

## CONTACTS

### Responsables pédagogiques

1<sup>re</sup> année de licence à Grenoble  
Karine COUTURIER

Karine.Couturier@univ-grenoble-alpes.fr

### De la 1<sup>re</sup> année de licence à Valence

Emmanuelle BLACHON  
Emmanuelle.Blachon@univ-grenoble-alpes.fr

### Secrétariat pédagogique

Site de Grenoble

staps-scolarite-licence@univ-grenoble-alpes.fr

Tél. : + 33 (0)4 76 74 33 21

Site de Valence

valence-staps-scolarite@univ-grenoble-alpes.fr

Tél. : + 33 (0)4 38 38 84 50

## LOCALISATION GÉOGRAPHIQUE

Université Grenoble Alpes

Site de Grenoble

UFR STAPS

1741 rue de la Piscine  
38400 Saint-Martin-d'Hères

Antenne de Valence

Site Rabelais  
23 chemin des Huguenots  
26000 Valence

## EN BREF

**Domaine :**

Sciences, Technologies, Santé

**Composante de rattachement :**

UFR STAPS (sciences et techniques des activités physiques et sportives)

**Durée des études :** 3 ans

**Nombre de crédits :** 180 ECTS

## QUELQUES CHIFFRES

Nombre d'inscrits en 1<sup>re</sup> année en 2022/2023 :

GRENOBLE

661

VALENCE

295

**UGA**  
Université  
Grenoble Alpes

## GRENOBLE ET VALENCE

# LICENCE STAPS



## SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

### QU'EST-CE QUE LES STAPS

Vous êtes intéressé-e par les STAPS ? Découvrez la discipline dans toutes ses dimensions et exigences, à l'Université Grenoble Alpes.

Les sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS) sont abordées sous quatre dimensions essentielles :

- **Enseignements à dimension scientifique :** ils comptent pour 50% des enseignements
  - la biomécanique, l'anatomie, les neurosciences, la physiologie
  - l'histoire, la psychologie, la sociologie en relation avec les sciences et techniques des activités sportives
- **Enseignements à dimension technologique :** ils représentent 30% des enseignements
  - les technologies sportives (natation, gymnastique, danse contemporaine, athlétisme, sports collectifs, sports de combat, sports de raquette pour la 1<sup>re</sup> année)
- **Enseignements à dimension sportive :** ils représentent 10% des enseignements
- **Enseignements à dimension professionnelle et/ou transversale :** ils représentent 10% des enseignements

Le programme de cette licence intègre la pratique de 2 activités sportives différentes par semestre à raison de 2h minimum par activité, soit 4h de pratique sportive par semaine.

Nous recommandons la pratique d'une spécialité sportive en club civil avec au minimum 2 entraînements par semaine plus des compétitions.

### ORGANISATION DE LA LICENCE

La licence se prépare en 3 ans ; elle est composée de 6 semestres.

Elle est validée par l'obtention de 180 crédits européens (ECTS), soit 30 crédits par semestre.

### PLUSIEURS PARCOURS

La licence STAPS est organisée sur deux sites : Grenoble et Valence. Elle propose 4 mentions. Les enseignements de L1 et L2 sont communs aux 4 mentions, le choix des enseignements de mention s'opérant en L3 :

- **Entraînement sportif** (uniquement à Grenoble) :

Le professionnel 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.

- **Éducation et motricité** (sites de Grenoble et de Valence) comprenant deux parcours : PLC (professeurs des lycées et collèges) et PE (professeurs des écoles)

Le professionnel a vocation à enseigner les activités physiques, sportives et d'expression dans tout établissement ou structure à vocation éducative. Il conduit et anime des actions collectives visant la pratique de ces activités dans un but éducatif. Il exerce en autonomie une activité d'intervention en assurant la sécurité des pratiquants et des tiers.

- **Management du sport** (uniquement à Grenoble)

Le professionnel a vocation à participer au développement des aspects stratégiques et décisionnels d'une structure associative, publique ou privée en lien avec le loisir ou le tourisme sportif. Il maîtrise les aspects financiers, juridiques, de marketing et de communication. Il participe à la conception de programmes d'activité, d'équipements, d'événements sportifs.

- **Activité physique adaptée et santé** (uniquement à Grenoble)

Le professionnel a pour vocation de participer à la conception, la conduite et l'évaluation de programmes de réadaptation et d'intégration par l'activité physique adaptée auprès de groupes de personnes relevant des catégories suivantes : troubles fonctionnels et métaboliques, troubles sensoriels et moteurs, troubles du comportement et de la personnalité, déficiences intellectuelles, inadaptation sociale, troubles liés au vieillissement, maladies chroniques ou létales...

Il a pour mission de participer à la conception, la conduite et l'évaluation de programmes de prévention, de suivi et d'éducation de la santé par l'activité physique adaptée auprès de tout public.



## LES CONDITIONS DE LA RÉUSSITE EN STAPS

Les formations STAPS sont des formations universitaires exigeantes qui s'appuient :

- sur des connaissances scientifiques pluridisciplinaires (sciences de la vie, humaines et sociales)
- sur des capacités d'expression écrite et orale, des compétences méthodologiques (autonomie, capacité de travail)
- sur des activités physiques, sportives et artistiques dans leurs dimensions pratiques et théoriques.

Pour plus de détails, voir le document [s'orienter en STAPS](#).

Pour réussir en STAPS, il faut donc :

- disposer de compétences scientifiques : être capable de construire un raisonnement à partir de concepts scientifiques.
- savoir mobiliser des compétences en matière d'expression écrite afin de pouvoir argumenter, construire un raisonnement, synthétiser
- disposer de compétences sportives : avoir un bon niveau de condition physique pour suivre les enseignements pratiques en toute sécurité et un bon niveau de pratique dans au moins 1 ou 2 activités sportives et/ou artistiques
- manifester de l'intérêt pour l'exercice de responsabilités collectives, associatives ou citoyennes afin de mieux appréhender les dimensions de service liées aux métiers du sport, de l'animation, de l'éducation et de la santé
- un engagement du futur étudiant dans son projet d'étude
- un investissement dans un club civil est demandé dès la L1 STAPS (prendre une licence sportive dans un club, suivre des entraînements, participer à des compétitions fédérales ...) dans une spécialité sportive.

## PUBLIC VISÉ

La formation en Licence STAPS est une formation scientifique. Il est donc recommandé d'avoir obtenu un baccalauréat à dominante scientifique. Cependant, les candidatures sont appréciées au regard des compétences développées dans 4 domaines : compétences scientifiques, littéraires et argumentaires, sportives et investissement associatif / responsabilités collectives.

Les titulaires d'un baccalauréat professionnel ou technologique rencontrent de grandes difficultés en STAPS : une grande majorité de ces étudiants abandonnent avant la fin de la 1<sup>re</sup> année (9 étudiants sur 10 issus de bac professionnel et 7 sur 10 issus de bac technologique).

Les études en STAPS sont exigeantes. Un bon niveau de pratique sportive est nécessaire mais ne suffit pas.

En L1, 7 matières (sur 17, représentant 30 ECTS / 60 ECTS) sont scientifiques : biomécanique, anatomie, neurosciences, psychologie, physiologie, histoire, sociologie. Toutes les épreuves aux examens, y compris pour les technologies sportives (natation, etc.) sont des épreuves écrites.

Il faut également avoir un niveau suffisant à la fois dans plusieurs sports et dans une spécialité sportive.

## ACCOMPAGNEMENT À LA REUSSITE ET DISPOSITIF «OUI SI»

Réussir à l'université, c'est tout à la fois acquérir un haut niveau de compétences et de connaissances, mais aussi adopter de nouvelles méthodes d'apprentissage, accroître son autonomie d'organisation de travail personnel et penser son avenir personnel et professionnel en cohérence avec ses acquis, ses désirs, ses projets de vie.

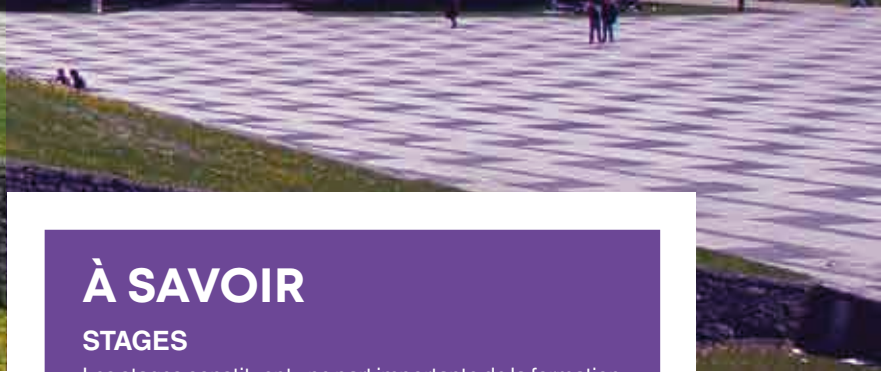
C'est avec l'objectif de répondre à ces préoccupations que les équipes de formation de l'Université Grenoble Alpes ont travaillé à la conception des dispositifs mis en œuvre dans le cadre du «Oui si» suite à la réforme de l'accès aux études supérieures.

Les étudiants ayant été admis sous condition («Oui si» sur Parcoursup) doivent obligatoirement suivre un parcours construit sur les principes d'interventions individualisées en petit groupe, d'un suivi régulier de la progression, de la modularité des ressources proposées et de la possibilité d'étalement de la formation sur 2 ans.

Ce parcours est constitué :

- de séquences régulières de renforcement disciplinaires (solidification de prérequis, reprises d'explications, stabilisation)
- d'enseignements de méthodologie de l'étude dans le cadre du travail universitaire (s'appropriation de cours magistraux et/ou numériques, extraire l'essentiel d'un cours, repérer des classes de problèmes à résoudre, s'entraîner sur des exercices et sujets)
- d'un suivi individualisé et structuré, réalisé par un référent enseignant / coach d'étude (diagnostic, suivi de résultats, propositions de ressources, bilans)

Ce parcours est également proposé aux étudiants pouvant avoir des difficultés, sur la base du volontariat.



## TYPES D'ENSEIGNEMENTS

Tout au long du cursus universitaire, trois types d'enseignements permettent l'acquisition des connaissances, mises en œuvre dans une même Unité d'Enseignement

### ● Les cours magistraux (CM) en amphithéâtre

Le cours magistral consiste en un exposé, par un enseignant, des connaissances relatives à la discipline. Le rythme et la dynamique du CM sont très différents des cours du lycée. La prise de note rapide et adaptée est primordiale ; en effet, les notes constitueront le premier support de travail des étudiants. Il faut donc apprendre à la maîtriser rapidement. Les enseignements théoriques abordés dans ces cours doivent être complétés par la lecture des bibliographies recommandées pour chaque matière.

### ● Les travaux dirigés (TD) et les travaux pratiques (TP)

Ce sont des cours plus appliqués en petits groupes. Selon les disciplines, le travail proposé peut se faire sous la forme d'un complément ou d'une illustration d'une partie d'un CM, d'exercices impliquant une réflexion en groupes ou d'exposés sur des articles ou des thèmes soit imposés soit libres.

### ● Pédagogie inversée

L'UFR STAPS a mis en place en 2014 une méthode pédagogique innovante : la pédagogie inversée. Cette innovation consiste à faire travailler les contenus théoriques aux étudiants sur des ressources numériques mises à leur disposition et à consolider les apprentissages lors de sessions de régulation en présentiel favorisant le « learning by doing ».

L'UFR STAPS a construit des cours en ligne interactifs pour un certain nombre d'UE en L1 et en L2 (podcast, screencast, questions d'examen et QCM en ligne, forum de questions). La majorité des cours sont aujourd'hui mis en ligne sur la plateforme Chamilo, accessibles depuis le site internet de l'UFR STAPS pour l'ensemble des étudiants. Un «MOOC» en physiologie de l'exercice ainsi que des vidéos 3D sont également disponibles pour les étudiants.

En anglais, pour tous les niveaux et mentions, les étudiants peuvent compléter les cours obligatoires sous forme présenteielle en utilisant des supports multimédias mis à leur disposition dans les salles informatiques de l'UFR.

## À SAVOIR

### STAGES

Les stages constituent une part importante de la formation des étudiants.

En L2, un stage en intervention dans la spécialité sportive de l'étudiant est demandé pour un volume de 50h.

En L3, les étudiants doivent réaliser un stage en milieu professionnel.

### INTERNATIONAL

Il est possible de suivre une partie du cursus à l'étranger en 3<sup>e</sup> année de licence (échanges ERASMUS ou avec des universités partenaires). Ces séjours sont fortement encouragés et une UE facultative « anglais pour la mobilité internationale » est proposée en L3 dans cet objectif.

Les étudiants sélectionnés étudient un semestre ou deux dans l'université étrangère partenaire, et leurs résultats sont pris en compte à l'UGA pour la validation de leur année.

En L2 et en L3, une place importante est laissée à l'anglais avec 3 UE d'anglais de 3 ECTS proposées sur toutes les mentions de la licence STAPS.

## MÉTHODES DE TRAVAIL ET ÉVALUATION

### TRAVAIL UNIVERSITAIRE

Comme il le faisait au lycée, l'étudiant doit à la fois acquérir des connaissances par un apprentissage régulier de ses cours, et réaliser des exercices d'application pour préparer les séances de TD ou TP. Dès lors, il est indispensable que la présence en cours et en travaux dirigés soit complétée par un important travail personnel, en particulier :

- prendre des notes et résumer les contenus des enseignements et des textes recommandés ;
- se documenter par soi-même, apprendre et comprendre pour restituer des informations pertinentes.
- L'usage d'un ordinateur personnel est indispensable pour pratiquer soi-même l'informatique et parce que de nombreuses informations pédagogiques et pratiques (emploi du temps, supports de cours, ...) sont diffusées à partir du site internet de l'UFR STAPS.

### ÉVALUATION :

#### ÉVALUATION CONTINUE ET EXAMEN TERMINAL

Deux formes d'évaluation coexistent :

- **l'évaluation continue** se déroule tout au long du semestre et peut prendre la forme d'examens partiels à la moitié du semestre, d'interrogations écrites ou orales en TD ou TP, de comptes rendus, de dossiers, etc.
- **l'examen terminal** se déroule à la fin de chaque semestre et est généralement constitué d'un examen écrit portant sur la totalité des notions abordées au sein de l'Unité d'Enseignement (UE).

Le semestre est acquis si la moyenne générale obtenue est supérieure ou égale à 10/20 et ce même si l'étudiant n'a pas validé toutes les UE suivies.

L'année est acquise si la moyenne des deux semestres est égale ou supérieure à 10/20.

Une session de seconde chance a lieu en juin pour les étudiants n'ayant pas validé leur année, qui permet à ceux dont l'échec était accidentel d'avoir une chance de se rattraper (NB : les étudiants qui n'ont pas suffisamment travaillé ne réussissent pas mieux lors de cette session de rattrapage).





## POURSUITE D'ÉTUDES ET INSERTION PROFESSIONNELLE

Selon les parcours, plus ou moins d'étudiants de L3 cherchent à s'insérer directement dans la vie professionnelle, la licence STAPS donnant accès à une carte professionnelle. Le taux de poursuite d'études en master pour des étudiants ayant validé la Licence STAPS, parcours éducation et motricité est de plus de 90%. Il est d'environ 70% pour ceux ayant choisi les parcours Entraînement sportif ou Management du sport et de 50 à 60% pour ceux ayant choisi le parcours Activité physique adaptée et santé.

Quelques poursuites d'études à l'UGA et des métiers possibles :

### ● À l'issue de la L2

> Licence professionnelle Gestion et développement des organisations et des services sportifs ou de loisirs, parcours Entrepreneurat et tourisme des sports nature en formation initiale ou hybride (partiellement à distance).

### ● À l'issue de la L3

mention STAPS - Éducation et motricité

> Master MEEF (Métiers de l'enseignement, de l'éducation et de la formation) qui prépare aux concours de l'enseignement : CAPES Éducation physique et sportive ou professeur des écoles

> Master STAPS (Sciences et techniques des activités physiques et sportives), parcours Ingénierie et science du mouvement humain

#### Métiers visés par ces formations :

- Animateur en milieu associatif (centre de loisirs ou MJC)
- Animateur périscolaire ou extrascolaire
- Éducateur sportif dans une entreprise à but éducatif
- Professeur des écoles
- Professeur d'EPS (collège, lycée ou université)
- ETAPS (éducateur territorial des activités physiques et sportives)
- Conseiller principal d'éducation
- Recherche : chercheur en physiologie, neurosciences, psychologie, etc.

mention STAPS - Entraînement sportif

> Master STAPS (Sciences et techniques des activités physiques et sportives)

Différents parcours : Entraînement et optimisation de la performance sportive ; Mouvement, ergonomie, handicap ; Ingénierie et science du mouvement humain ; Acquisition et traitement des données multidimensionnelles

#### Métiers visés par ces formations :

- Performance : entraîneur, préparateur, mental, préparateur physique
- Entretien : coach à domicile, coach / animateur en salle de remise en forme
- Loisirs : moniteur APPN (activités physiques pleine nature), maître-nageur sauveteur
- Sécurité et secours : gendarme ; policier ; pompier ; militaire
- Recherche : chercheur en physiologie, neurosciences, biomécanique, psychologie, etc.

mention STAPS - Management du sport

> Master STAPS (Sciences et techniques des activités physiques et sportives)

Différents parcours : Management du sport : tourisme et montagne ; Ingénierie et science du mouvement humain

#### Métiers visés par ces formations :

- Tourisme et loisirs sportifs : concepteur d'équipements et d'espaces de pratique ; concepteur de produits touristiques et de loisirs ; créateur ou salarié de tour opérateur, d'agence de voyage ; chef de projet ; responsable marketing
- Événementiel et communication : chargé de communication, chargé de projet / consultant, organisateur d'événements sportifs ; community manager
- Gestion de services, d'équipement, d'organisation : directeur de service des sports ; directeur d'équipement sportif, touristique, de santé / bien-être ; chargé de projet ; chargé de développement
- Distribution, vente : chef de rayon ; chef de produit ; responsable marketing
- Recherche : chercheur en sciences sociales, management, etc.

mention STAPS - Activité physique adaptée et santé

> Master STAPS (Sciences et techniques des activités physiques et sportives)

Différents parcours : Activité physique adaptées et santé ; Mouvement, ergonomie, handicap ; Ingénierie et science du mouvement humain ; Acquisition et traitement des données multidimensionnelles

#### Métiers visés par ces formations :

- Réadaptation (traumatisme et maladies chroniques) : intervenant en APA (activités physiques adaptées) dans un centre de rééducation, de réadaptation, dans un réseau santé, en maison de retraite, ou médicalisée, en établissement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD),
- Enseignement : intervenant en APA en établissement médico-éducatif (IME, ESAT, maison d'accueil spécialisée, institut thérapeutique éducatif et pédagogique (ITEP)), éducateur et professeur technique option sport en milieu carcéral ou en centre éducatif fermé
- Performance : entraîneur en handisport FFH ou sport adapté FFSA ou dans les sections sportives adaptées des fédérations sportives, cadre technique dans les fédérations concernées
- Loisirs : intervenant en associations de loisirs sportifs adaptés
- Recherche : chercheur en physiologie, neurosciences, biomécanique, psychologie, etc.

### ESPACE ORIENTATION INSERTION PROFESSIONNELLE DE L'UNIVERSITÉ GRENOBLE ALPES

Des espaces de documentation et des conseillers à votre écoute toute l'année.

#### Domaine universitaire

1<sup>er</sup> étage du bâtiment Pierre-Mendès-France  
151, rue des universités  
38400 Saint-Martin-d'Hères  
Tél : 04 57 04 15 00  
orientation-insertion@univ-grenoble-alpes.fr

#### Site de Valence

CIO'SUP  
Maison de l'étudiant Drôme-Ardèche  
11 Place Latour-Maubourg  
26000 VALENCE  
Tél. : 04 26 44 35 00  
Ciosup2607@aduda.fr