

STAPS

entraînement sportif



Objectifs

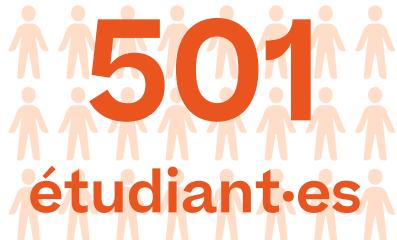
La licence STAPS mention entraînement sportif forme les étudiant·es à encadrer, en autonomie ou sous la responsabilité d'un·e autre entraîneur·euse, différents publics à des fins d'amélioration de la performance sportive ou de développement personnel. Elle s'adresse aux personnes qui aspirent aux métiers de la remise en forme, de la préparation physique et mentale.

Taux de réussite L1

68 %

Taux calculé sur la base des étudiant·es présent·es aux examens sur l'année 2023-2024

Effectifs L1



Effectif global des étudiant·es inscrit·es en L1 STAPS, toutes mentions confondues.

Pré-requis

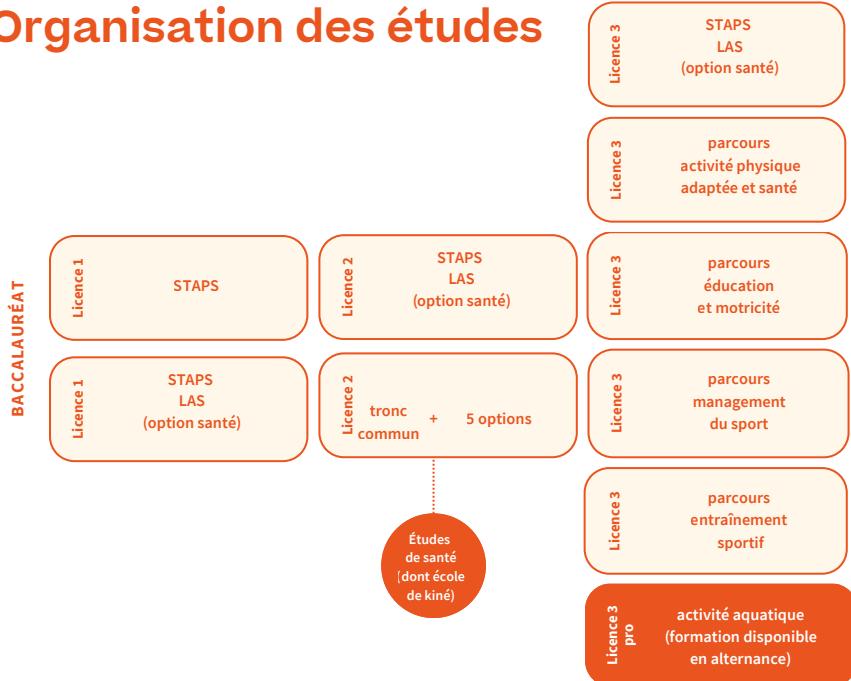
Toutes les spécialités sont prises en compte pour intégrer un parcours L1 classique.

Nous conseillons vivement à tous les candidat·es de répondre au test suivant avant de formuler un vœu STAPS à Nantes Université.



Il repose sur des données statistiques dont la fiabilité est vérifiée chaque année.

Organisation des études



- Parcours adapté de licence (L+): ce parcours permet aux étudiant·es issu·es de baccalauréats professionnels et technologiques ayant obtenu une réponse « oui si » dans Parcoursup, de réaliser leur licence 1 en deux ans, tout en bénéficiant d'un accompagnement renforcé.
- Licence accès santé (LAS): la licence 1 STAPS est complétée par des enseignements qui apportent les compétences nécessaires à la poursuite d'études en santé (sciences fondamentales, sciences humaines et sociales), des cours d'anglais, des modules pour découvrir les métiers de la santé, et une préparation aux épreuves permettant de candidater en études de santé.

Programme de la formation en L1

Connaître et mettre en œuvre les activités physiques et sportives

- Gymnastique / Judo - 12h TD / 36h TP
- Athlétisme / Activité de développement personnel - 12h TD / 36h TP
- Basketball / Football - 12h TD / 36h TP

Mettre en œuvre le travail universitaire et définir son projet pro

- Outils et usages numériques - 18h CM / 12h TD
- Anglais - 30 h TD
- Construction du parcours de formation - 6h CM / 24h TD

Mobiliser des concepts scientifiques pour étudier les pratiques physiques et sportives

- Introduction à la sociologie - 12h CM / 6h TD
- Anatomie - 12h CM / 6h TD
- L'approche sociale dans les grands courants de la psychologie du sport - 12h CM / 6h TD
- Le sport dans la société française (XIXe XXe siècle) - 12h CM / 6h TD
- Physiologie - 12h CM / 6h TD
- L'approche cognitive dans les grands courants de la psychologie - 12h CM / 6h TD
- La construction sociale des corps : perspectives sociologiques et historiques - 12h CM / 6h TD
- Les espaces sociaux des sports : perspectives sociologiques et historiques - 12h CM / 6h TD
- Kinésiologie et biomécaniques - 12h CM / 6h TD
- Approche psychosociale des comportements - 12h CM / 6h TD
- Fonctions physiologiques - 12h CM / 6h TD
- Approche biopsychologique des comportements - 12h CM / 6h TD

STAPS

entraînement sportif



Et après ?

Après validation de la deuxième année, les étudiant·es peuvent effectuer leur L3 en licence professionnelle. À Nantes, la licence pro animation, gestion et organisation des activités physiques et sportives : activités aquatiques prépare simultanément aux métiers de maître-nageur·euse sauveteur·euse et de gestionnaire de structures aquatiques et de baignades.

Poursuites d'études à Nantes Université après la L3 STAPS mention entraînement sportif

- Master STAPS entraînement et optimisation de la performance sportive
- Master STAPS management du sport

Secteurs et métiers

- Collectivités territoriales, associations : éducateur·rice sportif, maître-nageur·euse
- Structures privées : entraîneur·euse sportif, directeur·rice technique de structure privée à objectif sportif
- Activité libérale : coach personnel, préparateur·rice physique

Informations issues des enquêtes d'insertion professionnelle, menées chaque année par Nantes Université auprès de ses diplômé·es.

Contacts

Scolarité :
02 51 83 72 46
secretariat-l1-staps@univ-nantes.fr

Responsable pédagogique :
veronique.thomas-ollivier@univ-nantes.fr

Directeur adjoint orientation et insertion professionnelle :
tanguy.fetiveau@univ-nantes.fr

Responsable pédagogique LAS/PASS STAPS :
aurelien.couedel@univ-nantes.fr

JPO

Le 31 janvier à Nantes et le 7 février 2026 à la Roche-sur-Yon et à Saint-Nazaire.

Rythme de cours et travail personnel en L1

La licence se prépare en trois ans et s'organise en six semestres.

Le temps de présence des étudiant·es en L1 se divise entre les activités sportives, les enseignements scientifiques et les cours à caractère méthodologique ou préprofessionnel.



À l'université, vous ne serez jamais seul·e

Un accompagnement pour réussir vos études



Les équipes vous aident à faciliter la transition entre le lycée et l'université à travers, une semaine de rentrée, un apprentissage de la méthodologie de travail universitaire, du tutorat étudiant, etc.



Tout au long de l'année, vous êtes accompagnés dans la construction de votre parcours de formation (il existe plusieurs dispositifs dédiés à l'orientation et la réorientation) et à la professionnalisation de vos études (stage, CV, lettre de motivation).

Enrichir son parcours



Tous-tes les étudiant·es de première année peuvent faire un stage pour tester leurs projets d'orientation.



Vous pouvez partir à l'international dans le cadre de vos études (350 universités partenaires).



Vous pouvez faire une césure pendant votre cursus.

Une vie étudiante riche et des services pour vous accompagner



Santé et handicap



Culture



Entrepreneuriat



Sport



Insertion et orientation



Bibliothèque



Restaurant universitaire



Partir à l'étranger

lyceens.univ-nantes.fr