

# Licence STAPS, Activité Physique Adaptée et Santé

**Domaine :**

Sciences – Technologie – Santé

**Mention :**

STAPS : Activité Physique Adaptée-Santé

**UFR/Institut :**

UPEC – UFR Sciences de l'éducation, des sciences sociales et des sciences techniques des activités physiques et sportives (SESS-STAPS)

**Type de diplôme :**

Licence

**Niveau(x) de recrutement :**

Bac

**Niveau de diplôme :**

Bac + 3

**Lieu(x) de formation :**

Créteil – Campus Duvauchelle

**Durée des études :**

3 ans

**Accessible en :**

Formation initiale

**Présentation de la formation**

La licence APA permet aux étudiants d'acquérir un ensemble de compétences telles que :

- Participer à la conception de projet, Il situe son action à l'intérieur d'un projet global : politique et institutionnel, de Prévention, de Réadaptation ou d'Intégration par l'activité physique.
- Concevoir et organiser des programmes d'intervention
- Conduire et évaluer des programmes d'intervention
- Participer au pilotage du projet

**Capacité d'accueil**

L1 commune aux quatre mentions de Licence STAPS

Site de Créteil : 206 places

Site de Créteil / Parcours kinésithérapie : 65 places

Site de Sénart : 95 places

L2: 80 places

L3 : 80 places

**Compétence(s) visée(s)**

Analyse de toutes situations relatives à l'activité physique y compris les activités

physiques adaptées, d'un groupe de sujets et d'une organisation sportive et/ou de santé

Co construction et planification d'un programme d'activités individualisé d'intervention en

APA

Encadrement de séances collectives d'activité physique et/ou sportive tout public en

situation de face à face pédagogique

Enseignement de l'Activité Physique Adaptée

Développement de la santé et du bien-être par les APSA

**Poursuites d'études**

Possibilité de poursuivre en master APAS

**Débouchés professionnels**

Coordonnateur de programmes d'Intégration par l'Activité Physique Adaptée (APA), la Prévention et l'Education à la Santé, la Réadaptation et le réentraînement.

Professeur en APA en milieu spécialisé

Entraîneur en Activités Physiques et Sportives adaptées

Spécialiste de la Prévention par l'Activité physique (AP)

Cadre formateur en APA, en AP et Santé

Educateurs spécialisés en APA.

## Environnement de recherche

La présence d'enseignant-chercheurs appartenant à plusieurs laboratoires est continue tout au long des 3 années de formation. Dans le cadre de la L3 APA un « études et recherche » favorise l'approche scientifique.

## Organisation de la formation

Licence 1 – Semestre 1

UE 1 : Maitriser les outils de communication (3 ECTS)

- ECUE 1.1 : Anglais (18h TD – 3 ECTS)

UE 2 : Identifier et se situer dans les champs professionnels et construire un projet personnel de formation (3 ECTS)

- ECUE 2.1 : Projet professionnel personnalisé (18h TD – 3 ECTS)

UE 3 : Mobiliser les concepts scientifiques relatifs à la motricité (9 ECTS)

- ECUE 3.1 : Physiologie (9h CM – 7.5 TD – 5 ECTS)

- ECUE 3.2 : Activité physique selon les âges et les publics (18h CM – 1.5 TD – 4 ECTS)

UE 4 : Analyser l'environnement social, institutionnel et humain de la pratique des APSA (6 ECTS)

- ECUE 4.1 : Sociologie (18h CM – 1.5h TD – 3 ECTS)

- ECUE 4.2 : Psychologie (18h CM – 1.5 TD – 3 ECTS)

5 : Pratiquer et apprendre à encadrer les APSA (9 ECTS)

- EC 5.1 : Athlétisme (4.5h CM – 18h TD – 2 ECTS)

- EC 5.2 : Football (4.5 CM – 18h TD – 1.5 ECTS)

- EC 5.3 : Hand Ball (4.5 CM – 18h TD – 2 ECTS)

- EC 5.4 : Gymnastique (4.5 CM – 18h TD – 2 ECTS)

- EC 5.5 : Danse (4.5 CM – 18h TD – 1.5 ECTS)

Licence 1 – Semestre 2

UE 6 : Maitriser les outils de communication (3 ECTS)

- ECUE 6.1 : Anglais (18h TD – 3 ECTS)

UE 7 : Identifier et se situer dans les champs professionnels et construire un projet personnel de formation (3 ECTS)

- ECUE 7.1 : Stage préprofessionnel (4h TD – 3 ECTS)

UE 8 : Mobiliser les concepts scientifiques relatifs à la motricité (9 ECTS)

- ECUE 8.1 : Connaissance du mouvement (15h CM – 1.5h TD – 3 ECTS)

- ECUE 8.2 : Adaptation santé (15h CM – 1.5 TD – 3 ECTS)

- ECUE 8.3 : Anatomie fonctionnelle (15h CM – 1.5 TD – 3 ECTS)

UE 9 : Analyser l'environnement social, institutionnel et humain de la pratique des APSA (3 ECTS)

- ECUE 9.1 : Entraînement et initiation sportive (15h CM – 1.5h TD – 3 ECTS)

UE 10 : Pratiquer et apprendre à encadrer les APSA (6 ECTS)

- ECUE 10.1 : Volley ou Basket (4.5h CM – 18h TD – 1.5 ECTS)

- ECUE 10.2 : Combat (4.5h CM – 18h TD – 1.5 ECTS)

- ECUE 10.3 : Badminton (4.5h CM – 18h TD – 1.5 ECTS)

- ECUE 10.4 : MES (STEP + Course à pied) (4.5h CM – 36h TD – 1.5 ECTS)

11 : Analyser et développer une argumentation avec esprit critique (6 ECTS)

- EC 11.1 : Option d'ouverture (24h TD – 3 ECTS)

- EC 11.2 : MTU (27h TD – 3 ECTS)

Licence 2 – Semestre 3

UE 12 : Maitriser les outils de communication (6 ECTS)

- ECUE 12.1 : Anglais (18h TD – 3 ECTS)

- ECUE 12.2 : TICE (18h TD – 3 ECTS)

UE 13 : Identifier et se situer dans les champs professionnels et construire un projet personnel de formation (6 ECTS)

- ECUE 13.1 : Projet pro Santé (10h CM – 8h TD – 6 ECTS)

UE 14 : Mobiliser les concepts scientifiques relatifs à la motricité (9 ECTS)

- ECUE 14.1 : Physio cardio respi (18h CM – 6h TD – 5 ECTS)

- ECUE 14.2 : Psycho de l'apprentissage (18h CM – 3h TD – 4 ECTS)

UE 15 : Analyser l'environnement social, institutionnel et humain de la pratique des APSA (3 ECTS)

- ECUE 15.1 : Histoire de l'EPS (18h CM – 3h TD – 3 ECTS)

UE 16 : Pratiquer et apprendre à encadrer les APSA (6 ECTS)

- ECUE 16.1 : Bad, VB, Muscu (27h CM – 54h TD – 2 ECTS)

- ECUE 16.2 : Rugby (9h CM – 18h TD – 2 ECTS)

- ECUE 16.3 : Natation (9h CM – 18h TD – 2 ECTS)

Licence 2 – Semestre 4

UE 17 : Maitriser les outils de communication (3 ECTS)

- ECUE 17.1 : Anglais (18h TD – 3 ECTS)

UE 18 : Analyser et développer une argumentation avec esprit critique (6 ECTS)

- ECUE 18.1 : Option d'ouverture (24h TD – 3 ECTS)

- ECUE 18.2 : Analyse des pratiques via le numérique (12h TD – 3 ECTS)

UE 19 : Agir en tant qu'acteur responsable au sein d'une organisation (3 ECTS)

- ECUE 19.1 : Régulation et accompagnement de Stage (9h TD – 3 ECTS)

UE 20 : Mobiliser les concepts scientifiques relatifs à la motricité (6 ECTS)

- ECUE 20.1 : Diététique (18h CM – 3h TD – 3 ECTS)

- ECUE 20.2 : Biomécanique (18h CM – 3h TD – 3 ECTS)

UE 21 : Analyser l'environnement social, institutionnel et humain de la pratique des APSA (6 ECTS)

- ECUE 21.1 : Interventions en santé (18h CM – 6h TD – 3 ECTS)
- ECUE 21.2 : Enseignement (18h CM – 3h TD – 3 ECTS)

22 : Pratiquer et apprendre à encadrer les APSA (6 ECTS)

- EC 22.1 : Activités pleine nature (24h TD – 2 ECTS)
- EC 22.2 : Pratiques aérobies (9h CM – 18h TD – 2 ECTS)
- EC 22.3 : Danse, Nat, FB (27h CM – 54h TD – 2 ECTS)

Licence 3 – Semestre 5

UE 23 : Maîtriser les outils de communication (4 ECTS)

- ECUE 23.1 : TICE et communication (12h TD – 2 ECTS)
- ECUE 23.2 : Comprendre et s'exprimer en anglais à l'oral et à l'écrit (10h TD – 2 ECTS)

UE 24 : Mobiliser les sciences de la vie au service de l'APA (6 ECTS)

- ECUE 24.1 : Physiologie et anatomie fonctionnelle appliquées (6h CM – 12h TD – 3 ECTS)
- ECUE 24.2 : Connaissance des effets du vieillissement et des maladies chroniques (6h CM – 12h TD – 3 ECTS)

UE 25 : Mobiliser les sciences humaines et sociales au service de l'APA (6 ECTS)

- ECUE 25.1 : Approche théorique de la prévention (12h TD – 2 ECTS)
- ECUE 25.2 : Sciences sociales (6h CM – 12h TD – 2 ECTS)
- ECUE 25.3 : Savoir évaluer et interpréter les caractéristiques de publics à besoins spécifiques à l'aide d'outils et de méthodes appropriées (10h TD – 2 ECTS)

UE 26 : Appréhender les champs professionnels de l'APA pour élaborer son projet (6 ECTS)

- ECUE 26.1 : Découverte des lieux d'intervention/infrastructures (18h TD – 2 ECTS)
- ECUE 26.2 : Projet tutoré: découvrir et analyser le milieu professionnel et ses problématiques (12h TD – 4 ECTS)

UE 27 : Pratiquer et apprendre à encadrer l'APA en toute sécurité (5 ECTS)

- ECUE 27.1 : Renforcement musculaire et stretching (12h TD – 2 ECTS)
- ECUE 27.2 : Proposer et adapter un programme "équilibre" pour un public à besoins spécifiques (16h TD – 1 ECTS)
- ECUE 27.3 : Proposer et adapter un programme "activités de détente" pour un public à besoins spécifiques (16h TD – 1 ECTS)
- ECUE 27.4 : Proposer et adapter un programme "activités de détente" pour un public à besoins spécifiques (16h TD – 1 ECTS)

UE 28 : Connaître les outils pour gérer une structure dans le secteur de l'APA (3 ECTS)

- ECUE 28.1 : Développement de projet (12h TD – 3 ECTS)

Licence 3 – Semestre 6

UE 29 : Analyser, argumenter et développer un sens critique au service de l'APA (3 ECTS) au choix

- ECUE 29.1 : Etudes et recherche (initiation à la recherche dans le

domaine de l'APA en sciences sociales) (12h TD – 3 ECTS)

- ECUE 29.2 : Etudes et recherche (initiation à la recherche dans le domaine de l'APA en sciences de la vie) (12h TD – 3 ECTS)

UE 30 : Mobiliser les sciences de la vie au service de l'APA (7 ECTS)

- ECUE 30.1 : Neurophysiologie (6h CM – 12h TD – 3 ECTS)
- ECUE 30.2 : Nutrition (3h CM – 10h TD – 2 ECTS)
- ECUE 30.3 : Psychologie (3h CM – 10h TD – 2 ECTS)

UE 31 : Mobiliser les sciences humaines et sociales au service de l'APA (5 ECTS)

- ECUE 31.1 : Promotion de la santé au travail (10h TD – 1 ECTS)
- ECUE 31.2 : Education thérapeutique (22h TD – 3 ECTS)
- ECUE 31.3 : Droit général du travail et des associations (6h CM – 1 ECTS)

UE 32 : Appréhender les champs professionnels de l'APA pour élaborer son projet (3 ECTS)

- ECUE 32.1 : Handicap mental (à choix – 18h TD – 2 ECTS)
- ECUE 32.2 : Handicap physique (à choix – 18h TD – 2 ECTS)
- ECUE 32.3 : ETP: maladies chroniques (à choix – 18h TD – 2 ECTS)
- ECUE 32.4 : Se positionner professionnellement en lien avec le référentiel métier APAS (12h TD – 1 ECTS)

UE 33 : Pratiquer et apprendre à encadrer l'APA en toute sécurité (5 ECTS)

- ECUE 33.1 : Reconditionnement à l'effort aérobie (12h TD – 2 ECTS)
- ECUE 33.2 : Proposer un programme d'amélioration ou d'optimisation de la condition physique (ex: gym d'entretien) (18h TD – 1 ECTS)
- ECUE 33.3 : Proposer et adapter un programme de "parcours santé" pour un public à besoins spécifiques (22h TD – 1 ECTS)
- ECUE 33.4 : Proposer et adapter un programme d'APPN pour un public à besoins spécifiques (12h TD – 1 ECTS)

UE 34 : Mettre en œuvre l'APA dans une structure spécialisée (7 ECTS)

- EC 34.1 : Stage et accompagnement de stage (12h TD – 4 ECTS)
- EC 34.2 : Programmes de prise en charge de personnes à besoins spécifiques (9h TD – 3 ECTS)
- EC 34.3 : Stage et accompagnement de stage (12h TD – ? ECTS)

## Contrôle des connaissances

CC+CT (écrits, dossiers, oraux, mises en situation, mémoire)

## Calendrier pédagogique

Pré-rentree: début septembre

alternance des enseignements sur UPEC/UPEM à partir des semestres 5 et 6.

Stage sur le second semestre.

2 semestres de 12 semaines chaque année

500 heures de formation par année soit un total de 1500h de formation sur 3 ans

## Modalités d'admission en formation initiale

Portail commun en L1 STAPS et spécialisation progressive à partir de L2

## Responsables pédagogiques

Christine CARDIN (UPEC)  
christine.cardin@u-pec.fr

Hélène COMMO (Université Gustave Eiffel)  
helene.commo@univ-eiffel.fr

## Scolarité

Valérie VIDAL  
valerie.vidal@u-pec.fr  
01 45 17 44 76