

# Séminaire : Conception et évaluation de programmes en APAS I

## Infos pratiques

---

- > ECTS : 4.5
- > Nombre d'heures : 24.0
- > Langue(s) d'enseignement : Français
- > Période de l'année : Enseignement septième semestre
- > Méthodes d'enseignement : En présence
- > Forme d'enseignement : Cours magistral et Travaux dirigés
- > Ouvert aux étudiants en échange : Oui
- > Campus : Campus de Nanterre
- > Composante : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > Code ELP : 4S7APA05

## Présentation

---

Dans ce séminaire plusieurs enseignants interviennent afin d'aborder différents éléments essentiels dans la conception et l'évaluation de programmes d'activité physique adaptée. Une emphase particulière est mise sur l'élaboration de programmes selon les besoins du public, les ressources disponibles, et le projet d'établissement. Les notions de programmation pour développer les différentes capacités physiques (filères énergétiques, capacités musculaires) et les interventions les plus courantes sont également étudiées. Finalement, des modèles de changement de comportements appuyés sur des théories de la motivation sont mobilisés afin de favoriser l'adhérence aux programmes et consolider un mode de vie sain.

## Objectifs

---

1) Consolider une méthodologie pour l'élaboration d'une intervention auprès d'un public spécifique dans un contexte singulier

- 2) Améliorer des connaissances sur la conception et la planification de l'entraînement dans le cadre de programmes en activité physique adaptée
- 3) Comprendre des stratégies pour faire adopter des bons comportements

## Évaluation

---

Standard et dérogatoire :

Session 1 : Examen sur table (100% de la note finale)

Session 2 : Examen sur table (100% de la note finale)

## Pré-requis nécessaires

---

Bac +3

## Compétences visées

---

Conception, planification et coordination des projets d'intervention en APA-S.

- Construire un programme en APA de prise en charge et d'accompagnement des pratiquants sur la durée
- Planifier l'activité physique pour retrouver ou préserver un état de santé optimal
- Concevoir la structuration d'un réseau autour de la personne pour optimiser les interventions

## Bibliographie

---

Les ressources bibliographiques seront fournies en cours.

## Ressources pédagogiques

---

Des supports pédagogiques seront disponibles sur l'espace cours en ligne

## Contact(s)

- > Ross Parry

Responsable pédagogique  
rparry@parisnanterre.fr