



## Licence en Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS) : mention Entraînement sportif

Nantes

### Enjeux

Les formations en Sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS) préparent à l'ensemble des métiers relatifs au sport et à l'activité physique (entraîneur, professeur d'Éducation Physique et Sportive, enseignant en activité physique adaptée, professeur de sport, concepteur de matériels sportifs, professionnel du tourisme sportif, responsable de structures sportives...).

A Nantes, cette offre de formation est organisée au niveau Licence sur la base de :

- quatre mentions de licence STAPS : « Activité physique adaptée et santé », « Éducation et Motricité », « Management du sport » et « Entraînement sportif »,
- une licence professionnelle : « Animation, gestion et organisation des Activités physiques et sportives : activités aquatiques ».

Cette politique de diversification des débouchés répond aux besoins identifiés par les branches professionnelles au niveau national. Les diplômes STAPS sont validés en concertation avec les milieux professionnels concernés, afin que chaque diplôme STAPS soit en concordance avec un métier ou un domaine professionnel bien identifié.

Les diplômés de STAPS affichent aujourd'hui l'un des meilleurs taux d'insertion au niveau licence.

### Présentation du diplôme

La licence STAPS mention « Entraînement Sportif » doit doter les étudiants s'y engageant des compétences requises pour encadrer, en autonomie ou sous la responsabilité d'un autre entraîneur, différents publics à des fins d'amélioration de la performance ou de développement personnel. Il vise donc l'acquisition par les étudiants de connaissances scientifiques, de compétences techniques, mais aussi de principes déontologiques, dans les domaines de la préparation physique et mentale, de la gestion des relations interpersonnelles, de la conception de dispositifs, en contexte d'entraînement.

Cette mention vise également la formation de l'étudiant dans une spécialité sportive déterminée, en vue d'une mention de celle-ci dans le supplément au diplôme. Cette inscription de la spécialisation sportive dans le supplément au diplôme de la Licence STAPS mention « Entraînement Sportif » ouvre la possibilité d'un accès au métier d'entraîneur (par obtention de la carte professionnelle délivrée par le Ministère des Sports).

Parcours « Licence STAPS-accès santé (LAS) » : ce parcours spécifique de 1<sup>re</sup> année permet aux étudiants de suivre une « Option santé » comprenant des enseignements spécifiques préparant au concours d'entrée en 2<sup>e</sup> année des études de santé. Les étudiants non admis aux études de santé mais ayant validé la 1<sup>re</sup> année de Licence pourront intégrer, de droit, la Licence 2<sup>e</sup> année STAPS.

Parcours adapté de licence (L+) : ce parcours permet aux étudiants issus de baccalauréats professionnels et technologiques pour lesquels une réponse OUI SI aura été apportée dans Parcoursup, de réaliser leur première année de licence en deux ans, tout en bénéficiant d'un accompagnement renforcé.

### ⊙ Rythme de la formation

La licence se prépare normalement en trois ans (L1-L2-L3) et est organisée en six semestres.

Le temps de présence hebdomadaire moyen des étudiants en cours (CM, TD, TP) est de 20 h dont un tiers d'enseignement portant sur les activités sportives (APS), un tiers d'enseignements scientifiques et un tiers de cours à caractère méthodologique ou préprofessionnel.

En 1<sup>re</sup> année de cette licence, vous aurez sur 435 heures de cours : 147 heures de cours magistraux / 180 heures de travaux dirigés / 108 heures de travaux pratiques.

La 2<sup>e</sup> année est composée d'un tronc commun scientifique et technologique pour toutes les mentions de la licence STAPS, et d'unités d'enseignement spécifiques à la mention « Entraînement sportif ». Un stage d'observation (25h) et un stage en pratique accompagnée (25h) sont prévus.

La 3<sup>e</sup> année est spécifique à la mention. Un stage de 150h en pratique accompagnée est prévu.

### Organisation de la 1<sup>re</sup> année et matières enseignées

- Pratique et technologie des activités physiques et sportives :

6 pratiques sportives différentes, soit 3 par semestre parmi : Badminton, Athlétisme, Judo, Activité de développement personnel, Gymnastique, Basket-ball ou Football.

Ces activités sportives entraînent des efforts physiques très variés et nécessitent par conséquent une bonne condition physique.

- Enseignements scientifiques :

Anatomie : pour comprendre le mouvement humain (système musculo-squelettique) ;

Physiologie : pour connaître les grandes fonctions du corps humain (respiration, circulation, adaptation à l'effort) ;

Psychologie : pour étudier les comportements, particulièrement en situation sportive ;

Sciences sociales (Sociologie, Histoire) : pour comprendre les fonctionnements des groupes sociaux et des organisations en rapport avec les activités physiques en général, et le sport plus particulièrement, ainsi que leurs évolutions dans le temps ;

Ces différents enseignements sont répartis de manière équilibrée dans l'emploi du temps.

- Enseignements de Méthodes du Travail Universitaire : Informatique, Anglais, construction du parcours de formation.

Ces différents types d'enseignement sont mêlés dans l'emploi du temps et requièrent une bonne capacité d'adaptation aux situations variées, puisqu'il s'agit de passer de séquences d'entraînement sportif à des cours théoriques nécessitant un autre type d'attention.

## Les attendus

### ⊙ Cadrage national des attendus

- Disposer de compétences scientifiques

- Savoir mobiliser des compétences en matière d'expression écrite afin de pouvoir développer un raisonnement argumenté

- Disposer de compétences sportives

- Manifester de l'intérêt pour l'exercice de responsabilité collective, associative ou citoyenne

### ⊙ Attendus spécifiques

Le test de positionnement « Testez vos chances de réussite en STAPS à Nantes » vous permettra d'avoir un avis objectif sur vos chances de réussite dans cette filière. Ce test, en cours d'adaptation à la réforme du baccalauréat, repose sur des données statistiques dont la fiabilité est vérifiée chaque année. C'est pourquoi nous conseillons vivement à tous les candidats de le remplir avant de formuler un vœu STAPS à l'université de Nantes.

## Que faire après ?

### ⊙ Poursuite d'études possible

Après une L2 validée, il est possible de poursuivre en licence professionnelle. A Nantes, une licence professionnelle est proposée :

- Licence professionnelle « Animation, gestion et organisation des activités physiques et sportives : Activités aquatiques » : elle prépare simultanément aux métiers de Maître-nageur sauveteur (surveillance, animation et enseignement de la natation) et de gestionnaire de structures aquatiques et de baignades.

L'obtention de la Licence STAPS mention « Entraînement Sportif » ouvre logiquement l'accès à la formation au niveau Master, en particulier dans la mention « Entraînement et Optimisation de la Performance ».

### ⊙ Domaines d'activité possibles à l'issue des études

La licence STAPS mention « Entraînement sportif » conduit principalement aux domaines d'activité suivants :

- Entraîneur sportif

- Préparateur physique

- Coach personnel

- Moniteur sportif

- Directeur technique de structure privée à objectif sportif

- Consultant auprès d'organisations sportives ou d'athlètes.

## Contacts

### Renseignements

Scolarité : 02 51 83 72 46

[secretariat-l1-staps@univ-nantes.fr](mailto:secretariat-l1-staps@univ-nantes.fr)

Responsable pédagogique :

[veronique.thomas-ollivier@univ-nantes.fr](mailto:veronique.thomas-ollivier@univ-nantes.fr)

### Contacts scolarité / inscriptions :

Scolarité de l'UFR STAPS :

25 bis boulevard Guy Mollet BP 72206

44322 Nantes cedex 3

Tel : 02 51 83 72 00

### Informations complémentaires

<https://staps.univ-nantes.fr/formation-initiale/les- formations-proposees-a-l-ufr-staps-1511782.kjsp>