

mention **ENTRAÎNEMENT SPORTIF\***  
Mention co-accréditée avec l'Université de Franche-Comté



\* Possibilité de suivre l'option Accès Santé

### ■■■ OBJECTIFS

La Licence entraînement sportif forme des entraîneurs et des préparateurs physiques généralistes ou spécialisés.

Pour cela la formation permet aux étudiants d'acquérir :

- des méthodes et outils en lien avec l'amélioration de la performance physique, mentale et sportive
- l'expertise dans la lecture, l'analyse, la régulation et l'amélioration de la motricité sportive
- des compétences managériales nécessaires à l'évolution professionnelle en tant qu'entraîneur sportif

### ■■■ POUR RÉUSSIR

#### Attendus/Prérequis

- Compétences scientifiques pluridisciplinaires (sciences de la vie, sciences humaines et sociales).
- Compétences en expression écrite.
- Compétences de raisonnement logique.
- Compétences sportives.
- Exercice de responsabilités collectives, associatives ou citoyennes.

#### Formation requise

Baccalauréat

Diplôme d'accès aux études universitaires (DAEU) ou autres titres admis en dispense du baccalauréat.

#### Parcours éligible à AGIL :

Le dispositif AGIL est un parcours personnalisé de formation qui peut être proposé et qui vise à aider les étudiants à acquérir les compétences nécessaires pour réussir en licence. Des modules de remise à niveau ainsi qu'un suivi pédagogique renforcé sont mis en œuvre

#### Tutorat

Un tutorat de rentrée accueille les nouveaux étudiants et leur fait découvrir le campus et le monde universitaire

Un tutorat pédagogique est également organisé.

### ■■■ ET APRÈS...

#### Poursuites d'études

Master dans le domaine de l'entraînement sportif.

#### Débouchés

Entraîneur ou préparateur physique sous l'autorité du responsable de la structure.

Les secteurs d'activités sont multiples : le mouvement sportif (ligues, comités et clubs), le Ministère des Sports et ses structures déconcentrées (CREPS, DRJSCS, DDJS), les collectivités locales et territoriales (services des sports, offices municipaux des sports), le secteur privé marchand (salle de forme, base de loisirs), etc.

### ■■■ COMPÉTENCES ACQUISES

- Acquérir et utiliser des connaissances théoriques et scientifiques dans les champs des sciences humaines et sociales
- Acquérir des connaissances en sciences de la vie
- Élever son niveau de pratique et théorique dans une "spécialité" sportive ou artistique, et dans six activités complémentaires au titre de la "polyvalence"
- Intervenir en responsabilité
- Analyser, diagnostiquer et évaluer les pratiques motrices, sportives et corporelles à partir des connaissances théoriques et scientifiques dans les champs des sciences humaines et sociales

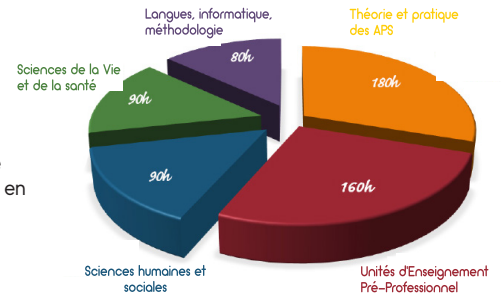
## MATIÈRES ENSEIGNÉES

La L1 STAPS constitue les 2 premiers semestres d'un tronc commun organisé sur les trois premiers semestres de la licence STAPS.

Les matières enseignées sont les suivantes :

- Sciences humaines et sociales
- Sciences de la vie
- Pratiquer, Analyser des APSA
- Intervenir dans le champ des APSA
- Analyser, diagnostiquer et évaluer, Mobiliser des connaissances scientifiques
- Concevoir, réguler et pratiquer : spécialité sportive, analyse de l'expertise, individualisation de l'entraînement
- Intervenir en responsabilité : Conférence sur l'entraînement, langue, adaptation de l'entraînement aux athlètes
- Analyser et diagnostiquer : conception et gestion de projet, organisation d'une manifestation sportive, d'un stage sportif

Répartition annuelle des enseignements en L1 et L2.



La licence 1 avec option accès santé (LAS) permet la poursuite d'études soit en Médecine, Maïeutique, Odontologie, Pharmacie (MMOP) en intégrant la deuxième année du Diplôme de Formation Générale en Sciences Médicales (DFGSM2), soit dans les métiers de la rééducation.



Dijon,  
Le Creusot (L1 - L2)



**Futurs titulaires du bac français**  
<http://lyceens.u-bourgogne.fr>  
**Titulaires d'un diplôme étranger**  
<http://ub-link.u-bourgogne.fr/etudiants-internationaux.html>



**Droits de scolarité**  
170 € (2023-24)  
**Cotisation vie étudiante et de campus (CVEC)**  
92 € (2023-24)

### Priorité géographique

Les étudiant.es résidant dans la Nièvre ou en Saône et Loire doivent demander la L1 du Creusot. En savoir plus sur le site <http://lyceens.u-bourgogne.fr>

Toutes les informations statistiques sur les formations, la vie étudiante, les parcours et la réussite, l'insertion professionnelle sont disponibles sur le site de l'Observatoire de l'Étudiant - uB <http://ode.u-bourgogne.fr> ou en scannant ce QR Code.



Conception : PFVU - uB | 2024

STATISTIQUES



### Fiches filières

- Licence 1
- Licence 2
- Licence 3



25 à 30h de cours / semaine  
et 20h de travail personnel.



Stage en L2 et L3.



L3 : 90 étudiants

CONTACTS

**Pôle Formation et Vie  
Universitaire**  
Maison de l'Université  
03 80 39 39 80  
[pole.formation@u-bourgogne.fr](mailto:pole.formation@u-bourgogne.fr)

**Scolarité**  
[claire.gueniffey@u-bourgogne.fr](mailto:claire.gueniffey@u-bourgogne.fr)  
03 80 39 67 34

"Le sport, c'est ma vie, je fais du tennis, j'ai été classée -15 et après j'ai dû faire un choix entre continuer mon sport ou poursuivre des études. J'ai été raisonnable et j'ai choisi STAPS. J'avais l'idée de faire soit le CAPEPS, soit Professeure des écoles. Il vaut mieux avoir un bac S parce qu'il y a des bases de biomécanique, de la physiologie, de la neurologie, on voit des bases de physique, de mathématiques. Pour réussir en STAPS, il faut être très polyvalent en sport, il faut avoir déjà un peu touché à tout. Il faut être bon partout. En L1, il y a pas mal de cours magistraux : je prenais mes notes à la main et je recopiais tout chez moi le soir. Cette année c'est pareil, mais je n'ai plus le temps de recopier et je trouve que je me suis améliorée sur la prise de notes. En L2, on a deux stages obligatoires, j'en ai fait un au premier semestre, j'ai encadré une classe de CP et une classe de CM2 et au deuxième semestre, on a un stage en milieu associatif, donc là je le fais au DUC Tennis le mercredi après-midi. Il faut bien se renseigner et ne pas aller en STAPS parce qu'on n'aime que le sport."

Myriam, étudiante en L2 STAPS