



**DEPARTEMENT STAPS**

# **GUIDE DES ETUDES**

**2023 / 2024**

**Licence STAPS**

**2ème année**



**Parcours « Entraînement Sportif »**

INFORMATIONS

ADMINISTRATIVES

&

PEDAGOGIQUES

# Licence 2<sup>ème</sup> année – Mention Entraînement Sportif

Année universitaire 2023-2024

## a) Calendrier :

Pré-rentrée : jeudi 7 septembre 2023

### 1<sup>er</sup> semestre

Début des cours : lundi 11 septembre 2023

Pause pédagogique (Vacances de Toussaint) : du samedi 28 octobre à 12h00 au lundi 6 novembre 2023

Examens du 1<sup>er</sup> semestre 1<sup>ère</sup> session : **du 16 au 23 décembre 2023**

Vacances de Noël : du samedi 23 décembre à 12h00 au 7 janvier 2024

### 2<sup>ème</sup> semestre

Début des cours : Lundi 8 janvier 2024

Pause pédagogique (Vacances de février) : du samedi 2 mars à 12h00 au dimanche 10 mars 2024

Vacances de Pâques : du samedi 20 avril à 12h00 au dimanche 5 mai 2024

Examens du 2<sup>ème</sup> semestre 1<sup>ère</sup> session : **A partir du 6 mai au 19 mai 2024**

### 2<sup>ème</sup> session

Examens du 1<sup>er</sup> semestre, 2d semestre – 2<sup>ème</sup> session : **A partir du 12 au 19 juin 2024**

## b) Secrétariat pédagogique et responsable de la mention :

- Secrétaire pédagogique L2 Mention ES:  
**Sophie VARENNE**  
[stapsc@univ-littoral.fr](mailto:stapsc@univ-littoral.fr) ou [sophie.varenne@univ-littoral.fr](mailto:sophie.varenne@univ-littoral.fr)  
Tél. : 03 21 46 36 44
- Responsable de la L2 Mention ES  
**Eric DEVOS**  
[eric.devos@univ-littoral.fr](mailto:eric.devos@univ-littoral.fr)

Permanence : lundi ou mardi à 12h30 au Bâtiment STAPS (demande de rendez-vous par mail)

## c) Professionnels intervenants dans la formation

- M. Tarkowski (Anatomie): [eric.tarkowski@univ-littoral.fr](mailto:eric.tarkowski@univ-littoral.fr)
- M. Dusautoir: [gerard.dusautoir@univ-littoral.fr](mailto:gerard.dusautoir@univ-littoral.fr)
- M. Knaepen (Préparation mentale) : [tim.knaepen@gmail.com](mailto:tim.knaepen@gmail.com)
- M. GIVRE (Préparation mentale) : [antogivre.pro@gmail.com](mailto:antogivre.pro@gmail.com)

- [M. BACHETTI \(Alimentation et consommation énergétique\) : bachettij.irfssl@yahoo.fr](mailto:bachettij.irfssl@yahoo.fr)>
- S. DENYS : Initiation à l'analyse et au montage video : sofianedenys.k@gmail.com

## ORGANISATION DU DEPARTEMENT

### Responsabilités et coordination :

Président de l'Université du Littoral « Côte d'Opale » : M. Hassane SADOK

Directeur du département STAPS : M. Rémy HURDIEL

### Pôle fonctionnel « études »

Coordination et responsable L1, pôle Calais : M. Clément DEHANDSCHOEWERCKER

Coordination et responsable L1, pôle Dunkerque : M. Eric HERMAND

Coordination et responsable L1, pôle Boulogne : Mme Emilie DIEU

Coordination et responsable L1, pôle Saint-Omer : M. Luc HEUMEL

Coordination et responsable L2 Education et Motricité : M. Fabien SUDRES

Coordination et responsable L2 Entraînement Sportif : M. Eric DEVOS

Coordination et responsable L2 Management du Sport : M. Florian LEBRETON

Coordination et responsable L2 Activités Physiques Adaptées et Santé : M. Alain BOYADJIAN

Coordination et responsable L3 Education et Motricité : M. Médéric LAPOTRE

Coordination et responsable L3 Entraînement Sportif : M. Nicolas GUILBERT

Coordination et responsable L3 Management du Sport : M. Guillaume DUCHATEAU

Coordination et responsable L3 Activités Physiques Adaptées et Santé : M. Rémy HURDIEL

Responsable DEUST AGAPSC - Activités Aquatiques, Bien-être, Santé : M. Guillaume PAYA

Responsable DEUST AGAPSC - Football : M. Christophe LAMIRAND

Responsable DEUST Loisirs Sportifs Eco-responsables : M. Maxime PLARD

Responsables du Master STAPS A.P.A.S. : M. Pierre MOREL (Master 1) et M. Alessandro PORROCCHIO (Master 2)

Responsable du Master STAPS MEEF EPS : M. Mehdi BELHOUCHE (M1) et M. Olivier DIEU (M2)

Responsable Agrégation interne : M. Mehdi BELHOUCHE

Coordination Formation APS et FPP, L1-L2 : M. Eric DEVOS et M. Olivier DIEU

Référent « réussite », tutorat : M. Eric HERMAND

Référent Sciences de la vie : M. Pierre MOREL

Référent Sciences humaines et sociales : M. Florian LEBRETON

Président commission haut-niveau : M. Eric DEVOS

### Pôle fonctionnel « démarche qualité »

Étudiants à besoins particuliers :

- Handicap : M. Carl KUEHN

- Haut Niveau : M. Eric DEVOS

Santé, risque psycho-sociaux, cadre de vie : M. Alessandro PORROVECCHIO

### Pôle fonctionnel « Vie du département »

Relation avec FFSU et SUAPS : M. Laurent SCHIMPF

Responsable du centre d'entraînement de football féminin : M. Nicolas GUILBERT

Président de jury

Licence 1 : M. Eric HERMAND

Licence 2 ES : M. Eric DEVOS

Licence 3 : M. Guillaume DUCHATEAU (tous parcours)

Equipe enseignante (titulaires)

*Maîtres de Conférences Universitaires (Collège B)*

M. Boyadjian, M. Duchateau, M. Hurdiel, M. Kuehn, M. Lebreton, M. Dieu, Mme Rulence, M. Hermand, M. Morel, M. Lebreton, M. Lesne, M. Porrovecchio, M. Sudre.

*Professeurs Agrégés et Certifiés d'E.P.S. (affectés à l'Université, collège C)*

M. Devos, Mme Dieu, M. Dumez, M. Guilbert, M. Heumel, M. Lapôtre, Mme Toussaint, M. Lamirand, M. Paya, M. Schimpf, M. Plard, M. Belhouchat, M. Sudres.

Adresse Administrative des Services Centraux de la Présidence

UNIVERSITE DU LITTORAL « Côte d'Opale »

1, place de l'Yser - BP 71022

59 375 Dunkerque Cedex

Tél. : 03 28 23 73 73

## **EQUIPE ADMINISTRATIVE ET PEDAGOGIQUE**

### Site de Calais

Mme Sophie VARENNE

stapsc@univ-littoral.fr ou sophie.varenne@univ-littoral.fr

Tél. : 03 21 46 36 44

### Site de Dunkerque

Mme Emilie PIGNATELLI

stapsd@univ-littoral.fr

Tél. : 03 28 23 68 84

### Site de Boulogne/Mer

Mme Anne-Charlotte NAVET

stapsbg@univ-littoral.fr, anne-charlotte.navet@univ-littoral.fr

Tél. : 03 21 99 41 25

### Site de Longuenesse

Mme Audrey CANDAES

staps.st-omer@univ-littoral.fr,

Tél. : 03 21 38 87 22

## **POUR QUELS MOTIFS JOINDRE LE SECRETARIAT ?**

- Déclarer votre statut salarié ou athlète de haut-niveau (SHN) : Pour cela vous munir du justificatif (contrat de l'employeur pour le salarié, liste fédérale délivrée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports pour l'athlète), joindre les calendriers d'entraînement et de matchs.
- Déclarer un accident survenu en cours (accident du travail sous 48h) ou en activité sportive du SUAPS/FFSU (Déclaration d'accident MAIF sous 5 jours).
- Demander un certificat de scolarité (un certificat d'inscription vous étant déjà délivré avec votre carte d'inscription) ou tout document relatif aux transports (bus, train), sur présentation de la carte d'étudiant.
- Justifier vos absences (aux examens ou autres). Le justificatif est à présenter d'abord aux enseignants concernés par votre absence, puis à ramener au secrétariat. Vous devez présenter ce justificatif dans un délai de 7 jours ouvrables (cachet de la poste faisant foi).
- Pour tout autre renseignement ou démarche administrative (lien avec les services de scolarité, relations internationales...), les emplois du temps, les stages, le tutorat, la réorientation, les examens...

## **ACCIDENT DU TRAVAIL**

### **DECLARATION D'ACCIDENT LORS DES COURS STAPS**

Tout incident/accident survenu pendant les cours théoriques et pratiques de la formation STAPS (hors pratique S.U.A.P.S./F.F.S.U.) doit faire l'objet d'une DECLARATION D'ACCIDENT DU TRAVAIL auprès de votre secrétariat pédagogique.

Vous devez faire attester l'incident par l'enseignant responsable du cours (cité comme témoin) pour le déclarer le jour même ou lendemain AU PLUS TARD au secrétariat, celui-ci n'ayant que 48 heures pour rédiger la déclaration auprès de la Sécurité Sociale.

L'étudiant ou son représentant doit venir compléter cette déclaration par le certificat médical initial, ces documents seront ensuite adressés à sa sécurité sociale, qui accusera réception et indiquera à l'étudiant la prise en charge ou non de l'accident.

L'étudiant, dans ces circonstances et s'il a respecté la procédure, devra indiquer à l'hôpital, médecin, pharmacien... qu'il s'agit d'un accident du travail, le dispensant ainsi d'avancer les frais médicaux. L'imprimé type lui sera remis lors de l'établissement de la déclaration d'accident.

### **DECLARATION D'ACCIDENT LORS DES ACTIVITES SUAPS et FFSU**

Concernant les accidents survenus à l'occasion de la pratique sportive S.U.A.P.S./F.F.S.U., en loisir ou en compétition, la démarche est la même : reconnaissance par l'enseignant responsable de l'activité puis déclaration au secrétariat dans les 5 jours MAXIMUM, accompagné du certificat médical INITIAL du médecin.

CET ACCIDENT N'EST PAS UN ACCIDENT DU TRAVAIL mais est pris en charge par l'assurance de l'Université (la SMACL) – sauf si l'étudiant a choisi l'assurance de la FFSU pour la pratique de compétition (se rapprocher de la FFSU).

**POUR CHAQUE CAS (STAPS OU SUAPS FFSU), TOUTE DECLARATION EFFECTUEE HORS DELAIS NE POURRA ETRE PRISE EN CHARGE.**

Tout étudiant blessé doit, sauf impossibilité de déplacement, continuer à participer aux cours afin de voir la progression des séances (pratiques sportives notamment).

Pour toute reprise anticipée, l'étudiant devra présenter un CM précisant qu'il est apte à reprendre l'(les) activité(s)

Rappel : pour un étudiant déclaré blessé et n'ayant pas été évalué dans 1 ou plusieurs APS, le calcul de son module se fera avec une absence justifiée, affichée à 00/20 à la(les) matière(s) non passée(s) s'il n'y en a qu'une absence sur les 2 contrôles – sinon elle sera calculée comme une absence injustifiée (obligation de passage en 2ème session) (cf MCC).

**DECLARATION D'ACCIDENT  
LORS DU STAGE**

C'est à l'employeur de rédiger la déclaration d'accident (cf. convention de stage). Il faut donc s'assurer que la convention de stage ait bien été établie et signée.

# REGLEMENT DES ENSEIGNEMENTS ET EVALUATION

## Modalités de Contrôle des Connaissances (MCC) LICENCE

### Préalable :

- Texte de référence : arrêté du 30/07/2018 sur la licence
- Les parcours de licence sont organisés en semestre, en blocs de connaissances et de compétences et en unités d'enseignement.

La définition **de blocs de connaissances et de compétences** vise à valider et attester l'acquisition d'ensembles homogènes et cohérents de compétences contribuant à l'exercice en autonomie d'une activité professionnelle.

**La licence sanctionne un niveau validé par l'obtention de 180 crédits européens.**

### 1. Inscription et progression

- L'inscription administrative est annuelle ; elle s'effectue dans un parcours de formation, conformément aux dispositions nationales.
- L'inscription pédagogique est faite en début d'année universitaire pour les deux semestres ou au début de chaque semestre, avec possibilités de modification, au plus tard dans le mois qui suit le début du semestre d'enseignement.
- L'étudiant peut s'inscrire de droit dans l'année d'études suivante de son parcours dès lors qu'il a validé l'ensemble de l'année ou des années précédentes (**attention : compatibilité avec les blocs de compétences**).
- Progression : les conditions de la progression (L1/L2 et L2/L3) sont définies par chaque département pédagogique.

Ex : \* Note supérieure ou égale à 08/20 dans le semestre non acquis

\* UE fondamentales acquises ou pas

A défaut d'indications, le principe suivant sera appliqué : un semestre acquis pour progresser.

Aucune inscription n'est possible en L3 si un seul semestre est acquis en L1.

### 2. MCCC

#### a) cadrage réglementaire

- Les présentes règles communes de contrôle des connaissances et des Compétences s'inscrivent dans le cadre réglementaire national défini par **l'article L. 613-1 du code de l'éducation** et la circulaire n°2000-033 du 01/03/2000 relative à l'organisation des examens dans les établissements publics d'enseignement supérieur.

- Les établissements précisent les modalités de l'évaluation, la place respective des épreuves écrites et orales, ainsi que les modes spécifiques de validation des diverses activités pédagogiques et, notamment les périodes ou des projets conduits individuellement ou collectivement en milieu professionnel.

- MCCC ou règlement des études ou règlement des examens

Le règlement des études est proposé par le Président du Jury et par le jury du diplôme, avalisé par le conseil de département dans le respect des MCCC adoptées en CFVU et transmis pour validation définitive au Président de l'université.

Chaque département doit communiquer au Service Universitaire de l'Accueil, de l'Information et de l'Orientation, et de l'Insertion Professionnelle (SUAIO/IP) et à la Direction des Etudes et de la Vie Etudiante (DEVE), le guide des études et les modalités de contrôle des connaissances (L613-1) propres à chacun des diplômes qui relèvent de sa compétence.

- La diffusion des modalités particulières à chaque formation est faite aux étudiants au plus tard un mois après la reprise des enseignements : aucun changement ne peut intervenir après cette date.

- Modifications possible si prévu dans MCCC (ex : épreuve orale pour épreuve écrite)

- Publicité : La publicité est suffisante si :

\*Le règlement des études est consultable au secrétariat pédagogique après information des étudiant

\*Le règlement des études est accessible facilement par les étudiants (lieu bien repéré)

\*Le règlement des études est distribué aux étudiants

Attention : n'est pas suffisante, l'insertion du règlement des études dans une brochure d'information (document non contractuel)

#### **b) Validation des parcours de formation**

- **Les aptitudes et l'acquisition des connaissances et des compétences sont appréciées soit par un contrôle continu et régulier, soit par un examen terminal, soit par ces deux modes de contrôle combinés.** Les modalités de contrôle continu prévoient la communication régulière des notes et résultats à l'étudiant et, s'il le souhaite, la consultation des copies.

Les MCCC tiennent compte des contraintes spécifiques des étudiants en régime spécial d'études.

L'évaluation continue est privilégiée qui permet une acquisition (et vérification) progressive tout au long de la formation (arrêté licence) hors régime spécial d'études mentionné par l'art. 12 de l'arrêté du 22/01/2014 modifié fixant le cadre national des formations.

Modalités variées :

- présentiel ou en ligne

- épreuves écrites ou orales

- remise de travaux ou de projets

- mise en situations ou d'observation en milieu professionnel

- **Contrôle continu et examen terminal.**

Plusieurs modalités de calcul de la note finale des Eléments Constitutifs (EC) ou Unité d'Enseignement (UE) sont envisageables et sont déclinées dans le règlement des études.

Les décisions prises ne peuvent plus varier dans l'année.

- **Anonymat** : Les modalités des examens terminaux (écrits) doivent veiller à garantir l'anonymat des copies, autant que faire se peut.

**- Capitalisation :**

\*Au sein d'un parcours de formation, **les unités d'enseignement sont définitivement acquises et capitalisables dès lors que l'étudiant y a obtenu la moyenne** (la note est conservée même en cas de redoublement et l'étudiant ne peut repasser l'épreuve).

L'acquisition de l'unité d'enseignement entraîne l'acquisition des crédits correspondants.

Chaque formation fixe la valeur en crédits européens de chaque UE.

**\* De même sont capitalisables les éléments constitutifs des unités d'enseignement,** dont la valeur en crédits est également fixée.

\* Lorsqu'un étudiant change d'établissement pour poursuivre son cursus dans une même formation (mention identique) :

- les crédits obtenus dans le cas de validation d'année(s) et/ou de semestre(s) entier(s), délivrés dans l'établissement d'origine, lui sont définitivement acquis ;

- les crédits acquis dans le cas de validation d'UE ou d'EC faisant partie de semestres non-acquis, sont repris sous l'autorité du président du jury (à la hauteur des crédits capitalisés) ;

**- Compensation :** Les parcours de formation organisent l'acquisition des unités d'enseignement et du diplôme de licence selon les principes de capitalisation et de compensation appliqués dans le cadre du système européen de crédits.

Dans le cadre du système européen de crédits, la compensation est organisée de la manière suivante : chaque unité d'enseignement est affectée d'un coefficient et d'une valeur en crédits ; l'échelle des valeurs en crédits est identique à celle des coefficients.

Les unités d'enseignement sont affectées de coefficients qui peuvent être différenciés dans un rapport variant de 1 à 5.

Le diplôme s'obtient soit par acquisition de chaque unité d'enseignement constitutive du parcours correspondant, soit par application des modalités de compensation telles que décrites dans le paragraphe suivant. Un diplôme obtenu par l'une ou l'autre voie confère la totalité des crédits prévus pour le diplôme.

**Compensation et obtention du diplôme :**

**\* La compensation s'effectue au sein des unités d'enseignement (UE).**

Elle s'effectue également au sein de regroupements cohérents d'UE, organisées notamment en blocs de connaissances et de compétences clairement identifiés dans les modalités de contrôle des connaissances et des compétences communiquées aux étudiants.

Par décision de la commission de la formation et de la vie universitaire du conseil académique ou du conseil ayant compétence en matière de formation, **un dispositif spécial de compensation** peut être mis en œuvre qui permette à l'étudiant d'en bénéficier à divers moments de son parcours et, notamment, lorsqu'il fait le choix de se réorienter, d'effectuer une mobilité dans un autre établissement d'enseignement supérieur français ou étranger ou d'interrompre ses études. Ce dispositif a pour but de permettre à un étudiant qui le souhaite en fonction de son projet personnel d'obtenir à divers moments de son parcours un bilan global de ses résultats et d'obtenir ainsi la validation correspondante en crédits. Le dispositif est placé sous la responsabilité du jury du diplôme et les règles de compensation prennent en compte la nécessaire progressivité des études.

**\* Le diplôme s'obtient soit par acquisition de chaque UE constitutive du parcours correspondant, soit par application des modalités de compensation choisies par la formation.**

Au sein d'un parcours de formation, les UE sont définitivement acquises et capitalisables dès lors que l'étudiant y a obtenu la moyenne.

L'acquisition des UE emportent des crédits européens correspondants.

Un diplôme obtenu par l'une ou l'autre voie confère la totalité des 180 crédits.

**\* AJAC (« Ajourné mais Autorisé à Composer »)**

Un étudiant est de droit AJAC si l'un des 2 semestres est validé.

**\* Points de jury : passage en L3**

Si une seule UE est défaillante, avec une moyenne comprise entre 8 et 10 (non ABI), le jury peut accorder des points afin de monter la moyenne à 10 à cette UE et ainsi permettre la validation de l'année de L1.

**\* Points de jury : AJAC**

En cas des 2 semestres défaillants : si dans un semestre, **une seule UE** affiche une moyenne entre 8 et 10, le jury peut accorder des points pour atteindre la moyenne, valider ainsi le semestre concerné et permettre le passage en AJAC.

**\* Cas particulier**

Des cas particuliers peuvent être discutés en jury : circonstances exceptionnelles traversées par l'étudiant (blessures sur un semestre ou l'année entière), points accordés à une UE dont la moyenne est très proche de 10 (ex : 9,98)

**- Seconde Chance**

L'article 12 de l'arrêté du 30/07/2018 prévoit que les MCCC sont organisées de telle sorte qu'elles garantissent à l'étudiant de bénéficier d'une seconde chance.

Pas de délai entre évaluation initiale et seconde chance.

Plusieurs formes possibles :

\* une évaluation supplémentaire organisée après publication des résultats de l'évaluation initiale (« rattrapages classiques »)

\* En cas d'évaluation continue intégrale, être comprise dans ses modalités de mise en œuvre

L'étudiant bénéficie, de droit, d'une évaluation de substitution dans des conditions définies par l'établissement, lorsqu'il a des contraintes particulières, notamment s'il bénéficie d'un régime spécial d'études (arrêté du 22/01/2014 MAJ).

Il convient que les épreuves de rattrapage soient conçues de sorte à assurer une égalité de traitement avec les étudiants de la session principale.

Sauf dispositions contraires prévues dans le guide des études, les notes de contrôle continu de session 1 sont conservées en session 2.

**SYNTHESE**

**Préalable :** la meilleure des notes obtenues en session initiale et seconde chance est conservée.

	Semestre 1 et Semestre 2		
Evaluation Initiale (session 1)	Epreuve passée		
	OUI	NON (ABI)	NON (ABJ)
<b>2<sup>ème</sup> chance</b>			
<b>Epreuve de substitution : contraintes reconnues par le jury et rég. spéciaux</b>	NON	NON	OUI
<b>Evaluation Supplémentaire (session 2 : rattrapage)</b>	OUI	OUI	OUI

- **Session d'examen :** l'ensemble des opérations visant au contrôle des connaissances et se terminant par une décision de jury.

#### - BONUS

Prise en compte du sport, des langues, de la pré-pro, de toute autre discipline enseignée dans une filière de l'ULCO prise en option par l'étudiant, et d'autres types d'investissements en relation avec les études (ateliers d'expression artistique, stage facultatif, évaluation des Emplois Apprentis Professeurs, DU Engagement Etudiant...) en plus du programme normal. Le bonus s'applique dans une UE identifiée par la composante et se traduit par une note sur 20, sans attribution de crédits. Dans la formation STAPS, le bonus s'appliquera dans les UE 1.2 et 2.2 (Sciences de la Vie).

#### Important :

\*Si plusieurs activités à points bonus sont suivies par un étudiant pendant un semestre donné : total des notes divisé par le nombre de notes

\* Bonus : coefficient 1

\* La note de Bonus n'est prise en compte que si elle est supérieure à la moyenne de l'UE

### 3. Jurys et Résultats

- **Jurys : L. 613-1 du code de l'éducation :** « seuls peuvent participer aux jurys et être présents aux délibérations des enseignants chercheurs, des enseignants, des chercheurs, ou, dans des conditions et selon des modalités par voie réglementaire, des personnalités qualifiées ayant contribué aux enseignements ou choisies en raison de leur compétence, sur proposition des personnes chargées de l'enseignement »

Le président de l'université nomme le président et les membres des jurys.

Leur composition comprend au moins une moitié d'enseignants-chercheurs, d'enseignants ou de chercheurs participant à la formation parmi lesquels le président du jury est nommé, ainsi que des personnalités qualifiées ayant contribué aux enseignements, ou choisies, en raison de leurs compétences, sur proposition des personnels chargés de l'enseignement.

La composition des jurys est publique.

Il est recommandé d'organiser un jury unique et donc jury SUPRA si une même formation est dispensée sur deux sites

Le président du jury est responsable de la cohérence et du bon déroulement de l'ensemble du processus, de la validation de l'unité d'enseignement à la délivrance du diplôme. Il est responsable de l'établissement des procès-verbaux.

Le jury délibère souverainement à partir de l'ensemble des résultats obtenus par les candidats et la délivrance du diplôme est prononcée après délibération du jury. Le procès-verbal de délibération est élaboré sous la responsabilité du président du jury et signé par lui.

#### **- Résultats**

Après proclamation des résultats, le jury est tenu de communiquer les notes aux étudiants.

Les étudiants ont droit, sur leur demande et dans un délai raisonnable, à la communication de leurs copies et à un entretien, en tant que de besoin, individuel.

La commission de la formation et de la vie universitaire du conseil académique ou du conseil ayant compétence en matière de formation arrête les modalités de communication et d'entretien qui sont mises en œuvre par les équipes pédagogiques et peuvent donner lieu à un accompagnement.

Une attestation de réussite et d'obtention du diplôme est fournie aux étudiants trois semaines au plus tard après la proclamation des résultats. La délivrance du diplôme définitif, signé par les autorités concernées, intervient dans un délai inférieur à six mois après cette proclamation.

Le Président du Jury est responsable de la transmission des procès-verbaux à la DEVE

Les procès-verbaux d'examen des deux sessions de l'année doivent être transmis le plus rapidement possible à la Direction des Etudes et de la Vie Etudiante (DEVE) pour la fin de l'année universitaire (voir calendrier).

Afin de respecter l'article 6 de la LOI du 17/07/1978 portant diverses mesures d'amélioration des relations entre l'administration et le public, « ne sont communicables qu'à l'intéressé les documents administratifs portant appréciation ou jugement de valeur sur une personne physique, nommément désignée ou identifiable. »

**Les résultats (admis, ajourné et AJAC) sont affichés, mais pas les notes de chaque étudiant.**

S'il s'agit de publier les résultats des examens (admis, non admis) sur l'ENT, les étudiants doivent être informés avant la publication et doivent être en mesure de s'y opposer, à moins que le résultat de l'étudiant ne soit visible que de l'étudiant lui-même (pas mis en œuvre).

S'il s'agit de publier les notes des étudiants, les notes sont considérées comme des données à caractère personnel et ne doivent être accessibles que de l'étudiant concerné après authentification.

#### **- Redoublement**

Le redoublement est de droit et sans limite dans les filières non sélectives.

Il n'y a aucun texte qui limite le nombre des inscriptions en licence.

#### **4. Assiduité et incidents pendant les examens**

- **L'assiduité** est définie par l'arrêté du 30/07/2019.

Le Président de l'université détermine les conditions de scolarité et d'assiduité des étudiants par type d'enseignement (enseignements en présentiel : CM et TD ou TP, les enseignements à distance, les enseignements mobilisant les outils numériques, les projets individuels et collectifs notamment) : les étudiants sont vivement incités à assister à toutes les formes d'enseignement et d'évaluation.

Obligation pour chaque étudiant de procéder à son inscription pédagogique.

Respect des engagements pris dans le contrat pédagogique de réussite.

En cas de non-respect, l'étudiant est tenu de justifier de son absence par tous moyens.

Certaines dispenses d'assiduité sont tolérées (voir arrêté 30/07/2019).

Les conditions de scolarité et d'assiduité sont présentées annuellement à la CFVU et au CA.

L'étudiant boursier sur critères sociaux doit remplir les conditions générales de scolarité et d'assiduité.

Etudiants boursiers : En application des articles L. 612-1-1 et D. 821-1 du Code de l'éducation, l'étudiant bénéficiaire d'une bourse doit être régulièrement inscrit (inscription administrative et pédagogique) et assidu aux cours, travaux pratiques ou dirigés, réaliser les stages obligatoires intégrés à la formation et se présenter aux examens, faute de quoi le versement de la bourse est suspendu et un ordre de reversement est émis pour obtenir le remboursement des mensualités de bourse indûment perçues.

Etudiants non boursiers : aucune condition d'assiduité

#### - **Absence et certificat médical**

La justification d'une absence par la production d'un certificat médical est une possibilité offerte aux étudiants, y compris dans les MCCC, mais elle n'a pas de caractère obligatoire.

#### - **Incidents pendant les examens**

##### \* Retard

Les étudiants doivent être présents 15mn dans la salle d'examen avant le début de l'épreuve.

Les retards individuels sont exceptionnels et doivent être justifiés.

Ils sont soumis à l'appréciation du Président du Jury ou de son représentant dans la salle sous réserve qu'aucun étudiant n'ait quitté la salle.

Aucun temps supplémentaire ne sera accordé.

En cas de circonstances exceptionnelles (grève, conditions météorologiques notamment), le président de jury ou le Vice-Président en charge de la Formation si nécessaire peut décider, soit de retarder le commencement de l'épreuve en fonction de la durée supplémentaire d'acheminement des candidats, soit de la reporter à une date ultérieure.

Le procès-verbal d'examen doit indiquer le nom des étudiants retardataires avec leur heure d'arrivée.

##### \* Absence justifiée ou non justifiée

Un étudiant sera déclaré en absence justifiée s'il présente un justificatif d'absence dans un délai de 5 jours ouvrables à compter de l'examen ; la justification sera appréciée par le jury

au regard de situations particulières (accident, deuil, intervention chirurgicale d'urgence, convocation à la journée citoyenne...).

Un étudiant sera déclaré en absence injustifiée si le justificatif n'est pas recevable ou s'il n'a pas de justificatif.

Application du principe :

Evaluation initiale (session 1) :

\* un étudiant absent injustifié à une épreuve ou matière en session 1 sera défaillant et devra repasser l'épreuve ou la matière en seconde chance (session 2).

\* un étudiant absent justifié à une épreuve ou matière en SI devra repasser l'épreuve ou la matière en seconde chance (épreuve de substitution).

Evaluation supplémentaire (session 2): un étudiant absent à une épreuve ou matière :

- S'il était présent en session 1 : la note de session 1 est reprise sauf dispositions particulières dans le guide des études de la formation
- S'il était déjà absent en session 1 :
  - ➔ Absence justifiée : le jury peut exceptionnellement statuer sur les résultats de l'étudiant et décider de le déclarer admis
  - ➔ Défaillant : l'étudiant est défaillant s'il est encore absent injustifié

Absence justifiée ou injustifiée et contrôle continu : le guide des études de la formation définira les principes applicables.

## **5. Délivrance des Diplômes et mentions**

### **Obtention du diplôme intermédiaire de DEUG :**

Le jury délibère systématiquement, à l'issue des quatre premiers semestres du cycle Licence, en vue de la délivrance du DEUG.

Pour obtenir le diplôme de DEUG, l'étudiant doit avoir obtenu chacune des deux années qui le composent (L1 et L2).

### **Obtention du diplôme final de licence**

Pour obtenir le diplôme de Licence, l'étudiant doit avoir obtenu chacune des trois années qui le composent (L1, L2 et L3).

### **Mentions de réussite**

La moyenne prise en compte pour l'attribution d'une mention est celle de la dernière année du diplôme : moyenne générale du L3 (semestres 5 et 6) dans le cadre de l'obtention de la licence.

Attribution de la mention Passable : moyenne générale égale ou supérieure à 10/20 et inférieure à 12/20

Attribution de la mention Assez Bien : moyenne générale égale ou supérieure à 12/20 et inférieure à 14/20

Attribution de la mention Bien : moyenne générale égale ou supérieure à 14/20 et inférieure à 16/20

Attribution de la mention Très Bien : moyenne générale égale ou supérieure à 16/20

## **6. Régime Spécial d'Etudes : art 12 arrêté du 22/01/2014 (mis à jour par l'arrêté du 30/07/2018)**

La commission de la formation et de la vie universitaire du conseil académique ou du conseil de l'établissement qui a compétence en matière de formation fixe les modalités

pédagogiques spéciales prenant en compte les besoins spécifiques d'étudiants dans des situations particulières, notamment aux étudiants salariés qui justifient d'une activité professionnelle d'au moins 10h par semaine en moyenne, aux femmes enceintes, aux étudiants chargé de famille, aux étudiants en situation de handicap, aux étudiants engagés dans plusieurs cursus, aux étudiants en besoins éducatifs particuliers, aux étudiants en situation de longue maladie, aux étudiants entrepreneurs, aux artistes et sportifs de haut niveau et aux étudiants exerçant les activités mentionnées à l'art. L 611-11 du code de l'éducation.

#### **\* Sportifs de haut niveau (SHN)**

Le SUAPS peut attester de ce statut de SHN et diffusera la liste des étudiants SHN largement dans les départements et composantes.

Les étudiants qui souhaitent bénéficier d'aménagements particuliers liés à ce statut doivent apporter un justificatif et donner le calendrier des compétitions.

Les étudiants bénéficiant de ce statut doivent informer les départements des changements de calendrier au moins 15 jours avant.

Le SUAPS enverra la liste des étudiants ayant une pratique sportive et participant à des compétitions (hors SHN).

Les formations éviteront de placer les contrôles continus et les examens le jeudi après-midi.

Epreuves de substitution proposée par la formation.

Une date limite est à fixer pour se déclarer SHN : la commission SUAPS se réunit en juin, mi-octobre et mi-novembre.

#### **\* Handicap**

Respect des textes réglementaires visés plus haut.

Le médecin et les infirmières évaluent les besoins et aménagements nécessaires, en lien avec les responsables pédagogiques.

La Commission Consultative Handicap (CCH) émet un avis et le Président décide des mesures d'accompagnement.

Le BVE assure la mise en place et le suivi des mesures d'accompagnement

#### **\* Statut d'Etudiant Salarié**

Peuvent demander à bénéficier de ce statut, les étudiants-salariés qui justifient d'une activité professionnelle d'au moins 10h par semaine en moyenne.

Il doit attester de son statut de salarié (attestation de l'employeur).

Il est dispensé d'assiduité à l'ensemble des enseignements.

Il peut ne pas passer le contrôle continu et est invité à passer l'examen terminal.

Si seul le contrôle continu est proposé, un examen terminal doit être prévu pour l'étudiant salarié.

#### **\* Les étudiants « empêchés »**

Sont concernés les étudiants qui ne rentrent pas dans la catégorie des étudiants en situation de handicap et qui présentent un problème de santé temporaire (foules, entorses, hospitalisation, plâtre...).

Des aménagements peuvent être mis en place selon les ressources disponibles (personnel, matériel) de la formation et sont sous sa responsabilité

La demande d'aménagement se fait auprès d'un médecin du SUMPPS, par l'étudiant, qui rédige un avis médical à validité temporaire.

L'étudiant doit déposer le document, dans un délai de deux jours ouvrables avant la date de l'évaluation, auprès du service scolarité de la formation concernée.

L'aménagement d'examens est pris en compte par la formation en fonction des règles d'organisation de l'examen.

**\* Autres situations particulières :**

Principe : application du régime salarié

Statut	Justificatifs
Artiste de haut niveau	Inscription au conservatoire ou école des beaux-arts.
Étudiant suivant un double cursus	Certificat de scolarité
Étudiant effectuant un service civique	Contrat d'engagement
Étudiant participant à la réserve militaire	Contrat d'engagement
Étudiante enceinte	Certificat médical, attestation de grossesse
Étudiant chargé de famille	Livret de famille

**7. Examens**

- Le sujet d'examen doit spécifier clairement les documents autorisés et outils numériques ou connectés autorisés, à défaut aucun document ne peut être utilisé par l'ensemble des étudiants.

## **LANSAD et CLES** **Réglementation examens**

### *Note liminaire aux rédacteurs des guides des études*

Le Service LANSAD/CRL/CLES est à votre disposition pour tout renseignement complémentaire :  
lansad@univ-littoral.fr - 03.21.99.41.87

Le Département Langues & Langues Appliquées est responsable des modalités de ventilation des services des enseignants(-chercheurs) de langues. Son Conseil a créé une Commission LANSAD dédiée à la gestion d'éventuelles contestations de résultats dans l'UE LANSAD, en lien direct avec les Présidents des jurys des formations.

### **Modalités de Contrôle de Connaissances et de Compétences en LanSAD en Licence**

*Ce cadrage concerne les langues 1 mais également les 2<sup>e</sup> ou 3<sup>e</sup> langues obligatoires ou en option obligatoire.*

#### **L1-L2-L3S5**

Chaque étudiant est évalué en langues au moyen de 6 évaluations donnant lieu à 3 notes par semestre. Les évaluations de compréhension orale (CO) et de production orale (production en continu et/ou interaction) (PO), donnent lieu à **une note de Pratique de la Langue Orale (PLO) représentant 40% de la note semestrielle.**

Les évaluations de compréhension écrite (CE) et de production écrite (PE), donnent lieu à **une note de Pratique de la Langue Ecrite (PLE) représentant 40% de la note semestrielle.**

En complément des enseignements, les étudiants effectuent au minimum 10 heures de travail en autoformation guidé au Centre de Ressources en Langues (dans les lieux d'accueil du CRL) ou à distance sur Internet. Ce travail, évalué en deux périodes, donne lieu à une **note de Travail en Autoformation Guidée (TAG) représentant 20% de la note semestrielle.**

L'autoformation est comprise comme le moment où l'étudiant choisit ses modalités d'apprentissage avec les moyens offerts par le dispositif LanSAD (outils du CRL, ateliers de conversation, tutorat, CALAO...), en fonction de son niveau de départ, de son potentiel et de ses objectifs. Elle est guidée

par l'enseignant qui prendra en compte dans sa notation : la réalisation effective des dix heures de travail, la régularité, la cohérence, la description et l'analyse du travail effectué (« carnet de bord »).

Le niveau minimum requis en Licence est le **niveau B1+ du Cadre Européen Commun de Référence pour les Langues (CECRL)**. En Master, le niveau minimum requis est le niveau B2+ du CECRL.

Dans le cas de l'UE LanSAD non acquise en session 1 :  
 - si l'une (ou plusieurs) des 3 notes est supérieure à 10, la note est conservée en session 2 ;  
 - si l'une (ou plusieurs) des 3 notes est inférieure à 10, l'étudiant repasse la PLO, la PLE ou le TAG correspondant en session 2.

Dans le cas de l'UE LanSAD non acquise en session 1 et 2, pour un étudiant doublant son année :  
 - les notes de PLE, PLO et TAG ne sont pas conservées ; l'étudiant doublant doit repasser l'intégralité des épreuves de l'UE (3 notes).

#### *Déroulement des sessions 1 et 2 en L1-L2-L3S5*

	SESSION 1		SESSION 1	SESSION 2	NOTES
	CE	PE*	<i>Épreuve de substitution</i>		
<b>Compétences écrites évaluées</b>	CE	PE*	Epreuve de PLE	Epreuve de PLE	<b>PLE (40%)</b>
<b>Compétences orales évaluées</b>	PO	CO*	Epreuve de PLO	Epreuve de PLO	<b>PLO (40%)</b>
<b>Autoformation guidée</b>	TAG	TAG	Délai supplémentaire	Délai supplémentaire	<b>TAG (20%)</b>

\* Les épreuves de compréhension orale et de production écrite seront communes aux étudiants d'un même niveau et d'une même filière sur chacun des sites universitaires. Ces épreuves auront lieu le même jour, sur un même créneau.

### **Bonus Centre de Langues (LV2-LV3) et CLES**

Les enseignements facultatifs suivis dans le cadre du Centre de Langues donnent lieu à des évaluations sur le même format que celles prévues dans les MCCC LanSAD de Licence (cf. supra), mais n'incluent au minimum que 5 heures de travail en autoformation guidé (TAG). Le CLES n'est pas intégré dans les notes finales de L3-S6. La moyenne des 3 notes donne lieu à une note prise en compte dans le Bonus chaque semestre.

Au Centre de Langues, un étudiant ne peut pas s'inscrire dans un cours dont il maîtrise déjà parfaitement la langue enseignée (niveau C2 du CECRL). Si un étudiant a déjà validé un niveau dans une langue, il devra alors obligatoirement s'inscrire dans le niveau supérieur, s'il se réinscrit dans cette même langue, l'année suivante.

La réussite totale ou partielle au CLES (ou autre certification) dans une langue autre que la langue 1 donne lieu à l'attribution d'une note bonus selon les tableaux de conversion des notes CLES en Licence pour le 2<sup>e</sup> semestre de l'année d'études en cours.

De même toute certification en langue, en dehors des cas énoncés ci-dessus, pourra faire l'objet d'une demande de conversion en points bonus par la Commission LanSAD.





## **ORGANISATION DU DEPARTEMENT STAPS INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES**

Chaque année est divisée en 2 semestres. Chaque semestre est sanctionné par des examens de 1<sup>ère</sup> session, généralement en janvier et mai, puis de 2<sup>ème</sup> session en juin, avec éventuellement mise en place de dispositions pédagogiques particulières (tutorat).

Des dispositions particulières (dispense de présence à tout ou partie des TD, modalités particulières d'examen) sont également mises en place pour les sportifs de haut niveau (SHN), à pratique intensive (SPI) et les étudiants salariés (effectuant 60h par mois ou 15h par semaine – sur présentation du contrat de travail), qui auront au préalable, justifiés de leur statut auprès de leur secrétariat pédagogique. Aucun de ces trois statuts ne pourra être obtenu après le 11 novembre 2022.

Les étudiants boursiers sont tenus d'assister à tous les enseignements (CM, TD, TP) et examens.

La 2<sup>ème</sup> session d'examens est supprimée pour les stages, si celui-ci n'a pas été effectué ; ainsi que pour les pratiques sportives.

Toute blessure incapacitante doit donc être justifiée par un avis médical. Le jury d'examen examinera au cas par cas, les impossibilités liées à des blessures immobilisant l'étudiant.

La règle du supérieur s'applique pour certains éléments constitutifs, composés d'une note de contrôle continu (CC) et d'une note de contrôle terminal (CT). Dans ce cas, le CC ne compte que s'il est favorable à l'étudiant et de la façon suivante :

- si la note de CC est supérieure à celle du CT, alors le CC compte pour 40% et le CT pour 60%
- si la note de CC est inférieure à celle de CT, ce dernier compte donc pour 100% de la note finale.

### **Les notes de contrôle continu de session 1 ne sont pas conservées en session 2.**

Le redoublement d'année oblige l'étudiant, à représenter les examens des modules en absence injustifiée et non acquis. Les éléments constitutifs des modules acquis l'année précédente ne sont pas à représenter, quelles que soient les notes déjà obtenues. Ces modules sont donc définitivement acquis.

Un étudiant à qui ne manque qu'un semestre de l'année ou des années précédentes peut s'inscrire de plein droit dans l'année d'études suivante (statut AJAC : « Ajourné mais Autorisé à Composer »), sur le site qui lui est affecté, mais uniquement d'une année à l'autre (L1 à L2 – L2 à L3 -> pas de L1 à L3).

#### Points de JURY

Des points de jury peuvent être attribués. Il n'est pas fixé de note éliminatoire.

#### Déroulement des examens, retard et notion de défaillance :

Calcul de la note de pratique d'une APSA (composée de deux épreuves obligatoires) : S'il y a deux notes, on fait la moyenne des deux – s'il y a un ABJ et une note, on compte l'intégralité de la seule note obtenue. Un ABJ ou ABI sur les deux pratiques oblige l'étudiant à se présenter en 2<sup>ème</sup> session.

## EMPLOIS ETUDIANTS

Les emplois étudiants proposés pour l'année universitaire 2023-2024 par l'Université du Littoral Côte d'Opale au titre du n°2007-1915 du 26 décembre 2007 concernent les activités suivantes :

- le tutorat d'accueil ;
- le tutorat d'accompagnement pédagogique ;
- le monitorat ;
- les services à l'étudiant et vie étudiante.

La liste des emplois est disponible sur le site de l'université – rubrique « université » - « travailler à l'ULCO » – puis « emplois étudiants » - vous pourrez y consulter les offres et vous connecter pour remplir le dossier de candidature en ligne. Les horaires de travail seront déterminés ultérieurement par le responsable de tuteur en adéquation des horaires et contraintes imposées par la formation suivie par l'étudiant.

### Conditions requises

Un étudiant peut postuler à un emploi étudiant à condition d'être inscrit en formation initiale, à la préparation d'un diplôme délivré au nom de l'Etat ou à la préparation d'un concours de recrutement dans l'une des trois fonctions publiques. Les étudiants sont donc invités à s'inscrire dans les plus brefs, les contrats ne pouvant débiter avant l'inscription effective.

Les emplois étudiants sont incompatibles avec tout autre contrat de travail conclu avec un établissement d'enseignement supérieur ou un organisme de recherche et avec le bénéfice de l'allocation de recherche. Exemple : un étudiant ne peut pas cumuler, sur une même période, un contrat emploi-étudiant et un contrat de vacataire.

Le nombre maximal d'heures autorisées par étudiant au cours d'une même année universitaire est de 180 heures pour l'accueil et le tutorat pédagogique et de 360h pour les autres contrats. En cas de cumul des deux catégories de contrats, l'étudiant peut percevoir au maximum l'équivalent de 360 heures payées une fois le SMIC horaire.

### Candidature

Un étudiant peut candidater à une ou plusieurs offres d'emploi (5 offres sélectionnées maxi par dossier complété). Les numéros d'annonces pour lesquelles l'étudiant fait acte de candidature devront être renseignés sur le dossier.

Attention : afin de faire acte de candidature à l'une des offres d'emploi, vous devez créer un compte puis vous connecter à l'application informatique.

Les dossiers recevables seront transmis aux référents des départements, aux composantes et services concernés pour sélection des candidats retenus. Les candidats recevront ultérieurement un courriel les informant de la suite réservée à leur candidature. Une fois saisi, le dossier devra immédiatement être imprimé et signé puis envoyé avec les pièces justificatives demandées à l'adresse suivante :

*Université du Littoral « Côte d'Opale »*

*Direction des Ressources Humaines, Bureau du personnel BIATOSS*

*1 place de l'YSER - BP 71022 - 59 375 Dunkerque Cedex 1*

La candidature ne sera effective qu'à compter de la réception du dossier complet à la Direction des Ressources Humaines.

En se connectant à l'application avec son identifiant et son mot de passe, l'étudiant pourra consulter le suivi de son dossier, télécharger les fiches de suivi correspondant aux emplois occupés et visualiser le calendrier de paie. Un mode opératoire de l'application est également à sa disposition : voir la procédure étudiants.

Le tutorat d'accompagnement consiste en des séances de soutien, en petits groupes, tout au long de l'année (à partir du 1er octobre). Les séances se font sur site. Elles sont animées par des étudiants plus expérimentés et plus avancés dans leur cursus universitaire. Il concerne principalement les étudiants de première année de licence (L1). Les heures de tutorat sont programmées sur le planning hebdomadaire. Les séances de tutorat se suivent sur la base du volontariat.

## STAGES

Le bureau des stages a pour mission essentielle la gestion des conventions de stage. Il récupère les conventions de stage, préalablement vérifiées et complétées par les étudiants, enseignants, secrétariats pédagogiques et vice-présidents délégués – directeurs de centres de gestion universitaires. La convention doit être établie AVANT le début du stage, dans un délai suffisant, **minimum 15 jours** avant le début du stage, permettant le traitement de la convention par les parties concernées et en 4 (stages en France) ou 5 (stages à l'étranger) exemplaires originaux (seuls les originaux sont validés).

Concernant l'éventuel problème de gratification pour les stages excédant 308 heures :

\* il est à savoir que les avantages en nature donnés à l'étudiant ne peuvent se substituer au minimum légal de gratification ;

\* Désormais et depuis la loi du 28 juillet 2011-893, est prise en compte pour l'appréciation de l'obligation de gratification l'ensemble de la durée du ou des stage(s) effectué(s) par un même stagiaire au cours d'une même année universitaire. L'obligation de gratification agit de manière rétroactive depuis le 1er jour de la première période de stage.

Il est important de faire prendre conscience à l'organisme d'accueil qu'au-delà des 308 heures effectuées citée dans la convention, la gratification est obligatoire et que l'étudiant n'a plus le statut de stagiaire ULCO. Tout contrat liant ensuite l'étudiant à l'organisme d'accueil tient donc de l'engagement personnel et privé de chacun. **L'ULCO ne peut en aucun cas être sollicitée par l'organisme d'accueil en dehors du cadre du stage.**

Le stage de 1<sup>ère</sup> année est un stage principalement d'observation impliquant 1 à 2 interventions, obligatoire pour tous (hormis les étudiants AJAC ou doublants, ayant validé le module précédemment), à effectuer au 2<sup>nd</sup> semestre et terminer avant les vacances de pâques (délai de rigueur).

**CONTENUS**

**DE**

**FORMATION**

Stage(s) en L2 ES:

La licence 2<sup>ème</sup> année ES comprend **un stage obligatoire** dans le cadre de la spécialité :

Sujet : **Stage en Club dans le cadre de la spécialité en 2<sup>ème</sup> année STAPS**

Fonctions et tâches :

**-Observation des athlètes  
-Préparation séances d'entraînement  
-Mise en place et régulation  
-Planification séances  
-Encadrement des athlètes**

Compétences à acquérir ou à développer :

**Le stage aura pour objectif de rendre l'étudiant capable d'analyser, de concevoir et de planifier l'activité ..... pour un public club identifié**

Modalité de suivi du stagiaire par l'université (suivi hebdo, visites, RDV tél) :

**Le stagiaire sera suivi par le responsable de spécialité dans le cadre des heures de spécialité.**

**L'organisme d'accueil renseigne la fiche de suivi précisant les présences et les activités du stagiaire qu'il retourne ensuite à l'enseignant référent.**

**Evaluation conforme au guide des études Stage L2 spécialité. Le stage ne sera pas validé sans retour des conventions et des fiches de suivis dans les délais impartis.**

- Volume de stage = **40h effective (temps intervention)**

# Maquette de formation L2 ES

1<sup>er</sup> semestre

L2 STAPS ULCO – SEMESTRE 3 - Parcours ES								
	U.E	INTITULE	H T D	H C M	E C T	intervenant	ECT S	
TC	3.1	Sciences humaines et sociales						
		3.1.A	Sociologie		15	2	F.LEBRETON	4
		3.2 B	Sciences de l'éducation		15	2	O.DIEU	
	3.2	Sciences Biologiques						
	BONUS	3.2.A	Physiologie appliquée		15	2	P.MOREL	4
		3.2.B	Anatomie		15	2	E.TARKOWSKI	
	3.3	APSA et intervention						
		3.3.A	Spécialité Sportive	12 +5			Référents SPE	4
		3.3.B	FOOTBALL	22		2	J. AZAM	
		3.3.C	HANDBALL	22		2	G. DUSSAUTOIR	
	3.4	Techniques de com. et Projet						
		3.4C	EEO	12		1	L.HEUMEL / E .DEVOS	3
		3.4.B	Informatique	12		2	M.ZRIBI	
	3.5	Anglais						
	3.5.A	Anglais	25		3	WASTYN	3	
SPE	3.6	«Connaissances scientifiques et professionnelles de l'entrainement»						
		3.6.A	L'entrainement Méthodes et principes généraux - Introduction concert	12		2	N.GUILBERT	6
		3.6.B	Initiation Prépa mentale / liaisons Psychologie du sport	12		2	P.RULENCE (6h) / T.KNAEPEN (6h)	
		3.6.C	Nutrition, Alimentation et Consommation énergétique - liaisons Physiologiques	12		2	R.HURDIEL (6h) / V.NIHOARN (6h)	
	3.7	«Intervenir dans le champ de l'entrainement »						
		3.7.A	FPP / intervention	10		2	E.DEVOS / C.LAMIRAND	6
	3.7 B	L'entrainement de l'endurance aérobie	14		2	F.SUDRES		
	3.7.C	Musculation Fonctionnelle / Crossfit	20		2	M.BELHOUCAT		

2<sup>ème</sup> semestre

L2 STAPS ULCO – SEMESTRE 4 -Parcours ES								
	U.E	INTITULE	H TD	H C M	EC TS		ECTS	
TC	3.1	<b>Sciences humaines et sociales</b>						
		3.1.A	Histoire		15	2	N. MOKHTARI	4
		3.1.B	Psychologie		15	2	C.KUEHN (7,5h) / P.RULENCE (7,5h)	
	3.2	<b>Sciences Biologiques</b>						
	BONUS	3.2.A	Analyse du mouvement		15	2	A.BOYADJIAN	4
		3.2.B	Physiologie fondamentale		15	2	P.MOREL	
	3.3	<b>APSA et intervention</b>						
		3.3.A	Spécialité Sportive		12+5	2	Référents SPE	6
		3.3.B	BOXE FRANCAISE		22	2	M.LAPOTRE	
		3.3.C	ATHLETISME		22	2	F.SUDRES	
	3.4	<b>Techniques de com. et Projet</b>						
		3.4.A	PPP•CEL		7•3	1	L.HEUMEL	1
			Méthodologie doc					
	3.5	<b>Anglais</b>						
		3.5.A	Anglais	25		3	VASTYN	3
SPE	3.6	«Connaissances scientifiques et professionnelles de l'entrainement»						
		3.6.A	Construction du projet professionnel en <del>Entrainement Sportif</del>	10		2	E.DEVOS (4H) • intervenants Pros ext (4x1.5h) •	6
		3.6.B	Sociologie TD Entrainement - Connaissance de l'environnement / techniques	14		2	F.LEBRETON	
		3.6.C	Anatomie Fonctionnelle - Le geste sportif	14		2	E.TARKOWSKI	
	3.7	<b>«Intervenir dans le champ de l'entrainement»</b>						
		3.7.A	FPP / intervention	10		2	E.DEVOS / C.LAMIRAND	6
		3.7.B	Initiation à l'analyse et au montage Vidéo	12		2		
	3.7.C	<del>La suppression des entrainements,</del> les techniques de Yoga et <del>relaxation</del>	20		2	J.TOUSSAINT		

## Modalités de contrôles des compétences et connaissances

- **Dispositions générales** : Les fiches « Guide des études » ci-dessous (dans les différents UE) précisent les modalités de contrôle en 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> session dans les différentes enseignements.

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

<p><u>Année de formation</u>  <b>L2 STAPS ES</b>          UE 3.5          « Connaissances scientifiques et professionnelles de l'entraînement »</p>	<p style="text-align: center;"><b>« L'entraînement : Méthodes et principes généraux - Introduction concept Préparation Physique »</b></p> <p style="text-align: center;"><u>SEMESTRE 1 – L2 STAPS ES – UE 3.5 A</u></p> <p style="text-align: center;"><u>2 ECTS</u></p>
<p><u>Responsable : Nicolas GUILBERT</u></p> <p><u>CGU de CALAIS</u></p>	
<p><u>Objectifs généraux</u></p>	<p>Cette unité d'enseignement vise à acquérir une vision globale des principes généraux et des méthodes liés à l'entraînement et au concept de préparation physique.</p> <p>Elle a pour objectif d'apporter les connaissances sur les différents processus qui amènent le sportif et l'entraîneur à progresser, à maîtriser la charge de travail ainsi que les différents aspects de la périodisation de la préparation physique.</p>
<p><u>Descriptif du contenu</u></p>	<p>Modélisation du processus d'entraînement          Principe de Charge / Surcharge / compensation / surcompensation          Principe d'homeostasie          Charge externe / Charge interne / Contrôle de la charge          Principes d'alternance, de progressivité, de spécificité          Infos sur le surentraînement          Introduction à la logique de planification et du travail par cycles          Définition des différentes méthodes de préparation Physique et de la périodisation : PPG, PPA, PPS, PPD, PPA, PPI.          Illustrations vidéos          Introduction au concept de prophylaxie          Rappel du concept de modélisation des qualités physiques (cf L1)</p>
<p><u>Compétences visées</u></p>	<p>A l'issue de cette UE, l'étudiant doit être capable de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître et comprendre les enjeux du processus d'entraînement</li> <li>- Maîtriser l'application et le contrôle de la charge de travail qu'il propose à un sportif</li> <li>- d'appréhender une première approche de planification d'entraînement avec une logique de cycle de travail</li> <li>- Maîtriser les différentes méthodes de préparation physique, leurs enjeux et leurs objectifs en terme de périodisation</li> <li>- Organiser un travail prophylactique au moins dans sa spécialité sportive</li> <li>- Connaître et de repérer les phénomènes de surcompensation, de désentraînement ou de surentraînement</li> </ul>
<p><u>Organisation pédagogique</u></p>	<p>Volume horaire :          TD : 12 H TD dont 6 H de théorie et 6H d'application pratique</p>

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

<b>Modalités d'évaluation</b>			
	Nature des épreuves	Coefficient	Durée
CC	Conception de séquence thématifiée sur une qualité physique avec support vidéo	1	Préparation d'une partie de séance Support vidéo de 5 min maxi
CT	Devoir écrit sur table	1	1 h
ER (épreuve de rattrapage)	Oral individuel reposant sur 5 questions	1	20 min

*Précisions : Le travail de conception comptant pour le CC pourra être effectuée en binôme et prendra appui sur la spécialité sportive des étudiants*

<b><u>Pré-requis</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Revoir les cours théoriques et les supports utilisés en cours de Fit'ULCO L1</li> <li>- Revoir tous les cours de physiologie fondamentale et appliquée de L1</li> <li>- Curiosité et connaissances personnelles au sujet de l'entraînement et de la préparation physique</li> <li>- Recherches personnelles sur le monde de la préparation physique notamment dans le cadre de sa spécialité sportive</li> </ul>
<b><u>Bibliographie / Supports pédagogiques</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- « Manuel d'entraînement » de Jurgen Weineck,</li> <li>- « Physiologie et méthodologie de l'entraînement » de V. BILLAT</li> <li>- « La préparation physique », de l'école aux associations, Frédéric AUBERT et Thierry BLANCON</li> <li>- « La bible de la préparation physique » de Didier REISS et Pascal PREVOST aux éditions Amphora 2013</li> <li>- « les effets physiologiques de l'activité physique » de Thierry Paillard, 2016</li> <li>- « La préparation Physique » DE Jean louis Hubiche et Michel Pradet, INSEP</li> </ul>
<b><u>Langue de l'enseignement</u></b>	100 % en Français
<b><u>Enseignants impliqués</u></b>	Nicolas GUILBERT (Titulaire ULCO)

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

<b>L2 ES STAPS</b> UE 3 : Connaissances scientifiques et professionnelles de l'entraînement semestre 3 2 ECTS	<b>UE. 3.58 : initiation prépa mentale/liaison psycho</b>  Compétences D1,D2,D3.
<p style="text-align: center;"><u>Responsables:</u> <b>RULENCE Patricia</b></p> <p><u>Laboratoire de rattachement</u> : Univ. Lille, ULR 4072 - PSITEC - Psychologie : Interactions Temps Émotions Cognition, F-59000 Lille, France</p> <p style="text-align: center;"><b>&amp; KNAEPEN Timothée</b></p>	
<b>Objectifs généraux</b>	<p>Cette unité d'enseignement vise :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- à acquérir une vision globale de la préparation mentale et de la gestion des ressources humaines.</li><li>- A l'utiliser comme un moyen pour améliorer les performances individuelles et collectives, et le bien-être du sportif</li><li>- à s'appuyer sur des outils issus du champ de la psychologie et des disciplines associées.</li></ul>
<b>Descriptif du contenu</b>	<p>Par le biais de connaissances scientifiques, vous apprendrez à analyser au mieux les processus propres à :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Stratégies psychologiques de gestion du stress (restructuration cognitive, entraînement des habiletés mentales, efficacité de contrôle de la pensée...)</li><li>- Quelques outils (La Programmation Neuro Linguistique, l'analyse transactionnelle, l'analyse systémique, techniques respiratoires...).</li></ul>

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

<b>Compétences visées</b>	<p>A l'issue de cette UE, l'étudiant doit être capable de :</p> <p><u>savoirs</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendre la démarche de la préparation mentale, le métier de préparateur mental.</li> <li>- Comprendre le fonctionnement l'intérêt des différents outils de la préparation mentale.</li> <li>- Analyser, diagnostiquer, évaluer les ressources et compétences des pratiquants et des publics et les situations dans lesquelles ils agissent.</li> </ul> <p><u>savoirs faire</u> :</p> <p>Vivre et animer des techniques de préparation mentale.</p> <p><u>-savoir être</u> :</p> <p>Adopter une bonne attitude lors d'une interaction dans le cadre de l'entraînement sportif.</p>
<b>Organisation pédagogique</b>	12h TD

Modalités d'évaluation			
	Nature des épreuves	Coefficient	Durée
CC	Devoir réflexion sur support du cours	22	1h
CT	QCM		1h
ER (épreuve de rattrapage)	Dossier		-
<i>Précisions :</i>			

<b>Pré-requis</b>	UE conseillées en pré-requis. L1, L2 psychologie.
<b>Bibliographie / Supports pédagogiques</b>	<p>Le Scanff (2004). Les bases psychologiques de la performance. <i>Manuel de psychologie du sport</i>, Tome 2.</p> <p>Ripoll (2008). Le Mental des Champions.</p> <p>Servant (2009). La relaxation : nouvelles approches, nouvelles pratiques.</p> <p>Marc Edmond, Picard Dominique (1988). <i>L'Ecole de Palo Alto</i>. Paris, Retz.</p>

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

<p>Année de formation L2 ES UE</p>	<p>Nutrition, Alimentation et Consommation énergétique - liaisons Physiologiques</p>
<p>Responsable : Rémy Hurdiel &amp; Vianney NIHOUARN</p> <p>Laboratoire de rattachement : Unité de Recherche Pluridisciplinaire Sport, Santé, Société</p>	
<p>Objectifs généraux</p>	<p>Cet élément constitutif vise à acquérir les connaissances :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- en physiologie de l'exercice nécessaires pour comprendre comment déterminer/estimer ou mesurer la dépense énergétique lors d'un exercice</li> <li>- nécessaires à l'accompagnement nutritionnel du sportif, dans un but d'optimisation de la performance.</li> </ul>
<p>Descriptif du contenu</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rappel sur le métabolisme énergétique du muscle squelettique</li> <li>2. Travail sur les outils de mesure de la dépense énergétique</li> <li>3. Focus sur les outils connectés</li> <li>4. Savoir déterminer sa propre dépense énergétique au cours d'un exercice</li> <li>5. Présentation des différents nutriments et des principaux micronutriments et de leur(s)rôle(s) respectif(s) au sein de l'organisme.</li> <li>6. Comment bien s'hydrater en fonction des exigences de l'effort physique.</li> <li>7. Les différents besoins nutritionnels en fonction du type d'activité physique pratiquée.</li> </ol>
<p>Compétences visées</p>	<p>Compétences disciplinaires : A l'issue de cette UE, l'étudiant doit être capable de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître les principes fondamentaux du métabolisme énergétique</li> <li>- Connaître les méthodes de déterminations de la dépense énergétique</li> <li>- Adapter ces connaissances à des populations diverses</li> <li>- Comprendre comment la dépense énergétique est déterminée par les outils connectés</li> <li>- Connaître les recommandations nutritionnelles générales et savoir les promouvoir auprès des patients.</li> <li>- Connaître les différents types de nutriments et micronutriments, et savoir les intégrer de manière raisonnée dans un plan nutritionnel.</li> <li>- Savoir évaluer les besoins hydriques de l'athlète</li> <li>- Être capable de proposer un plan nutritionnel aux athlètes en fonction de leur type d'activité et de leur niveau de pratique</li> </ul>
<p>Organisation pédagogique</p>	<p>Volumes horaires et modalités pédagogiques TD : 6 TD (Hurdiel) + 6h de T.D. (NIHOUARN Vianney_Nutrition) Autres (travail personnel...) :</p>

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

Modalités d'évaluation			
	Nature des épreuves	Coefficient	Durée
CC			
CT	Ecrit ou Oral ou Dossier - Nutrition → écrit		Nutrition → 1 heure
ER (épreuve de rattrapage)	Ecrit ou Oral ou Dossier - Nutrition → écrit		Nutrition → 1 heure
<i>Précisions :</i>			

<b>Pré-requis</b>	Maitriser les fondamentaux de la physiologie de l'exercice en L1 et L2 STAPS
<b>Bibliographie / Supports pédagogiques</b>	<p><u>Physiologie du sport et de l'exercice</u> Jack H Wilmore, David L Costill, Larry Kenney Traducteur : Arlette Delamarche, Hassane Zouhal, Carole Groussard, Paul Delamarche 6e édition   mai 2017</p> <p><u>La science au bout de la fourchette</u> Christophe HAUSSWIRTH, INSEP-Publications   juin 2012</p> <p><u>Nutrition du sport</u> H. Fink – A. Mikesky , éd. Deboeck Supérieur   novembre 2018</p> <p><u>Diététique et nutrition</u> M. Apfelbaum – M. Romon – M. Dubus, éd. Masson   juin 2009</p>
<b>Langue de l'enseignement</b>	Cet enseignement est proposé en français (100%)
<b>Enseignants impliqués</b>	Rémy Hurdiel Vianney NIHOARN

Année de formation L2 STAPS Entraînement sportif UE 3.7 A	<b>FPP</b> «Intervenir dans le champ de l'entrainement » <i>(lien avec le stage en club)</i>
<b>Responsable : M. LAMIRAND</b>	
<b>Objectifs généraux</b>	Aider les étudiants à appréhender au mieux leurs stages et les former pour mieux encadrer des groupes d'apprenants.
<b>Descriptif du contenu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aider à la mise en stage (cahiers des charges, modalités de stage, gestion des conventions, suivi P-stage)</li> <li>▪ Doter les étudiants d'outils pédagogiques permettant de mieux intervenir</li> <li>▪ Aider à concevoir des séances d'entrainement adaptées et les réguler</li> <li>▪ Echanger et suivre les étudiants en stage à partir de commandes de travail</li> <li>▪ Aider les étudiants à proposer des feedbacks de qualité adaptés aux procédés d'apprentissage</li> <li>▪ Réfléchir sur des problématiques de terrain</li> </ul>
<b>Compétences visées</b>	Un étudiant capable de mettre en œuvre des dispositifs pédagogiques adaptés au contexte (type de public, conditions matérielles et humaines etc...) pertinents ( permettant à chaque élève de pouvoir acquérir les savoirs nécessaires à la construction des compétences visées ) et en intervenant de manière ciblée et adaptée à différents moments de la séance grâce à des interventions de qualité
<b>Organisation pédagogique</b>	Volumes horaires : S1 TD : 10 heures (5x2h) Cours en présentiel S2 TD : 10 heures (5x2h) Cours en présentiel

Modalités d'évaluation			
	Nature des épreuves	Coefficient	Durée
Evaluation S1 - CC	Evaluation en contrôle continu (Devoirs et commandes à rendre lors des TD)	1	
Evaluation S2- CT	Oral de stage (soutenance)	1	15 min
ER (épreuve de rattrapage)	Devoir et/ou oral (S1)	1	
	Soutenance 2 <sup>ème</sup> session (S2)	1	15 min

*Précisions : L'oral de stage (évaluation S2) correspondra au « Grand oral » de spécialité. La note obtenue sera reportée en FPP (2<sup>ème</sup> semestre) et en théorie de spécialité.*

<b>Pré-requis</b>	Cours de FPP de L1 – stage en club L1 Interventions menées dans le cadre de la spécialité en L1
<b>Bibliographie / Supports pédagogiques</b>	Documents ressources postés sur sakai Utilisation possible de l'ENT Sakai
<b>Langue de l'enseignement</b>	Français
<b>Enseignants impliqués</b>	Enseignants titulaires : M. Lamirand : <a href="mailto:christophe.lamirand@univ-littoral.fr">christophe.lamirand@univ-littoral.fr</a> M. Devos : <a href="mailto:eric.devos@univ-littoral.fr">eric.devos@univ-littoral.fr</a>

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

<b>Année de formation :</b> L2 ES <b>UE : intervenir dans le champs de :</b>	<b>Entrainement de l'endurance aérobie</b>
<b>Responsables : Fabien SUDRES</b>	
<b>Objectifs généraux</b>	Lier théorie et pratique dans le domaine de l'endurance aérobie. Connaître les diverses méthodes d'entraînement et différents tests d'efforts. Connaissances des intensités d'effort spécifiques selon l'objectif à poursuivre dans l'entraînement. Vivre concrètement des séances spécifiques.
<b>Descriptif du contenu</b>	Endurance continue. Endurance générale ou localisée. Endurance active (fartlek). Endurance intermittente (fractionné, long-long, court-court). Notion de zones de travail et seuils (aérobie, anaérobie). Notion de courbes d'effort. Conception de séance ciblées sur un objectif type Travail en milieu naturel, sur piste et en salle de musculation.
<b>Compétences visées</b>	Savoir moduler les paramètres d'intensité d'allure, de volume de travail, de récupération, de fréquence des séances dans l'entraînement. Savoir appliquer et impacter sur soi et concevoir des séances types. Savoir mettre en relation des repères externes (topologie et aménagement du milieu de pratique, chronométrie) et interne (pouls, essoufflement, pénibilité musculaire) pour vivre, concevoir ou réguler ses séances. Utiliser des outils de mesure des efforts.
<b>Organisation pédagogique</b>	Volumes horaires Mr Sudres : 14h CM : 2 x 2h (promo complète) TD pratique en groupes : 5 x 2h (dont 2h pour l'évaluation)  Autres (travail personnel...) : commande de séances à thème

<b>Modalités d'évaluation</b>			
	Nature des épreuves	Coefficient	Durée
CC	Conception de séquences thématiques + questionnaire « ouvert » de connaissances théoriques	1	2h
CT			

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

ER (épreuve de rattrapage)	Epreuve théorique sur le même modèle qu'en session 1	1	1h
<i>Précisions :</i>			

<b>Pré-requis</b>	Connaissances de base en physiologie de l'effort (filiales énergétiques) et en méthodologie de l'entraînement.  UE conseillées en pré-requis : Fit'Ulco, Physiologie L1-L2
<b>Bibliographie / Supports pédagogiques</b>	Aubert, Choffin, Les Courses, Revue EPS, 2007 Reiss, Prévost, La bible de la préparation physique, Amphora, 2013 J.Weineck, Manuel d'entraînement, Vigot, Paris, 1986. M.Pradet, La préparation physique, INSEP, Paris, 1996. Alabangui, Testa, Méthodologie de l'Entraînement Sportif, Ellipse, 2016
<b>Langue de l'enseignement</b>	Français
<b>Enseignants impliqués</b>	Mr Sudres

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

Année de formation L2 STAPS - ES UE 3.7	Musculation fonctionnelle
Responsable : M.Belhouchat	
Laboratoire de rattachement : PRAG EPS - UrePSSS	
Objectifs généraux	Cette unité d'enseignement vise à sensibiliser les étudiants de la filière à une approche fonctionnelle de la musculation. Cette approche fera le lien avec le développement des qualités physiques, notamment la force, par une méthode s'appuyant sur des mouvements globaux à l'opposé d'une approche s'appuyant sur des mouvements partiels et isolés.
Descriptif du contenu	A travers la pratique de 4 agrès (Travail au Poids de corps, Utilisation des sangles TRX, Utilisation des Kettelbell, Travail avec barres et haltères) les notions suivantes seront abordées : <ul style="list-style-type: none"> <li>- notion de mobilité</li> <li>- notion de force</li> <li>- notion de chaines</li> <li>- notion de gainage (core)</li> </ul>
Compétences visées	A l'issue de cette UE, l'étudiant doit être capable de : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mettre en place les tests diagnostics de mobilité</li> <li>- Réaliser les mouvements fonctionnels de base (Squat d'arraché profond par exemple)</li> <li>- Utiliser des mouvements au poids de corps sans matériel et avec matériel, avec haltères, avec barres, avec Kettelbell, avec sangles</li> <li>- Construire seul ou en groupe une séance de musculation fonctionnelle avec un objectif clairement défini pour soi ou pour un athlète.</li> <li>- Coacher un groupe (adapter le niveau des exercices, observer-réguler, filmer, passer les consignes)</li> </ul>
Organisation pédagogique	Volumes horaires et modalités pédagogiques  Volumes horaires : 20 heures TD : 20h

Modalités d'évaluation		
	Nature des épreuves	Coefficient
CC	Dossier + avec capsules vidéos	1
CT	Epreuve physique pratique	1
ER (épreuve de rattrapage)	Epreuve physique imposée + entretien	1

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

Précisions :

<b>Pré-requis</b>	Connaissances liées au module Fit'ULCO vécu en L1 STAPS
<b>Bibliographie / Supports pédagogiques</b>	L'entraînement fonctionnel (JC Santana, éditions 4trainer, 2019)
<b>Langue de l'enseignement</b>	Français et Anglais
<b>Enseignants impliqués</b>	M.Belhouchat

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

<b>L2 STAPS (Entraînement Sportif) UE 5 : « Connaissances scientifiques et professionnelles de l'entraînement »</b>	<b>Sociologie de l'entraînement</b>		
<b>Responsable : Florian Lebreton</b>			
<b>Laboratoire de rattachement : TVES (URL 4477)</b>			
<b>Objectifs généraux</b>	Cette unité d'enseignement vise à acquérir une vision globale des connaissances scientifiques (sciences sociales et sciences de la vie) et professionnelles relatives à l'environnement de l'entraînement sportif.		
<b>Descriptif du contenu</b>	Ce cours visera à : - Comprendre les déterminants sociologiques et environnementaux existant dans le milieu de l'entraînement sportif - Analyser les contextes de socialisations d'athlètes sur leurs formations sportives		
<b>Compétences visées</b>	Compétences disciplinaires : A l'issue de cette UE, l'étudiant doit être capable de : - Mettre en place un protocole d'étude sociologique - Analyser les données recueillies et établir un plan d'analyse - Produire un état des lieux sur les déterminants sociologiques de l'entraînement sportif		
<b>Organisation pédagogique</b>	Volumes horaires et modalités pédagogiques Heures de formation TD : 14h		
<b>Modalités d'évaluation</b>			
	Nature des épreuves	Coefficient	Durée
CC	Remise de dossier thématique - Oral	2	2 heures
CT			
ER (épreuve de rattrapage)			
<i>Précisions :</i>			
<b>Pré-requis</b>	Aucun		
<b>Bibliographie / Supports pédagogiques</b>	Forté, L., <i>Devenir athlète de haut niveau. Une approche sociologique de la formation et du développement de l'excellence sportive</i> , Collection : Sports en Société, 2020.  <b>Disponible en ligne via BULCO</b>		
<b>Langue de l'enseignement</b>	Cet enseignement est proposé en français		
<b>Enseignants impliqués</b>	Lebreton Florian		

## Fiche descriptive des éléments constitutifs de l'UE

<b>Année de formation</b> L2 STAPS U.E.3.6.C	Anatomie Biomécanique TD Entraînement - Le geste sportif
Responsable : Eric TARKOWSKI  Laboratoire de rattachement :	
<b>Objectifs généraux</b>	Cette unité d'enseignement vise à acquérir une vision précise des muscles mis en jeu lors de l'exécution d'un ou plusieurs gestes sportifs
<b>Descriptif du contenu</b>	Analyse du mouvement sportif Description des muscles et du type de travail effectué (excentrique concentrique , chaîne cinétique ouverte ou fermée etc...) Intégrer le muscle dans une chaîne cinétique globale Identifier les muscles mis en jeu lors d'un geste sportif
<b>Compétences visées</b>	Compétences disciplinaires : A l'issue de cette UE, l'étudiant doit être capable de : Organiser une séance ou une série d'exercices pour intégrer des muscles spécifiques dans un mouvement sportif Analyser un geste sportif pour adapter des exercices analytiques et globaux
<b>Organisation pédagogique</b>	Volumes horaires : 6h en TD

<b>Pré-requis</b>	Avoir des connaissances en... Anatomie, Myologie et Ostéologie
<b>Bibliographie / Supports pédagogiques</b>	Les références bibliographiques seront transmises lors des cours
<b>Langue de l'enseignement</b>	Cet enseignement est proposé en français
<b>Enseignants impliqués</b>	Eric TARKOWSKI

L2 ES U.E 6.C ( semestre)	La souplesse : les étirements, les techniques de Yoga et relaxation
Responsable : TOUSSAINT johanna	
Objectifs généraux	Cette unité d'enseignement vise à initier les étudiants aux différentes méthodes d'étirements musculaires et à découvrir la pratique du Hatha Yoga en tant que pratique complémentaire dans la planification d'un sportif (développement de la souplesse, effet prophylactique et relaxation)
Descriptif du contenu	<p>Notions fondamentales :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les étirements actifs/passifs et les différentes méthodes utilisées dans la préparation d'un sportif.</li> <li>- L'approche occidentale du yoga : les différents types de postures (asanas), leurs variantes et leurs effets, la conscience de la respiration et ses différentes formes (pranayama)</li> <li>- Les apports scientifiques pour comprendre les effets du yoga en tant que pratique complémentaire chez des sportifs</li> <li>- L'approche pédagogique en yoga (structuration d'une séance, choix de l'objectif et des postures en fonction des effets visés, intervention de l'entraîneur)</li> </ul>
Compétences visées	<p>Compétences disciplinaires :</p> <p><u>- savoirs :</u>          Identifier les différentes méthodes d'étirements efficaces dans la préparation physique d'un sportif.          Identifier les techniques de réalisation des asanas et leurs effets (placements, consignes clés...)          Identifier les différentes techniques de respiration pour s'assouplir et de se relaxer (coordination respiration/mouvement, cohérence cardiaque, respiration complète, alternée...)</p> <p><u>- savoirs faire :</u>          Maîtriser, Démontrer et Expliquer les postures de base (placement, trajet, respiration...)          Concevoir une séquence structurée de postures et adaptée à son objectif et sa spécialité sportive</p> <p><u>-savoir être :</u>          Faire preuve d'ouverture d'esprit et de concentration          Se recentrer sur soi-même et être attentif à ses sensations internes (chaleur, tension, degré d'étirement, fourmillement, douleur, endormissement, pensées parasites, tremblements...)</p> <p>Compétences transversales :          Accepter les critiques et savoir se remettre en question pour progresser          Travailler seul et en équipe</p>
Organisation pédagogique	<p>Volumes horaires :</p> <p>20h TD : 16 à 18H pratique + 2 à 4H théorie          Autres (travail personnel...) : cibler des gestes sportifs, des déséquilibres ou faiblesses musculaires récurrentes dans sa spécialité pour élaborer un projet d'entraînement adapté, recherche d'exercices ou de variantes adaptées</p>

<b>Modalités d'évaluation</b>			
	<b>Nature des épreuves</b>	<b>Coefficient</b>	<b>Durée</b>
CC	Epreuve pratique : Conception et présentation d'une séquence de yoga suivant un objectif personnalisé	1	
CT	Epreuve théorique : Devoir sur table	1	1
ER (épreuve de rattrapage)	Epreuve pratique : séquence d'entraînement adaptée suivant la blessure et/ou envoyée via un lien youtube Epreuve théorique : Devoir sur table	1	1
Précisions : pas de session 2 en pratique.			

<b>Pré-requis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toute pratique de renforcement musculaire, gainage ou de stretching</li> <li>- Bases anatomiques et physiologiques (cours L1)</li> </ul>
<b>Bibliographie / Supports pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geoffroy Christophe et al. Guide pratique des étirements : 150 exercices pour être en forme. [5e édition]. Cumières : C. Geoffroy, 2008. Print.</li> <li>- Geoffroy, Christophe. "Méthodes et positions d'étirements : logique, précision et individualisation pour plus d'efficacité." Kinésithérapie, la revue 15.164-165 (2015) : 41-52. Web.</li> <li>- GAUTHIER Jacky, Chaînes musculaires Etirement et renforcement, 2016 amphora</li> <li>- Améliorer sa récupération en sport   Christophe Hausswirth Chapitre 6. Étirements et libération des contraintes articulaires Giuseppe Rabita, Anne Delextrat, Cédric Lucas, Arnaud Daufre, Frank Metais et Christophe Cozzolino p. 87-107</li> <li>- D.DAUMAIL, Yoga de l'école aux associations, ed revue EPS, 2021</li> <li>- Ray Long, Anatomie pour le mouvement, Tome 1, ed La page, 2015</li> <li>- Yoga Iyengar : initiation aux 23 postures classiques, B. K. S. Iyengar 2011</li> <li>- Le grand guide du yoga [Sophie Godard, Irina Sarnavska, Leinivitz production] Sarnavska, Irina Lenivitz ,2013</li> <li>- Casayoga <a href="https://www.casayoga.tv/">https://www.casayoga.tv/</a></li> <li>- Application Down Dog Yoga</li> </ul>
<b>Langue de l'enseignement</b>	Cet enseignement est proposé en français
<b>Enseignants impliqués</b>	TOUSSAINT Johanna