Licence 2 et 3 Ergonomie du sport et performance motrice (Rennes)

Présentation

La 1re année (L1) est commune à tous les étudiants. À partir de la 2e année (au semestre 3), les étudiants se spécialisent, au regard des différents milieux d'intervention possibles, en 5 parcours :
> Management du sport
> Éducation et motricité
> Activités physiques adaptées santé
> **Ergonomie du sport et de la performance motrice**
> Entraînement sportif
Chaque parcours débouche sur un master disponible sur Rennes.

Compétences visées

Le titulaire de cette licence met en relation le concepteur de matériels et son utilisateur. Il est aussi susceptible d'apporter une réflexion sur la réalisation et l'aménagement des espaces sportifs et professionnels.
Le titulaire de cette licence :
- connaît les déterminants et les facteurs de risques des activités physiques et sportives en fonction des publics ou des exigences des tâches,
- maîtrise les éléments et les étapes essentielles de la conception des produits et des tâches en lien avec l'équipe de conception,
- maîtrise les outils et les protocoles d'évaluation et les tests,
- maîtrise les éléments essentiels des processus d'industrialisation,
- connaît les liens entre activité physique, alimentation et santé,
- connaît les pathologies et les différents handicaps,
- connaît la sécurité des équipements et leur adéquation aux différents publics.

Et après ?

Poursuite d'études dans l'établissement
> Master STAPS : ingénierie et ergonomie de l'activité physique, parcours Activité et performance

Les + de la formation ?

International

Suivez un semestre ou deux dans une université étrangère (principalement en troisième ou quatrième année).
- Erasmus :
Belgique / Bulgarie / Espagne / Hongrie / Italie / Portugal / Royaume-Uni / Slovénie
- Conventions bilatérales hors Europe :
Argentine / Australie / Brésil / États-Unis / Japon
- Programme BCI (ex CREPUQ) :
Québec

Stage

> **Stage**: Obligatoire (250h en Licence 3)

Dans le parcours Ergonomie, **le stage de L2 est remplacé par un mini projet tutoré**.

En 3e année (L3), un stage de 250h en alternance a lieu dans ce parcours. Cette mise en stage interventionnelle au semestre 5 et au semestre 6 place l'étudiant au cœur du dispositif professionnel. Ce stage est doublé en fin d'année d'un mémoire avec soutenance orale.

Infos pratiques

> **Composante(s)** : UFR Sciences et techniques des activités physiques et sportives
> **Niveau d'étude visé** : BAC+3
> **Durée** : 2 ans
> **Crédits ECTS** : 120 crédits
> **Modalité d'enseignement** : Formation en présentiel

Informations non contractuelles. Les formations sont proposées sous réserve d'accréditation ministérielle délivrée tous les 5 ans.
Dernière mise à jour le 28 août 2026

Programme

Licence 2

Semestre 3

UEF1 - Pratique et théorie des APSA	6 ects	
APSA 1 - Prépa Physique	3 ects	30h
APSA 2 Natation	2 ects	24h
APSA 3 SCPT	1 ects	12h
UEF2 - Enseignements Scientifiques	9 ects	
Sciences Humaines et Sociales	4,5 ects	18h
Sciences de la vie	4,5 ects	18h
UEF3 - Enseignements Professionnels	7 ects	
Expertise et ergonomie	3 ects	
Définition, concepts et histoire de l'ergonomie	2 ects	12h
Règlementation, législation, santé et travail	1 ects	12h
Approche des Milieux Professionnels	4 ects	
Traumatologie, TMS et risques	1,5 ects	12h
Hygiène, sécurité, évaluation des risques	0,5 ects	4h
Démarche d'analyse et ergonomie	0,5 ects	6h
Ergonomie, grilles ergonomiques et cotations risques TMS	1,5 ects	14h
UET3 - Enseignements Transversaux	5 ects	
APSA 4 yoga	2 ects	24h
Outils et méthodes d'analyse en physiologie	1,5 ects	12h
Outils et méthodes d'analyse en Biomécanique	1,5 ects	12h

Semestre 4

UEF1 - Pratique et Théorie des APSA	6 ects	
APSA 1 - Préparation Physique		30h
APSA 2 Natation		24h
APSA 3 SCPT		12h
UEF2 - Enseignements Scientifiques	8 ects	
Biomécanique du mouvement	4 ects	24h
Communication et contrôle de grandes fonctions	4 ects	18h
UEF3 - Enseignements Professionnels	8 ects	
Expertise et Ingénierie	3 ects	
Environnement Physique		16h
Environnement Psychosocial		8h
AP, Prévention, prise en charge, : asthme, allergies, HTA		12h
Approche des Milieux Professionnels	2 ects	
Analyse de poste et normes en ergonomie		18h
Outils d'analyse et physiologie musculaire		6h
Connaissances Appliquées	3 ects	
Os, tendons, ligaments : Physiologie et biomécanique		12h
Muscle et force : Physiologie et biomécanique		18h
Analyse bioméca appliquée à l'ergonomie		18h
UET4 - Enseignements Transversaux	5 ects	
APSA 4 Yoga	2 ects	24h
Outils et méthodes d'analyse en physiologie	1,5 ects	12h
Outils et méthodes d'analyse en biomécanique	1,5 ects	12h

Licence 3

Semestre 5

Informations non contractuelles. Les formations sont proposées sous réserve d'accréditation ministérielle délivrée tous les 5 ans.
Dernière mise à jour le 28 août 2026

UEF1 - Pratique et théorie des APSA	7 ects	78h
Pratique et théorie APSA 1 : préparation physique	3 ects	36h
Pratique et théorie APSA 2 : Yoga	2 ects	24h
Pratique et théorie APSA 3 : Gymnastique	2 ects	18h
UEF2 - Enseignements scientifiques	5 ects	42h
Physiologie et biomécanique de l'avance en âge	3 ects	22h
Vieillissement et travail	1 ects	12h
APS et contraintes environnementales	1 ects	8h
UEF3 - Enseignements spécifiques et professionnels	7 ects	64h
Approche projet et méthodologie de conception	2 ects	
Approche projet et cahier des charges	1 ects	4h
Outils et méthodes de conception	1 ects	16h
Méthodes d'optimisation, gestes et postures	2 ects	
Méthodes d'optimisation de la performance	1 ects	12h
Ergonomie, gestes et postures	1 ects	12h
SHS et analyse de l'activité	2 ects	18h
Sante, bien être, qualité de vie	1 ects	6h
UEF4 - Connaissances des populations et conditions d'AP	3 ects	54h
Populations spécifiques	2 ects	
AP, Physiologie féminine et différences intersexes	1 ects	12h
AP, prévention et prises en charge de populations patho	1 ects	12h
Environnement et AP	1 ects	
UEF5 - Accompagnement projets de stage et professionnel		8h
Accompagnement de projet de stage		8h
UET5 - Traitement, analyse de données, initiation recherche	5 ects	40h
Méthodes numériques	3 ects	
Introduction aux méthodes numériques	0 ects	6h
Méthodes numériques pour l'ergonomie partie 1	3 ects	18h
Analyse de données bioméca	2 ects	
Bases Mathématiques	1 ects	6h
Outils et méthodes d'analyse biomécanique du mouvement	1 ects	10h

Semestre 6

UEF1 - Pratique et théorie des APSA	7 ects	76h
Pratique et théorie APSA 1 : Préparation physique	3 ects	34h
Pratique et théorie APSA 2 : Education somatique	2 ects	18h
Pratique et théorie APSA 3 : Gym	2 ects	24h
UEF2 - Enseignements scientifiques	7 ects	40h
Handicap, mouvement et travail	3 ects	20h
Fatigue et défense : modulation par l'hygiène de vie	4 ects	20h
UEF3 - Enseignements professionnels et spécialisation	4 ects	30h
SHS analyse de l'activité	2 ects	18h
Rythmes de travail, addictions	2 ects	
Optimisation du temps de travail, travail posté	1 ects	6h
Addictions et activité	1 ects	6h
UEF4 - Accompagnement de projet	4 ects	4h
Accompagnement de projet de stage		4h
Stage	4 ects	
UET6 - Traitement, analyse de données et initiation recherch	5 ects	45h
Méthodes numériques pour l'ergonomie - partie 2	2 ects	24h
Outils de traitement et d'analyse informatique		10h
Notions de statistiques		11h

Informations non contractuelles. Les formations sont proposées sous réserve d'accréditation ministérielle délivrée tous les 5 ans.
Dernière mise à jour le 28 août 2026