Licence STAPS : entraînement sportif

La mention ES vise à l'acquisition de connaissances et de compétences dans le domaine de la performance sportive mais aussi du développement physique personnel. Elle permet une insertion professionnelle immédiate ou une poursuite d'études en master

Mise en avant

La formation de licence se veut professionnalisante, compte tenu de l'inscription des diplômes de DEUG (fin de niveau 2) et Licence STAPS au Code du Sport permettant l' encadrement des activités physiques et sportives à titre d'activité professionnelle.

Plusieurs options sont proposées : Foot - Rugby - Haltérophilie Musculation - Fitness Musculation

L'année de licence 2 est conçue en faisant face à deux exigences :
a) Une orientation progressive vers les différentes mentions ;
b) la référence au diplôme de DEUG STAPS, dont les compétences sont définies par la fiche RNCP qui lui est dédiée.

L'année de licence 3 est beaucoup plus spécialisée en référence à la mention : Entraînement Sportif.

La réorientation est possible en fin de S3.

Présentation

Enjeux

La mention Entraînement Sportif (ES) vise à l'acquisition de connaissances et de compétences dans le domaine de la performance sportive en compétition mais aussi du développement physique personnel. Elle s'inscrit dans une offre de formation où sont présentes d'autres institutions, proposant d'autres formations avec des objectifs similaires : ministère chargé des sports, fédérations sportives, institutions privées.

L'essentiel

Nature de la formation

Diplôme national

Durée de la formation

- 3 ans

Public

Niveau(x) de recrutement

- Baccalauréat +2
- Baccalauréat ou diplôme équivalent

Langues d'enseignement

- Français

Rythme

- Temps plein
- Compatible avec une activité professionnelle
- Temps aménagé

La formation vise au développement de quatre grands champs de compétences : compétences scientifiques, compétences technologiques, compétences en méthodologie de l'intervention et compétences méthodologiques transversales. La formation scientifique est pluridisciplinaire et concerne les trois domaines des sciences humaines et sociales, des sciences de la vie et de la santé, et des sciences de l'ingénieur. La formation technologique porte sur la connaissance des techniques motrices, des modes de transmission de ces techniques et de leur utilisation selon les finalités poursuivies. Enfin, la formation en méthodologie de l'intervention vise à être capable de concevoir et mettre en œuvre des projets d'intervention et de face-à-face pédagogique, dans le milieu de l'entraînement sportif et du développement physique personnel.

Spécificités

Il n'existe pas à proprement parler de parcours au sein de la licence ES. Néanmoins, il existe des options sportives, qui permettent de se spécialiser dans une discipline sportive, qui sera inscrite sur le supplément au diplôme.

Le choix de l'option sportive se fait dès le niveau 2, mais l'organisation de l'emploi du temps permet à un étudiant de suivre les enseignements de deux options sportives (seuls les résultats de l'option privilégiée sont comptabilisés dans les résultats au niveau 2). Un changement d'option est permis en fin de semestre 3, puis de nouveau en fin de niveau 2, sous réserve que l'étudiant ait suivi les enseignements de l'autre option sportive pendant l'année.

Les options sportives actuellement délivrées sont :

- Football
- Rugby
- Haltérophilie Musculation
- Fitness Musculation

Laboratoires

La licence Entraînement sportif s'appuie sur deux laboratoires rattachés à l'UFR STAPS :
Laboratoire AME2P : Adaptations Métaboliques à l'Exercice en conditions Physio Pathologiques
Laboratoire ACTé : Activité, Connaissance, Transmission, éducation

Modalités

- Présentiel

Lieu(x) de la formation

- Aubière

Contacts

UFR Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives

Université Clermont Auvergne 3, rue de la Chebarde TSA 30104 - CS 60026
63178 Aubière

Renseignements

Responsable(s) de formation

Eric DORE
Tel. +33473405411
Eric.DORE@uca.fr

Admission

Pré-requis

Niveau(x) de recrutement

Baccalauréat +2 Baccalauréat ou diplôme équivalent

Formation(s) requise(s)

Passage obligatoire par une VES non diplômante pour les candidats n'ayant pas le Baccalauréat mais un DEJEPS ou DESJEPS

Public ciblé

Profil scolaire : étudiant souhaitant intervenir dans le domaine de la compétition sportive et du développement personnel

Candidature

Modalités de candidature

Niveau 2 et 3 : Candidature sur eCandidat : https://ecandidat.uca.fr

Modalités de candidature spécifiques

Possibilité de mettre en place une procédure de validation des acquis (VAE / VAP) si vous n'avez pas le niveau universitaire requis et /ou si vous souhaitez obtenir tout ou partie des modules qui constituent le diplôme. Pour cela, il faut justifier d'au moins trois ans d' expérience professionnelle dans le domaine.

Conditions d'admission / Modalités de sélection

L'admission se fait au regard des critères académiques (formations universitaires, fédérales…) et des critères d'engagement dans le milieu sportif (niveau sportif, activité d'encadrement, d'arbitrage, formations non diplômantes)

Programme

Les informations ci-dessous sont données à titre indicatif et peuvent faire l'objet de mises à jour.

Licence STAPS : entraînement sportif

Licence STAPS : entraînement sportif

- **N2 ES**
  - Semestre 3 (ES)
    - Bloc A
      - Enseignements Scientifiques Transversaux Communs *9 crédits*
        - Sciences de l'intervention professionnelle et de l'expertise
        - Activité, expérience, et performance
        - Croissance, maturation et activité physique
      - Enseignements Scientifiques Transversaux Optionnels *6 crédits*
        - Adaptations physiologiques à l'exercice
        - Biomécanique du geste sportif
    - Bloc B

        - Option sportive Niveau 1 *6 crédits*
            - Préparation physique Niveau 1
            - Choix Option sportive
    - Bloc C
        - Méthodologie d'intervention *6 crédits*
            - Principes généraux de l'entraînement et programmation
            - Méthodologie du projet d'encadrement dans les APS
            - Evaluation de la condition physique
    - Bloc D
        - Anglais *3 crédits*
            - Anglais LANSAD S3 (STAPS)
- Semestre 4 (ES)
    - Bloc A
        - Enseignements scientifiques transversaux communs *3 crédits*
            - Du geste à l'intervention: approche ergonomique
        - Enseignements scientifiques transversaux optionnels *6 crédits*
            - Anatomie fonctionnelle
            - Théorie de la motricité et du contrôle moteur
    - Bloc B
        - Option Sportive Niveau 2 *3 crédits*
            - Choix Option Sportive
        - Stage *3 crédits*
            - Stage ES
            - 100h pratique + 50h encadrement APSA en structure extra univ
    - Bloc C
        - Enseignements scientifiques spécifiques à la mention *3 crédits*
            - Aides ergogéniques à la performance
            - Analyse de l'activité de l'entraîneur
        - Enseignemts techniques, technologiques spécifiques mention *6 crédits*
            - Préparation physique niveau 2
            - Préparation mentale
            - Analyse vidéo
    - Bloc D
        - Enseignement lié au projet de formation *3 crédits*
            - PPF
            - Choix 1 option
        - Anglais *3 crédits*
            - Anglais LANSAD S4 (STAPS)

- **N3 Entraînement Sportif**
    - Semestre 5 (ES)
        - Bloc A: Bloc Scientifique
            - Adaptations physiologiques à l'entraînement *3 crédits*
                - Adaptations physiologiques à l'entraînement
            - Analyse de l'activité sportive *3 crédits*

        - Analyse mécanique du geste sportif. Etudes de cas
    - Analyse anthropologique de l'expérience professionelle *3 crédits*
        - Analyse anthropologique de l'expérience professionelle
    - Approche psychologique de la performance *3 crédits*
        - Approche psychologique de la performance
  - Bloc B: Bloc Option Sportive
    - Choix option sportive *6 crédits*
        - Option sportive Haltérophilie, Musculation
        - Option sportive Fitness
        - Option sportive Football
  - Bloc C: Bloc transversal Entraînement
    - Evaluation, programmation *6 crédits*
        - Evaluation de la performance
        - Fatigue, surentraînement et santé du sportif
        - Planification de l'entraînement
    - Stage: analyse de l'activité, approche scientifique *3 crédits*
        - AP et Sport : Objet de recherche S5
  - Bloc E: Bloc Transversal
    - Anglais *3 crédits*
        - Anglais LANSAD S5 (STAPS)
- Semestre 6 (ES)
  - Bloc B': Bloc Option Sportive
    - Choix Option Sportive *9 crédits*
        - Option sportive Haltérophilie, Musculation
        - Option sportive Fitness
        - Option sportive Football
  - Bloc C': Bloc transversal Entraînement
    - Enseignements scientifiques *3 crédits*
        - Expérience, engagement dans l'entraînement sportif
        - Approche ergonomique
    - Analyse de l'activité sportive *3 crédits*
        - Analyse quantitative du geste sportif
        - AP et Sport : Objet de recherche S6
  - Bloc D: Bloc Stage
    - Formation professionnelle à l'entraînement sportif *6 crédits*
        - Analyse réflexive sur sa pratique d'entraîneur
        - Stage
  - Bloc E': Bloc Transversal
    - Gestion, organisation, création d'un projet sportif *3 crédits*
        - Management d'un projet sportif
        - Gestion des structures
        - Filières sportives et sport de haut niveau
    - Choix UE Libre *3 crédits*
    - Langue vivante *3 crédits*

- Anglais LANSAD S6 (STAPS)

Rythme

Temps plein

La formation comporte environ 18 à 25 heures d'enseignements hebdomadaires selon les semaines, les semestres et les années.

L'année débute au 1er septembre et s'étend jusqu'au 30 juin pour les examens de 2de chance.

Plusieurs périodes de suspension des cours sont programmées :

1 semaine pendant les vacances de la Toussaint, 2 semaines pour les vacances de Noël, 1 semaine aux vacances d'Hiver et 2 semaines aux vacances de Printemps.

Les examens de session initiale (1ère session) ont lieu la semaine précédant les vacances de Noël pour le 1er semestre et la semaine précédant ou suivant les vacances de Printemps pour le second semestre

Les examens de 2de chance (2de session) ont lieu courant juin.

Aménagé

L'étudiant sportif de haut niveau ou de bon niveau peut bénéficier d'un Régime Spécial d'Etudiant (RSE) permettant d'excuser les absences liées à son activité sportive. Il est possible pour l'étudiant, en fonction de ses contraintes professionnelles, de changer de groupe de TP. Des modalités d'examen spécifiques pouvant aller jusqu'à des sessions spéciales peuvent être organisées.

Il est possible d'envisager un étalement de chaque niveau de formation sur deux ans, au regard des contraintes de l'étudiant.

Compatibilité avec une activité professionnelle

L'étudiant peut bénéficier d'un Régime Spécial d'Etudiant (RSE) permettant d'excuser les absences liées à l'activité professionnelle. Il est possible pour l'étudiant, en fonction de ses contraintes professionnelles, de changer de groupe de TP. Des modalités d'examen spécifiques sont proposées pour les RSE.

Il est possible d'envisager un étalement de chaque niveau de formation sur deux ans, au regard des contraintes de l'étudiant

Stage(s)

Stage(s)

Oui, obligatoires

Informations complémentaires sur le(s) stage(s)

En Licence 2 : Un stage obligatoire de découverte de 50 h est présent. Il implique une activité d'observation et une activité de co-intervention.

En Licence 3 : Un stage obligatoire spécifique de 150 h est présent dans chacune des mentions de la formation. Ce stage est accompagné d'un enseignement centré sur l'analyse réflexive sur sa pratique d'intervenant.

Les stages doivent obligatoirement être réalisés dans l'option sportive choisie.
Dans l'option Haltérophilie-Musculation, à la fin de son niveau 3, l'étudiant doit avoir fait au moins 50 h (sur les 200 h cumulées des niveaux 2 et 3) d'encadrement spécifiquement en musculation et/ou haltérophilie, le volume restant pouvant être réalisé sur une préparation physique intégrée.
Dans l'option Fitness, à la fin de son niveau 3, l'étudiant doit avoir fait au moins 100 h (sur les 200 h cumulées des niveaux 2 et 3) en cours collectifs d'activités de la forme.

Pratique d'encadrement liée au DEUG : Au cours de 2 premières années de la licence, en plus du stage spécifique de la mention ES, l''étudiant doit attester de 100 h de pratique physique et de 50 h d'intervention en activités physique à visée d'initiation, de découverte ou de loisir, dans la perspective de la délivrance du DEUG.

Modalités d'évaluation

La stratégie d'évaluation des acquis vise à favoriser la part des évaluations continues sur les enseignements généraux de la licence ES en allant vers la L3. La stratégie globale d'évaluation vise à amener les étudiants de la capacité à faire état des connaissances fondamentales (écrits terminaux, éventuellement sous forme de QCM) vers leur capacité à mobiliser ces connaissances dans le cadre de la résolution des problèmes (écrits terminaux dissertés, oraux, dossiers, ….).

Au regard des enseignements spécifiques à l'option sportive, les évaluations orales seront privilégiées afin, là encore, d'évaluer l' étudiant sur une approche plus multidisciplinaire se rapprochant des attentes de terrain, et dans un contexte de mise en situation évolutive.

- Blocs non compensables et N2 et N3

La maquette est organisée en blocs non compensables, correspondant aux trois grands blocs de compétences

- Bloc Compétences Scientifiques
- Bloc Compétences technologiques
- Bloc Compétences en Méthodologie de l'Intervention

Chacun des blocs doit être validé chaque année pour pouvoir valider l'année.

Et après ?

Niveau de sortie

Année post-bac de sortie

- Bac +3

Niveau de sortie

- Niveau 6 : Maîtrise / Licence
- Niveau 5 : Bac + 2 / DEUG / BTS / DUT / DEUST

Compétences visées

URL Fiche RNCP

L'ensemble des compétences visées est présenté dans la fiche RNCP de la licence ES :

RNCP 35946

Activités visées / compétences attestées

Les compétences et connaissances attendues en fin de formation de licence sont spécifiques aux débouchés de la mention ES. Toutefois, l'étape intermédiaire à niveau bac + 2 est essentielle compte-tenu que le milieu professionnel visé est un milieu règlementé par le Code du Sport, qui prévoit que le premier diplôme permettant d'intervenir en face à face pédagogique contre rémunération est le DEUG STAPS qui permet l'obtention d'une carte professionnelle.

La compétence essentielle attendue pour tout étudiant à la fin de la L2 est la capacité à réinvestir les connaissances scientifiques pluridisciplinaires et les connaissances techniques dans une activité de face à face pédagogique dans le domaine des activités physiques et/ou sportives (découverte, initiation, apprentissage, loisir) auprès d'un public d'enfants, d'adolescents ou d'adultes.

Cette compétence d'intervention est centrale dans la mention ES mais au service du projet sportif et à visée de performance. La licence vise cependant aussi la compétence à élaborer et planifier des cycles et des programmes dans une recherche de performance. Enfin le caractère universitaire de la formation implique que le diplômé doit être en mesure, de manière autonome, de se former tout au long de sa vie d'entraîneur, et qu'il est donc capable de procéder à une veille sur l'évolution des connaissances scientifiques et techniques, d'analyser et d'examiner de façon critique les conditions de validité d'une connaissance et d'intégrer ces connaissances dans sa pratique pour construire son activité et expliciter ses choix professionnels

Poursuites d'études

La mention ES ne se poursuit pas sur le site clermontois dans une mention ou un parcours spécifique de master dans le champ spécifique de l'entraînement sportif. Toutefois, le diplômé de licence STAPS peut s'orienter vers différents masters hors site clermontois ou vers d'autres domaines de formation STAPS, en fonction de son projet professionnel, par exemple lorsque ce dernier est tourné vers des champs tels que la santé du sportif, entrepreneuriat dans le coaching sportif.

Débouchés professionnels

Secteurs d'activité

Secteurs de l'entraînement sportif, du coaching, du développement personnel par le sport.

Insertion professionnelle

Le professionnel ayant suivi la formation de licence ES a pour vocation d’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, dans la ou les spécialités figurant dans l’annexe descriptive au diplôme :

Cadres sportifs (entraîneur, entraîneur adjoint, préparateur physique) dans la ou les spécialités figurant dans le supplément au diplôme.

La spécialité « Haltérophilie - Musculation » permet également d’encadrer en tant que coach sportif sur les plateaux de musculation dans les salles de remise en forme.

Inscriptions

Coût de la formation

Pour le public de Formation Continue, le tarif horaire est de 15, 20 € pour le niveau 2 et 3
soit 9 697, 60 € pour le niveau 2 et 8 907, 20 € pour le niveau 3