Université Paris-Saclay

Partager

Email destinataire :

Vous devez renseigner un email valide

Envoyer

Une erreur est survenue. Merci de réessayer ultérieurement

Le mail de partage a bien été envoyé.

Ajouter au comparateur

# L3 STAPS : Entraînement Sportif

Licence
Mention STAPS-Entraînement sportif
Régime(s) d'inscription
Formation initiale
Langue(s) d'enseignement
Français

La licence STAPS mention Entrainement Sport vise la formation de spécialistes de l'analyse de la performance sportive, capables d'encadrer différents publics, à des fins d'amélioration de la performance ou du développement personnel. Elle ouvre à une professionnalisation (carte professionnelle) ou à une poursuite d'étude dans la recherche (master, doctorat).

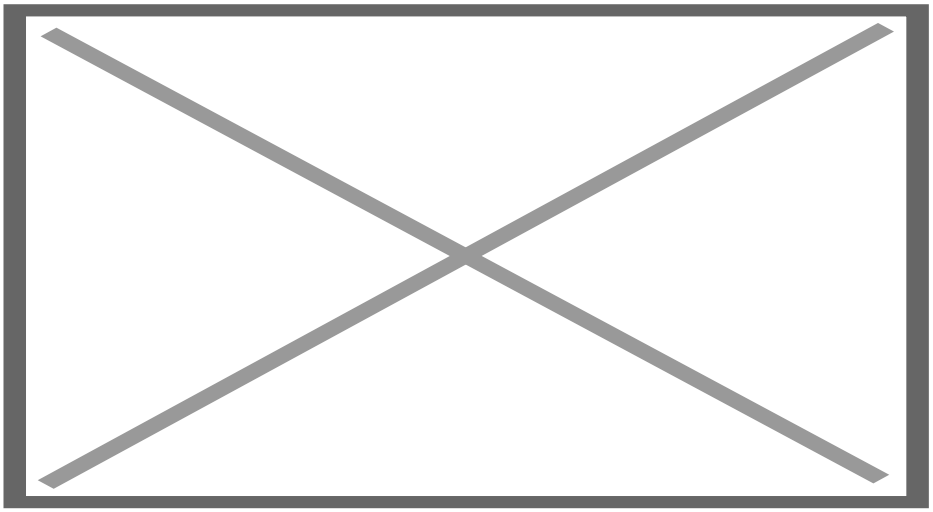
La licence Entraînement sportif est accessible dès la L2. Les étudiants bénéficient de cours magistraux et TP (approche scientifique pluridisciplinaire, sciences de la vie, sciences sociales, sciences humaines). Ils sont également formés à la méthodologie de l'entraînement sportif et de la recherche. Cette formation se répartit en trois blocs de compétences (BCC1):

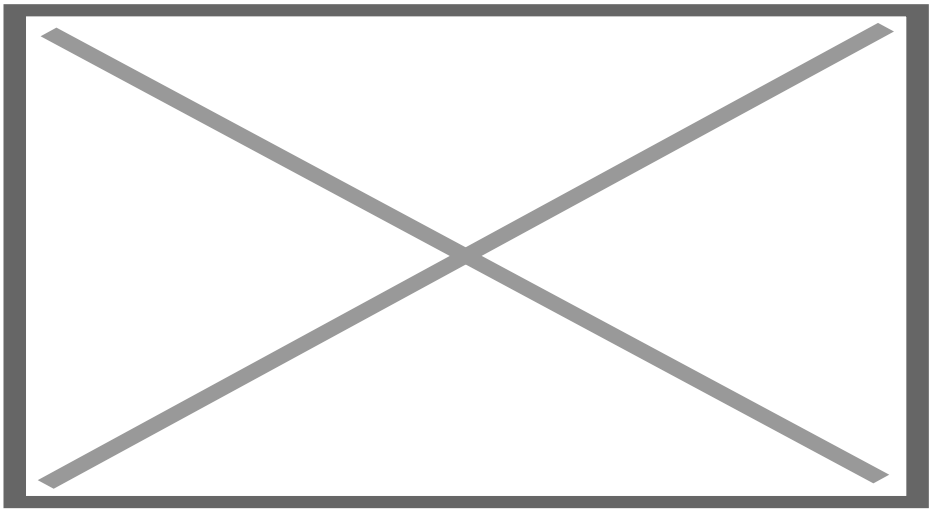
- BBC1: Sciences du sport, de la motricité et du mouvement humain;

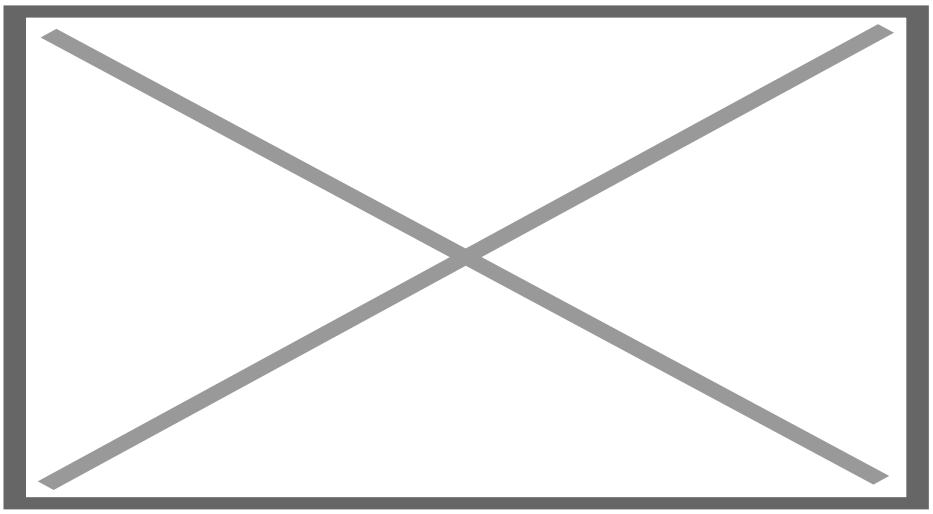
- BBC2: Culture sportive: théorie et pratique des APS

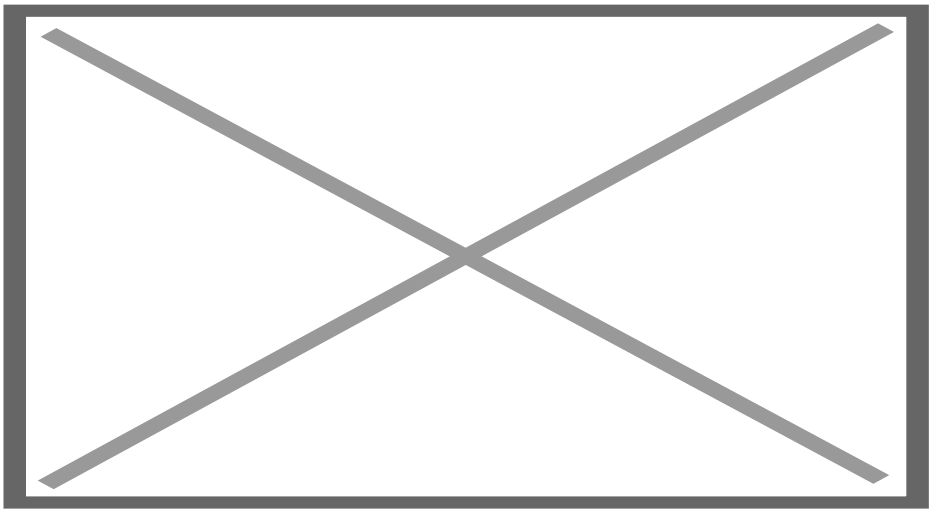
-BBC3: Conception et pratique d'intervention

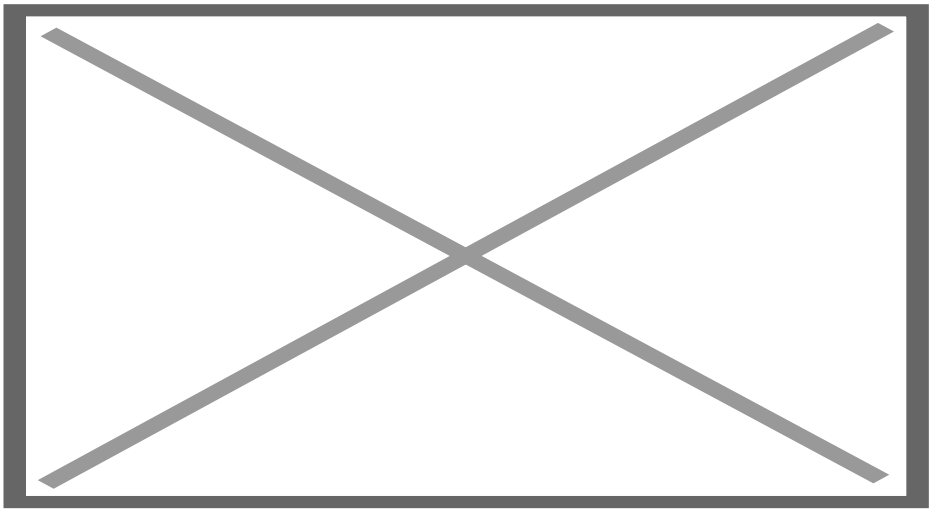
Télécharger la fiche détaillée
Je candidate











# Informations

- Présentation
- Admission
- Programme

Présentation

# Compétences

Les mentions STAPS de licence sont articulées à des fiches RNCP élaborées et harmonisées à un niveau national dans le cadre de la Conférence des Doyens et Directeurs (C3D) STAPS. Suivant le cadrage de la C3D, huit blocs de compétences communes aux mentions STAPS sont identifiés :
• Bloc 1 : Usages digitaux et numériques
• Bloc 2 : Exploitation de données à des fins d’analyse
• Bloc 3 : Expression et communication écrites et orales dans plusieurs langues
• Bloc 4 : Positionnement vis à vis d’un champ professionnel
• Bloc 5 : Action en responsabilité au sein d’une organisation professionnelle structurée
• Bloc 6 : Analyse d’une situation relative à l’activité physique/ou et sportive d'un groupe de sujets et d'une organisation
• Bloc 7 : Élaboration et planification de projets et de programmes, visant la transformation d’une situation relative à l’activité physique et/ou sportive
• Bloc 8 : Encadrement de séances collectives d’activités physiques et/ou sportives tout public en situation de face à face pédagogique" Complémentairement la mention STAPS

- ES vise deux blocs spécifiques:
  • Bloc 9 : Entrainement en vue d'une performance en compétition en mobilisant son expertise dans une ou plusieurs spécialités sportives.
  • Bloc 10 : Préparation physique : développement des capacités physiques générales et spécifiques

# Objectifs pédagogiques

L’offre de formation dans les mentions STAPS de licence a pour objectif de construire des connaissances et des compétences scientifiques, techniques, technologiques et (pré)professionnelles dans les domaines des Activités Physiques, Sportives et Artistiques (APSA), de l’apprentissage moteur, du mouvement humain, et des cultures corporelles dans la société. Plus spécifiquement la mention Entraînement Sportif vise la formation de spécialistes de l’analyse de la performance sportive capables d’encadrer différents publics à des fins d’amélioration de la performance ou du développement personnel. Pour cela, elle vise à transmettre une formation pluridisciplinaire solide dont les contenus sont en prise directe avec les transformations contemporaines du sport et des modes de vie et l’évolution des connaissances scientifiques, techniques et pratiques dans le domaine des activités physiques et sportives et de l’entraînement sportif. Cette spécialité vise le développement de compétences liées à l’intervention dans le milieu sportif en alternant formation scientifique (conception et planification de programmes d’entraînement) et formation pratique auprès de professionnels de l’entraînement sportif

# Débouchés

## Poursuite d’études

### Les étudiants de cette mention peuvent se tourner vers la recherche à l’issue du M2

Admission

## Capacité d’accueil

**Places**

90

## Public visé et prérequis

- Etudiant.e.s ayant validé leur licence 2 mention ES ou étant en reprise d'études, sous réserve d'acceptation par le service de la formation tout au long de la vie

- Formation continue (plateforme e.candidat), VAE

## Période(s) de candidature

Plateforme E-candidat

Du 13/05/2026 au 16/06/2026

# Pièces justificatives

## Obligatoires

Copie diplômes.

Lettre de motivation.

Tous les relevés de notes des années/semestres validés depuis le BAC à la date de la candidature.

Attestation de français (obligatoire pour les non francophones).

Curriculum Vitae.

## Facultatives

Pièce libre.

Document justificatif des candidats exilés ayant un statut de réfugié, protection subsidiaire ou protection temporaire en France ou à l'étranger (facultatif mais recommandé, un seul document à fournir) :
- Carte de séjour mention réfugié du pays du premier asile
- OU récépissé mention réfugié du pays du premier asile
- OU document du Haut Commissariat des Nations unies pour les réfugiés reconnaissant le statut de réfugié
- OU récépissé mention réfugié délivré en France
- OU carte de séjour avec mention réfugié délivré en France
- OU document faisant état du statut de bénéficiaire de la protection subsidiaire en France ou à l'étranger.

Programme

| Matières | ECTS | Semestre | Cours | TD | TP | Cours-TD | Cours-TP | TD-TP | A distance | Projet | Tutorat |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| UE 1-2 Enjeux scientifiques et méthodologiques de l'entrainement sportif 2 | 4 | Semestre 1 | 17.5 | 17.5 | | | | | | | |
| Charger le détail | | | | | | | | | | | |
| U2 1-1 Déterminants scientifiques de la performance sportive | 8 | Semestre 1 | 37.5 | 29.5 | 8 | | | | | | |
| Charger le détail | | | | | | | | | | | |
| Enjeux scientifiques et méthodologiques de l'entrainement sportif 3 | 6 | Semestre 2 | 7.5 | 37.5 | | | | | | | |

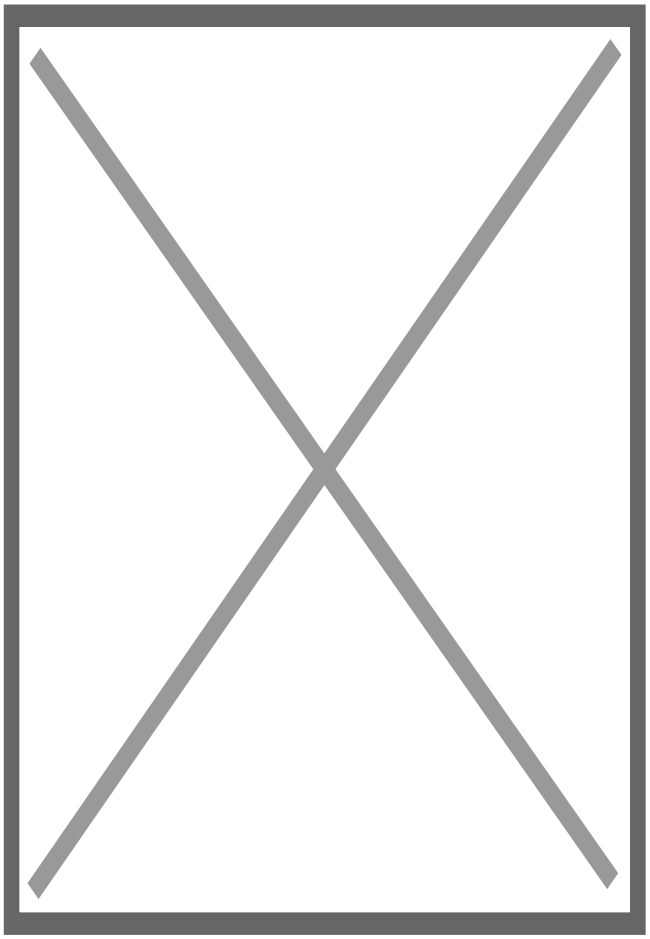
| Matières | ECTS | Semestre | Cours | TD | TP | Cours-TD | Cours-TP | TD-TP | A distance | Projet | Tutorat |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Charger le détail | | | | | | | | | | | |

| Matières | ECTS | Semestre | Cours | TD | TP | Cours-TD | Cours-TP | TD-TP | A distance | Projet | Tutorat |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| UE 2-4 Préparation physique et développement musculaire: stratégies de développement et contraintes de sécurité 2 | 4 | Semestre 2 | 7.5 | 7.5 | 25 | | | | | | |
| Charger le détail | | | | | | | | | | | |
| UE 2-2 Préparation physique et développement musculaire: stratégies de développement et contraintes de sécurité 1 | 7 | Semestre 1 | 23 | 10 | 37 | | | | | | |
| Charger le détail | | | | | | | | | | | |
| UE 2-1 Spécialité sportive: Le spécialiste 1 | 8 | Semestre 1 | | 44 | | | | | | | |
| Charger le détail | | | | | | | | | | | |
| UE 2-3 Spécialité sportive: Le spécialiste 2 | 8 | Semestre 2 | | 44 | | | | | | | |
| Charger le détail | | | | | | | | | | | |

| Matières | ECTS | Semestre | Cours | TD | TP | Cours-TD | Cours-TP | TD-TP | A distance | Projet | Tutorat |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| UE 3-2 Conception et pratique d'intervention : Institutions, Outils et Méthodes 4 | 9 | Semestre 2 | 4 | 39.5 | 31 | | | | | 140 | |
| Charger le détail | | | | | | | | | | | |
| PPEI | 3 | Semestre 1 | | | | | | | | | |
| Charger le détail | | | | | | | | | | | |
| UE 3-1 Conception et pratique d'intervention: Institutions, Outils et Méthodes 3 | 3 | Semestre 1 | | 20 | 7.5 | | | | | | |
| Charger le détail | | | | | | | | | | | |

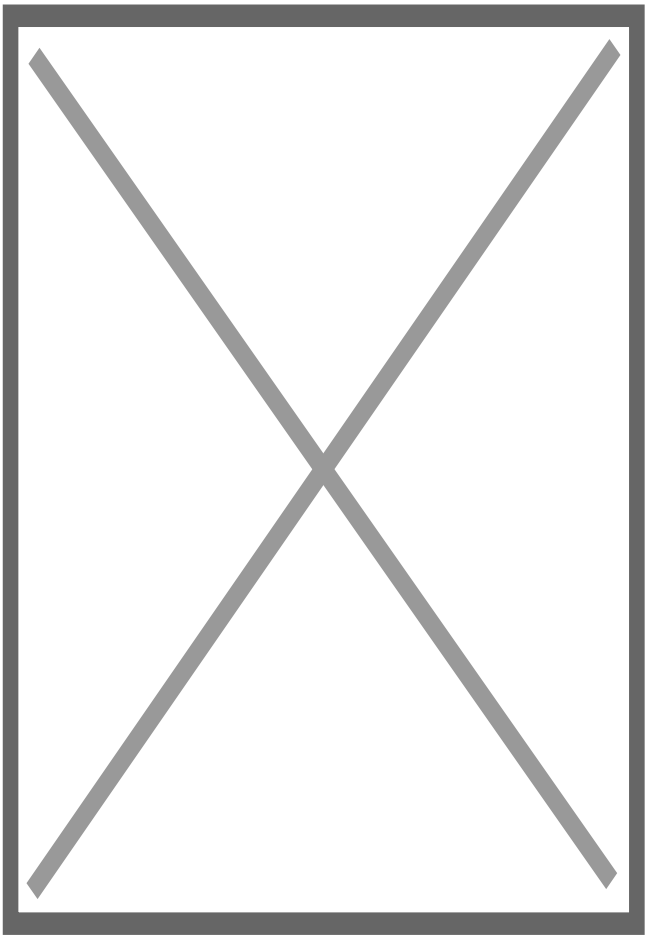
# Campus de la formation

Javascript est requis pour visualiser cette carte.



## Orsay Bures

Orsay / Bures-sur-Yvette
Bus 4607, 4626
RER B Orsay ville ou Bures-sur-Yvette
Voir
Bibliothèque
Maison des associations



### Saclay Moulon

Saclay / Gif-sur-Yvette / Orsay
Bus 4606 / 4609 / 4611 / 5154
RER B Le guichet
Voir
Restaurant CROUS
Bibliothèque
Equipements sportifs
Résidence étudiante

## Contact(s)

- ### Licence 3

  Gestionnaire pédagogique

http://www.sciences.universite-paris-saclay.fr/formation/licence/staps-entrainement-sportif/l3-staps-entrainement-sportif