



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 ».

Indicateurs de réussite

Promotion L1 2022/2023

Campus d'Anglet : 60 étudiants inscrits

Campus de Pau : 267 étudiants inscrits

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'admission

Primo-entrants :

1^{ère} étape : Candidature Parcoursup <https://www.parcoursup.fr/>

2^{ème} 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^{ème} 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, 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 obligatoires

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.
- * Être 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 (EOPS)
- 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

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UE 1 - APSA	UE		18h		4,5
Athlétisme	EC		18h		1,5
Rugby	EC		18h		1,5
Danse	EC		18h		1,5
UE 2 - Anatomie	UE	26h			4,5
UE 3 - Physiologie	UE	26h			5
UE 4 - Sciences Sociales	UE				5
Histoire	EC	18h			2,5
Sociologie	EC	18h			2,5
UE 5 - Introduction à la psychologie	UE	26h			5
UE 6 - Outils de communication	UE				4
Anglais	EC		16,5h		2
Informatique	EC		20h		2
UE 7 - Option au choix	UE				2
Football	EC		40h		2
Escalade	EC		40h		2
Natation	EC		40h		2
Rugby	EC		40h		2
Volley	EC		40h		2
Tennis	EC		40h		2
Haltérophilie	EC		40h		2
Kayak	EC		40h		2
Judo	EC		40h		2
Escrime	EC		40h		2
Pelote basque	EC		40h		2
Autre dont SUAPS	EC		19,5h		2
Espagnol	EC		19,5h		2

SEMESTRE 2

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UE 8 - APSA	UE				4,5
Escalade	EC		18h		1,5
Natation	EC		18h		1,5
Judo	EC		18h		1,5
UE 9 - Neurophysiologie et biomécanique	UE	26h			4,5



UE 10 - Sciences Sociales	UE			4,5
Histoire	EC	14h		2
Sociologie	EC	14h		2,5
UE 11 - Psychologie	UE			4,5
Psychologie de l'apprentissage	EC	10h		1,5
Psychologie sociale	EC	20h		3
UE 12 - Sciences de l'éducation	UE			4,5
Pensée éducative contemporaine	EC	20h		2,5
Méthodologie de l'intervention	EC		15h	2
UE 13 - Projet orientation professionnelle	UE			2
PEP'S 1	EC		12h	1
Aide à l'orientation	EC	12h		1
UE 14 - Langue	UE		16,5h	2
UE 15 - Sciences de gestion	UE	10h		1,5
UE 16 - Option au choix	UE			2
Football	EC		40h	2
Escalade	EC		40h	2
Natation	EC		40h	2
Rugby	EC		40h	2
Volley	EC		40h	2
Tennis	EC		40h	2
Haltérophilie	EC		40h	2
Kayak	EC		40h	2
Judo	EC		40h	2
Tennis	EC		40h	2
Pelote basque	EC		40h	2
Autre dont SUAPS	EC		19,5h	2
Espagnol	EC		19,5h	2

SEMESTRE 3

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UE 1 - APSA	UE				4,5
Acrosport	EC		18h		1,5
Badminton	EC		18h		1,5
Step	EC		18h		1,5
UE 2 - Anatomie fonctionnelle	UE	18h	10h		3
UE 3 - Physiologie des qualités physiques	UE	18h	10h		3
UE 4 - Histoire des APSA	UE	26h			3
UE 5 - Psychologie du développement de l'enfant et de l'adolescent	UE				5,5
Développement de l'enfant et de l'adolescent	EC	10h	10h		2,5



Développement moteur	EC	18h	10h	3
UE 6 - Grands modèles pédagogiques	UE			5
Grands modèles pédagogiques	EC	18h	6h	3
Méthodologie de l'intervention	EC		20h	2
UE 7 - Langue	UE			2
Anglais	EC		19,5h	2
UE 8 - Option professionnalisante au choix	UE			2
Football	EC		40h	2
Escalade	EC		40h	2
Natation	EC		40h	2
Rugby	EC		40h	2
Volley	EC		40h	2
Tennis	EC		40h	2
Haltérophilie	EC		40h	2
Kayak	EC		40h	2
Judo	EC		40h	2
Escrime	EC		40h	2
Pelote basque	EC		40h	2
Autre dont SUAPS	EC		19,5h	2
Espagnol	EC		19,5h	2
UE 9 - UET Changements globaux	UE			2

SEMESTRE 4

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UE 10 - APSA	UE				4,5
Athlétisme	EC		18h		1,5
Activités de relaxation, bien-être et santé	EC		18h		1,5
Musculation	EC		18h		1,5
UE 11 - Effets physiologiques de l'exercice	UE		20h		2,5
UE 12 - Sociologie	UE	18h			2,5
UE 13 - Psychologie de la performance	UE	18h	10h		2,5
UE 14 - Outils de communication	UE				4
Anglais	EC		19,5h		2
Informatique	EC		24h		2
UE 15 - Environnement et pratiques sportives	UE	20h	16h		3
UE 16 - Évaluation physique	UE	12h	24h		3
UE 17 - Évaluation psychologique	UE	12h	24h		3
UE 18 - Découverte du milieu professionnel	UE				3
Suivi de stage	EC		12h		2
PEP'S 2	EC				1



UE 19 - Nutrition	UE	10h	1,5
UE 20 - Option au choix	UE		2
Football	EC	40h	2
Football	EC	40h	2
Natation	EC	40h	2
Rugby	EC	40h	2
Volley	EC	40h	2
Tennis	EC	40h	2
Haltérophilie	EC	40h	2
Kayak	EC	40h	2
Judo	EC	40h	2
Escrime	EC	40h	2
Escrime	EC	40h	2
Autre dont SUAPS	EC	19,5h	2
Espagnol	EC	19,5h	2

SEMESTRE 5

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UE 1 - APSA	UE				4,5
Natation	EC		16,5h		1,5
Boxe	EC		16,5h		1,5
Volleyball	EC		16,5h		1,5
UE 2 - Langue vivante	UE				1,5
Anglais	EC		19,5h		1,5
UE 3 - Optimisation de la performance	UE	10h	24h		6
UE 4 - Optimisation mentale	UE				6
UE 5 - Intervention	UE	8h	20h		6
UE 6 - Professionnalisation	UE				4
Règlementation	EC	12h			2
Préparation concours	EC		16h		2
UE 7 - Option au choix	UE				2
Football	EC		40h		2
Escalade	EC		40h		2
Natation	EC		40h		2
Rugby	EC		40h		2
Volley	EC		40h		2
Tennis	EC		40h		2
Haltérophilie	EC		40h		2
Kayak	EC		40h		2
Judo	EC		40h		2
Escrime	EC		40h		2



Pelote basque	EC	40h	2
Autre dont SUAPS	EC	19,5h	2
Espagnol	EC	19,5h	2

SEMESTRE 6

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UE 8 - APSA	UE				4,5
Basket	EC		16,5h		1,5
Course d'orientation	EC		16,5h		1,5
Parcours training	EC		16,5h		1,5
UE 9 - Langue vivante	UE				1,5
Anglais	EC			19,5h	1,5
UE 10 - Laboratoire d'analyse des APSA	UE	12h	14h		4
UE 11 - Optimisation de la performance	UE				7
Physiologie de l'entraînement	EC	12h	24h		3,5
Programmation de l'entraînement	EC	12h	24h		3,5
UE 12 - Performance et santé	UE				4
Performance et santé	EC		28h		3
Nutrition	EC		8h		1
UE 13 - Méthodologie préparation concours	UE		24h		3
UE 14 - Découverte du milieu professionnel	UE		12h		4
UE 15 - Option au choix	UE				2
Football	EC		40h		2
Escalade	EC		40h		2
Natation	EC		40h		2
Rugby	EC		40h		2
Volley	EC		40h		2
Tennis	EC		40h		2
Haltérophilie	EC		40h		2
Kayak	EC		40h		2
Judo	EC		40h		2
Escrime	EC		40h		2
Pelote basque	EC		40h		2
Autre dont SUAPS	EC		19,5h		2
Espagnol	EC		19,5h		2