

Licence Sciences et techniques des Activités Physiques et Sportives

Parcours Entraînement sportif

Objectifs

La licence STAPS, parcours entraînement, forme des professionnels spécialistes de la performance sportive. En partant de l'analyse de la motricité dans les situations compétitives à fortes contraintes, le professionnel construit son intervention en prenant en compte le niveau de ressources du pratiquant mais aussi la culture sportive dans laquelle la performance s'inscrit.

Son niveau de réflexion l'amène à conduire un véritable projet de performance, contextualisé, éducatif, respectant l'intégrité et la santé du pratiquant et mené de façon éthique et responsable.

Le professionnel peut être amené à entraîner un individu ou un collectif, il inscrit son action dans la durée, évalue les effets de son intervention et procède aux régulations nécessaires. Il crée ses propres programmes et utilise du matériel innovant, il est formé aux nouvelles technologies.

Il maîtrise les connaissances scientifiques, lui permettant de justifier de ses contenus d'entraînement auprès des autres acteurs du projet de performance avec qui il collabore.

Il a appris à travailler en équipe. Sa grande adaptabilité lui permet d'anticiper sur les évolutions de son métier et d'acquérir de nouvelles compétences.

Conditions d'accès

En 1^{ère} année : Baccalauréat ou équivalent ou validation des acquis de l'expérience (VAE)

En 2^{ème} année : à la suite de la L1 STAPS ou équivalent ou VAE

En 3^{ème} année : à la suite de la L2 Entraînement ou de l'obtention d'un Bac+2 orienté dans le domaine ou VAE

L'accès à cette formation est également possible si vous êtes en activité professionnelle, en recherche d'emploi ou si vous avez interrompu vos études initiales depuis plus d'un an.

Vous relevez alors du statut de stagiaire de la formation continue pour vos études. Vous pouvez accéder à cette formation par les différents dispositifs de validation (VAE, VAPP85, VES). Pour toutes ces questions, il convient de contacter au plus tôt le bureau REVA du service de formation continue.

www.univ-brest.fr/profils/reprise-etudes-vae

www.univ-brest.fr/formation-continue/

Poursuites d'études

À l'issue de la licence, l'étudiant pourra poursuivre son cursus dans un master. Par exemple, en toute logique, il existe le master Expertise et Optimisation de la Performance Sportive - master E.O.P.S.- à Brest ou à Nantes. Il peut s'inscrire au Professorat de sport. Le lauréat d'une licence STAPS peut également s'inscrire au master MEEF pour se présenter à des concours de la fonction publique (Professorat des écoles, CAPEPS). Enfin il peut s'inscrire au concours de la fonction publique territoriale (concours ETAPS).

Insertion professionnelle

L'insertion professionnelle pourra se faire dans les structures d'entraînement sportif (clubs, comités, ligues), dans les collectivités territoriales ou pour son propre compte dans le coaching.

Infos pratiques

Faculté des Sciences du Sport et de l'Éducation à Brest
Ouvert en stage

Contacts

Responsable pédagogique

Le Bras Laurent
laurent.lebras@univ-brest.fr

Mazet Eric
eric.mazet@univ-brest.fr

Contact administratif

Scolarité
Tel. 02 98 01 80 15

Responsable Secrétariat pédagogique

Scolarité Fac. SSE
scolarite.FSSE@univ-brest.fr

Programme

L2

Semestre 3

UEB : Encadrer et analyser l'activités des pratiquants dans le cadre d'AP et/ou sportives, artistiques, de loisir, de santé 28h

- Analyser l'activité des pratiquants en situation et concevoir un projet d'intervention
- Eprouver une expérience motrice d'adaptation à un environnement en vue de l'obtention du DEUG STAPS #7

UEC : Analyser l'activité des acteurs dans leur environnement 54h

- Analyser les rapports entre les acteurs et leur environnement dans leurs dimensions historiques, sociologiques et psychologiques
- Adaptations et régulations de pratiques physiques dans leurs dimensions biomécaniques, physiologiques et psychologiques

UED : Parcours 27h

- Parcours Activité Physique Adaptée et Santé 47.5h
- Majeure Education et motricité 54h
- Mineure Activité physique adaptée de santé 18h
- Majeure Entraînement sportif 54h
- Langue vivante (Anglais) 15h
- Usages du numérique et de l'informatique 12h
- Mineure Education et motricité 18h
- Mineure Entraînement sportif 18h
- Mineure Management du sport 18h
- Mineure Sciences de l'éducation 18h
- Majeure Management du sport 54h

UE Optionnelle (facultatif) 24h

- Préparation à la licence professionnelle 24h
- Préparation ENS - N2 24h
- BNSSA 24h
- Participation à la vie de la composante
- Spécialité sportive 36h
 - Athlétisme 36h
 - Badminton 36h
 - Basket Ball 36h
 - Boxe 36h
 - Danse 36h
 - Escalade 36h
 - Football 36h
 - Gymnastique 36h
 - Handball 36h
 - Judo 36h
 - Natation 36h
 - Rugby 36h
 - Tennis de Table 36h
 - Tennis 36h
 - Voile 36h
 - Volley-Ball 36h

Semestre 4

UEA : Compétences transversales et linguistiques 30h

- Langue vivante (Anglais) 18h
- Usages du numérique et de l'informatique 12h

UEB : Compétences communes scientifiques et techniques 102h

- Biomécanique articulaire 12h
- Régulation du milieu intérieur 18h
- Sociologie appliquée au sport 18h
- Psychologie : mouvement, action, performance 18h
- Spécialité sportive 36h
 - Athlétisme 36h
 - Badminton 36h
 - Basket Ball 36h
 - Boxe 36h

- Danse 36h
- Escalade 36h
- Football 36h
- Gymnastique 36h
- Handball 36h
- Judo 36h
- Natation 36h
- Rugby 36h
- Tennis de Table 36h
- Tennis 36h
- Voile 36h
- Volley Ball 36h

UEE Expérience professionnelle 45h

- Stage

UE Optionnelle (facultatif) 24h

- Préparation à la licence professionnelle 24h
- Métiers de la rééducation 24h
- Préparation ENS - N3 24h
- Concours de la fonction publique 24h
- BNSSA 24h
- Participation à la vie de la composante

UEC : Compétences spécifiques en entraînement sportif 81h

- Ressources mises en jeu lors de l'entraînement 18h
- Outils d'analyse et évaluation des sportifs 18h
- Contexte institutionnel 9h
- Développer les habiletés techniques et tactiques des pratiquants 18h
- Suivi et analyse de situations de stage 18h

UED : Compétences spécifiques en entraînement sportif 72h

- APSA 10 (Athlétisme) 18h
- APSA 11 (Pratiques d'entretien et de renforcement) 18h
- APSA 12 (Handball ou voile) 18h
- APSA 13 (Football ou voile) 18h

L3

Semestre 5

UEA : Compétences transversales et spécialité sportive 84h

- Langue vivante (Anglais) 18h
- Outils d'analyse vidéo 18h
- Technique de communication écrite 12h
- Spécialité sportive 36h

UEB : Compétences en pratique d'intervention 66h

- Musculation-haltéro 24h
- Préparation physique spécifique 24h
- Stage de préparation sportive 18h

UEC : Compétences scientifiques et techniques pour l'entraînement 54h

- Physiologie du sport 18h
- Psychologie du sport 18h
- Analyse vidéo de la motricité 18h

UED : Compétences professionnelles 30h

- Stage 6h
- Méthodologie du projet 6h
- Intervention en entraînement 18h
- Gestion administrative et financière

Semestre 6

UEA : Compétences transversales et spécialité sportive 66h

- Langue vivante (Anglais) 18h
- Technique de communication orale 12h
- Spécialité sportive 36h

UEB : Compétences en pratique d'intervention 48h

- Athlétisme : fondamentaux 24h

- Handball ou Football ou en Nautisme	24h		
UEC : Compétences scientifiques et techniques pour l'entraînement	74h	UED : Compétences professionnelles	36h
- Préparation mentale	18h	- Intervention en entraînement	18h
- Concevoir l'entraînement	28h	- Stage et gestion de projet	6h
- Suivi médical et entraînement	16h	- Feedback vidéo des situations sportives	6h
- Ethique et déontologie, philosophie du corps	12h	- Réseaux et site web	6h
		UE Libre	24h

Dernière mise à jour le 22 mars 2023

UEB : Encadrer et analyser l'activités des pratiquants dans le cadre d'AP et/ou sportives, artistiques, de loisir, de santé

Présentation

Nouvelle maquette en cours de finalisation. Prochainement disponible.

4 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 27h

Cours Magistral : 1h

Analyser l'activité des pratiquants en situation et concevoir un projet d'intervention

2 crédits ECTS

Eprouver une expérience motrice d'adaptation à un environnement en vue de l'obtention du DEUG STAPS #7

2 crédits ECTS

UEC : Analyser l'activité des acteurs dans leur environnement

Présentation

Nouvelle maquette en cours de finalisation. Prochainement disponible.

5 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 15h

Cours Magistral : 30h

Travaux Pratiques : 9h

Analyser les rapports entre les acteurs et leur environnement dans leurs dimensions historiques, sociologiques et psychologiques

3 crédits ECTS

Adaptations et régulations de pratiques physiques dans leurs dimensions biomécaniques, physiologiques et psychologiques

2 crédits ECTS

UED : Parcours

Présentation

4 Parcours proposés aux étudiants :

- Activité Physique Adaptée et Santé
- Education et Motricité
- Entraînement Sportif
- Management du Sport

6 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Pratiques : 12h

Travaux Dirigés : 15h

Parcours Activité Physique Adaptée et Santé

6 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 4.5h

Cours Magistral : 34h

Travaux Pratiques : 9h



Université de Bretagne Occidentale

Majeure Education et motricité

Mineure Activité physique adaptée de santé

Majeure Entraînement sportif



Université de Bretagne Occidentale

Langue vivante (Anglais)

Usages du numérique et de l'informatique

Mineure Education et motricité



Université de Bretagne Occidentale

Mineure Entraînement sportif



Université de Bretagne Occidentale

Mineure Management du sport



Université de Bretagne Occidentale

Mineure Sciences de l'éducation



Université de Bretagne Occidentale

Majeure Management du sport

UE Optionnelle (facultatif)

2 crédits ECTS

Volume horaire

Cours Magistral : 24h



Université de Bretagne Occidentale

Préparation à la licence professionnelle

Préparation ENS - N2

BNSSA

Présentation

Ce cours doit obligatoirement être suivi sur les 2 semestres (semestre 3 et semestre 4).
nombre de place : 20 à 25 étudiants

Pré-requis nécessaires

Test de sélection.

Participation à la vie de la composante

Présentation

Cette option facultatif permet aux étudiant-e-s de la composante de participer à la vie de la composante (salon étudiants : azimut, Journée portes ouvertes de l'UBO, immersion Lycéen..)

Spécialité sportive

Présentation

L'étudiant-e devra choisir une spécialité sportive parmi les 16 possibilités listées ci-après :

Athlétisme, Badminton, Basket-ball, Boxe, Danse, Escalade, Football, Gymnastique, Handball, Judo, Natation, Rugby, Tennis de Table, Tennis, Voile, Volley-ball.

Le choix de la spécialité se fait pour les 2 semestres d'année de L2 (semestres 3 et 4).

Athlétisme

Badminton

Basket Ball

Boxe

Danse

Escalade

Football



Université de Bretagne Occidentale

Gymnastique

Handball

Judo

Natation

Rugby

Tennis de Table

Tennis



Université de Bretagne Occidentale

Voile



Université de Bretagne Occidentale

Volley-Ball

UEA : Compétences transversales et linguistiques

3 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Pratiques : 12h

Travaux Dirigés : 18h



Université de Bretagne Occidentale

Langue vivante (Anglais)

Usages du numérique et de l'informatique

UEB : Compétences communes scientifiques et techniques

12 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 54h

Cours Magistral : 48h



Université de Bretagne Occidentale

Biomécanique articulaire

Régulation du milieu intérieur



Université de Bretagne Occidentale

Sociologie appliquée au sport



Université de Bretagne Occidentale

Psychologie : mouvement, action, performance

Spécialité sportive

Présentation

L'étudiant-e devra choisir une spécialité sportive parmi les 16 possibilités listées ci-après :

Athlétisme, Badminton, Basket-ball, Boxe, Danse, Escalade, Football, Gymnastique, Handball, Judo, Natation, Rugby, Tennis de Table, Tennis, Voile, Volley-ball.

Le choix de la spécialité se fait pour les 2 semestres d'année de L2 (semestres 3 et 4).

Athlétisme

Badminton

Basket Ball

Boxe

Danse

Escalade

Football



Université de Bretagne Occidentale

Gymnastique

Handball

Judo

Natation

Rugby

Tennis de Table

Tennis

Voile



Université de Bretagne Occidentale

Volley Ball

UEE Expérience professionnelle

2 crédits ECTS

Volume horaire

Stages : 45h



Université de Bretagne Occidentale

Stage

UE Optionnelle (facultatif)

2 crédits ECTS

Volume horaire

Cours Magistral : 24h



Université de Bretagne Occidentale

Préparation à la licence professionnelle



Université de Bretagne Occidentale

Métiers de la rééducation

Préparation ENS - N3



Université de Bretagne Occidentale

Concours de la fonction publique

BNSSA

Présentation

Ce cours doit obligatoirement être suivi sur les 2 semestres (semestre 3 et semestre 4).

nombre de place : 20 à 25 étudiants

Participation à la vie de la composante

Présentation

Cette option facultatif permet aux étudiant-e-s de la composante de participer à la vie de la composante (salon étudiants : azimut, Journée portes ouvertes de l'UBO, immersion Lycéen..)

UEC : Compétences spécifiques en entraînement sportif

7 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 78h

Cours Magistral : 3h

Ressources mises en jeu lors de l'entraînement

Outils d'analyse et évaluation des sportifs

Contexte institutionnel



Université de Bretagne Occidentale

Développer les habiletés techniques et tactiques des pratiquants

Suivi et analyse de situations de stage

UED : Compétences spécifiques en entraînement sportif

6 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 72h



Université de Bretagne Occidentale

APSA 10 (Athlétisme)

APSA 11 (Pratiques d'entretien et de renforcement)

APSA 12 (Handball ou voile)

APSA 13 (Football ou voile)

UEA : Compétences transversales et spécialité sportive

9 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 72h

Travaux Pratiques : 12h



Université de Bretagne Occidentale

Langue vivante (Anglais)

Outils d'analyse vidéo



Université de Bretagne Occidentale

Technique de communication écrite



Université de Bretagne Occidentale

Spécialité sportive

UEB : Compétences en pratique d'intervention

7 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 66h

Musculation-haltéro

Préparation physique spécifique



Université de Bretagne Occidentale

Stage de préparation sportive

UEC : Compétences scientifiques et techniques pour l'entraînement

8 crédits ECTS

Volume horaire

Cours Magistral : 15h

Travaux Dirigés : 39h



Université de Bretagne Occidentale

Physiologie du sport

Psychologie du sport

Analyse vidéo de la motricité

UED : Compétences professionnelles

6 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 18h

Cours Magistral : 12h



Université de Bretagne Occidentale

Stage

Méthodologie du projet

Intervention en entraînement



Université de Bretagne Occidentale

Gestion administrative et financière

UEA : Compétences transversales et spécialité sportive

6 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 66h



Université de Bretagne Occidentale

Langue vivante (Anglais)

Technique de communication orale



Université de Bretagne Occidentale

Spécialité sportive

UEB : Compétences en pratique d'intervention

6 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 48h

Athlétisme : fondamentaux

Handball ou Football ou en Nautisme

UEC : Compétences scientifiques et techniques pour l'entraînement

10 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 66h

Cours Magistral : 8h

Préparation mentale

Concevoir l'entraînement

Suivi médical et entraînement



Université de Bretagne Occidentale

Ethique et déontologie, philosophie du corps

UED : Compétences professionnelles

6 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 24h

Travaux Pratiques : 6h

Cours Magistral : 6h

Intervention en entraînement

Stage et gestion de projet



Université de Bretagne Occidentale

Feedback vidéo des situations sportives



Université de Bretagne Occidentale

Réseaux et site web

UE Libre

2 crédits ECTS

Volume horaire

Cours Magistral : 24h