

STAPS – Entraînement Sportif (ES)

SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES

Présentation

La Licence STAPS de l'Université Paris Cité, assortie de trois mentions est organisée en trois années de deux semestres chacune. Elle est constituée d'unités d'enseignement (UE) obligatoires, obligatoires à choix, ou bien facultatives, chacune d'elles étant semestrielles.

Le cursus STAPS vise l'acquisition de compétences dans les secteurs professionnels

- de l'enseignement,
- de l'entraînement,
- de la santé et du loisir
- et prépare à des masters et au doctorat (recherche).

L'UFR des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS) a vu le jour en 1984. Il demeure à ce jour le seul UFR STAPS de la capitale et dispose de tous les éléments pour permettre une formation de qualité auprès de nos étudiants toujours plus nombreux à s'intéresser à cette formation originale. La force de la formation STAPS est sa pluridisciplinarité et elle se caractérise par son dynamisme et son attractivité. Initialement, cette formation préparait au concours d'enseignant d'éducation physique et sportive. Ensuite, elle s'est fortement diversifiée en étroite collaboration avec les chercheurs, les spécialistes et également les organisations professionnelles dans le domaine des activités physiques, sportives et artistiques (APSA) afin de permettre à chaque étudiant :

-d'analyser l'ensemble des disciplines requises pour comprendre les APSA ;

-de transmettre leurs savoirs auprès d'étudiants, d'athlètes et de patients ;

-d'être curieux, critique et sensible aux problèmes complexes posés par le développement des APSA dans les sociétés et les cultures.

OBJECTIFS

La ou le titulaire de la licence mention « entraînement sportif - ES » à 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 du développement personnel.

La ou le spécialiste de l'entraînement sportif conçoit d'abord des programmes d'entraînement à partir du diagnostic qu'elle ou qu'il opère, conduit ensuite des séances d'entraînement préparation physique (PP), préparation psychologique et mentale (PM), préparation technique et Tactique. Enfin, elle ou il communique et participe à la protection des sportifs.

La formation cible particulièrement l'optimisation de la performance d'un groupe de sportifs en s'appuyant sur les mesures et les déterminants de la performance.

COMPÉTENCES VISÉES

-Mobiliser des concepts scientifiques pluridisciplinaires concernant les APSA, la motricité spécifique ainsi que l'environnement physique, institutionnel, social et humain pour analyser l'activité d'une personne ou d'un groupe.

-Mettre en œuvre des modèles théoriques et méthodologiques pour établir le diagnostic préalable d'une situation mettant en jeu les APSA.

-Utiliser les outils, les nouvelles technologies embarquées et les techniques d'analyse d'une activité physique (collecte des données par les outils adaptés, traitement et interprétation des résultats).

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

-Elaborer des éléments de conception, planification et programmation pour l'évolution ou la transformation d'une situation diagnostiquée et mettre en œuvre les techniques adéquates.

-Disposer d'une expérience personnelle approfondie de la pratique des APSA.

Les compétences visées correspondent aux blocs de compétences de la mention STAPS - Entraînement sportif

Bloc de compétences - Analyse d'une situation relative à l'activité physique/ou et sportive (personne, structure, événement)

- Mobiliser des concepts scientifiques pluridisciplinaires concernant les activités physiques et/ou sportives (AP/S), la motricité spécifique ainsi que l'environnement physique, institutionnel, social et humain pour analyser la situation d'une personne d'une structure ou d'un projet.
- Utiliser des outils et techniques d'analyse d'une situation relative à l'activité physique (collecte des données par les outils adaptés, traitement et interprétation des résultats).
- Mettre en œuvre des modèles théoriques et méthodologiques pour établir le diagnostic préalable d'une situation mettant en jeu l'AP/S.

Bloc de compétences - Construction de projets ou programmes visant la transformation d'une situation relative à l'activité physique et/ou sportive (personne, structure, événement)

- Elaborer des éléments de conception, planification et programmation pour l'évolution ou la transformation d'une situation relative à l'AP/S
- Mettre en œuvre les outils et techniques spécifiques d'un projet ou programme lié à l'AP/S.

Bloc de compétences - Encadrement d'une séance collective d'activité physique et/ou sportive pour tout public

- Organiser une séance d'AP/S en fonction d'un public et d'un objectif
- Mettre en œuvre l'encadrement d'une séance collective d'activité physique et/ou sportive

- Mobiliser une expérience personnelle approfondie de la pratique des AP/S.
- Assurer la sécurité des publics pratiquants
- Ajuster la séance au regard de son déroulement effectif.

Bloc de compétences - Usages numériques

- Utiliser les outils numériques de référence et les règles de sécurité informatique pour acquérir, traiter, produire et diffuser de l'information ainsi que pour collaborer en interne et en externe.

Bloc de compétences - Exploitation de données à des fins d'analyse

- Identifier, sélectionner et analyser avec esprit critique diverses ressources dans son domaine de spécialité pour documenter un sujet et synthétiser ces données en vue de leur exploitation.
- Analyser et synthétiser des données en vue de leur exploitation.
- Développer une argumentation avec esprit critique.

Bloc de compétences - Expression et communication écrites et orales

- Se servir aisément des différents registres d'expression écrite et orale de la langue française.
- Communiquer par oral et par écrit, de façon claire et non-ambiguë, dans au moins une langue étrangère.

Bloc de compétences - Positionnement vis-à-vis d'un champ professionnel

- Identifier et situer les champs professionnels potentiellement en relation avec les acquis de la mention ainsi que les parcours possibles pour y accéder.
- Caractériser et valoriser son identité, ses compétences et son projet professionnel en fonction d'un contexte.
- Identifier le processus de production, de diffusion et de valorisation des savoirs.

Bloc de compétences - Action en responsabilité au sein d'une organisation professionnelle

- Situer son rôle et sa mission au sein d'une organisation pour s'adapter et prendre des initiatives.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

- Respecter les principes d'éthique, de déontologie et de responsabilité environnementale.
- Travailler en équipe et en réseau ainsi qu'en autonomie et responsabilité au service d'un projet.
- Analyser ses actions en situation professionnelle, s'autoévaluer pour améliorer sa pratique.

Bloc de compétences - Entraînement en vue d'une performance en compétition

- Concevoir, mettre en œuvre et réguler un programme d'entraînement et une planification en fonction de l'évolution de la discipline sportive.
- Mettre en œuvre les séances d'entraînement d'un groupe de sportifs pour optimiser la performance.
- Animer une équipe d'intervenants dans le cadre du projet sportif.
- Encadrer un groupe de sportif en compétition en toute sécurité.

Bloc de compétences - Préparation physique : développement des capacités physiques générales et spécifiques

- Concevoir, organiser, mettre en œuvre et réguler un programme de préparation physique général pour tout public.
- Préparer physiquement les sportifs dans une ou plusieurs spécialités sportives.
- Former à l'autonomie pour le développement de la condition physique en toute sécurité.

Possibilité de valider un ou plusieurs blocs de compétences :
Non

Programme

ORGANISATION

Comme toutes les licences générales universitaires, la licence STAPS s'organise comme suit :

- un tronc commun en première année (L1)
- un tronc commun et une pré-professionnalisation en deuxième année (L2)

-une professionnalisation en troisième année (L3) dans les mentions de licence STAPS suivantes : **Activités Physiques Adaptées – Santé (APAS)**, **Éducation Motricité pour enseigner l'EPS dans le primaire (EM1) et dans le secondaire (EM2)** et **Entraînement Sportif (ES)**.

Ces différentes mentions en fin de licence vont permettre aux étudiants diplômés de travailler respectivement dans le système de santé, dans le système éducatif et dans les associations sportives.

La licence STAPS comporte trois années de formation avec chacune 60 crédits européens (ECTS). Chaque année universitaire se décompose en deux semestres. Au sein de chaque semestre, différents enseignements sont dispensés soit sous forme de cours magistraux en amphithéâtre avec l'ensemble de la promotion d'étudiants, soit sous forme de travaux dirigés ou de travaux pratiques en effectif plus restreint.

Des enseignements pourront également être réalisés en distanciel total ou de manière hybride (une partie des étudiants en présentiel et une autre partie en distanciel) grâce à l'outil de téléconférence "ZOOM"

STAGE

Stage : Obligatoire

Durée du stage : A l'issue des trois années, 170 heures de stage minimum

Stages et projets tutorés :

Dès la L1, chaque étudiant est sensibilisé à son projet d'études en rapport avec les quatre mentions offertes à l'UFR STAPS de l'Université de Paris. Des mises en stage professionnel sont obligatoires dès le second semestre de la L2 et à chaque semestre de la L3. Un accompagnement du projet professionnel de l'étudiant est réalisé au premier semestre de la L2 et à chaque semestre de la L3 par des enseignants référents et ses tuteurs au sein des structures accueillant les stagiaires. Les stages sont souvent massés en L2 (30 h minimum) et filés en L3 (en moyenne 70 h minimum / semestre). Un bureau des stages est installé au secrétariat pédagogique pour informer les étudiants sur les modalités

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

d'évaluations des stages et pour réviser les conventions pour chaque étudiant.

Admission

La licence STAPS accueille majoritairement des étudiants issus des lycées.

Elle accueille également des étudiants salariés à statut particulier en son sein.

ATTENDUS

Les pré-requis nécessaires pour réussir sa formation en STAPS sont les suivants :

-Pré-requis scientifiques : avoir de solides bases en mathématiques, en sciences de la vie et de la Terre et en physique – chimie ;

-Pré-requis littéraires : avoir de bonnes capacités d'expression écrite et orale ;

-Pré-requis sportifs : être imprégné d'une culture physique, sportive et artistique à la fois en termes pratique et théorique ;

-Pré-requis d'engagement : disposer d'une expérience de fonctions d'animation, d'encadrement, de responsabilités collectives, associatives ou citoyennes.

Choix de spécialités recommandées pour les élèves de 1ère intéressés par la formation STAPS

Voici les choix de spécialités recommandées pour améliorer les chances de réussites en STAPS :

Biologie-écologie ; Littératures ; Mathématiques ; Numérique et sciences informatiques ; Physique-chimie ; SES ; Sciences de l'ingénieur ; SVT.

Droits de scolarité :

Les droits d'inscription nationaux sont annuels et fixés par le ministère de l'Enseignement supérieur de la Recherche. S'y

ajoutent les contributions obligatoires et facultatives selon la situation individuelle de l'étudiant.

Des frais de formation supplémentaires peuvent s'appliquer au public de formation professionnelle. Plus d'informations [ici](#).

Et après ?

PASSERELLE

Passerelle Kinésithérapie : depuis la rentrée universitaire 2025 2026, seuls les étudiants autorisés à s'inscrire en L1 STAPS parcours kinésithérapie sur le portail Parcoursup peuvent tenter la passerelle kinésithérapie à l'issue de la L1. Les étudiants doivent valider la L1 en première session d'examen et être classés en rang utile pour pouvoir prétendre à obtenir l'inscription dans l'école de kinésithérapie souhaitée. Le classement des étudiants du parcours STAPS kiné est établi en fin d'année sur la base de leurs résultats obtenus aux examens de L1.

Il n'est pas possible de redoubler la L1 pour tenter de nouveau la passerelle kiné. Il n'est pas possible de tenter la passerelle kiné pour les étudiants inscrits en L1 STAPS et en STAPS LAS1.

DÉBOUCHÉS PROFESSIONNELS

La Licence STAPS mention ES oriente les étudiants vers les métiers suivants :

- Entraîneur sportif dans sa spécialité dans un club sportif amateur ou professionnel
- Directeur technique dans des structure sportives amatrices
- Préparateur physique
- Éducateur sportif dans plusieurs activités
- Coach personnel en structures privée ou publique ayant pour objectifs l'entretien, l'amélioration et l'optimisation des qualités physiques, le sport santé et bien être par la pratique physique raisonnée.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Secteurs d'activités : sport amateur, professionnel ou en entreprise, secteur associatif, secteur privé marchand et non marchand, fédérations sportives

Contacts

Responsable du diplôme

Gwenaëlle Ceyte

scolarite.licence1.staps@u-paris.fr

Responsable de la mention

Ludovic Teneze

scolarite.licence3.staps@u-paris.fr

Secrétariat pédagogique

1 ère année

01 76 53 34 12

scolarite.licence1.staps@u-paris.fr

Secrétariat pédagogique

2 ème année

01 76 53 34 09

scolarite.licence2.staps@u-paris.fr

Secrétariat pédagogique

3 ème année

01 76 53 34 10

scolarite.licence3.staps@u-paris.fr

En bref

Composante(s)

UFR STAPS

Niveau d'études visé

BAC +3 (niveau 6)

ECTS

180

Public(s) cible(s)

- Étudiant
- Salarié - Profession libérale

Modalité(s) de formation

- Formation initiale
- Formation professionnelle

Validation des Acquis de l'Expérience

Oui

Langue(s) des enseignements

- Français
- Anglais

Lieu de formation

Site Lacretelle

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Programme

ORGANISATION

Comme toutes les licences générales universitaires, la licence STAPS s'organise comme suit :

- un tronc commun en première année (L1)
- un tronc commun et une pré-professionnalisation en deuxième année (L2)
- une professionnalisation en troisième année (L3) dans les mentions de licence STAPS suivantes : **Activités Physiques Adaptées – Santé (APAS)**, **Éducation Motricité pour enseigner l'EPS dans le primaire (EM1)** et dans le secondaire (EM2) et **Entraînement Sportif (ES)**.

Ces différentes mentions en fin de licence vont permettre aux étudiants diplômés de travailler respectivement dans le système de santé, dans le système éducatif et dans les associations sportives.

La licence STAPS comporte trois années de formation avec chacune 60 crédits européens (ECTS). Chaque année universitaire se décompose en deux semestres. Au sein de chaque semestre, différents enseignements sont dispensés soit sous forme de cours magistraux en amphithéâtre avec l'ensemble de la promotion d'étudiants, soit sous forme de travaux dirigés ou de travaux pratiques en effectif plus restreint.

Des enseignements pourront également être réalisés en distanciel total ou de manière hybride (une partie des étudiants en présentiel et une autre partie en distanciel) grâce à l'outil de téléconférence "ZOOM"

STAGES ET PROJETS TUTORÉS

Dès la L1, chaque étudiant est sensibilisé à son projet d'études en rapport avec les quatre mentions offertes à l'UFR STAPS de l'Université de Paris. Des mises en stage professionnel sont obligatoires dès le second semestre de la L2 et à chaque semestre de la L3. Un accompagnement du projet professionnel de l'étudiant est réalisé au premier semestre de la L2 et à chaque semestre de la L3 par des enseignants référents et ses tuteurs au sein des structures accueillant les stagiaires. Les stages sont souvent massés en L2 (30 h minimum) et filés en L3 (en moyenne 70 h minimum / semestre). Un bureau des stages est installé au secrétariat pédagogique pour informer les étudiants sur les modalités d'évaluations des stages et pour réviser les conventions pour chaque étudiant.

Licence 1 STAPS - Entraînement Sportif (ES)

S1 L1 STAPS - Entraînement Sportif (ES)

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Bloc Fondamental	Bloc				21 crédits
Connaissances scientifiques fondamentales (1)	Unité d'enseignement				12 crédits

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Histoire des APS : de l'Antiquité aux sports modernes	Elément Constitutif d'UE	18h 6h		2 crédits
Sociologie: Game Theory	Elément Constitutif d'UE	18h 6h		2 crédits
Psychologie cognitive	Elément Constitutif d'UE	18h 6h		2 crédits
Physiologie de l'exercice (1)	Elément Constitutif d'UE	18h 6h		2 crédits
Anatomie descriptive du corps humain	Elément Constitutif d'UE	18h 6h		2 crédits
Biomécanique des APS : introduction à la mécanique des APS	Elément Constitutif d'UE	18h 6h		2 crédits
Activités Physiques Sportives et Artistiques	Unité d'enseignement			9 crédits
Pratique spécialité	Elément Constitutif d'UE		20h	2,5 crédits
Théorie spécialité	Elément Constitutif d'UE		10h	2,5 crédits
Connaissances pratiques et théoriques de l'APSA 1	Elément Constitutif d'UE	10h	20h	2 crédits
Connaissances pratiques et théoriques de l'APSA 2	Elément Constitutif d'UE	10h	20h	2 crédits
Bloc complémentaire	Bloc			9 crédits
Projet professionnel	Unité d'enseignement			9 crédits
Sensibilisation aux métiers (1)	Elément Constitutif d'UE	30h		3 crédits
Methodologie et communication (1)	Elément Constitutif d'UE		16h	3 crédits
Stage	Elément Constitutif d'UE	2h		3 crédits
UE complémentaire	Unité d'enseignement			0 crédits

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Secourisme	Elément Constitutif d'UE	8h	0 crédits
Savoir nager	Elément Constitutif d'UE	16h	0 crédits

S2 L1 STAPS - Entraînement Sportif (ES)

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Bloc fondamental	Bloc				18 crédits
Connaissances scientifiques fondamentales (2)	Unité d'enseignement				9 crédits
Histoire de l'EP : des gymnastiques aux expériences corporelles	Elément Constitutif d'UE	18h	6h		1,5 crédits
Sociologie : les techniques du corps	Elément Constitutif d'UE	18h	6h		1,5 crédits
Psychologie du développement	Elément Constitutif d'UE	18h	6h		1,5 crédits
Physiologie de l'exercice (2)	Elément Constitutif d'UE	18h	6h		
Neuro-anatomie	Elément Constitutif d'UE	18h	6h		1,5 crédits
Biomécanique du mouvement	Elément Constitutif d'UE	18h	6h		1,5 crédits
Activités Physiques Sportives et Artistiques	Unité d'enseignement				9 crédits
Pratique spécialité	Elément Constitutif d'UE			20h	2,5 crédits
Théorie spécialité	Elément Constitutif d'UE		10h		2,5 crédits
Connaissances pratiques et théoriques de l'APSA 1	Elément Constitutif d'UE	10h		20h	2 crédits
Connaissances pratiques et théoriques de l'APSA 2	Elément Constitutif d'UE	10h		20h	2 crédits

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Bloc complémentaire	Bloc				12 crédits
Projet professionnel	Unité				6 crédits
	d'enseignement				
Methodologie et communication (2)	Elément	8h	12h		2 crédits
	Constitutif				
	d'UE				
Sensibilisation aux métiers (2)	Elément	2h	4h		
	Constitutif				
	d'UE				
Stage	Elément	2h			2 crédits
	Constitutif				
	d'UE				
Anglais pour l'activité physique et le sport	Unité		18h		3 crédits
	d'enseignement				
UE complémentaire	Unité				3 crédits
	d'enseignement				
ECUE transverse (parmi les 7 proposées par l'université)	Elément				3 crédits
	Constitutif				
	d'UE				
Savoir nager	Elément		15h		3 crédits
	Constitutif				
	d'UE				
Outils bureautiques et internet	Elément	8h			3 crédits
	Constitutif				
	d'UE				
FFSU	Elément				3 crédits
	Constitutif				
	d'UE				
UE Libre	Unité				0 crédits
	d'enseignement				

Licence 2 STAPS - Entraînement Sportif (ES)

S3 L2 STAPS - Entraînement Sportif (ES)

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Bloc Fondamental	Bloc				18 crédits
Connaissances scientifiques fondamentales (3)	Unité				9 crédits
	d'enseignement				
Réponses physiologiques à l'exercice	Unité	18h	6h		
	d'enseignement				
Ethique du sport et du corps	Elément	18h	6h		
	Constitutif				
	d'UE				

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Dynamiques psycho-sociales	Elément Constitutif d'UE	18h	6h	
Théories de l'apprentissage	Elément Constitutif d'UE	18h	6h	
Neurosciences et contrôle moteur	Elément Constitutif d'UE	18h	6h	
Sport et représentations sociales	Elément Constitutif d'UE	18h	6h	
Activités Physiques Sportives et Artistiques	Unité d'enseignement			9 crédits
Pratique spécialité	Elément Constitutif d'UE		20h	1,5 crédits
Théorie spécialité	Elément Constitutif d'UE		10h	1,5 crédits
Connaissances pratiques et théoriques de l'APSA 1	Elément Constitutif d'UE	10h	20h	2 crédits
Connaissances pratiques et théoriques de l'APSA 2	Elément Constitutif d'UE	10h	20h	2 crédits
Connaissances pratiques et théoriques de l'APSA 3	Elément Constitutif d'UE	10h	20h	2 crédits
Bloc complémentaire	Bloc			12 crédits
Projet professionnel APA-S (au choix)	Unité d'enseignement			6 crédits
Santé, handicap et activité physique	Elément Constitutif d'UE	20h		2 crédits
Encadrement de public à besoins spécifiques (1)	Elément Constitutif d'UE		20h	
Stage	Elément Constitutif d'UE	2h	10h	2 crédits
Projet professionnel EM (au choix)	Unité d'enseignement			6 crédits
Préparation et mise en œuvre de séances en classe	Elément Constitutif d'UE	4h	12h	

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Analyse de pratique professionnelle	Elément Constitutif d'UE			20h	
Stage	Elément Constitutif d'UE	2h	10h		
Projet professionnel ES (au choix)	Unité d'enseignement				6 crédits
Théorie de l'intervention en entraînement sportif	Elément Constitutif d'UE	20h			2 crédits
Encadrer une séance d'entraînement	Elément Constitutif d'UE			20h	2 crédits
Stage de 50 heures	Elément Constitutif d'UE	2h	10h		2 crédits
Anglais pour l'activité physique et le sport	Unité d'enseignement			18h	3 crédits
Transition Ecologique pour un Développement Sostenable (TEDS)	Unité d'enseignement	12h			3 crédits
Secourisme	Unité d'enseignement			8h	0 crédits
3SMA (fléché spé nat/sauvetage)	Unité d'enseignement			30h	0 crédits

S4 L2 STAPS - Entraînement Sportif (ES)

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Bloc Fondamental	Bloc				21 crédits
Sciences de la performance	Unité d'enseignement				9 crédits
Culture sportive	Elément Constitutif d'UE	18h	6h		
Théorie de la motivation	Elément Constitutif d'UE	18h	6h		
Cadre juridique et Droit du sport	Elément Constitutif d'UE	10h	10h		
Biomécanique : prévention et traumatologie	Elément Constitutif d'UE	18h	6h		

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Diététique et nutrition du sportif	Elément Constitutif d'UE	18h	6h	
Activités Physiques Sportives et Artistiques	Unité d'enseignement			9 crédits
Pratique spécialité	Elément Constitutif d'UE		20h	1,5 crédits
Théorie spécialité	Elément Constitutif d'UE		10h	1,5 crédits
Connaissances pratiques et théoriques de l'APSA 1	Elément Constitutif d'UE	10h	20h	2 crédits
Connaissances pratiques et théoriques de l'APSA 2	Elément Constitutif d'UE	10h	20h	2 crédits
Connaissances pratiques et théoriques de l'APSA 3	Elément Constitutif d'UE	10h	20h	2 crédits
Stage et professionnalisation	Unité d'enseignement			3 crédits
Stage de 50 heures	Elément Constitutif d'UE			
Outils de communication orale (1)	Elément Constitutif d'UE		10h	2 crédits
Aides à la prise de responsabilité professionnelle (1)	Elément Constitutif d'UE	2h		4 crédits
Bloc complémentaire	Bloc			9 crédits
Projet professionnel : Bases de la performance	Unité d'enseignement			6 crédits
Connaissance du milieu de l'entraînement sportif	Elément Constitutif d'UE	10h	20h	3 crédits
Modéliser l'activité du pratiquant	Elément Constitutif d'UE	10h	10h	
UE Complémentaire	Unité d'enseignement			3 crédits
ECUE Transverse UPCité	Elément Constitutif d'UE			3 crédits

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Stage 3SMA (stage 60h) (fléché spé nat/sauvetage)

Elément
Constitutif
d'UE

0 crédits

ECUE Libre externe

Elément
Constitutif
d'UE

Licence 3 STAPS - Entraînement Sportif (ES)

S5 L3 STAPS - Entraînement Sportif (ES)

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Bloc fondamental	Bloc				21 crédits
Sciences de la performance	Unité d'enseignement				6 crédits
Physiologie de la performance	Elément Constitutif d'UE	20h	10h		3 crédits
Psychologie de la performance	Elément Constitutif d'UE	20h	10h		3 crédits
Sciences de l'intervention	Unité d'enseignement				3 crédits
Préparation mentale	Elément Constitutif d'UE	20h	10h		1,5 crédits
Méthodologie de la recherche	Elément Constitutif d'UE	10h	10h		1,5 crédits
Spécialité APSA	Unité d'enseignement				6 crédits
Théorie spécialité	Elément Constitutif d'UE		10h		3 crédits
Pratique spécialité	Elément Constitutif d'UE			20h	3 crédits
Stage et professionnalisation	Unité d'enseignement				6 crédits
Stage en club 80h	Elément Constitutif d'UE				4 crédits
Outils de communication orale (2)	Elément Constitutif d'UE		10h		2 crédits

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Aides à la prise de responsabilité professionnelle (2)	Elément Constitutif d'UE	4h		0 crédits
Bloc complémentaire	Bloc			9 crédits
Optimisation de la performance	Unité d'enseignement			6 crédits
Méthodologie de l'entraînement & Modélisation	Elément Constitutif d'UE	10h	20h	3 crédits
APSA 1 Musculation	Elément Constitutif d'UE		10h	3 crédits
APSA 2 Activités d'entretien et de développement	Elément Constitutif d'UE		10h	3 crédits
Anglais pour l'activité physique et le sport	Unité d'enseignement		18h	3 crédits
UE complémentaire	Unité d'enseignement			0 crédits
Secourisme	Elément Constitutif d'UE		8h	0 crédits

S6 L3 STAPS - Entraînement Sportif (ES)

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Bloc fondamental	Bloc				24 crédits
Sciences de la performance	Unité d'enseignement				6 crédits
Sociologie de la performance	Elément Constitutif d'UE	20h	10h		3 crédits
Performance et cognition	Elément Constitutif d'UE	20h	10h		3 crédits
Théorie de l'intervention	Unité d'enseignement				6 crédits
Culture sportive	Elément Constitutif d'UE	20h	10h		2 crédits
Préparation invisible	Elément Constitutif d'UE	10h	10h		2 crédits

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Parcours croisés et entraînement	Elément Constitutif d'UE	10h	2 crédits
Spécialité APSA	Unité d'enseignement		6 crédits
Théorie spécialité	Elément Constitutif d'UE	10h	3 crédits
Pratique spécialité	Elément Constitutif d'UE	20h	3 crédits
STAGE	Unité d'enseignement		6 crédits
Outils de communication orale 3	Elément Constitutif d'UE	10h	2 crédits
Aides à la prise de responsabilité professionnelle 3 (80h)	Elément Constitutif d'UE		4 crédits
Bloc complémentaire	Bloc		6 crédits
Optimisation de la performance	Unité d'enseignement		3 crédits
Préparation physique orientée	Elément Constitutif d'UE	10h 20h	3 crédits
APSA 1 Musculation	Elément Constitutif d'UE	10h	3 crédits
APSA 2 Activités d'entretien et de développement	Elément Constitutif d'UE	10h	3 crédits
UE Complémentaire	Unité d'enseignement		3 crédits
ECUE Transverse UPCité	Elément Constitutif d'UE		3 crédits
Stage 3SMA (stage 60h) (fléché spé nat/sauvetage)	Elément Constitutif d'UE		0 crédits
FFSU	Elément Constitutif d'UE		
ECUE Libre	Elément Constitutif d'UE		

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation