

COMPOSANTES DE LA FORMATION

1 : Connaissances scientifiques appliquées à la performance :

- Physiologie de l'exercice
- Anatomie fonctionnelle et biomécanique
- Psychologie et préparation mentale
- Contrôle moteur
- Sociologie et histoire du sport
- Sciences juridiques et de gestion



2 : Méthodologie de l'entraînement :

- Modélisation de la préparation physique
- Planification de l'entraînement
- Apport de la préparation mentale
- Récupération
- Problématique déontologique
- Musculation
- Conduite et gestion de la compétition
- Dopage et surentraînement
- Prévention des blessures et réhabilitation physique

3 : Connaissances pratiques et techniques des APS :

- Théorie et expérience pratiques des APS dans deux APS au moins – deux cents heures minimum dans une spécialité ou groupe de spécialités.

4 : Professionnalisation

5 : Outil d'observation, d'analyse et de communication applicables à l'entraînement :

- Langue vivante
- Informatique et TIC
- Statistique
- Outils de mesure de la performance.

EXIGENCES PRÉALABLES REQUISES

Les formations STAPS sont des formations universitaires exigeantes qui s'appuient :

- Sur des connaissances scientifiques pluridisciplinaires (sciences de la vie, humaines et sociales)
- Sur des capacités d'expression écrite et orale, des compétences méthodologiques (autonomie, capacité de travail).
- Sur des activités physiques, sportives et artistiques dans leurs dimensions pratiques et théoriques.

Pour réussir en STAPS, il faut donc :

- Disposer de compétences scientifiques : être capable de construire un raisonnement à partir de concepts scientifiques.
- Savoir mobiliser des compétences en matière d'expression écrite afin de pouvoir argumenter construire un raisonnement, synthétiser.
- Disposer de compétences sportives : avoir un bon niveau de condition physique pour suivre les enseignements pratiques en toute sécurité et un bon niveau de pratique dans 1 ou 2 activités sportives et/ou artistiques.
- Manifester de l'intérêt pour l'exercice de responsabilités collectives, associatives ou citoyennes afin de mieux appréhender les dimensions de services liées aux métiers du sport, de l'animation, de l'éducation et de la santé.
- Un engagement du futur étudiant dans son projet d'étude.

CALENDRIER DES FORMATIONS

Voir le site de la C3D : www.c3d-staps.fr

PRÉROGATIVES DU DIPLÔME

INTITULÉ DU DIPLÔME	Licence STAPS Entraînement sportif
LES CONDITIONS D'EXERCICE	Encadrement et animation auprès de tout public des activités physiques ou sportives à un niveau d'initiation, d'entretien ou de loisir. Encadrement de tout public à des fins d'amélioration de la performance ou de développement personnel dans la ou les disciplines mentionnées dans l'annexe descriptive au diplôme visée à l'article D. 123-13 du code de l'éducation ou sur l'attestation délivrée par le président de l'université certificatrice.

LE
DIPLOME
DE
L'ÉTAT
DES
MÉTIER
DU
SPORT