

Maquette des enseignements

offre L3 STAPS-ES - 2024-2025

	offre L3 STAPS-ES - 2024-2025				VOLUME HORAIRE				
	ECTS	Coef	Lib long	СМ	TD	TP	Stage et autre	Total heures étudiant	
	30	30	SEMESTRE 5 - L3 - STAPS - ES	63	97	108		268	
	14	14	S5UE1 - Compétences disciplinaires	63	9			72	
	3,5		Psychologie du sport Psychosociologie	15 15	3			18 18	
	3,5 3,5		Physiologie intégrée de l'exercice (cardio/respi/muscle)	18	3			18	
	3,5		Limites physiologiques de l'exercice	15	3			18	
	1,5		S5UE2 - Compétences transversales		12			12	
	1,5	1,5	Initiation à l'Insertion professionnelle		12			12	
	1,5		Savoir faire une candidature efficace pour un recrutement		12			12	
	1,5		Valorisation engagement étudiant		40		2	2	
	1,5		Premiers pas vers l'entrepreunariat Initiation à la recherche		12 12			12 12	
	1,5 1,5		Initiation aux métiers de l'enseignement		12			12	
	12,5		S5UE3 - Compétences pré-professionnelles et technologiques		48	82		130	
5	3,5		MHFA & Performance 1 (Musculation Haltero Force Athlétique)		10	25		35	
tre	3,5		MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 1		10	25		35	
es	4	4	Sciences de l'intervention en MHFA		10	20		30	
Semestre	1,5	1,5	Vidéo Analysis		18	12		30	
တိ	2		S5UE4 - Compétences spécifiques		28	26		54	
	X 2	X	Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix :		14 14	26		14 40	
	2		Renforcement au choix : Renforcement Athlétisme		14	26		40	
	2		Renforcement Badminton		14	26		40	
	2		Renforcement Natation		14	26		40	
	2		Renforcement Randonnée et orientation		14	26		40	
	2		Renforcement Skis		14	26		40	
	2		Renforcement VTT		14	26		40	
	2		Renforcement Rugby		14	26		40	
	2		Renforcement Football Renforcement Handball		14 14	26 26		40 40	
	2		Renforcement Volleyball		14	26		40	
	2		Renforcement Basketball		14	26		40	
	30		SEMESTRE 6 - L3 - STAPS - ES	28	126	94		248	
	Facultatif		S6UE0 - Certification - Musculation Haltéro Force athlétique						
	Facultatif Facultatif	X	S6UE0 - Certification - Natation S6UE0 - Certification - Badminton						
	Facultatif	X	S6UE0 - Certification - Badminton						
	Facultatif								
		Х	IS6UE0 - Certification - Athlétisme						
1	11,5		S6UE0 - Certification - Athlétisme S6UE1 - Compétences disciplinaires	28	10	10		48	
	11,5 4	11,5	S6UE0 - Certification - Athlétisme S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance	6	10	10		26	
	4	11,5 4 4	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude	6				26 12	
	4 4 3,5	11,5 4 4 3,5	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif	6	10	10		26 12 10	
	4 4 3,5 5,5	11,5 4 4 3,5 5,5	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales	6	10 56	10		26 12 10 70	
	4 4 3,5 5,5 4,5	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data	6	10 56 38	10		26 12 10 70 52	
	4 4 3,5 5,5	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix	6	10 56	10		26 12 10 70	
	4 4 3,5 5,5 4,5	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data	6	10 56 38 18	10		26 12 10 70 52 18	
9 e	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 1	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 1	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles	6	56 38 18 18 18 30	10 14 14 14		26 12 10 70 52 18 18 18	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 1 11 3,5	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2	6	56 38 18 18 18 30	10 14 14 14 50 25		26 12 10 70 52 18 18 18 80 35	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 1 11 3,5 3,5	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2	6	56 38 18 18 18 30 10	10 14 14 14		26 12 10 70 52 18 18 18 80 35 35	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 1 11 3,5 3,5 4	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle	6	56 38 18 18 18 10 10	10 14 14 14 50 25 25	200	26 12 10 70 52 18 18 18 80 35 35	
Semestre 6	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques	6	56 38 18 18 18 10 10 10	10 14 14 14 50 25	200	26 12 10 70 52 18 18 18 80 35 35 10	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 1 11 3,5 3,5 4	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle	6	56 38 18 18 18 10 10	10 14 14 14 50 25 25	200	26 12 10 70 52 18 18 18 80 35 35	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique	6	10 56 38 18 18 18 10 10 10 20	10 14 14 14 50 25 25 25	200	26 12 10 70 52 18 18 18 80 35 35 10 50 20	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix : Renforcement Athlétisme Renforcement Badminton	6	56 38 18 18 18 30 10 10 20 10 10	10 14 14 14 50 25 25 20 20 20 20	200	26 12 10 70 52 18 18 18 80 35 35 10 50 20 30 30	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 2 X 2 2 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix : Renforcement Athlétisme Renforcement Badminton Renforcement Natation	6	56 38 18 18 18 30 10 10 20 10 10 10	10 14 14 14 50 25 25 20 20 20 20 20 20	200	26 12 10 70 52 18 18 18 80 35 35 35 10 50 20 30 30 30	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix : Renforcement Athlétisme Renforcement Badminton Renforcement Natation Renforcement Randonnée et orientation	6	56 38 18 18 18 30 10 10 20 10 10 10 10	10 14 14 14 50 25 25 20 20 20 20 20 20 20	200	26 12 10 70 52 18 18 18 80 35 35 10 50 20 30 30 30 30	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix : Renforcement Athlétisme Renforcement Badminton Renforcement Randonnée et orientation Renforcement Skis	6	56 38 18 18 18 30 10 10 10 20 10 10 10 10	10 14 14 14 50 25 25 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	200	26 12 10 70 52 18 18 18 18 35 35 10 50 20 30 30 30 30 30 30	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix : Renforcement Athlétisme Renforcement Badminton Renforcement Randonnée et orientation Renforcement Skis Renforcement VTT	6	56 38 18 18 18 30 10 10 10 20 10 10 10 10 10	10 14 14 14 50 25 25 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	200	26 12 10 70 52 18 18 18 18 35 35 10 50 20 30 30 30 30 30 30 30 30	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2 2 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix : Renforcement Badminton Renforcement Randonnée et orientation Renforcement Randonnée et orientation Renforcement Skis Renforcement VTT Renforcement Rugby	6	56 38 18 18 18 10 10 10 10 20 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1	10 14 14 14 50 25 25 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	200	26 12 10 70 52 18 18 18 18 80 35 10 50 20 30 30 30 30 30 30 30 30	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix : Renforcement Athlétisme Renforcement Badminton Renforcement Randonnée et orientation Renforcement Skis Renforcement VTT	6	56 38 18 18 18 30 10 10 10 20 10 10 10 10 10	10 14 14 14 50 25 25 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	200	26 12 10 70 52 18 18 18 18 35 35 10 50 20 30 30 30 30 30 30 30 30	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix : Renforcement Athlétisme Renforcement Randonnée et orientation Renforcement Randonnée et orientation Renforcement Skis Renforcement Rugby Renforcement Football	6	10 56 38 18 18 18 10 10 10 10 20 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1	10 14 14 14 50 25 25 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	200	26 12 10 70 52 18 18 18 18 80 35 10 50 20 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix : Renforcement Athlétisme Renforcement Natation Renforcement Natation Renforcement Randonnée et orientation Renforcement VTT Renforcement Rugby Renforcement Handball Renforcement Hootball Renforcement Volleyball Renforcement Volleyball Renforcement Basketball	6	56 38 18 18 18 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	10 14 14 14 50 25 25 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	200	26 12 10 70 52 18 18 18 18 80 35 35 10 50 20 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30	
	4 4 3,5 5,5 4,5 1 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	11,5 4 4 3,5 5,5 4,5 1 11 3,5 3,5 4 2 X 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	S6UE1 - Compétences disciplinaires Préparation mentale et optimisation de la performance Entrainement en altitude Organisation de projet associatif S6UE2 - Compétences transversales Analyse de performance : de la capture au big data Langue au choix Anglais - préparation certification Espagnol - préparation certification S6UE3 - Compétences pré-professionnelles MHFA & Performance 2 MHFA & Prévention de la santé et dvlpt personnel 2 Stage d'initiation professionnelle S6UE4 - Compétences spécifiques Sauvetage et sécurité en milieu aquatique 1 Renforcement au choix : Renforcement Athlétisme Renforcement Badminton Renforcement Randonnée et orientation Renforcement Randonnée et orientation Renforcement VTT Renforcement Rugby Renforcement Football Renforcement Handball Renforcement Volleyball	6	10 56 38 18 18 18 18 30 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	10 14 14 14 50 25 25 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	200	26 12 10 70 52 18 18 18 18 80 35 35 10 50 20 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30	