



LICENCE STAPS

SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

📍 GRENOBLE & VALENCE

2025-2026

180 ECTS

3 ANS



PRÉSENTATION DE LA FORMATION

L'objectif général de la Licence STAPS 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). La formation s'appuie sur une **culture scientifique pluridisciplinaire**, une connaissance de différentes APS et l'acquisition de compétences professionnelles dans les différentes mentions proposés dans cette Licence : **Entraînement Sportif**, **Education et Motricité**, **Activité Physique Adaptée** et **Santé, Management du Sport**.

Quatre dimensions essentielles structurent la licence STAPS :

- **Scientifique** : 50% des enseignements : biomécanique, anatomie, neurosciences, physiologie, histoire, psychologie, sociologie.
- **Technologique** : 30% des enseignements : natation, gymnastique, danse contemporaine, athlétisme, sports collectifs, sports de combat, sports de raquette pour la 1^{re} année.

→ **Sportive** : spécialité sportive : 10% des enseignements. Nous recommandons la pratique d'une spécialité sportive en club dès la 1^{re} année avec au minimum 2 entraînements par semaine plus des compétitions.

→ **Professionnelle** et/ou transversale: 10% des enseignements : stages, anglais, projet professionnel.

La formation repose sur une pédagogie incluant des **CM, TD et TP** mais également sur une **pédagogie inversée dès la L1** : cette innovation consiste à faire travailler les **contenus théoriques** aux étudiants sur des **ressources numériques mises à leur disposition** et à consolider les apprentissages lors de **sessions de régulation en présentiel** favorisant le « **learning by doing** ».

Les licences STAPS sont professionnalisantes dès la L2 et préparent également la poursuite d'étude en master.



ORGANISATION DE LA FORMATION

UN PORTAIL D'ACCÈS ET QUATRE MENTIONS PROPOSÉES

La formation en licence STAPS est organisée selon une **structure commune aux 3 années**. Les deux premières années L1 et L2 sont communes aux 4 mentions.

Une découverte des milieux professionnels est prévue en L2 afin que les étudiants puissent choisir leur mention en L3.

Les étudiants ayant validé une L2 obtiennent le **diplôme intermédiaire du DEUG STAPS « animateur – technicien des activités physiques pour tous »**.

Cette licence est présente sur **deux sites** : **Grenoble** et **Valence**, avec exactement la même maquette de formation.

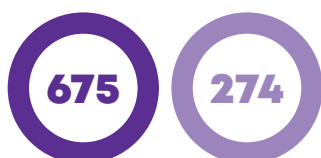
Les quatre mentions proposées en L3 sont :

- **Entraînement sportif** (L3 uniquement à Grenoble en présentiel)
L'UFR STAPS propose également ce parcours sous un format hybride (en partie à distance) : la licence SHIFT (STAPS Hybride Interuniversitaire Flexible Tutorée), s'adresse à un public contraint qui peut attester d'un statut particulier (sportif de haut niveau, salarié, étudiant à besoins spécifiques, personne relevant du dispositif Campus Connecté ...) qui justifie l'impossibilité de suivre un parcours classique en présentiel.
- **Éducation et motricité** (Grenoble et Valence pour les 3 années)
comprenant deux parcours : PLC (professeurs des lycées et collèges), PE (professeurs des écoles).
- **Management du sport** (L3 uniquement à Grenoble).
- **Activité physique adaptée et santé** (L3 uniquement à Grenoble).

UGA
Université
Grenoble Alpes

INSCRITS EN 1^{RE} ANNÉE
EN 2024-2025

GRENOBLE : 675
VALENCE : 274



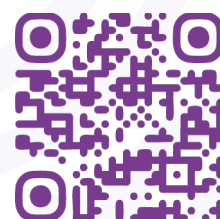
DOMAINE

STSI (Sciences, Technologies, Santé, Ingénierie)

COMPOSANTE

UFR STAPS (Sciences et techniques des activités physiques et sportives)

FICHE WEB
DÉTAILS & CONTACTS



LES TYPES D'ENSEIGNEMENT DE LA LICENCE

COURS MAGISTRAUX (CM)

Les CM, en amphithéâtre, peuvent accueillir l'ensemble de la promotion. Ce sont généralement des cours théoriques. La prise de notes est essentielle pour la compréhension et l'intégration des connaissances abordées (des photocopies ne sont pas systématiquement distribués).

TRAVAUX DIRIGÉS (TD)

Les TD permettent un travail plus individualisé en groupes de taille moyenne. Accompagnés par un enseignant, ils portent sur l'application et le suivi des apprentissages disciplinaires vus en CM. La majorité des cours est assurée sous forme de TD.

TRAVAUX PRATIQUES (TP)

Les TP, ou travaux pratiques, sont des séances qui permettent aux étudiants d'expérimenter des notions vues en cours. Ces sessions sont organisées par les enseignants, en général dans des salles spécifiques : laboratoires, ateliers ou studios.



POURSUITE D'ÉTUDES

Après une L2 validée, les étudiants peuvent intégrer une **Licence professionnelle Gestion et développement des organisations et des services sportifs ou de loisirs**, parcours **Entrepreneuriat et tourisme des sports nature** en **formation initiale** (L pro sur site de Valence).

À l'issue de la L3, les diplômés peuvent accéder à **plusieurs Masters** au sein de l'UGA : Métier de l'Enseignement, de l'Éducation et de la Formation, Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive, Ingénierie et Sciences du Mouvement Humain, Acquisition et Traitement des Données Multidimensionnelles et Management du Sport, Tourisme et Montagne et Activité Physique Adaptée et Santé.

Chaque parcours de Master comprend une ouverture vers la **recherche** ou une **professionnalisation**.



INSERTION PROFESSIONNELLE

Les étudiants de licence peuvent s'insérer directement dans la vie professionnelle dès la L2 grâce à une **carte professionnelle** qui permet l'encadrement et l'animation des activités physiques ou sportives à un niveau d'initiation, d'entretien ou de loisir.

Selon la mention, les **métiers** sont par exemple : entraîneur, professeur d'EPS, enseignant en activité physique adaptée, concepteur de produits touristiques et de loisirs.

Une liste exhaustive est présente sur le site web de l'UFR STAPS, rubrique emplois.

Pour les étudiants qui ont décidé de s'insérer professionnellement suite à l'obtention de leur diplôme, le taux d'emploi est de **88%** (source : C3D-STAPS.fr, enquête 2023).



STAGES ET INTERNATIONAL

STAGES

Les **stages obligatoires** constituent une part importante de la formation des étudiants. En L2, un **stage en intervention** dans la spécialité sportive de l'étudiant est demandé pour un volume de 50h. En L3, les étudiants doivent réaliser un **stage en milieu professionnel** de 150h. Des **stages facultatifs** peuvent être réalisés à tout moment de la licence selon les projets des étudiants.

INTERNATIONAL

Il est possible de suivre un semestre ou deux à l'étranger en 3^e année de licence (échange ERASMUS ou avec des universités partenaires). Ces séjours sont fortement encouragés et une UE facultative « anglais pour la mobilité internationale » est proposée en L3 dans cet objectif.



ACCOMPAGNEMENT À LA RÉUSSITE

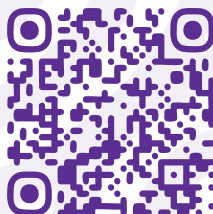
L'équipe pédagogique de STAPS propose aux étudiants un **accompagnement** leur permettant de renforcer leurs **connaissances**, d'acquérir de **nouvelles méthodes d'apprentissage** et d'**accroître leur autonomie d'organisation** de travail personnel. Ce parcours est organisé à la fois pour les étudiants de L1 admis en « Oui si » et pour des étudiants volontaires pouvant avoir des difficultés.

Ce parcours est constitué :

- de séquences régulières de renforcements disciplinaires (reprises d'**explications**, **stabilisation**) ;
- d'enseignements de **méthodologie de l'étude** dans le cadre du travail universitaire (s'approprier un cours magistral et/ou numérique, extraire l'essentiel d'un cours, s'entraîner sur des exercices et sujets) ;
- d'un **suivi individualisé et structuré**, réalisé par un référent enseignant / coach d'étude (diagnostic, suivi de résultats, propositions de ressources, bilans).

WEB UGA

INFOS & ACTUALITÉS



« J'ai beaucoup aimé la Licence STAPS car on a étudié le mouvement humain dans toutes ses formes : de la physiologie à la psychologie en passant par les neurosciences mais aussi la sociologie et l'histoire des sports. J'ai été surprise qu'il y ait autant de sciences par rapport à la pratique sportive mais j'ai compris qu'on devait maîtriser tous ces aspects pour devenir un bon entraîneur. En plus, les profs de techno nous préparent à l'intervention dans plein de sports différents ».

Emma, étudiante en L3 STAPS Entraînement Sportif

UGA
ESPACE
ORIENTATION
INSERTION
PROFESSIONNELLE