UCO
UNIVERSITÉ CATHOLIQUE DE L'OUEST

IFEPSA
Institut de Formation en Éducation Physique et en Sport

FACULTÉ DES **SCIENCES / IFEPSA**

MASTER STAPS ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE ET SANTÉ (APA-S)

Mention : **Sciences et techniques des activités physiques et sportives - Activité physique adaptée et santé**

Parcours : **Sport, santé, éducation, réentraînement**

Validation : **Diplôme national bac +5** [En convention avec Le Mans Université]

MÉTIERS ET SECTEURS

- Coordinateur en activité physique adaptée
- Chef de projet en activité physique pour la santé
- Agent de développement de l'activité physique pour la santé
- Responsable de projets, coordinateur d'actions de prévention et d'éducation
- Coordinateur de programmes d'insertion sociale par les APS
- Préparateur physique - Réathlétiseur en charge des sportifs blessés
- Métiers de la recherche (enseignant-chercheur)
- Ingénieur de recherche

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES

Former les étudiants à une expertise scientifique, technique et organisationnelle autour des activités physiques (AP) et de la santé pour des publics en recherche de maintien et/ou d'amélioration de leur santé.

En fonction des choix d'enseignements, les étudiants peuvent se spécialiser dans l'analyse :

- des troubles physiques et psychosociologiques liés à la présence de maladies chroniques et/ou au vieillissement, la mise en œuvre de stratégies de prévention–santé et la prise en charge de ces personnes par l'activité physique ;
- des risques liés aux caractéristiques des sportifs et à leurs pratiques, la mise en œuvre de stratégies de prévention de la blessure et la prise en charge de la réathlétisation du sportif blessé.

L'étudiant acquiert des compétences professionnelles pour être en capacité de :

- analyser les besoins spécifiques d'un individu ou d'un groupe d'usagers dans un contexte particulier ;
- concevoir, développer, mettre en œuvre et gérer des programmes individuels ou collectifs d'activité physique pour la santé ;
- maîtriser et développer des outils de planification de l'activité physique pour retrouver ou préserver un état de santé optimal ;
- analyser des données issues de mesures physiologiques et/ou psychologiques à des fins de recherche et d'intervention.

LES + DE LA FORMATION

Une véritable stratégie de professionnalisation

La formation repose sur des interventions régulières de professionnels en lien avec les débouchés du parcours. Il s'appuie sur la réalisation de deux stages : 2 mois en M1 et 4 mois en M2.

Une incitation à développer son esprit scientifique

Ce diplôme conduit l'étudiant à développer son expertise scientifique par la réalisation de travaux de recherche et la participation à des ateliers, des conférences, colloques et/ou congrès sur des thématiques inhérentes à la formation.

Une complémentarité des enseignements universitaires et professionnels

La formation propose des enseignements à la fois scientifiques, théoriques et pratiques sur les deux années. Les enseignements de terrain en groupes restreints permettent le développement de compétences pratiques.

Des formations complémentaires pour une meilleure insertion

Possibilité d'obtenir une certification TOEIC, un Diplôme d'Université (DU) « Premiers secours et soins de terrain en milieu sportif », un DU « Éducation thérapeutique du patient » et un DU « Prophylaxie et réathlétisation du sportif ».

Une implication de l'étudiant au cœur de sa formation

Les effectifs limités et les conditions de formation favorisent la responsabilisation de l'étudiant dans la conduite de son cursus et la gestion de ses environnements organisationnels et humains.

95%
de réussite

91%
insertion à 6 mois

ORGANISATION DE LA FORMATION

Les enseignements sont dispensés par des enseignants-chercheurs et des professionnels qualifiés issus des champs du Sport, de l'activité physique et de la santé (Enseignants en activité physique adaptée, médecins, masseurs-kinésithérapeutes, préparateurs physiques - réathlétiseurs, etc.). Ils sont complétés par une période de mise en stage professionnel conséquente.

VALIDATION DU MASTER

Le Master se prépare en deux ans (4 semestres de 30 crédits ECTS chacun). Pour valider le Master, l'étudiant doit obtenir 120 crédits ECTS.

EVALUATION DU MASTER :

M1 et **M2** : écrits, oraux, dossiers individuels et de groupe, stage/mission de professionnalisation, mémoire.

PROGRAMME

MASTER 1 [SEMESTRES 1 et 2]

- **Méthodologie générale**
- **Maitrise d'une langue étrangère :** Anglais
- **Environnement et contexte professionnel**
- **Sport, santé, société**
- **Psychologie pour l'activité physique**
- **Physiologie intégrée et exercice**
- **Métrologie et outils de mesures**
- **Nutrition, activité physique et santé**
- **Contexte et prise en charge des traumatismes sportifs**
- **Prévention et réentraînement**
- **Adaptations à l'exercice, à l'entraînement, au réentraînement**
- **Stage professionnel** (de 2 mois minimum)
- **Formation à la recherche / Conférences, colloques**

Options au choix :

- **Santé :** Approche scientifique de l'intervention et pathologies ; Physiopathologie et conception de programme ; Éducation thérapeutique du patient (ETP)
- **Réathlétisation** : Réathlétisation du sportif ; Techniques et outils en réentraînement ; Planification et suivi du réentraînement

MASTER 2 [SEMESTRES 3 et 4]

- **Anglais scientifique et professionnel :** TOEIC
- **Analyse des données**
- **Environnement professionnel et développement de projet**
- **Pratiques physiques et santé**
- **Activité physique et accompagnement psychologique**
- **Conception et analyse de l'intervention en activité physique**
- **Cadre législatif de l'intervention en APA**
- **Stage professionnel** de 4 mois
- **Formation à la recherche / Conférences, colloques**

Options au choix :

- **Santé :** Éducation thérapeutique du patient (ETP) - Coordonner un programme ; Innovation en prévention santé
- **Réathlétisation** : Analyse fonctionnelle, spécificités des publics et intervention ; Traumatologie sportive et réentraînement

SPÉCIFICITÉS

UN SOLIDE RÉSEAU DE PARTENAIRES

De nombreux partenaires professionnels nous font confiance et accueillent nos étudiants en stage : CHU (Angers), CH (Cholet), ICO Angers, centres publics ou privés en rééducation ou en soins de suites de différentes spécialités (cliniques Angers, CRRRF Les Capucins Angers), le centre médical du CNF Clairefontaine, des cabinets d'ostéopathie, de kinésithérapie (Angers), des Maisons sport santé (Maine et Loire, Pays de la Loire et Bretagne), divers clubs sportifs professionnels ou amateurs, KINVENT...

EXEMPLES DE PROJETS PROFESSIONNALISANTS

Conception et conduite d'un projet en activité physique et santé (séjour sport-santé)

Organisation de conférences et/ou tables rondes à la rencontre des professionnels en activité physique adaptée et santé

Mise en place de séances d'activité physique adaptée dans le cadre des enseignements liés à l'intervention auprès des publics fragiles (entretien physique, longe côte, marche...)

INSCRIPTION EN M1

- Être titulaire d'une Licence STAPS ou équivalent sur dossier de validation
- Formuler un vœu sur MonMaster
- Satisfaire aux exigences demandées dans le cadre de la formation sélective

INSCRIPTION EN M2

- Être titulaire d'un M1 STAPS APA-S ou équivalent sur dossier de validation
- Admission sur dossier et entretien

FRAIS DE SCOLARITÉ

(à titre indicatif tarifs 2025/2026)

- De 3 000 € à 6 300 € /an selon les revenus de la famille (frais administratifs en plus)
- Possibilité d'obtenir une bourse d'État
- Formation continue ou demandeurs d'emploi : tarifs sur demande

© IFEPSA-UCO, 2024 Document non contractuel : informations données à titre indicatif et pouvant faire l'objet de modification. Dernière MAJ 09/09/25

Responsables du diplôme
bnoury@uco.fr, pydemull@uco.fr,
fcongna2@uco.fr

Assistante de formation
mplacet@uco.fr | 02 41 79 18 91

ifepsa.uco.fr

DIPLÔME NATIONAL DE MASTER CONTRÔLÉ PAR L'ÉTAT