réponse Parcoursup « Oui si », étudiants en situation de handicap, sportif et artiste de haut niveau, volontaires en service civique, étudiants en exil...

- <https://www.univ-lille.fr/formation/amenagements-des-etudes/>

S'INFORMER, S'ORIENTER

Le SUAIO - Service Universitaire Accompagnement, Information et Orientation - est ouvert à tous les publics : informations, conseils et accompagnement, orientation et réorientation, entretiens personnalisés.

- www.univ-lille.fr/formation/sinformer-sorienter

PRÉPARER SON INSERTION PROFESSIONNELLE

Le BAIP - Bureau d'Aide à l'Insertion Professionnelle propose aux étudiants un accompagnement à l'insertion professionnelle (stage et premier emploi), à l'entrepreneuriat et à la création d'activités.

- www.univ-lille.fr/formation/preparer-son-insertion-professionnelle

OSER L'ALTERNANCE

Pour acquérir simultanément des compétences, un diplôme et une expérience professionnelle, plus de 220 parcours sont proposés en alternance (contrat de professionnalisation ou d'apprentissage).

- <https://formationpro.univ-lille.fr/alternance>

SE FORMER TOUT AU LONG DE LA VIE

Toute l'offre diplômante de l'université est accessible en formation continue. La direction de la formation continue et de l'alternance propose des accompagnements individualisés au service de votre projet (VAPP, VAE).

- <https://formationpro.univ-lille.fr/>

ET L'INTERNATIONAL !

Le service des relations internationales accompagne tous les étudiants dans leur mobilité : programme d'échanges ou mobilité individuelle, stage, cours de français pour les étudiants internationaux...

- <https://international.univ-lille.fr/>