



SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

## Licence STAPS - Entraînement Sportif



Niveau d'étude  
visé  
BAC +3



ECTS  
180 crédits



Durée  
3 ans



Composante  
Collège  
Sciences  
Sociales et  
Humanités  
(SSH)



Langue(s)  
d'enseignement  
Français

## Présentation

La licence STAPS "Entraînement Sportif", en six semestres, permet aux étudiants d'acquérir une culture disciplinaire en STAPS et d'envisager des débouchés professionnels vers les métiers de l'entraînement sportif spécialisé. Le contenu des études (cours magistraux, travaux dirigés et travaux pratiques) comprend :

- \* Des enseignements scientifiques appartenant à divers champs (sciences biologiques, sciences humaines et sociales, sciences de l'éducation).
- \* Des enseignements théoriques et pratiques portant sur de nombreuses activités sportives.
- \* Des stages d'intervention en milieu fédéral (clubs sportifs).
- \* Des outils de communication (langues, informatique, expression écrite et orale).
- \* Des enseignements sportifs optionnels spécialisés

Après trois semestres généralistes, l'étudiant s'oriente ensuite vers la spécialité « Entraînement Sportif ».

## Promotions à taille humaine

Promotion L1 2017/2018 : 240 étudiants inscrits

## Qui s'inscrit ? Quel profil pour réussir ?

\* Étude menée à partir des effectifs de 4 années universitaires (2012-2016)

## Savoir faire et compétences

- \* Observer, comprendre, analyser et améliorer les performances sportives et les réalisations motrices.
- \* Concevoir, transmettre et évaluer des programmes d'entraînement spécialisé au regard des objectifs d'un club et en fonction de différents publics.
- \* Concevoir des programmes d'entraînement spécifiques et individualisés, en articulant des données contextuelles, des diagnostics initiaux et des connaissances scientifiques ;
- \* Intervenir en situation d'entraînement et/ou de compétition ;
- \* Questionner et analyser les pratiques d'intervention en entraînement ;



- \* Coordonner avec les acteurs du milieu sportif des projets sportifs et l'organisation du fonctionnement des structures.

Lieu(x) à l'étranger : Saragosse, Alicante, Valence, Sherbrooke, Trois-Rivières

## Dimension internationale

Erasmus (Saragosse, Valence, Alicante) ; Universités du Québec (Trois-rivières ; Sherbrooke)

## Les + de la formation

Pour en savoir plus sur l'orientation et l'insertion professionnelle, voir le site du [Service Commun Universitaire d'Information, d'Orientation et d'Insertion Professionnelle \(SCUIO-IP\)](#).

Pour tout renseignement sur la formation continue, voir le site du service [Formation tout au long de la vie \(FTLV\)](#).

Pour en savoir plus sur les relations internationales à l'Université, voir le site de la [Direction des relations internationales](#).

## Organisation

### Organisation

Volume horaire hebdomadaire en L1 : 25 heures environ

Spécificités :

- \* Tronc commun pendant les 3 premiers semestres.
- \* Début de spécialisation au 4e semestre.
- \* 1/3 des enseignements est constitué des APSA, les autres enseignements concernent les sciences de la vie, les sciences humaines et les sciences sociales.

- \* Stages en L2 et L3 en clubs sportifs.

<http://staps.univ-pau.fr/live/licences-staps/programme>

## Contrôle des connaissances

### Sessions d'examens

Pour chaque UE/EC de licence, l'Université organise deux sessions annuelles : une première session à la fin de chaque semestre et une session de rattrapage (pour les deux semestres) à l'issue de l'année.

### Modalités de contrôle des connaissances (MCC)

Se reporter au descriptif de chaque unité d'enseignement (UE).

[En savoir plus sur la charte des examens et les MCC](#)

## Aménagements particuliers

### Étudiant à statut particulier

- \* Engagés dans la vie active ou assumant des responsabilités particulières dans la vie universitaire ou étudiante,
- \* chargés de famille,
- \* engagés dans plusieurs cursus,
- \* en situation de handicap,
- \* sportifs de haut niveau,
- \* artistes,

des aménagements des études et des contrôles des connaissances sont possibles pour nos [étudiants à statuts particuliers](#)

*Le régime spécial ne sera accordé qu'après étude du dossier par la scolarité.*

### Reprise d'études



La [direction de la formation tout au long de la vie](#) (DFTLV) propose un service d'information et de suivi administratif pendant la formation. [En savoir plus](#)

## Admission

### Conditions d'accès

Primo-entrants :

1<sup>ère</sup> étape : Candidature Parcoursup <https://www.parcoursup.fr/>

2<sup>ème</sup> étape : Une fois votre bac obtenu et votre vœux confirmé, vous pouvez effectuer votre inscription administrative en ligne : <https://formation.univ-pau.fr/fr/inscription/inscription-en-ligne.html>

3<sup>ème</sup> étape : les informations concernant la pré-rentree en STAPS sont accessibles ici : <https://formation.univ-pau.fr/fr/inscription/etudiants-selectionnes-pour-integrer-staps.html>

Les étudiants du STAPS de Tarbes (Admis, ayant 1 semestre de retard ou redoublant (hors Licence 1)) doivent se réinscrire obligatoirement par le web sur l'ENT (espace numérique de travail) de l'UPPA.

**ATTENTION : les étudiants précédemment inscrits dans un autre établissement doivent se renseigner auprès du secrétariat du STAPS : [secretariat.staps@univ-pau.fr](mailto:secretariat.staps@univ-pau.fr), avant de déposer un dossier.**

#### Situations particulières

- \* Pour les personnes en reprise d'études (interruption supérieure à 2 ans et/ou personnes de plus de 28 ans et/ou salariés et/ou demandeurs d'emploi) : contacter la direction de la [Formation Tout au Long de la Vie \(FTLV\)](#)

pour confirmer votre statut de stagiaire de la formation professionnelle.

- \* Pour les étudiants étrangers avec diplômes étrangers : contacter les [Relations Internationales](#)

## Modalités d'inscription

### Candidatures en Licence

- \* Ouverture des candidatures : 11 avril 2022
- \* Fermeture des candidatures : 19 juin 2022

### Candidatures en Master EPPM

- \* Ouverture des candidatures : 1er mars 2022
- \* Fermeture des candidatures : 30 juin 2022

### Candidatures en Master MEEF EPS

- \* Ouverture des candidatures : 1er mars 2022
- \* Fermeture des candidatures : 30 juin 2022

Démarches d'inscription : via le [site de l'UPPA](#)

## Droits d'inscription et tarification

Consultez les [montants des droits d'inscription](#).

**A compter de la rentrée 2023-2024, l'établissement applique les droits différenciés pour tout étudiant extra communautaire s'inscrivant pour la première fois en licence.**

## Pré-requis nécessaires



Diplôme requis en L1 : BAC S, L, ES. Bac technologique et Bac professionnel en fonction des profils des élèves et de leurs projets.

niveau requis en L2 : L1 de STAPS ou équivalence sur dossier

niveau requis en L3 : L2 ES de STAPS ou équivalence sur dossier

- \* Capacité à pratiquer et connaître des activités sportives en vue de les encadrer et de les animer en toute sécurité.
- \* Etre pédagogue, avoir le goût du contact, être capable de travailler en équipe, être à l'écoute des autres ...

## Et après

### Poursuite d'études

À l'issue de la licence, les étudiants diplômés peuvent se diriger vers un Master à l'UPPA ou dans une autre université française ou étrangère, vers un diplôme d'école supérieure accessible sur concours ou sur titres ou vers d'autres types de formations comme une préparation aux concours de la Fonction publique de catégorie A ou encore un diplôme d'université (DU).

### Poursuite d'études dans l'établissement

- Master Mention STAPS : entraînement et optimisation de la performance sportive
- M1/M2 Parcours éducation physique et sportive (CAPEPS)

### Poursuite d'études à l'étranger

ACCORD ERASMUS avec l'Espagne, accord BCI (ex CREPUQ) avec le CANADA

## Passerelles et réorientation

### Principe général

Les formations sont aménagées pour permettre aux étudiants d'élaborer progressivement leur projet personnel et professionnel en favorisant leur intégration, leur orientation et leur spécialisation au fur et à mesure de l'avancée dans le cursus.

L'architecture des formations est ainsi conçue pour que l'étudiant :

- \* Bénéficie d'une réorientation **dès la première année de licence à la fin du semestre 1** vers une autre formation dans l'hypothèse où celle dans laquelle il est engagé se révélerait ne pas ou ne plus correspondre à son projet.
- \* Puisse intégrer en provenance de filières courtes (BUT, BTS, ...) une licence **en cours de cursus** suite à une réorientation, une poursuite ou reprise d'études.

Le **SCUIO-IP** accompagne les étudiants dans leurs projets de (ré)orientation.

### Réorientation

Tous les étudiants déjà inscrits dans l'enseignement supérieur (en BTS, IUT, L1, CPGE, PACES ...) et souhaitant se réorienter vers une première année de licence doivent passer par Parcoursup.

*N.B. : les étudiants en réorientation ayant un accord préalable de leur université procèdent à un **transfert de dossier*** | 📄

## Insertion professionnelle

Après un bac +3 :



- \* **Les métiers de l'entraînement** : Entraîneur(euse) en club, Educateur(trice) en salle de sport
- \* **Les métiers de la fonction publique territoriale** : Conseiller(ère) territorial(e) des activités physiques et sportives

#### Après un bac +5 et plus :

- \* **Les métiers de l'entraînement** : Préparateur(trice) physique ou mental, Responsable de centre de formation, Responsable de pôle
- \* **Les métiers de la fonction publique d'Etat** : Inspecteur(trice) de la jeunesse et des sports (concours)
- \* **Les métiers de l'enseignement et de la recherche** : Ingénieur(e) de recherche, Enseignant(e)-Chercheur(euse)

**Ces métiers peuvent s'exercer dans les structures suivantes** : clubs sportifs, fédérations, centres de remise en forme, structures de santé.

**Quelques exemples de secteurs d'activité** : sport de haut niveau, activités physiques et sportives, loisirs, santé.

Témoignages d'anciens diplômés

Consulter les témoignages d'anciens diplômés de licence STAPS à l'UPPA

<http://ode.univ-pau.fr/fr/insertion-professionnelle/temoignages-d-anciens/licences/licence-staps.html>

## Infos pratiques

---

## Contacts

Bruno CORMERY

☎ 05 62 56 61 06

✉ bruno.cormery@univ-pau.fr

Secretariat staps

✉ secretariat.staps@univ-pau.fr

### Formation continue et alternance

DFTLV

☎ +33 5 59 40 78 88

✉ accueil.forco@univ-pau.fr

### Handicap

Mission Handicap

☎ +33 5 59 40 79 00

✉ handi@univ-pau.fr

---

## Lieu(x)

📍 Tarbes

---

## Campus

🏠 Tarbes



# Programme

## SEMESTRE 1

---

UE 1 - APSA	4,5 crédits
Athlétisme	1,5 crédits
Rugby	1,5 crédits
Danse	1,5 crédits
UE 2 - Anatomie	4,5 crédits
UE 3 - Physiologie	5 crédits
UE 4 - Sciences Sociales	5 crédits
Histoire	2,5 crédits
Sociologie	2,5 crédits
UE 5 - Introduction à la psychologie	5 crédits
UE 6 - Outils de communication	4 crédits
Anglais	2 crédits
Informatique	2 crédits
UE 7 - Option au choix	2 crédits
Football	2 crédits
Escalade	2 crédits
Natation	2 crédits
Rugby	2 crédits
Volley	2 crédits
Tennis	2 crédits
Haltérophilie	2 crédits
Kayak	2 crédits
Judo	2 crédits
Escrime	2 crédits
Pelote basque	2 crédits
Autre dont SUAPS	2 crédits
Espagnol	2 crédits

## SEMESTRE 2

---

UE 8 - APSA	4,5 crédits
Escalade	1,5 crédits
Natation	1,5 crédits
Judo	1,5 crédits
UE 9 - Neurophysiologie et biomécanique	4,5 crédits
UE 10 - Sciences Sociales	4,5 crédits
Histoire	2 crédits
Sociologie	2,5 crédits
UE 11 - Psychologie	4,5 crédits
Psychologie de l'apprentissage	1,5 crédits
Psychologie sociale	3 crédits
UE 12 - Sciences de l'éducation	4,5 crédits
Pensée éducative contemporaine	2,5 crédits
Méthodologie de l'intervention	2 crédits
UE 13 - Projet orientation professionnelle	2 crédits
PEP'S 1	1 crédits
Aide à l'orientation	1 crédits
UE 14 - Langue	2 crédits
UE 15 - Sciences de gestion	1,5 crédits
UE 16 - Option au choix	2 crédits
Football	2 crédits
Escalade	2 crédits
Natation	2 crédits
Rugby	2 crédits
Volley	2 crédits
Tennis	2 crédits
Haltérophilie	2 crédits
Kayak	2 crédits
Judo	2 crédits
Tennis	2 crédits
Pelote basque	2 crédits
Autre dont SUAPS	2 crédits
Espagnol	2 crédits

## SEMESTRE 3

---



UE 1 - APSA	4,5 crédits
Acrosport	1,5 crédits
Badminton	1,5 crédits
Step	1,5 crédits
UE 2 - Anatomie fonctionnelle	3,5 crédits
UE 3 - Physiologie des qualités physiques	3,5 crédits
UE 4 - Histoire des APSA	3,5 crédits
UE 5 - Psychologie du développement de l'enfant et de l'adolescent	5,5 crédits
Développement de l'enfant et de l'adolescent	2,5 crédits
Développement moteur	3 crédits
UE 6 - Grands modèles pédagogiques	5,5 crédits
Grands modèles pédagogiques	3 crédits
Méthodologie de l'intervention	2,5 crédits
UE 7 - Langue	2 crédits
Anglais	2 crédits
UE 8 - Option professionnalisante au choix	2 crédits
Football	2 crédits
Escalade	2 crédits
Natation	2 crédits
Rugby	2 crédits
Volley	2 crédits
Tennis	2 crédits
Haltérophilie	2 crédits
Kayak	2 crédits
Judo	2 crédits
Escrime	2 crédits
Pelote basque	2 crédits
Autre dont SUAPS	2 crédits
Espagnol	2 crédits

## SEMESTRE 4

---

UE 9 - APSA	4,5 crédits
Athlétisme	1,5 crédits
Relaxation	1,5 crédits
Muscultation	1,5 crédits
UE 10 - Effets physiologiques de l'exercice	2,5 crédits
UE 11 - Sociologie	2,5 crédits
UE 12 - Psychologie de la performance	2,5 crédits
UE 13 - Outils de communication	4 crédits
Anglais	2 crédits
Informatique	2 crédits
UE 14 - Environnement et pratiques sportives	3 crédits
UE 15 - Évaluation physique	3 crédits
UE 16 - Évaluation psychologique	3 crédits
UE 17 - Découverte du milieu professionnel	3 crédits
Suivi de stage	2 crédits
PEP'S 2	1 crédits
UE 18 - Nutrition	1,5 crédits
UE 19 - Option au choix	2 crédits
Football	2 crédits
Football	2 crédits
Natation	2 crédits
Rugby	2 crédits
Volley	2 crédits
Tennis	2 crédits
Haltérophilie	2 crédits
Kayak	2 crédits
Judo	2 crédits
Escrime	2 crédits
Escrime	2 crédits
Autre dont SUAPS	2 crédits
Espagnol	2 crédits

## SEMESTRE 5

---



UE 1 - APSA	4,5 crédits	UE 8 - APSA	4,5 crédits
Natation	1,5 crédits	Basket	1,5 crédits
Boxe	1,5 crédits	Course d'orientation	1,5 crédits
Volleyball	1,5 crédits	Parcours training	1,5 crédits
UE 2 - Langue vivante	1,5 crédits	UE 9 - Langue vivante	1,5 crédits
Anglais	1,5 crédits	Anglais	1,5 crédits
UE 3 - Optimisation de la performance	6 crédits	UE 10 - Laboratoire d'analyse des APSA	4 crédits
UE 4 - Optimisation mentale	6 crédits	UE 11 - Optimisation de la performance	7 crédits
UE 5 - Intervention	6 crédits	Physiologie de l'entraînement	3,5 crédits
UE 6 - Professionnalisation	4 crédits	Programmation de l'entraînement	3,5 crédits
Règlementation	2 crédits	UE 12 - Performance et santé	4 crédits
Préparation concours	2 crédits	Performance et santé	3 crédits
UE 7 - Option au choix	2 crédits	Nutrition	1 crédits
Football	2 crédits	UE 13 - Méthodologie préparation concours	3 crédits
Escalade	2 crédits	UE 14 - Découverte du milieu professionnel	4 crédits
Natation	2 crédits	UE 15 - Option au choix	2 crédits
Rugby	2 crédits	Football	2 crédits
Volley	2 crédits	Escalade	2 crédits
Tennis	2 crédits	Natation	2 crédits
Haltérophilie	2 crédits	Rugby	2 crédits
Kayak	2 crédits	Volley	2 crédits
Judo	2 crédits	Tennis	2 crédits
Escrime	2 crédits	Haltérophilie	2 crédits
Pelote basque	2 crédits	Kayak	2 crédits
Autre dont SUAPS	2 crédits	Judo	2 crédits
Espagnol	2 crédits	Escrime	2 crédits
		Pelote basque	2 crédits
		Autre dont SUAPS	2 crédits
		Espagnol	2 crédits

## SEMESTRE 6

---