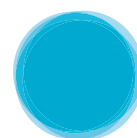




Diplôme national
délivré par
Le Mans Université



UCO

BRETAGNE
SUD
UNIVERSITÉ
CATHOLIQUE DE L'OUEST

69%
de réussite en L1
(reçus/présentés)
moyenne sur 5 dernières années

4 SEMAINES
DE STAGE MIN. /AN

STAPS

LICENCE

La Licence STAPS (Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives) comprend trois années de formation au cours desquelles se construit progressivement une orientation professionnelle.

Métiers

- Professeur d'Éducation Physique et Sportive
- Éducateur territorial
- Éducateur sportif
- Enseignant en Activité Physique Adaptée
- Éducateur en Activité Physique Adaptée
- Agent de développement de l'Activité Physique pour la santé, secteur médico-social et sportif
- Organisateur d'événements sportifs
- Conseiller d'éducation populaire

Points forts

Découverte du milieu professionnel avec des stages réguliers tout au long de la formation.

Insertion professionnelle à l'issue de la Licence STAPS ou **une poursuite vers un Master et/ou des concours** (CAFEP, CAPEPS, Agrégation, CTAPS).

Groupes restreints et suivi pédagogique individualisé.

Préparation au TOEIC®, TOEFL®, PSE1 et BNSSA intégrée dans la formation.



Objectif de la 1^{ère} année :

Fondamentale, elle correspond à une période d'adaptation aux études STAPS et de probation face aux exigences universitaires et disciplinaires. Le projet de formation s'appuie sur les savoirs fondamentaux, favorisant la pluridisciplinarité afin de doter les étudiants d'une base de connaissances en sciences du sport, en activités physiques et sportives et en méthodologie universitaire.

La licence STAPS confère :

- La maîtrise d'un socle pluridisciplinaire de connaissances et de compétences scientifiques, technologiques et techniques dans le domaine des activités physiques et sportives (APS)
- Une capacité d'autonomie dans une démarche de diagnostic, de mise en œuvre et d'évaluation de projets dans un secteur professionnel lié aux APS
- L'acquisition d'une culture des APS, d'une culture générale et de compétences transversales correspondant à ce niveau de qualification
- La reconnaissance d'une progression dans l'élaboration de son projet professionnel

La garantie d'une expérience professionnelle dans l'un des parcours suivants :

- Éducation et Motricité (EM)
- Activité Physique Adaptée et Santé (APA-S)
- Management du Sport (à l'IFEPSA Angers)

Métiers visés

Les métiers visés sont ceux des secteurs de l'enseignement, du sport, de la santé, du tourisme et des loisirs. La Licence permet soit une insertion professionnelle immédiate, soit une poursuite d'études en Master STAPS (ou autre master).

L'insertion professionnelle vise principalement :

- Les métiers de l'enseignement, de l'éducation et la formation par les APS, pour la mention « Éducation et motricité » (Professeur EPS, Professeur des écoles, Responsable de la vie scolaire,...)
- Les métiers de l'animation, encadrement et entraînement en APS, pour la mention « Education et motricité » (Educateur sportif, Entraîneur,...)
- Les métiers d'enseignant en APA-S et les métiers de prévention par les APS dans le champ de la santé, pour la mention APA-S (Éducateur en activité physique adaptée, Éducateur médico-sportif, Éducateur spécialisé, Moniteur-éducateur,...)

Licence 1

ANNÉE FONDAMENTALE D'ADAPTATION

ENCADRER ET PRATIQUER DES APS

230h / 16 crédits ECTS

Apprendre à encadrer une séance collective d'activité physique et/ou sportive pour tout public

Avec des cours théoriques et pratiques dans une dizaine d'activités physiques et sportives :

- Sports de production de performance/artistiques : Athlétisme, natation, gymnastique
- Sports individuels d'opposition : boxe française, badminton
- Sports collectifs d'opposition : handball, volley-ball, basket-ball, rugby
- Sports de pleine nature : escalade, activités nautiques

UTILISER LES SCIENCES POUR COMPRENDRE LES APS

220h / 24 crédits ECTS

Apprendre à analyser une situation relative à l'activité physique et/ou sportive (personne, structure, événement) en mobilisant des connaissances scientifiques issues des sciences humaines et sociales et des sciences de la vie

Avec des cours de :

- Sciences de la Vie : anatomie, biomécanique, physiologie
- Sciences Humaines et Sociales : histoire du sport, psychologie, sociologie
- Sciences juridiques et économie du sport

EXPLOITER DES DONNÉES POUR COMPRENDRE LES APS

110h / 20 crédits ECTS

Apprendre à utiliser les outils numériques, à s'exprimer par oral et par écrit, à s'exprimer dans une langue étrangère, à exploiter des données scientifiques, à connaître les champs professionnels

Avec des cours de :

- Culture numérique
- Méthodologie universitaire, méthodologie disciplinaire
- Anglais
- Construction de son projet professionnel

+120 heures de stage :

- stages en milieu associatif et de connaissance des milieux professionnels

TOTAL L 1

560h* / 60 crédits ECTS

*plus 120h de stage



Objectif de la 2^{ème} année :

Elle est dite d'orientation et de consolidation des acquis scientifiques, des pratiques et didactiques des APS et des compétences méthodologiques. Au cours de cette année une orientation est proposée par le choix d'une mention.



Objectif de la 3^{ème} année :

elle vise à renforcer le choix de professionnalisation de l'étudiant au sein d'une mention de Licence STAPS, qui répond à un projet de l'étudiant de s'insérer dans l'un des secteurs suivants : enseignement, animation, encadrement et entraînement dans les APS, santé, loisirs et tourisme. L'étudiant peut s'insérer professionnellement à l'issue de la Licence ou poursuivre sa formation en Master.



Licence 2

ANNÉE DE PRÉ-ORIENTATION DANS UNE MENTION
Activités Physiques Adaptée-Santé (APA-S)
ou Éducation & Motricité (EM)

PRATIQUE ET DIDACTIQUE DES APS / APAS

200h / 20 crédits ECTS

Apprendre à encadrer une séance collective d'activité physique et/ou sportive pour tout public

Avec des cours théoriques et pratiques d'activités physiques et sportives :

Athlétisme • natation • sauvetage • tennis de table • course d'orientation • musculation • lutte • activités physiques adaptées • yoga • didactique de l'EPS • didactique de l'APS • didactique de l'APAS

UTILISER LES SCIENCES POUR COMPRENDRE LES APS

200h / 24 crédits ECTS

Apprendre à analyser une situation relative à l'activité physique et/ou sportive (personne, structure, événement) en mobilisant des connaissances scientifiques issues des sciences humaines et sociales et des sciences de la vie

Avec des cours de :

Psychologie • sociologie • histoire • management du sport • physiologie • santé • biomécanique • droit • histoire de l'EPS • histoire de l'APS • méthodologie du projet • stage en milieu associatif

EXPLOITER DES DONNÉES POUR COMPRENDRE LES APS

110h / 16 crédits ECTS

Apprendre à utiliser les outils numériques, à s'exprimer par oral et par écrit, à s'exprimer dans une langue étrangère, à exploiter des données scientifiques, à connaître les champs professionnels

Avec des cours de :

- Culture numérique
- Méthodologie de la recherche
- Méthodologie de l'écrit et de l'expression orale
- Anglais
- Construction de son projet professionnel
- Stages de connaissance des milieux professionnels

TOTAL L2

510h* / 60 crédits ECTS

*plus 150 h de stage

Licence 3

ANNÉE DE SPÉCIALISATION ET DE PROFESSIONNALISATION
Activités Physiques Adaptée-Santé (APA-S)
ou Éducation & Motricité (EM)

MENTION ÉDUCATION ET MOTRICITÉ (EM)

Former des spécialistes de l'intervention dans les domaines de l'enseignement, de l'éducation et de la formation par les APS dans tout établissement ou structure à vocation éducative (établissements scolaires, associations de quartiers, associations sportives, comités d'entreprise,...)

ACQUÉRIR LES COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES SUIVANTES :

- Concevoir et conduire des interventions pédagogiques dans les activités physiques, sportives et d'expression en fonction des différents publics, contextes et niveaux de pratique
- Evaluer les résultats atteints en fonction des objectifs
- S'inscrire dans une démarche éducative et éthique
- Préparation des concours du CAPEPS et du CAFEP-CAPEPS

MENTION ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE - SANTÉ (APA-S)

Développer des connaissances scientifiques, techniques et technologiques dans le domaine de la prévention, de l'éducation et du maintien de la santé

ACQUÉRIR DES COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES LIÉES À L'INTERVENTION EN APA-S :

- Participer à la conception et au pilotage d'un projet global de prévention et/ou de réadaptation par l'activité physique adaptée
- Concevoir et organiser des programmes d'intervention
- Être capable de conduire des programmes d'intervention et d'évaluer leur pertinence
- Promouvoir l'éducation à la santé par l'activité physique adaptée

25h à
30h/SEMAINE
LUNDI AU VENDREDISUIVI
PERSONNALISÉÉTUDIANTS/
PROMO EN L1 **90**

Coût de la formation

L1.....de 3300 à 6600 €¹¹ Tarif 2025-2026 basé sur le quotient familial
(un simulateur concernant l'ensemble des années est
disponible sur le site).Les étudiants de l'UCO-BS peuvent obtenir des
bourses nationales dans les mêmes conditions
que les étudiants des universités d'État.

Candidature

Licence 1^{re} annéesur www.parcoursup.fr (réf. région Bretagne,
Licence « sciences et techniques des activités phy-
siques et sportives » (STAPS).Pour toute question concernant l'inscription, contactez
maiwenn.le.gall@uco.fr (L1) | audrey.henry@uco.fr (L2-L3)

Pour tout renseignement



Responsable L3 STAPS

Kristell BERVET-MALIVET
kristell.bervet@uco.fr

Responsable L2 STAPS

Michael PHOMSOPHA
michael.phomsoupha@uco.fr

Co-responsable L1 STAPS

Patrice RÉGNIER
patrice.regnier@uco.fr

Co-responsable L1 STAPS

Pierre-Karim TAHEJ
pierre-karim.tahej@uco.frLes clefs de la réussite en STAPS sont le travail, l'assiduité et la moti-
vation. Il ne suffit pas d'être passionné de sport, il faut également avoir
l'envie d'en apprendre davantage sur sa théorie.Simon M. Licence STAPS
promo.2017

CURSUS DE LA FORMATION

MASTERS proposés par l'IFEPSA Angers

MASTER MEEF
Métiers de l'Enseignement,
de l'Éducation
et de la Formation
-second degré-
parcours Éducation Physique et
Sportive (EPS)**MASTER STAPS**
Activité Physique
Adaptée et Santé
(APA-S)
parcours Sport, Santé, Éducation,
Réentraînement (2SER)**MASTER STAPS**
Management du Sport
(MS)
parcours Sports, Politiques Locales,
Environnements (SPLE)

Master 1

Master 2

Licence STAPS

Mention
Education et Motricité (EM)
parcours Professeur d'Éducation
Physique et Sportive (EPS)
parcours Éducateur Sportif**Mention**
Activité Physique
Adaptée et Santé
(APA-S)**Mention**
Management du Sport
(MS)
proposée à l'IFEPSA Angers

Licence 3 - Année de spécialisation et de professionnalisation

Licence 2 - Année de pré-orientation dans une mention

Licence 1 - Année fondamentale d'adaptation

(réorientation possible en fin de 1^{er} semestre)

Inscription Parcoursup + BAC

La licence STAPS proposée à l'UCO est un diplôme d'état, en convention
avec Le Mans Université, et en partenariat avec l'IFEPSA et l'UCO Angers.40ans
D'EXPÉRIENCEPORTES
OUVERTES**13 décembre 2025**
9h30 à 13h**24 janvier 2026**
9h30 à 17h (en continu)**7 février 2026**
9h30 à 13h