

Licence 2 et 3 mention Entraînement sportif (Rennes)

Présentation

La licence STAPS permet d'acquérir des connaissances approfondies relatives aux activités physiques sportives et artistiques (APSA), dans toutes leurs dimensions (technique, institutionnelle, historique, psychologique, sociologique, physiologique, biomécanique, juridique...).

Objectifs

La mention "Entraînement sportif" (à Rennes) permet de développer des compétences dans le domaine de l'entraînement ou du réentraînement quelle que soit la population visée, d'acquérir des connaissances dans les champs scientifiques principalement intéressés par les processus liés à la performance et enfin, de comprendre et maîtriser l'environnement dans lequel prendra part son activité professionnelle. Le titulaire de ce parcours prend en charge différents publics à des fins d'amélioration de la performance ou de développement personnel dans la ou les spécialités figurant dans le supplément au diplôme.

Compétences visées

Le titulaire de cette 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, de la condition physique ou de développement personnel.

- > Il conçoit des programmes d'entraînement à partir du diagnostic qu'il opère.
- > Il conduit les séances d'entraînement ou de réentraînement.
- > Il communique et participe à la protection des sportifs.
- > Il transmet les recommandations en matière d'hygiène de vie.

Et après ?

Poursuite d'études dans l'établissement

- > Master mention Entraînement et optimisation de la performance sportive, parcours Monitoring optimisation et prévention

Débouchés professionnels

À titre d'exemple les débouchés possibles sont : entraîneur sportif, cadre dans le milieu de la santé, directeur technique, préparateur physique, préparation concours administratifs (catégorie A ou B) de la fonction publique d'État et de la fonction publique territoriale. Elle permet aussi de se positionner sur le marché des postes de cadres intermédiaires dans le secteur du sport ou de la santé.

Les + de la formation ?

Stage

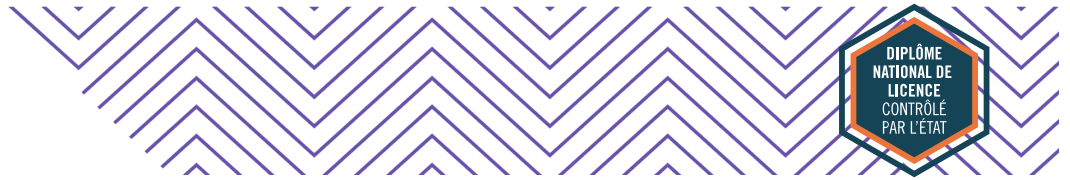
- > **Stage:** Obligatoire (100h en Licence 1 et 150h en Licence 2)

Dans le cadre de la licence STAPS Entraînement sportif, l'étudiant devra réaliser **250h de stage** au sein d'une ou plusieurs structures sportives (club, association...). Plus précisément, en **2e année (L2)**, les stages des semestres 3 et 4 (50h/semestre) amèneront progressivement l'étudiant d'une situation d'observation vers une situation d'intervention. Ces stages donneront lieu à un rapport de stage présentant les activités d'observation et d'intervention réalisées. En **3e année (L3)**, la mise en stage interventionnelle au **semestre 5 et au semestre 6 (75h/semestre)** placera l'étudiant au cœur du dispositif professionnel. Ce stage sera doublé en fin d'année d'un mémoire avec soutenance orale.

En résumé
Crédits ECTS : 120 crédits

Durée : 2 ans

Niveau d'étude visé : BAC+3



Modalité d'enseignement

- * Formation initiale
- * Formation continue

Nature de la formation : Diplôme national de l'Ens Sup.

Langue(s) d'enseignement : Français

Stage : Obligatoire (100h en Licence 1 et 150h en Licence 2)

Programme

Programme

Licence 2

Semestre 3

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UEF1 Enseignements d'APSA 1	UEF				2 crédits
Polyvalences 1	ENPS				
Natation	ENPS				
Préparation physique	ENPS				
Triathlon	ENPS				
Danse	ENPS				
Football	ENPS				
Gymnastique	ENPS				
Handball	ENPS				
Voile	ENPS				
Volley-ball	ENPS				
Basket-ball	ENPS				
Boxe - savatte	ENPS				
Canë-kayak	ENPS				
Golf	ENPS				
Judo	ENPS				
Rugby	ENPS				
Tennis	ENPS				
Cyclisme	ENPS				
Fitness	ENPS				
Athlétisme	ENPS				
Badminton	ENPS				
Polyvalences 2	ENPS				
Natation	ENPS				
Préparation physique	ENPS				
Triathlon	ENPS				
Danse	ENPS				
Football	ENPS				
Gymnastique	ENPS				
Handball	ENPS				
Voile	ENPS				
Volley-ball	ENPS				
Basket-ball	ENPS				
Boxe - savatte	ENPS				
Canë-kayak	ENPS				
Golf	ENPS				

Judo	ENPS	
Rugby	ENPS	
Tennis	ENPS	
Cyclisme	ENPS	
Fitness	ENPS	
Athlétisme	ENPS	
Badminton	ENPS	
UEF2 Enseignements scientifiques 1	UEF	9 crédits
Sciences Humaines et Sociales	ENSF	4,5 crédits
Sciences de la vie	ENSF	4,5 crédits
UEF3 Définition et développement des ressources physiques	UEF	5 crédits
Définition et développement des qualités physiques	ENSF	2 crédits
Renforcement musculaire	ENSF	1 crédits
Développement de ressources énergétiques	ENSF	2 crédits
UES1-Spécialité sportive 1	UESP	6 crédits
Stage obligatoire dans la spécialité sportive	ENSF	2 crédits
Présentation et tutorat de stage	ENSF	
Stage obligaoire dans la spécialité sportive (50h)	ENSF	
Spécialité sportive	ENSC	4 crédits
Badminton	ENSC	
Canoë-kayak	ENSC	
Cyclisme	ENSC	
Judo	ENSC	
Basket	ENSC	
Natation	ENSC	
Voile	ENSC	
Football	ENSC	
Handball	ENSC	
Athlétisme	ENSC	
Gymnastique	ENSC	
Rugby	ENSC	
Tennis	ENSC	
Triathlon	ENSC	
UET3 - Enseignements Transversaux	UEPL	5 crédits
Outils d'évaluation des ressource physiques	ENPL	2 crédits
Analyse du mouvement	ENPL	2 crédits
Théorie de l'intervention	ENPL	1 crédits
UEL3 - Langue	UEL	3 crédits
UENF3 - Enseignements facultatifs	UENF	
Langue	AN	
Sport	SPOF	
Validation de l'Engagement Etudiant	VEE	
Langues anciennes	ENLA	
Grec ancien	ENLA	
Latin	ENLA	

Semestre 4

Nature CM TD TP Crédits

UEF1 - Enseignements d'APSA 2	UEF	2 crédits
Polyvalences 1	ENPS	1 crédits
Football	ENPS	
Judo	ENPS	
Golf	ENPS	
Gymnastique	ENPS	
Handball	ENPS	
Rugby	ENPS	
Danse	ENPS	
Fitness	ENPS	
Tennis	ENPS	
Voile	ENPS	
Athlétisme	ENPS	
Badminton	ENPS	
Basket-ball	ENPS	
Boxe, Savatte	ENPS	
Canoë-kayak	ENPS	
Volley-ball	ENPS	
Cyclisme	ENPS	
Natation	ENPS	
Triathlon	ENPS	
Préparation physique	ENPS	
Polyvalences 2	ENPS	1 crédits
Football	ENPS	
Judo	ENPS	
Golf	ENPS	
Gymnastique	ENPS	
Handball	ENPS	
Rugby	ENPS	
Danse	ENPS	
Fitness	ENPS	
Tennis	ENPS	
Voile	ENPS	
Athlétisme	ENPS	
Badminton	ENPS	
Basket-ball	ENPS	
Boxe, Savatte	ENPS	
Canoë-kayak	ENPS	
Volley-ball	ENPS	
Cyclisme	ENPS	
Natation	ENPS	
Triathlon	ENPS	
Préparation physique	ENPS	
UEF2 - Enseignements scientifiques 2	UEF	9 crédits
Biomécanique du mouvement	ENSF	5 crédits
Communication et contrôle de grandes fonctions	ENSF	3 crédits
UEF3 - Déterminants de la performance	UEF	5 crédits
Approche psychologique de la performance	UEF	2 crédits
Approche physiologique et neuromusculaire de la performance	UEF	2 crédits
Renforcement musculaire	UEF	1 crédits

UES1 - Spécialité sportive 2	UESP	6 crédits
Spécialité sportive	ENES	4 crédits
Cyclisme	ENPS	
Judo	ENPS	
Voile	ENPS	
Badminton	ENPS	
Canoë-kayak	ENPS	
Rugby	ENPS	
Tennis	ENPS	
Football	ENPS	
Natation	ENPS	
Athlétisme	ENPS	
Gymnastique	ENPS	
Handball	ENPS	
Triathlon	ENPS	
Basket	ENPS	
Stage obligatoire dans la spécialité sportive (50h)	STAG	2 crédits
Stage obligatoire dans la spécialité sportive (50h)	STAG	
Présentation et tutorat de stage 2	STAG	
UET4 - Sciences de l'entraînement	UEPL	5 crédits
Planification et programmation de l'entraînement	ENPL	3 crédits
Tests de terrain	ENPL	2 crédits
UEL4 - Langue	UEL	3 crédits
UENF4 - Enseignements facultatifs	UENF	
Langue LV2	AN	
Sport	SPOF	
Validation de l'Engagement Etudiant	VEE	
Langues anciennes	ENLA	
Grec ancien	ENLA	
Latin	ENLA	

Licence 3

Semestre 5

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UEF1 - Sciences de l'entraînement 1	UEF				7 crédits
Analyse de la Performance Sportive en Rotation	ENSF				2 crédits
Outils et méthodes d'analyse biomécanique du mouvement	ENSF				2 crédits
Entraînement et populations spécifiques	ENSF				3 crédits
UEF2 - Initiation à la recherche 1	UEF				5 crédits
Formation aux statistiques	ENSF				1,5 crédits
Recherche bibliographique et lecture critique	ENSF				3,5 crédits
UES1 - Spécialité sportive 3	UESP				10 crédits
Spécialité sportive	ENSC				8 crédits
Voile	ENSC				
Football	ENSC				

Handball	ENSC	
Natation	ENSC	
Tennis	ENSC	
Canoé-Kayak	ENSC	
Cyclisme	ENSC	
Judo	ENSC	
Badminton	ENSC	
Triathlon	ENSC	
Gymnastique	ENSC	
Athlétisme	ENSC	
Rugby	ENSC	
Basket	ENSC	
Stage obligatoire dans la spécialité sportive 3	ENSF	2 crédits
UET5 - Enseignements transversaux	UEPL	5 crédits
Introduction aux méthodes numériques	ENTV	1 crédits
Bases scientifiques de la préparation physique	ENTV	3,5 crédits
Interaction entraîneurs sportifs	ENTV	1,5 crédits
UEL5 - Langue	UEL	3 crédits
UENF5 - Enseignements facultatifs	UENF	
Langue LV2	AN	
Sport	SPOF	
Validation de l'Engagement Etudiant	VEE	
Langues anciennes	ENLA	
Latin	ENLA	
Grec	ENLA	

Semestre 6

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UEF1 - Sciences de l'entrainement 2	UEF				5 crédits
Fatigue et défense : modulation par l'hygiène de vie	ENSF				4 crédits
Efficience énergétique du sportif	ENSF				2 crédits
Diététique et Nutrition Sportive	ENSF				1 crédits
UEF2 - Structure du milieu de l'entrainement	UEF				2 crédits
OrganiDéveloppement de Projet en Structure	ENSF				1 crédits
Organisation du Sport	ENSF				1 crédits
UEF3 - Initiation à la recherche 2	UEF				5 crédits
Mémoire d'initiation à la recherche	ENSF				5 crédits
UES1 - Spécialité sportive 4	UESP				10 crédits
Stage obligatoire dans la spécialité sportive 4	ENSF				2 crédits
Spécialité Sportive	ENES				8 crédits
Basket	ENES				10 crédits
Tennis	ENES				
Voile	ENES				
Badminton	ENES				
Judo	ENES				
Rugby	ENES				
Triathlon	ENES				

Cyclisme	ENES	
Gymnastique	ENES	
Handball	ENES	
Natation	ENES	
Canoe-kayak	ENES	
Athlétisme	ENES	
Football	ENES	
UET6 - Sciences de l'entraînement	UEPL	5 crédits
Bases scientifiques de la préparation physique	ENTV	3,5 crédits
Préparation psychologique à la performance	ENTV	1,5 crédits
Introduction Sciences des données	ENTV	
UEL6 - Langue	UEL	3 crédits
UENF6 - Enseignements facultatifs	UENF	
Langue LV2	AN	
Validation de l'Engagement Etudiant	VEE	
Sport	SPOF	
Langues anciennes	ENLA	
Latin	ENLA	
Grec	ENLA	