UNIVERSITÉ DE FRANCHE-COMTÉ

UFC

U-SPORTS

UpFR des sports
31 chemin de l'Épitaphe
25000 Besançon cedex
France

http://u-sports.univ-fcomte.fr

site universitaire
Besançon

scolarité
tél. 03 81 66 67 92 / 66 79
scolarite-licence-es@univ-fcomte.fr

contact pédagogique
licence-es@univ-fcomte.fr

formation initiale et continue

DÉCOUVREZ
TOUTE L'OFFRE DE FORMATIONS
DE L'UNIVERSITÉ DE FRANCHE-COMTÉ
SUR **www.univ-fcomte.fr**

INFORMATIONS
Maison des étudiants
36A avenue de l'Observatoire
25030 Besançon cedex

Formation initiale
Pôle info-orientation
tél. 03 81 66 50 65
poleinfo@univ-fcomte.fr

Formation continue
reprise d'études, VAE et contrat de pro
tél. 03 81 66 61 21
form-cont@univ-fcomte.fr

Stage emploi
tél. 03 81 66 66 99
stage-emploi@univ-fcomte.fr

DESIGN GRAPHIQUE BOUTEILLER COMMUNICATION / RÉALISATION STUDIO BRACCO BESANÇON / IMPRESSION SIMONgraphic À ORNANS / MAI 2014

UNIVERSITÉ DE FRANCHE-COMTÉ

Licence

UFC

SCIENCES
ET TECHNIQUES
DES ACTIVITÉS
PHYSIQUES
ET SPORTIVES

Entraînement sportif

UpFR des sports
http://u-sports.univ-fcomte.fr
www.univ-fcomte.fr

Licence

Licence
Entraînement sportif

Objectifs

- Acquérir l'expertise nécessaire à l'analyse, au diagnostic et à l'amélioration de la performance sportive.
- Comprendre les divers processus liés à l'amélioration des ressources physiques et mentales humaines dans le cadre de la performance sportive.
- Maîtriser les méthodes et outils liés au développement de la performance sportive (méthodes d'entraînement, préparation physique, logiciels d'aide à la performance).
- Connaître et savoir utiliser l'environnement économique, administratif et réglementaire spécifique à l'activité de l'entraîneur sportif.
- Former à l'environnement humain, économique, juridique et technologique propre à l'entraînement sportif.
- Savoir communiquer efficacement sur ses méthodes de travail. et sur ses objectifs, participer au développement de la structure professionnelle.

Compétences

- Former des concepteurs spécialisés en entraînement sportif dont les compétences s'étendent à la fois sur des domaines techniques très pointus et des champs scientifiques et méthodologiques solides dans l'entraînement et la préparation physique et mentale.
- 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 physique, sportive ou de développement personnel.

Public concerné

- L 1 : bac, DAEU
- L 2 : L1 Sciences du sport avec validation d'acquis : entraîneur titulaire d'un brevet d'État, kinésithérapeute, ingénieur, professeur de sport ; bénéficiaire d'une VAE.
- L 3 : L2 mention Entraînement sportif avec VA : même public que L2.
- Formation continue : reprise d'études ou validation des acquis de l'expérience (VAE).

Poursuite d'études

- Master Entraînement management et ingéniérie sportive (EMIS)
- Autres masters STAPS
- Préparation concours de l'enseignement, avec poursuite d'études

Métiers

- Animateur, accompagnateur ou moniteur dans une association, un club sportif, une entreprise ou une collectivité territoriale.
- Conseiller d'animation sportive.
- Conseiller technique sportif.
- Préparation au concours de recrutement des éducateurs sportifs territoriaux des APS (ETAPS).
- Préparateur physique et mental.
- Entraîneur.
- Animateur/conseiller dans les salles privées de remise en forme et d'entretien physique.
- Métiers de la recherche après poursuite d'études.
- Coach personnalisé.

Stage

- 2 stages accompagnés par un tuteur universitaire et un tuteur professionnel :
— en 2e année de licence, (60 h) découverte du milieu sportif, de l'entraînement et de la préparation physique (mise en pratique des connaissances et compétences)
— en 3e année, (100 h), véritable finalité d'insertion professionnelle.

Programme

- Développer la performance sportive, et améliorer les ressources physiques et mentales : anatomie, physiologie, neurosciences...
- Maîtriser les méthodes et outils liés au management de l'entraînement : planification des charges d'entraînement, organisation de stage de préparation physique, manipulation d'outils d'évaluation de la performance physique, gestion des ressources du club et gestion de projet,...
- Connaître et savoir utiliser l'environnement économique, administratif et réglementaire spécifique a l'activité de l'entraîneur sportif : organisation de l'environnement sportif, suivi médical du sportif...
- Savoir communiquer efficacement sur ses méthodes de travail, et ses objectifs : projet professionnel et langue vivante, outil informatique...