



LICENCE STAPS - SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES - ES

Parcours ENTRAÎNEMENT SPORTIF



120 ECTS
2 ANS



UFR3S

Département des Sciences du
sport et de l'éducation physique
Lieu d'enseignement : Ronchin
Métro : Porte de Douai

Responsables pédagogiques

Frédéric DAUSSIN
frederic.daussin@univ-lille.fr
Yohan ROUSSEL
yohan.rousseau@univ-lille.fr

Contact administratif

fssep-scolarite@univ-lille.fr
03.20.88.73.50

Organisation du parcours

2 ans organisés en 4 semestres
en L2 et L3

Régimes d'études

Formation initiale
Formation continue

Langue d'enseignement

Français

Stages

3 Stages professionnels
obligatoires : 1 en 2^e année de
Licence (semestres 4) et 2 en 3^e
année de Licence.

PRÉSENTATION DE LA FORMATION

La Licence STAPS - Entraînement sportif permet d'acquérir un solide socle commun aux études dans le domaine des sciences et techniques des activités physiques et sportives. L'objectif général est de former des étudiants capables d'animer et d'encadrer un groupe en toute sécurité, d'intervenir au sein d'une structure ou en tant qu'indépendants, de concevoir et organiser des programmes ou des événements dans le domaine des Activités physiques et sportives (APS).

Plus d'informations sur : <https://ufr3s.univ-lille.fr/ssep>

LES + DE LA FORMATION

Cette mention prépare les étudiants aux métiers liés à l'encadrement des pratiques sportives compétitives, particulièrement dans le champ du sport de haut niveau. À l'issue de sa formation, l'étudiant sera à même d'encadrer différents publics à des fins d'amélioration de la performance ou de développement personnel.

LICENCE STAPS - PARCOURS Entraînement sportif

COMPÉTENCES

La formation est organisée en blocs de connaissances et compétences (BCC) :

- **BCC 1** - Évaluer les capacités technico-tactiques et physiques d'un public sportif

- **BCC 2** - Concevoir un cycle de séances d'initiation, d'entraînement et de préparation physique dans différentes APS
- **BCC 3** - Animer une séance d'initiation, d'entraînement et/ou de préparation physique d'une APS
- **BCC 4** - Se professionnaliser

COMPÉTENCES GÉNÉRALES

SAVOIR-FAIRE :

- Analyse des différentes dimensions d'une situation relative à la performance sportive d'une personne ou d'un groupe.
- Élaboration et planification de programmes visant la performance d'une personne ou d'un groupe.
- Encadrement de séances collectives d'activité physique et/ou sportive pour tout public.
- Entraînement en vue d'une performance en compétition.
- Préparation physique : développement des capacités physiques générales et spécifiques.

COMPÉTENCES SPECIFIQUES :

- Analyse d'une situation relative aux différentes dimensions de la performance sportive d'une personne ou d'un groupe.
- Élaboration et planification de programmes, visant la performance d'une personne ou d'un groupe.
- Encadrement de séances collectives d'activité physique et/ou sportive pour tout public.
- Entraînement en vue d'une performance en compétition en mobilisant son expertise dans une ou plusieurs spécialités sportives.
- Préparation physique : développement des capacités physiques générales et spécifiques.

ET APRÈS

La poursuite d'études est vivement encouragée.

Après la licence, vous pouvez :

- continuer en master STAPS EOPS, celui-ci dispose d'un très fort taux d'insertion professionnel ;
- vous diriger vers un master Recherche ;
- vous présenter à un concours (concours de pompiers par exemple).

SECTEURS VISÉS :

Milieu associatif ou fédéral, fonction publique d'État ou territoriale, secteur commercial privé...

Exemples de métiers :

- Entraîneur sportif, entraîneuse sportive
- Préparateur, préparatrice physique
- Professeur(e) de sport
- Cadre sportif
- Conseiller(e) technique
- Agent territorial des APS
- Directeur, directrice technique dans des fédérations, au CREPS et au Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la vie associative

MODALITÉS D'ACCÈS

LICENCE 1

Pour les Élèves de terminale ou étudiants en réorientation, les personnes de nationalité française titulaires d'un diplôme étranger de fin d'études secondaires et les ressortissants de l'Union européenne ou pays assimilés

> **Demande d'admission sur la plateforme nationale Parcoursup à partir du 15 janvier 2026 et le 13 mars 2026 :**
RDV sur <https://www.parcoursup.fr/>

Pour les personnes de nationalité étrangère (hors ue et assimilés) > **RDV sur <https://international.univ-lille.fr/>**
Formation sélective : retrouvez sur Parcoursup les critères d'analyse des candidatures.

LICENCE 2 & 3

Retrouvez toutes les modalités sur <https://www.univ-lille.fr/formation/candidater>