La licence APAS

Faculté des **sciences du sport**
Université de Strasbourg

La licence Staps parcours Activités physiques adaptées et santé (Apas) prépare les étudiants à enseigner les Activités Physiques et Sportives (APA) auprès de personnes concernées par une maladie chronique ou un handicap. Elle est également centrée sur le développement d'une pédagogie adaptée à leurs besoins.

→ Le contenu de la licence

Le contenu des enseignements vise l'acquisition des compétences phares du métier d'enseignant en activité physique adaptée. Une partie des enseignements est tournée vers la connaissance des publics et des enjeux de santé : maladies chroniques, vieillissement, neurologie, psychiatrie, personnes en difficultés sociales, éducation thérapeutique. Au cours d'apprentissages centrés sur la pédagogie adaptée, les étudiants seront amenés à mettre en œuvre des séances auprès de jeunes et de patients. La découverte d'activités sportives adaptées est également au cœur de cette formation théorico-pratique : handballs adaptés, volley assis, boccia…

→ Une formation à la fois scientifique et pratique

L'équipe pédagogique se compose d'enseignants universitaires, de chercheurs, mais également de professionnels de terrain. Les étudiants sont encouragés à faire le lien entre les savoirs académiques et leur pratique pour développer une approche solide de l'activité physique adaptée. Deux stages de 50 et 100h sont à réaliser au cours de l'année et un mémoire d'initiation à la recherche est produit.

→ Et après ?

A l'issue de cette licence, les titulaires de la L3 APAS doivent faire valoir leur diplôme auprès du ministère des sports pour l'obtention d'une carte professionnelle comprenant la mention APAS. Cette reconnaissance atteste de leur expertise dans le champ de la santé (domaine réglementé). Pour ceux qui souhaitent aller plus loin, le master APAS permet de se former à l'ingénierie de projet en APAS (pour coordonner des programmes) et à la recherche.

Faculté des sciences du sport Université de Strasbourg - 2024 - Crédits photo : Enzo Brunier, Lou Couzinet, Jeannine Weber

Le métier d'enseignant APA

L'enseignant en activité physique adaptée (EAPA) intervient auprès de tout individu dont les aptitudes physiques ou psychologiques réduisent sa participation sociale et sa pratique physique. Il s'adresse de ce fait aux personnes en situation de handicap (moteur, sensoriel, psychique), aux personnes vivant avec une maladie chronique, vieillissantes, ou ayant des difficultés d'insertion sociale. Ce professionnel du sport est en mesure d'adapter les activités physiques et sportives en prenant en considération les limitations et les forces des individus qu'il accompagne.

→ Les secteurs d'activité

Les secteurs d'interventions de l'EAPA sont diversifiés : secteur sanitaire (hôpitaux, cliniques), médicosocial (accueils de jour, maisons de retraite, foyers médicalisés, etc.), fédéral (sport adapté, parasport), maisons sport santé (MSS). Son action s'inscrit tant dans le champ de la prévention en santé que dans celui de la réadaptation. Il peut travailler au sein d'équipes pluridisciplinaires dans des structures ou de manière plus autonome dans le cadre d'une activité libérale.

→ Le travail de l'EAPA

De part sa formation interdisciplinaire, l'EAPA développe une approche biopsychosociale. En amont de son accompagnement, il réalise un bilan des ressources et des difficultés de la personne. Il évalue ainsi sa condition physique mais également ses ressources motivationnelles, psychiques et sociales. Il élabore ensuite un projet d'accompagnement par l'activité physique basé sur des objectifs précis.

→ Les compétences particulières

Polyvalent dans le domaine sportif, l'enseignant en activité physique adapté est en mesure d'identifier les pratiques qui seront les plus pertinentes au regard du projet d'accompagnement. Une autre de ses compétences centrales réside dans son aptitude à adapter sa pédagogie et ses outils à la problématique spécifique de chaque individu. Quelques exemples : adapter des règles (faire rouler plutôt que lancer), savoir sélectionner son matériel (balle à grelot pour les personnes malvoyantes), adapter ses propositions (yoga sur chaise).

→ L'efficacité de l'APA

L'activité physique adaptée est aujourd'hui largement reconnue pour ses vertus thérapeutiques et préventives. Elle fait désormais partie des soins dans le domaine de nombreuses maladies chroniques comme le diabète, ou d'affection psychiatrique comme pour le traitement de la dépression. Bien que récente, elle est désormais au cœurs de politique de santé publique comme en témoigne le développement des maisons sport santé.