

# Licence STAPS – Entraînement Sportif (ES)

## SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES

---

### Présentation

L'UFR des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS) a vu le jour en 1984. Il demeure à ce jour le seul UFR STAPS de la capitale et dispose de tous les éléments pour permettre une formation de qualité auprès de nos étudiants toujours plus nombreux à s'intéresser à cette formation originale. La force de la formation STAPS est sa pluridisciplinarité et elle se caractérise par son dynamisme et son attractivité. Initialement, cette formation préparait au concours d'enseignant d'éducation physique et sportive. Ensuite, elle s'est fortement diversifiée en étroite collaboration avec les chercheurs, les spécialistes et également les organisations professionnelles dans le domaine des activités physiques, sportives et artistiques (APSA) afin de permettre à chaque étudiant :

- d'analyser l'ensemble des disciplines requises pour comprendre les APSA ;
- de transmettre leurs savoirs auprès d'étudiants, d'athlètes et de patients ;
- d'être curieux, critique et sensible aux problèmes complexes posés par le développement des APSA dans les sociétés et les cultures.

### OBJECTIFS

---

La ou le titulaire de la licence mention « entraînement sportif - ES » à 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 du développement personnel.

La ou le spécialiste de l'entraînement sportif conçoit d'abord des programmes d'entraînement à partir du diagnostic qu'elle

ou qu'il opère, conduit ensuite des séances d'entraînement préparation physique (PP), préparation psychologique et mentale (PM), préparation technique et Tactique. Enfin, elle ou il communique et participe à la protection des sportifs.

La formation cible particulièrement l'optimisation de la performance d'un groupe de sportifs en s'appuyant sur les mesures et les déterminants de la performance.

### COMPÉTENCES VISÉES

---

-Mobiliser des concepts scientifiques pluridisciplinaires concernant les APSA, la motricité spécifique ainsi que l'environnement physique, institutionnel, social et humain pour analyser l'activité d'une personne ou d'un groupe.

-Mettre en œuvre des modèles théoriques et méthodologiques pour établir le diagnostic préalable d'une situation mettant en jeu les APSA.

-Utiliser les outils, les nouvelles technologies embarquées et les techniques d'analyse d'une activité physique (collecte des données par les outils adaptés, traitement et interprétation des résultats).

-Elaborer des éléments de conception, planification et programmation pour l'évolution ou la transformation d'une situation diagnostiquée et mettre en œuvre les techniques adéquates.

-Disposer d'une expérience personnelle approfondie de la pratique des APSA.

### Programme

### ORGANISATION

---

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**

Comme toutes les licences générales universitaires, la licence STAPS s'organise comme suit :

- un tronc commun en première année (L1)
- un tronc commun et une pré-professionnalisation en deuxième année (L2)
- une professionnalisation en troisième année (L3) dans les mentions de licence STAPS suivantes : **Activités Physiques Adaptées – Santé (APAS)**, **Éducation Motricité pour enseigner l'EPS dans le primaire (EM1)** et dans le **secondaire (EM2)** et **Entraînement Sportif (ES)**.

Ces différentes mentions en fin de licence vont permettre aux étudiants diplômés de travailler respectivement dans le système de santé, dans le système éducatif et dans les associations sportives.

La licence STAPS comporte trois années de formation avec chacune 60 crédits européens (ECTS). Chaque année universitaire se décompose en deux semestres. Au sein de chaque semestre, différents enseignements sont dispensés soit sous forme de cours magistraux en amphithéâtre avec l'ensemble de la promotion d'étudiants, soit sous forme de travaux dirigés ou de travaux pratiques en effectif plus restreint.

Des enseignements pourront également être réalisés en distanciel total ou de manière hybride (une partie des étudiants en présentiel et une autre partie en distanciel) grâce à l'outil de téléconférence "ZOOM"

## STAGE

**Stage** : Obligatoire

**Durée du stage** : A l'issue des trois années, 170 heures de stage minimum

### Stages et projets tutorés :

Dès la L1, chaque étudiant est sensibilisé à son projet d'études en rapport avec les quatre mentions offertes à l'UFR STAPS de l'Université de Paris. Des mises en stage professionnel sont obligatoires dès le second semestre de

la L2 et à chaque semestre de la L3. Un accompagnement du projet professionnel de l'étudiant est réalisé au premier semestre de la L2 et à chaque semestre de la L3 par des enseignants référents et ses tuteurs au sein des structures accueillant les stagiaires. Les stages sont souvent massés en L2 (30 h minimum) et filés en L3 (en moyenne 70 h minimum / semestre). Un bureau des stages est installé au secrétariat pédagogique pour informer les étudiants sur les modalités d'évaluations des stages et pour réviser les conventions pour chaque étudiant.

## Admission

La licence STAPS accueille majoritairement des étudiants issus des lycées.

Elle accueille également des étudiants salariés à statut particulier en son sein.

## LES CLEFS DE LA RÉUSSITE

**Les pré-requis nécessaires pour réussir sa formation en STAPS sont les suivants :**

-Pré-requis scientifiques : avoir de solides bases en mathématiques, en sciences de la vie et de la Terre et en physique – chimie ;

-Pré-requis littéraires : avoir de bonnes capacités d'expression écrite et orale ;

-Pré-requis sportifs : être imprégné d'une culture physique, sportive et artistique à la fois en termes pratique et théorique ;

-Pré-requis d'engagement : disposer d'une expérience de fonctions d'animation, d'encadrement, de responsabilités collectives, associatives ou citoyennes.

### Choix de spécialités recommandées pour les élèves de 1ère intéressés par la formation STAPS

Voici les choix de spécialités recommandées pour améliorer les chances de réussites en STAPS :

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**

Biologie-écologie ; Littératures ; Mathématiques ; Numérique et sciences informatiques ; Physique-chimie ; SES ; Sciences de l'ingénieur ; SVT.

#### Droits de scolarité :

Les droits d'inscription nationaux sont annuels et fixés par le ministère de l'Enseignement supérieur de la Recherche. S'y ajoutent les contributions obligatoires et facultatives selon la situation individuelle de l'étudiant.

Des frais de formation supplémentaires peuvent s'appliquer au public de formation professionnelle. Plus d'informations [ici](#).

## Et après ?

### POURSUITES D'ÉTUDES

Une poursuite d'études en Master est possible au sein de l'Université de Paris. Voici ci-dessous les différentes mentions de Master proposées aux étudiants licenciés de l'UFR STAPS :

- \* **Master APA-S (Activités Physiques Adaptées – Santé)** avec ses 3 parcours :
  - APA3S (Santé Psycho-Sociale par le Sport-Santé) ;
  - PAPASN (Physiologie, Activités Physiques Adaptés, Santé et Nutrition) ;
  - VHMA (Vieillesse et Handicap : Mouvement et Adaptation).
- \* **Master EOPS (Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive)** avec ses 2 parcours :
  - PEOPSN (Physiologie de l'Entraînement et de l'Optimisation de la Performance, Santé et Nutrition) ;
  - SEPHN (Sport, Expertise et Performance de Haut-Niveau – géré par l'INSEP).

### PASSERELLE

En cours de Licence 1, il est possible de se réorienter à l'issue du 1er semestre à l'intérieur comme à l'extérieur de l'Université de Paris avec le diplôme universitaire (DU) PAREO.

Voici le lien Internet du DU PAREO pour toutes informations supplémentaires : <http://orientationactive.parisdescartes.fr/du-pareo/>

Il existe également des conventions qui permettent aux étudiants STAPS de se réorienter, le cas échéant :

- \* Conventions avec des écoles de kinésithérapie : ADERF, ASSAS, CEERRF, EFOM kiné, IFMK AP-HP, IFMK EF (concours L1).
- \* Des conventions avec les fédérations sportives (natation, athlétisme, volley-ball, rugby, boxe française, judo)

Les conditions d'accès au parcours kiné seront pour tous les étudiants (L1 STAPS et L1 STAPS **L.AS**) :

-valider obligatoirement l'année dès la 1ère session des examens.

-Classement sur la base des moyennes aux UEF (« blocs fondamentaux ») et au regard du nombre de places ouvertes.

Une passerelle est possible après avoir validé la L2 ou la L3 STAPS pour intégrer la **licence professionnelle métiers de la forme**.

### TAUX DE RÉUSSITE

Le taux de réussite en L1 est de 45% et le taux de réussite en L3 est de 71%.

Pour en savoir + : <http://up5.fr/taux-reussite>

### DÉBOUCHÉS PROFESSIONNELS

La Licence STAPS mention ES oriente les étudiants vers les métiers suivants :

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](http://u-paris.fr/choisir-sa-formation)

- \* Entraîneur sportif dans sa spécialité dans un club sportif amateur ou professionnel
- \* Directeur technique dans des structure sportives amatrices
- \* Préparateur physique
- \* Éducateur sportif dans plusieurs activités
- \* Coach personnel en structures privée ou publique ayant pour objectifs l'entretien, l'amélioration et l'optimisation des qualités physiques, le sport santé et bien être par la pratique physique raisonnée.

*Secteurs d'activités* : sport amateur, professionnel ou en entreprise, secteur associatif, secteur privé marchand et non marchand, fédérations sportives

## Contacts

### Responsable du diplôme

Damien Vitiello

scolarite.licence@staps.parisdescartes.fr

### Coordinateur pédagogique

Mention ES

01 76 53 34 02

parcours.l3-es@staps.parisdescartes.fr

### Secrétariat pédagogique

1 ère année

01 76 53 34 12

scolarite.licence@staps.parisdescartes.fr

### Secrétariat pédagogique

2 ème année

01 76 53 34 09

scolarite.licence@staps.parisdescartes.fr

### Secrétariat pédagogique

3 ème année

01 76 53 34 10

scolarite.licence@staps.parisdescartes.fr

## En bref

### Composante(s)

UFR STAPS

### Niveau d'études visé

BAC +3

### ECTS

180

### Public(s) cible(s)

- Étudiant
- Salarié - Profession libérale

### Modalité(s) de formation

- Formation initiale
- Formation continue

### Validation des Acquis de l'Expérience

Oui

### Langue(s) des enseignements

- Français
- Anglais

### Lieu de formation

Site Lacretelle

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**