

LICENCE STAPS - MENTION ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE - SANTÉ

## Semestre 5 APAS

### UEA : Connaitre les pratiques et les différents publics en APAS

**6 crédits ECTS**

Volume horaire

Cours Magistral : 8h

Travaux Dirigés : 1.5h

Travaux Pratiques : 56h

# Prise en charge individuelle longitudinale du handicap dans un milieu aquatique et/ou à impact émotionnel fort (avec public)

## Présentation

---

Il s'agit de prendre en charge une personne en situation de handicap mental sur l'ensemble de l'année dans le milieu aquatique.

## Objectifs

---

Cet enseignement a pour but de confronter l'étudiant (seul ou à 2) aux difficultés de la prise en charge d'une personne atteinte de troubles psychiques et/ou de déficience mentale dans un milieu particulier à forte valeur émotionnelle. Cet enseignement repose sur un aller /retour entre une prise en charge pratique et une régulation théorique de manière à accompagner chaque étudiant autour des adaptations à envisager pour optimiser la rencontre avec la personne encadrée.

## Pré-requis nécessaires

---

Cet enseignement nécessite de savoir nager et si possible de maîtriser le rétro-pédalage  
Licence 2 STAPS APAS, VAE ou équivalent.

## Compétences visées

---

- > Observer et évaluer les besoins d'une personne pour adapter sa prise en charge
- > Poser un cadre, le respecter et le faire respecter avec de la souplesse
- > Concevoir un projet de prise en charge
- > Construire et réguler les séances de prise en charge en fonction de l'instabilité de l'engagement de la personne

## Descriptif

---

- > Prise de connaissance des caractéristiques des personnes accueillies
- > Préparation de la rencontre et construction d'une grille d'observation
- > Prise de connaissance des exigences de fin de semestre
- > Construire un cadre de prise en charge (rituels, transitions, modes de communication...)
- > Programmer et rédiger des objectifs
- > Concevoir une séance
- > Concevoir une évaluation

## Bibliographie

---

Tout ce qui concerne l'apprentissage en natation

## Parasport (Niveau 2 avec public)

### Présentation

---

Dans le cadre des TP, plusieurs conventions sont réalisées avec des structures accueillant des publics spécifiques (handicap mental, auditif, visuel ou moteur). Le but est de leur proposer une prise en charge en activités physiques adaptées pour la santé (APAS) et pour les étudiants un support de stage pratique.

### Objectifs

---

Cet enseignement vise à savoir prendre en charge des publics spécifiques dans un contexte parasport.

### Pré-requis nécessaires

---

Licence 2 STAPS, VAE ou équivalent.

### Compétences visées

---

- > Savoir prendre les informations pertinentes et mettre en place une évaluation d'un groupe de pratiquant dans un contexte parasport.
- > Maîtriser les différents outils méthodologiques et pédagogiques afin de proposer une intervention adaptée visant l'optimisation des capacités physiques, psychologiques, cognitives et sociales des publics.
- > Savoir s'adapter aux capacités des pratiquants en proposant des aménagements et variables favorisant leur autonomie, leur sécurité et leur progression.
- > Savoir mettre en place une intervention soutenant le plaisir de pratiquer et la participation sociale.
- > Savoir adopter une posture professionnelle pour accueillir, accompagner et communiquer avec les pratiquants, les aidants et les professionnels des structures, développer sa capacité d'écoute et être bienveillant envers les publics
- > Savoir collaborer et travailler en équipe pour la mise en place de l'intervention
- > Réaliser et formaliser des bilans de l'intervention

### Descriptif

---

*CM* : Présentation des différentes structures

*TP* :

- > Proposer un programme d'APAS dans un cadre sécuritaire en adaptant la prise en charge en fonction des publics spécifiques à des fins de santé
- > Mettre en œuvre ce programme et le réguler
- > Observer et évaluer les capacités des pratiquants

## Réadaptation Fonctionnelle (Niveau 2 sans public)

### Présentation

Pendant cet enseignement seront abordés les grandes étapes de la réadaptation, de l'évaluation à la réalisation du programme de réentraînement à l'effort en mettant en lien les recommandations scientifiques et leurs applications sur le terrain.

### Objectifs

Cet enseignement vise à aborder les notions transversales liées à une prise en charge en réadaptation, et particulièrement sur l'entraînement à l'effort (« *exercise training* »), souvent considérés comme la pierre angulaire des programmes de réadaptation pour maladies chroniques.

### Pré-requis nécessaires

Cet enseignement nécessite d'avoir suivi les cours *Approche méthodologique en prévention santé* (semestre 3) & *Réadaptation fonctionnelle niveau 1* (Semestre 4).

Licence 2 STAPS APAS, VAE ou équivalent.

### Compétences visées

- > Connaître, choisir et savoir réaliser les différents tests d'évaluation des capacités physiques utilisés en réadaptation. Savoir les interpréter pour évaluer les capacités et/ou les effets du programme, et/ou personnaliser la prise en charge en tenant compte des limites d'interprétation.
- > Être capable d'aller chercher les recommandations de prise en charge spécifiques à une pathologie pour choisir les bons tests d'évaluation, élaborer un programme d'APAS sécuritaire et pertinent.
- > A partir des expériences vécues dans cet enseignement (et autres enseignements de la formation APAS), savoir adapter et utiliser diverses pratiques d'activités physiques (plus ludiques, individuelles et en groupe) à des fins de prévention santé.

### Descriptif

Partie TP :

- > Tests d'évaluation des capacités physiques (équilibre, force et endurance)
- > APA et réadaptation
- > Renforcement musculaire
- > Equilibre et réadaptation
- > Personnalisation et programmation de l'entraînement en endurance sur ergomètre
- > Introduction à la démarche éducative par la mise en place d'ateliers sur « les différents domaines et quantification de l'activité physique » et/ou « l'identification des freins et des leviers à la pratique d'activités physiques ».

Partie CM :

- > Evaluation de l'endurance : de l'épreuve d'effort incrémentale aux tests de terrain
- > Modalités de travail et programmation de l'endurance
- > Renforcement musculaire de l'évaluation à la programmation
- > Equilibre de l'évaluation à la programmation
- > Intérêts des APA
- > Evaluation de l'activité physique en réadaptation et bénéfices à long terme
- > Cancer, AOMI, insuffisance rénale, lombalgie : précautions et réadaptation

### Bibliographie

- > INSERM (2019) *Activité physique - prévention et traitement des maladies chroniques.*, EDP Sciences
- > Saey D, Bellocq A, Gephine S, et al (2021) Quels tests physiques pour quels objectifs en réadaptation respiratoire ? *Revue des Maladies Respiratoires* 38:646-663. <https://doi.org/10.1016/j.rmr.2021.04.001>