

Licence Entraînement sportif (L2-L3)

Présentation

Objectifs

Le titulaire du parcours « entraînement sportif » relevant de la filière « sciences et techniques des activités physiques et sportives » 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 ou de développement personnel.

Compétences

- Évaluer les capacités des athlètes en vue de leur entraînement
- Analyse des objectifs sportifs
- Évaluer et planifier des séances et des plans d'entraînement

Conditions d'accès

Baccalauréat ou équivalent

Organisation

Organisation

La formation est organisée dans l'esprit de la professionnalisation progressive. La 1ere année est commune aux trois parcours et a pour vocation à définir le projet professionnel de l'étudiant. Elle intègre le concours permettant l'entrée à l'IFMK d'Amiens. La seconde année est organisée en deux parties. Un tronc commun constitué des unités fondamentales en sciences de la vie, des sciences humaines et des pratiques sportives et un bloc d'enseignements spécifiques au parcours. La 3ème année est totalement spécifique aux parcours dédiés. La part totale du tronc commun représente 55% de la formation.

La formation aux APS se fait tout au long du cursus à raison de 30 à 40% du volume horaire tout au long du parcours. Des stages obligatoires en milieux professionnels sont réalisés chaque année du cursus. Le volume horaire de formation des stages représente jusqu'à 15% du global horaire en fonction du parcours.

Chaque parcours de licence propose dans son domaine une poursuite d'études en master.

Période de formation

Modalités de formation

FORMATION INITIALE

FORMATION CONTINUE

Informations pratiques

Lieux de la formation

UFR des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives

Capacité d'accueil

183

Contacts Formation Initiale

SECRETARIAT_Scolarite_Licence_STAPS

[03 22 82 74 41](tel:0322827441)

Contrôle des connaissances

Contrôle continu et/ou examens terminaux.

Modalités de contrôle des connaissances voir sur la page web de l'UFR.

Responsable(s) pédagogique(s)

Christelle Jaffré

christelle.jaffre@u-picardie.fr

Programme

Programmes

VET MIROIR L1 PORTAIL STAPS (Amiens)	Volume horaire	CM	TD	TP	ECTS
BILAN COMPETENCES PORTAIL 1 STAPS AMIENS					0
Compétence 1 - Niveau 1 - Portail STAPS Amiens					18
Compétence 2 - Niveau 1 - Portail STAPS Amiens					10
Compétence 3 - Niveau 1 - Portail STAPS Amiens					10
Compétence 4 - Niveau 1 - Portail STAPS Amiens					11
Compétence 6 - Niveau 1 - Portail STAPS Amiens					11

VET MIROIR (Pour annexe)	Volume horaire	CM	TD	TP	ECTS
Compétence 1 Concevoir un projet d'intervention en APPS					18
UE Competence 1 Semestre 1					7
Anatomie : approche structurale et fonctionnelle de l'appare	20	20			3
Physiologie : bases physiologiques des APS	20	20			4
UE Competence 1 Semestre 2					11
Anatomie : approche structurale et fonctionnelle de l'appare	20	20			1
Biomécanique : bases biomécaniques du mouvement	20	20			2
Psychologie cognitive	20	20			2
Physiologie : bases physiologiques des APS	20	20			2
SAE Compétence 1 Semestre 2	6	2	4		4
Compétence 2 Mettre en oeuvre une intervention par des APPS					10

UE Compétence 2 Semestre 1					6
Théorie Pratique 2 : Athlétisme	20	20			3
Théorie Pratique 1 : Gymnastique	20	20			3
UE Compétence 2 Semestre 2					4
Théorie Pratique 3 : Musculation	20	20			2
Théorie Pratique 4 : Sports collectifs	20	20			2
Compétence 3 Mener une démarche d'évaluation					10
UE Compétence 3 Semestre 1					4
Choix Ressource Compétence 3					0
Pratique Physique 2 : Athlétisme	20		20		2
Pratique Physique 1 : Gymnastique	20		20		2
Pratique Physique 4 : Musculation	20		20		2
Pratique Physique 3 : Sport collectif petit terrain	20		20		2
UE Compétence 3 Semestre 2					6
Choix Ressource Compétence 3					0
Pratique Physique 2 : Athlétisme	20		20		2
Pratique Physique 1 : Gymnastique	20		20		2
Pratique Physique 4 : Musculation	20		20		2
Pratique Physique 3 : Sport collectif petit terrain	20		20		2
SAE Compétence 3 Semestre 2	2		2		2
Compétence 4 Mener une démarche scientifique en STAPS					11
UE Compétence 4 Semestre 1					7
Introduction à la Psychologie et aux démarches de recherche	20	20			4
Introduction à la sociologie du sport	20	20			3
UE Compétence 4 Semestre 2					4
Histoire des pratiques corporelles en France et en Europe	20	20			2
Sociologie des pratiques et des institutions sportives	20	20			2
Compétence 6 Construire son identité professionnelle					11
UE Compétence 6 Semestre 1					6
Découverte du milieu associatif	10	10			2
Projet professionnel de l'étudiant	18	18			4
UE Compétence 6 Semestre 2					5

Anglais	14		14		1
Méthodologie de l'intervention	20	20			2
Pratique compétitive (option facultative bonifiée)					0
Choix Ressource 1 Compétence 6					0
Engagement					2
Stage de découverte d'un milieu associaif					2
SAE Compétence 6 Semestre 2	2		2		2
BONUS LICENCE 1 SEMESTRE 1					0
BONUS LICENCE 1 SEMESTRE 2					0

SEMESTRE 4 ENTRAINEMENT SPORTIF	Volume horaire	CM	TD	TP	ECTS
UNITE 1 ENSEIGNEMENTS FONDAMENTAUX DES SCIENCES HUMAINES					6
Psychologie des groupes	14	14			0
Sociologie du sport et de la jeunesse	18	18			0
UNITE 2 ENSEIGNEMENTS FONDAMENTAUX DES SCIENCES DE LA VIE					6
Biomécanique: Bases biomécaniques du mouvement	18	10	8		0
Physiologie de l'exercice : le système respiratoire	22	18	4		0
UNITE 3 ENSEIGNEMENTS FONDAMENTAUX DES APS					6
Pratique de 4 APS	80		80		3
Pratique Accrosport	20		20		0
Pratique Activités Physiques de Pleine Nature (APPN)	20		20		0
Pratique Badminton	20		20		0
Pratique Combat	20		20		0
Pratique Danse	20		20		0
Pratique Football	20		20		0
Pratique Natation	20		20		0
Théorie des 4 APS	72	72			0
Théorie Accrosport	18	18			0
Théorie Activités Physiques de Pleine Nature (APPN)	18	18			0
Théorie Danse	18	18			0
Théorie Sports Collectifs	18	18			0
UNITE 4 METHODOLOGIE DISCIPLINAIRE ET OPTIONNELS					3

Expression Ecrite & Orale ou Engagement VASP ou EFME (choix)					0
Expression Ecrite et Orale (E.E.O)	14		14		1
EFME	20		20		0
Engagement VASP	14		14		0
Pratique d'une spécialité sportive	20		20		2
Spécialité sportive Athlétisme	20		20		0
Spécialité sportive Badminton	20		20		0
Spécialité sportive Basketball	20		20		0
Spécialité sportive Danse	20		20		0
Spécialité sportive Force	20		20		0
Spécialité sportive Forme	20		20		0
Spécialité sportive Football	20		20		0
Spécialité sportive Gymnastique	20		20		0
Spécialité sportive Handball	20		20		0
Spécialité sportive Judo	20		20		0
Spécialité sportive Natation	20		20		0
Spécialité sportive Rugby	20		20		0
Spécialité sportive Tennis de table	20		20		0
Spécialité sportive Tennis	20		20		0
Spécialité sportive Volley ball	20		20		0
UNITE 5 METHODOLOGIE DISCIPLINAIRE					6
Déterminants physique et physio de la performance sportive 1	22	16	6		0
Spécialisation sportive	20		20		0
UNITE 6 CULTURE PROFESSIONNELLE					3
Projet d'intervention en milieu sportif et stage 2	70	10	10	50	0
BONUS LICENCE 2 SEMESTRE 4					0

SEMESTRE 3 ENTRAINEMENT SPORTIF	Volume horaire	CM	TD	TP	ECTS
UNITE 1 ENSEIGNEMENTS FONDAMENTAUX DES SCIENCES HUMAINES					6
Histoire: sport et relations internationales ...	18	18			0
Psychologie de l'enfant et de l'adolescent	18	18			0

UNITE 2 ENSEIGNEMENTS FONDAMENTAUX DES SCIENCES DE LA VIE					6
Anatomie: approche structurale et fonctionnelle...	18	18			0
Physiologie de l'exercice: le système cardio-vasculaire	22	18	4		0
UNITE 3 ENSEIGNEMENTS FONDAMENTAUX DES APS					0
Pratique de 3 APS	60		60		0
Pratique Acrosport	20		20		0
Pratique Activités Physiques de Pleine Nature (APPN)	20		20		0
Pratique Badminton	20		20		0
Pratique Combat	20		20		0
Pratique Danse	20		20		0
Pratique Football	20		20		0
Pratique Natation	20		20		0
Théorie des APS	54	54			0
Théorie Combat	18	18			0
Théorie Natation	18	18			0
Théorie Raquettes	18	18			0
UNITE 4 METHODE DU TRAVAIL UNIVERSITAIRE					3
Anglais / Expression écrite et orale (EEO)	14		14		0
Pratique d'une spécialité sportive	20		20		2
Spécialité sportive Athlétisme	20		20		0
Spécialité sportive Badminton	20		20		0
Spécialité sportive Basketball	20		20		0
Spécialité sportive Danse	20		20		0
Spécialité sportive Force	20		20		0
Spécialité sportive Forme	20		20		0
Spécialité sportive Football	20		20		0
Spécialité sportive Gymnastique	20		20		0
Spécialité sportive Handball	20		20		0
Spécialité sportive Judo	20		20		0
Spécialité sportive Natation	20		20		0
Spécialité sportive Rugby	20		20		0
Spécialité sportive Tennis de table	20		20		0
Spécialité sportive Tennis	20		20		0

Spécialité sportive Volley ball	20		20		0
UNITE 5 METHODOLOGIE DISCIPLINAIRE					3
Bases de l'entraînement	16	16			0
UNITE 6 ENSEIGNEMENT OPTIONNEL					3
Spécialisation sportive	20		20		0
UNITE 7 CULTURE PROFESSIONNELLE					3
Cadre institutionnel et législatif de la pratique sportive	10	10			0
Projet d'intervention en milieu sportif et stage 1	50	10	10	30	0
BONUS LICENCE 2 SEMESTRE 3					0

SEMESTRE 6 ENTRAINEMENT SPORTIF	Volume horaire	CM	TD	TP	ECTS
Certification en Langue Anglaise					0
UNITE 1 PUBLICS VARIES					6
Croissance, développement, maturation et genre et sport	14	14			2
Pratique sportive lors du vieillissement. Handisport	6	6			2
Sport et conditions environnementales particulières	10	10			2
UNITE 2 METHODOLOGIE DISCIPLINAIRE : AIDES ERGOGENIQUES					3
Ergonomie du sport ou Engagement VASP (au choix)					0
Ergonomie du sport	10	10			1
Engagement VASP	48		18	30	1
Métabolisme énergétique : introduction à la nutrition	10	8	2		2
UNITE 3 ENSEIGNEMENTS OPTIONNELS					3
Pratique d'une spécialité sportive	20		20		1
Spécialité sportive Athlétisme	20		20		0
Spécialité sportive Badminton	20		20		0
Spécialité sportive Basketball	20		20		0
Spécialité sportive Danse	20		20		0
Spécialité sportive Force	20		20		0
Spécialité sportive Forme	20		20		0
Spécialité sportive Football	20		20		0
Spécialité sportive Gymnastique	20		20		0
Spécialité sportive Handball	20		20		0

Spécialité sportive Judo	20		20		0
Spécialité sportive Natation	20		20		0
Spécialité sportive Rugby	20		20		0
Spécialité sportive Tennis de table	20		20		0
Spécialité sportive Tennis	20		20		0
Spécialité sportive Volley ball	20		20		0
Spécialisation sportive	20		20		2
UNITE 4 METHODE DISCIPLINAIRE : PREVENTION ET INTEGRITE					6
Fatigue et surentraînement, récupération et techniques de ré	20	14	6		3
Prévention des blessures et des comportements à risques, réa	20	14	6		3
UNITE 5 CULTURE PROFESSIONNELLE					12
Organisation de manifestations en APAS	10		10		1
Projet d'intervention en milieu sportif et stage 3	130		10	120	9
BONUS LICENCE 3 SEMESTRE 6					0

SEMESTRE 5 ENTRAINEMENT SPORTIF	Volume horaire	CM	TD	TP	ECTS
UNITE 1 DETERMINANTS PSYCHOLOGIQUES DE LA PERFORMANCE					6
Préparation mentale : concepts et méthodes	28	28			3
Systèmes des traitements de l'information et des acquisition	16	16			3
UNITE 2 ENSEIGNEMENTS OB FONDAMENTAUX DES SCIENCES DE LA VIE					6
Adaptations des réponses cardiovasculaires et pulmonaires	16	16			3
Biomécanique des tissus musculaires et squelettiques	16	16			3
UNITE 3 METHODOLOGIE DISCIPLINAIRE: OBSERVATION ET ANALYSE					3
Anglais	18		18		1
Initiation à la recherche	20	10	10		1
Statistiques-Analyse et traitements des données	20	10	10		1
UNITE 4 ENSEIGNEMENTS OPTIONNELS					6
Musculation	20		20		2
Pratique d'une spécialité sportive	20		20		2

Spécialité sportive Athlétisme	20		20		0
Spécialité sportive Badminton	20		20		0
Spécialité sportive Basketball	20		20		0
Spécialité sportive Danse	20		20		0
Spécialité sportive Force	20		20		0
Spécialité sportive Forme	20		20		0
Spécialité sportive Football	20		20		0
Spécialité sportive Gymnastique	20		20		0
Spécialité sportive Handball	20		20		0
Spécialité sportive Judo	20		20		0
Spécialité sportive Natation	20		20		0
Spécialité sportive Rugby	20		20		0
Spécialité sportive Tennis de table	20		20		0
Spécialité sportive Tennis	20		20		0
Spécialité sportive Volley ball	20		20		0
Spécialisation sportive	20		20		2
UNITE 5 METHODOLOGIE DISCIPLINAIRE: TECHNO DE L'ENTRAINEMENT					6
Analyse de la performance sportive	22	16	6		2
Evaluation de la performance sportive	22	16	6		2
Plannification et modélisation de l'entraînement	22	16	6		2
UNITE 6 CULTURE PROFESSIONNELLE					3
Projet d'intervention en milieu sportif	20	10	10		3
BONUS LICENCE 3 SEMESTRE 5					0

Formation continue

A savoir

Niveau d'entrée : Niveau III (BTS, DUT)

Niveau de sortie : Niveau II (Licence ou maîtrise universitaire)

Références et certifications

Identifiant RNCP : 24542

Codes ROME : Éducation en activités sportives

Codes FORMACODE : Éducation sportive

Codes NSF : Animation culturelle, sportive et de loisirs

Contacts Formation Continue

SFCU

[03 22 80 81 39](tel:0322808139)

sfcu@u-picardie.fr

[10 rue Frédéric Petit](#)

[80048 Amiens Cedex 1](#)

[France](#)