Licence STAPS – Entraînement sportif

UNIVERSITÉ PARIS-EST CRÉTEIL VAL DE MARNE

Domaine :
Sciences humaines et sociales

Mention :
STAPS : Entraînement sportif

UFR/Institut :
UPEC – UFR Sciences de l'éducation, des sciences sociales et des sciences techniques des activités physiques et sportives (SESS-STAPS)

Type de diplôme :
Licence

Niveau(x) de recrutement :
Bac,
[Autre]

Niveau de diplôme :
Bac + 3

Niveau de sortie :
Niveau II

Lieu(x) de formation :
Créteil – Campus Duvauchelle

Durée des études :
3 ans

Accessible en :
Formation initiale

Site web de la formation :
http://sess-staps.u-pec.fr/

Présentation de la formation

Apporter aux étudiants une formation générale solide dont les contenus sont en prise directe avec les transformations contemporaines du sport et l'évolution des connaissances scientifiques, techniques et pratiques dans le domaine des activités physiques et sportives.

Capacité d'accueil

Licence 1 commune aux quatre mentions de Licence STAPS
Site de Créteil Duvauchelle : 206 places
Site de Sénart : 95 places
Site de Créteil / Parcours kinésithérapie : 65 places

Licence 2 :
Site de Créteil Duvauchelle 69 places (2023/2024)

Licence 3 :
Site de l'Institut national du sport de l'expertise et de la performance (INSEP) : 40 places

Compétence(s) visée(s)

Maitrise et compréhension des activités physiques, sportives, artistiques et d'entretien par des approches scientifiques plurielles, une approche technologique associée à des expériences pratiques
Les compétences acquises en fin de L3 permettent d'encadrer en autonomie, différents publics, à des fins d'amélioration de la performance ou de développement personnel.
- diagnostic de l'activité et conception de programmes d'entraînement
- conduite des séances d'entraînement
- participation à l'encadrement des compétitions sportives
L'entraineur intervient, conseille et gère l'activité des sportifs pendant la phase compétitive (préparation physique, préparation mentale, préparation technique et tactique ou stratégique)
Il participe à la gestion administrative et financière de la structure et à la gestion du projet sportif de la structure
Il communique et participe à la protection des sportifs et transmet aux sportifs les valeurs de solidarité, d'effort et de respect.
Approche des aspects professionnels par une immersion dans les milieux concernés et une progression d'exigences du L1 au L3
Maitrise des outils et des langages spécifiques du domaine.

Poursuites d'études

La structuration de l'offre de formation permet à la sortie de L3 une professionnalisation dans les domaines professionnels définis par les parcours-type. Les étudiants ayant obtenu la licence peuvent continuer en master, notamment en master STAPS Entrainement Sportif et Optimisation de la Performance ou en Master Entrainement : biologie, nutrition, santé.

Débouchés professionnels

Entraîneur ou préparateur physique sous l'autorité du responsable de la structure.
Les structures relèvent du secteur fédéral (clubs sportifs, ligue, fédération) ou du secteur des collectivités locales et territoriales.
Le titulaire du diplôme ne peut exercer une activité rémunérée que dans la spécialité sportive figurant dans le supplément au diplôme (Annexe descriptive).

Environnement de recherche

La présence d'enseignant-chercheurs appartenant à plusieurs laboratoires est continue tout au long des 3 années de formation. Ces laboratoires correspondent à la diversité des référents scientifiques dans le champ des STAPS. Le laboratoire LIRTES implique plus particulièrement les enseignants du parcours Entrainement ainsi que le laboratoire de l'INSEP
Dans le cadre du L3 des enseignements d'initiation à la recherche favorisent l'approche scientifique.

Organisation de la formation

Licence 1 - Semestre 1

UE 1 : Maitriser les outils de communication (3 ECTS)
- ECUE 1.1 : Anglais (18h TD - 3 ECTS)

UE 2 : Identifier et se situer dans les champs professionnels et construire un projet personnel de formation (3 ECTS)
- ECUE 2.1 : Projet professionnel personnalisé (18h TD - 3 ECTS)

UE 3 : Mobiliser les concepts scientifiques relatifs à la motricité (9 ECTS)
- ECUE 3.1 : Physiologie (9h CM - 7.5h TD - 5 ECTS)
- ECUE 3.2 : Activité physique selon les âges et les publics (18h CM - 1.5h TD - 4 ECTS)

UE 4 : Analyser l'environnement social, institutionnel et humain de la pratique des APSA (6 ECTS)
- ECUE 4.1 : Sociologie (18h CM - 1.5h TD - 3 ECTS)
- ECUE 4.2 : Psychologie (18h CM - 1.5h TD - 3 ECTS)

UE 5 : (9 ECTS) Pratiquer et apprendre à encadrer les APSA5 :
- ECUE 5.1 : Athlétisme (4.5h CM - 18h TD - 2 ECTS)
- ECUE 5.2 : Football (4.5 CM - 18h TD - 1.5 ECTS)
- ECUE 5.3 : Hand Ball (4.5 CM - 18h TD - 2 ECTS) - EC 5.4 : Gymnastique (4.5 CM - 18h TD - 2 ECTS) - EC 5.5 : Danse (4.5 CM - 18h TD - 1.5 ECTS

Licence 1 - Semestre 2

UE 6 : Maitriser les outils de communication (3 ECTS)
- ECUE 6.1 : Anglais (18h TD - 3 ECTS)

UE 7 : Identifier et se situer dans les champs professionnels et construire un projet personnel de formation (3 ECTS) - ECU E 7.1 : Stage préprofessionnel (4h TD - 3 ECTS)

UE 8 : Mobiliser les concepts scientifiques relatifs à la motricité (9 ECTS)
- ECUE 8.1 : Connaissance du mouvement (15h CM - 1.5h TD - 3 ECTS)
- ECUE 8.2 : Entraînement et initiation sportive (15h CM - 6h TD - 3 ECTS)
- ECUE 8.3 : Anatomie fonctionnelle (15h CM - 1.5h TD - 3 ECTS)

UE 9 : Analyser l'environnement social, institutionnel et humain de la pratique des APSA (3 ECTS)
- ECUE 9.1 : Organisation et gestion des institutions du sport (15h CM - 1.5h TD - 3 ECTS)
UE 10 : Pratiquer et apprendre à encadrer les APSA (6 ECTS)
- ECUE 10.1 : Volley ou Basket (4.5h CM - 18h TD - 1.5 ECTS)
- ECUE 10.2 : Combat (4.5 CM - 18h TD - 1.5 ECTS)
- ECUE 10.3 : Badminton (4.5 CM - 18h TD - 1.5 ECTS)
- ECUE 10.4 : MES (STEP + Course à pied) (4.5 CM - 36h TD - 1.5 ECTS)

UE 11 : Analyser et développer une argumentation avec esprit critique (6 ECTS)
- ECUE 11.1 Option d'ouverture: (24h TD - 3 ECTS)
- ECUE 11.2 : MTU (27h TD - 3 ECTS)

Licence 2 - Semestre 3

UE 12 : Maitriser les outils de communication (6 ECTS)
- ECUE 12.1 : Anglais (18h TD - 3 ECTS)
- ECUE 12.2: TICE (18h TD - 3 ECTS)
UE 13 : Identifier et se situer dans les champs professionnels et construire un projet personnel de formation (Oblig. à choix - 6 ECTS)
- ECUE 13.1 : Projet pro Entraînement (10h CM - 8h TD - 6 ECTS)

UE 14 : Mobiliser les concepts scientifiques relatifs à la motricité (9 ECTS)
- ECUE 14.1 : Physio cadio respi (18h CM - 4.5h TD - 5 ECTS)
- ECUE 14.2 Psycho de l'apprentissage: (18h CM - 4.5h TD - 4 ECTS)

UE 15 : Analyser l'environnement social, institutionnel et humain de la pratique des APSA (3 ECTS)
- ECUE 15.1 : Eco gestion (18h CM - 3 ECTS)
UE 16 : Pratiquer et apprendre à encadrer les APSA (6 ECTS)
- ECUE 16.1 : VB, HB, Muscu (27h CM - 54h TD - 2 ECTS)
- ECUE 16.2 : Rugby (9h CM - 18h TD - 2 ECTS)
- ECUE 16.3 : Natation (9h CM - 18h TD - 2 ECTS)

Licence 2 - Semestre 4

UE 17 : Maitriser les outils de communication (3 ECTS)
ECUE 17.1 : Anglais 5 (18h TD - 3 ECTS)

UE 18 : Analyser et développer une argumentation avec esprit critique (6 ECTS)
- ECUE 18.1 : Option d'ouverture (24h TD - 3 ECTS)
- ECUE 18.1 : Analyse des pratiques via le numérique (12h TD - 3 ECTS)

UE 19 : Agir en tant qu'acteur responsable au sein d'une

organisation (3 ECTS)
- ECUE 19.1 : Stage 40h (3 ECTS)

UE 20 : Mobiliser les concepts scientifiques relatifs à la motricité (6 ECTS)
- ECUE 20.1 : Diététique (18h CM - 4,5h TD - 3 ECTS)
- ECUE 20.2 : Biomécanique (18h CM - 6h TD - 3 ECTS)

UE 21 : Analyser l'environnement social, institutionnel et humain de la pratique des APSA (6 ECTS)
- ECUE 21.1 : Interventions en santé (18h CM - 3 ECTS)
- ECUE 21.2 : Marketing (18h CM - 3 ECTS)

UE 22 : Pratiquer et apprendre à encadrer les APSA (6 ECTS)
- ECUE 22.1 : Activités pleine nature (24h TD - 2 ECTS)
- ECUE 22.2 : Circuit training (9h CM - 18h TD - 2 ECTS)
- ECUE 22.3 : FB, Nat, Gym (27h CM - 54h TD - 2 ECTS)

Licence 3 - Semestre 5

UE 23 : Maitriser les outils de communication (6 ECTS)
- ECUE 23.1 : Anglais (18h TD - 3 ECTS)
- ECUE 23.2 : Anglais (18h TD - 3 ECTS)
- ECUE 23.3 : Observation de la performance (6h CM - 18h TD - 3 ECTS)

UE 24 : Identifier et se situer dans les champs professionnels et construire un projet personnel de formation (6 ECTS)
- ECUE 24.1 : Projet professionnel entraînement (18h TD - 6 ECTS)

UE 25: Mobiliser les concepts scientifiques relatifs à la motricité (9 ECTS)
- ECUE 25.1 : Performance et qualités physiques (24h CM - 2 ECTS)
- ECUE 25.2 : Performance et ressources psychologiques (24h CM - 2 ECTS)
- ECUE 25.3 : Biomécanique tissulaire (18h CM - 2 ECTS)
- ECUE 25.4 : Ressources technico-tactiques (24h CM - 3 ECTS)

UE 26 : Analyser et développer une argumentation avec esprit critique (3 ECTS)
- ECUE 25.1 : Expertise de sa pratique sportive (24h CM - 3 ECTS)

UE 27 : Pratiquer et apprendre de l'entraînement (3 ECTS)
- ECUE 27.1 : Méthodologie de l'entraînement (24h CM - 3 ECTS)
UE 28 : Connaître les outils pour gérer une structure (3 ECTS)
- ECUE 28.1 : Stratégie et management de projet (18h CM - 3 ECTS)

Licence 3 - Semestre 6

UE 29 : Analyser l'environnement social, institutionnel et humain de la pratique des APSA (3 ECTS)
- ECUE 29.1 : Environnement législatif et réglementaire (18h CM - 1.5 ECTS)
- ECUE 29.1 : Initiation à la recherche (24h TD - 1.5 ECTS)
UE 30 : Identifier et se situer dans les champs professionnels et construire un projet personnel de formation (6 ECTS)
- ECUE 30.1 : Stratégies d'intervention en entraînement (24h TD - 4 ECTS)
- ECUE 30.2 : Intervention de l'entraîneur (18h TD - 2 ECTS)

UE 31 : Agir en tant qu'acteur responsable au sein d'une organisation (3 ECTS)
- ECUE 31.1 : Analyse de sa pratique de stage (1 ECTS)
- ECUE 31.1 : Stage 75h (2 ECTS)

UE 32 : Mobiliser les concepts scientifiques relatifs à la motricité (6 ECTS)
- ECUE 32.1 : Nutrition (18h TD - 3 ECTS)
- ECUE 32.2 : Physiologie intégrative (18h TD - 3 ECTS)

UE 33 : Pratiquer et apprendre à encadrer les APSA (6 ECTS)
- ECUE 33.1 : Entraînement et préparation physique (18h TD - 3 ECTS)
- ECUE 33.2 : Entraînement et préparation mentale (18h TD - 3 ECTS)

UE 34 : Connaître les outils pour gérer une structure (6 ECTS)
- ECUE 34.1 : Parcours SSMA (sauvetage) (60h TD - 3 ECTS) OU Parcours gestion structure de haut niveau: TICE (18h TD - 3 ECTS)
- ECUE 34.2 : Parcours SSMA (hygiène et sécurité) (90h TD - 3 ECTS) OU Gestion administrative et financière d'une structure de haut niveau (20h TD - 3 ECTS)

Format de la formation : Présentiel avec accès aux ressources numériques (documentation numérique, autoformation bureautique, plateforme d'enseignement des langues en ligne.

Stage / Alternance

Un stage à chaque année de licence permettant progressivement de passer de l'observation à l'intervention pour s'éprouver dans un futur professionnel.
Les stages sont filés dans le parcours E.S (une séquence hebdomadaire sur plusieurs semaines en L1 et plusieurs mois en L2, L3.

Contrôle des connaissances

Alternance contrôle continu - Contrôle terminal
Diversité de procédures. Ecrit (dossiers, QCM, Ecrits de synthèse en temps contraint, Dissertation) - Oral - Pratique)
Modalités d'évaluation diversifiées avec possibilités d'évaluation spécifiques pour les étudiants bénéficiant d'un régime dérogatoire.(contrôles continus et terminaux, écrits, oraux, dossiers, études de cas)

Candidature

- Etudiants ou adultes en reprise d'études : candidature sur https://candidatures.u-pec.fr
- Etudiants internationaux (procédure Campus France) : consultez le site www.campusfrance.org

- Etudiants internationaux (hors Campus France) : candidature sur https://candidatures.u-pec.fr

Pour plus d'informations, contactez la scolarité du diplôme.

Partenariats

Clubs sportifs, Milieu carcéral, Communes, Conseils généraux (77, 94), INSEP.

Responsables pédagogiques

L1 : Jérôme FRIGOUT
jerome.frigout@u-pec.fr

L2 : Jeanne RIZZA
jeanne.rizza@u-pec.fr

L3 : Marie LE MENN (INSEP)
marie.lemenn@insep.fr

Scolarité

L1 : Vilayvanh NGUYEN
vilayvanh.nguyen@u-pec.fr
01.45.17.44.06

L2 : Antoine LEGER
antoine.leger@u-pec.fr
01.45.17.44.07

L3 : Sofiane LAIMECHE
sofiane.laimeche@u-pec.fr
01.45.17.44.03

UFR des Sciences de l'éducation, sciences sociales et STAPS
Centre Duvauchelle
27 avenue Magellan
94000 Créteil