



Les incontournables

en L1 STAPS

6 livres incontournables pour réussir
votre première année, disponibles à
la bibliothèque Robert de Sorbon



Candy, Laure. *Bien commencer en STAPS*.
Louvain-la-Neuve : De Boeck Supérieur, 2020.

Cet ouvrage présente une **synthèse de quatre disciplines scientifiques** (histoire, psychologie, sociologie et physiologie-anatomie) ; des apports méthodologiques et des connaissances relatifs à l'expression écrite et des **conseils pour développer des compétences sportives et citoyennes**.

disponible à la BU Robert de Sorbon, pôle violet, 796.076 BIE



Al Anbagi, Youcef. *Lexique thématique en STAPS*. Paris : Ellipses, 2023.

Ce lexique permet un **accès simple, pratique et complet à de nombreuses définitions**, aux concepts et aux notions clés de tous les domaines scientifiques rencontrés en STAPS. Les termes définis dans ce lexique sont classés dans l'ordre alphabétique et reflètent la pluridisciplinarité de cette filière universitaire. Cet outil permettra à une personne à la recherche d'une définition de **prendre aisément connaissance d'une explication** à la fois concise et d'une grande précision, scientifique ou technique. De plus, enrichi d'une **bibliographie importante** avec des textes de référence, il permettra de conduire le lecteur à retrouver très rapidement le contexte dans lequel se situent les définitions présentées pour les approfondir.

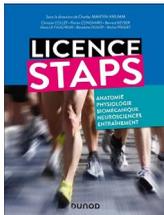
disponible à la BU Robert de Sorbon, pôle violet, 796.076 LEX
🌐 également en ligne sur la BU numérique (ScholarVox)



Charitas, Pascal. *Licence STAPS. Tout-en-un : APSA, sciences de la vie, sociologie, histoire, psychologie*. Malakoff : Dunod, 2024.

Cet ouvrage fait la **synthèse en fiches de l'ensemble des concepts** fondamentaux enseignés au cours des trois années de licence STAPS : pratiques et techniques sportives, sciences humaines et sociales, sciences de la vie. Écrit par un collectif d'auteurs spécialistes des différentes disciplines, il constitue un outil de référence indispensable. Cette troisième édition actualisée s'enrichit de nouvelles fiches sur le handicap, l'évaluation de la charge d'entraînement, l'électromyographie et l'architecture sportive. **129 fiches** synthétiques pour retenir l'essentiel. **60 QCM** et sujets corrigés pour s'évaluer et s'entraîner. **200 illustrations** en couleurs.

disponible à la BU Robert de Sorbon, pôle violet, 796.076 LIC
🌐 également en ligne sur la BU numérique (Cairn et ScholarVox)



Martin-Krumm, Charles. *Licence STAPS : anatomie, physiologie, biomécanique, neurosciences, entraînement*. Paris : Dunod, 2024.

Cet ouvrage vous propose de découvrir les bases de l'anatomie, de la physiologie et de la neuroscience, appliquées à la pratique sportive. Il présente les grands segments du corps humain, la mécanique des articulations et les fonctions physiologiques (systèmes cardiaque, nerveux, hormonal et respiratoire). Il propose une vision nouvelle sur l'apport des neurosciences dans les processus d'apprentissage et de contrôle moteur. Il consacre enfin une large part à la description d'un cadre et d'une organisation de l'entraînement construisant une préparation sportive adaptée aux objectifs.

disponible à la BU Robert de Sorbon, pôle violet, 611 ANA
🌐 également en ligne sur la BU numérique (ScholarVox)



Al Anbagi, Youcef. *Réussir son parcours STAPS*. Paris : Ellipses, 2022.

Cet ouvrage s'adresse à tous les étudiants en STAPS grâce à une présentation de la filière ; des méthodes pour travailler efficacement et pour bien s'orienter ; des conseils pour préparer les épreuves orales et écrites des concours ; un panorama des débouchés qu'offre le parcours (masters, insertion professionnelle).

disponible à la BU Robert de Sorbon, pôle violet, 796.076 LIC
🌐 également en ligne sur la BU numérique (ScholarVox)



ONISEP. *Les métiers du sport*. Marne-la-Vallée : ONISEP, 2021.

Le sport est plus que jamais en première ligne aujourd'hui, du sport-santé au sport loisir en passant par les Jeux olympiques. Pour celles et ceux qui veulent en faire leur métier, les pistes sont nombreuses : enseignement, éducation sportive, accompagnement des sportifs de haut niveau, communication ou événementiel du sport, gestion de structures. Des métiers plus ou moins centrés sur la pratique sportive, plus ou moins porteurs en termes d'emploi. Dans tous les cursus, les maîtres mots sont motivation et pluridisciplinarité pour répondre à la professionnalisation du secteur. Reportage, témoignages, parcours d'études, conditions de travail... vous trouverez dans cette publication des outils pour élaborer un projet de formation et réussir votre insertion professionnelle.

disponible à la BU Robert de Sorbon, pôle gris, 001.8 SPO



www.univ-reims.fr/bu
pour accéder au catalogue
et à la BU numérique



La boussole : notre
sélection de ressources
dans la BU numérique