

Licence Sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS)

Parcours Entraînement sportif

Présentation

Le titulaire du parcours « Entraînement sportif » de la licence a vocation à encadrer en autonomie ou sous la responsabilité d'un autre entraîneur, selon le niveau concerné, différents publics, à des fins d'amélioration de la performance ou de développement personnel. Ce métier s'organise autour de trois grands types d'activités:

- 1- Il conçoit des programmes d'entraînement à partir du diagnostic qu'il opère.
- 2- Il conduit les séances d'entraînement.
- 3- Il communique et participe à la protection des sportifs.

Objectifs

La licence « Entraînement Sportif » doit être une option de sortie professionnalisante de bon niveau ou conduire à une poursuite d'étude choisie et bien préparée.

Les objectifs de formation du parcours Entraînement Sportif sont donc de former des étudiants capables de mobiliser leurs connaissances pour :

- établir des diagnostics ;
- concevoir et organiser ;
- conduire, en autonomie ou sous la responsabilité d'un autre entraîneur;
- évaluer des programmes d'entraînement selon le public et le niveau concerné, à des fins d'amélioration de la performance ou de développement personnel, tout en participant à la protection de sportifs.

Son niveau de maîtrise des connaissances et compétences disciplinaires et des connaissances et compétences transversales doit lui permettre de poursuivre en Master dans des conditions optimales.

Admission

Le parcours ES est ouvert aux étudiants titulaires de 120 crédits obtenus dans le cursus STAPS ou via une validation d'acquis ou d'études selon les conditions déterminées par l'université.

Public formation continue :

Vous relevez de la formation continue :

- si vous reprenez vos études après 2 ans d'interruption d'études,
- ou si vous suiviez une formation sous le régime formation continue l'une des 2 années précédentes
- ou si vous êtes salarié, demandeur d'emploi, travailleur indépendant.

Si vous n'avez pas le diplôme requis pour intégrer la formation, vous pouvez entreprendre une démarche de [validation des acquis personnels et professionnels \(VAPP\)](#).

Pour plus d'informations, consultez la page web de la [Direction de la formation continue et de l'apprentissage](#)

Campagne 1

- ouverture de campagne sur ecandidat du 5 mars au 22 avril 2018

Campagne 2

- ouverture de campagne sur ecandidat du 14 mai au 17 juin 2018

Poursuite d'études

80% en 2011-2012, puis 77% en 2012-2013 des étudiants de L3 continus dans un master 1 de l'UJF. Les L3 ES vont en majorité dans le master STAPS.

Très peu d'étudiants de L3 se sont insérés directement dans la vie professionnelle (3 en 2011-2012 et 6 en 2012-2013, tous parcours confondus) même si la licence STAPS donne accès à une carte professionnelle à la sortie de la L3ES. La majorité des étudiants préfèrent continuer en master celui ci disposant d'un très fort taux d'insertion professionnel (le taux d'insertion professionnel des étudiants au niveau de la mention du master est de 80%).

Infos pratiques :

- > **Composante :** UFR STAPS (sciences et techniques des activités physiques et sportives)
- > **Durée :** 1 an
- > **Type de formation :** Formation initiale / continue
- > **Lieu :** Grenoble - Domaine universitaire
- > **Contacts :**

Responsable(s) pédagogique(s)

Valérie Chaté

Programme

Licence 3e année

Semestre 5

UE Bases scientifiques de la méthodologie de l'entraînement	6 ECTS	50h
UE Adaptations biomécaniques et biologiques du muscle à l'entraînement	3 ECTS	25,5h
UE Apprentissages moteurs et motivations	3 ECTS	25,5h
UE Stage en milieu associatif et conception de son intervention niveau 1	6 ECTS	49,5h
UE Adaptation à l'entraînement : exemple de l'altitude	9 ECTS	76,5h
UE Anglais de l'entraînement sportif	3 ECTS	30h

Semestre 6

UE Habiletés mentales et gestion d'équipes	6 ECTS	49,5h
UE Entraînement et intégrité du sportif	3 ECTS	24h

UE Technologie de la préparation physique : intervention sur la force, la souplesse et le relâchement	6 ECTS	50,5h
UE Spécialité sportive : techniques et sciences	3 ECTS	24h
UE Milieu associatif fédéral (MAF): Stage en milieu associatif et analyse de son intervention	3 ECTS	24h
1 élément(s) au choix parmi 5		
UE Technologie pour l'intervention en APSA : combat	6 ECTS	51h
UE Technologie pour l'intervention en APSA : raquette	6 ECTS	51h
UE Technologie pour l'intervention en APSA : SMN	6 ECTS	51h
UE Technologie pour l'intervention en APSA : sport collectif	6 ECTS	51h
UE Technologie pour l'intervention en APSA: SSMA	6 ECTS	50h
1 élément(s) au choix parmi 3		
UE Anglais de spécialité avancé : l'entraînement sportif	3 ECTS	30h

UE Anglais pour la mobilité internationale	3 ECTS	24h
---	--------	-----

UE Analyse audiovisuelle de la motricité et de l'acte de l'entraînement	3 ECTS	25h
--	--------	-----
