

# Master Activité physique adaptée et santé – Parcours : Physiologie des activités physiques adaptées, santé et nutrition

SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES

---

## Présentation

Ce parcours permettra à l'étudiant d'acquérir les compétences afin de mettre en place et/ou développer un projet professionnel ou de recherche en activités physiques adaptées. Pour cela il développera ;

- une expertise dans les connaissances des pathologies métaboliques, cardiovasculaires, ostéo-articulaires, neuromusculaires, neuro-dégénératives..., du vieillissement et plus particulièrement dans le rôle préventif et thérapeutique de l'activité physique et d'une nutrition adaptée chez ces patients.

- une connaissance des différentes structures (associatives, hospitalières, privées..) accueillant les activités physiques adaptées, et pour cela savoir argumenter, au sein de sa structure et auprès des différents partenaires institutionnels ou privés de sa structure, sur les avantages de la pratique d'activités physiques adaptées pour les populations qui pourraient en bénéficier.

-la capacité de développer de nouvelles techniques ou de nouvelles technologies au sein d'une structure

Les étudiants de ce parcours auront la possibilité de faire des cours à l'université de Louvain la neuve.

**Ce programme universitaire fait partie des Graduate Schools Metabolic Disorders et Musculo-Skeletal Sciences d'Université Paris Cité**, liant des cours de master et doctorat à des laboratoires de recherche de pointe.

\* La Graduate School **Metabolic Disorders** se penche sur les maladies métaboliques, examinant les aspects moléculaires, la physiopathologie intégrée et étudiant les changements sociaux expliquant la rapide augmentation de ces maladies. [En savoir plus >](#)

\* La Graduate School **Musculo-Skeletal Sciences** forme à l'utilisation de méthodologies innovantes pour étudier les maladies des tissus minéralisés, des articulations, des muscles et des tendons. [En savoir plus >](#)

## OBJECTIFS

---

Amener les étudiants à avoir une bonne compréhension des facteurs limitant la performance physique et sportive chez l'homme, des réponses des grands systèmes physiologiques à l'exercice et des processus impliqués dans les adaptations à l'entraînement physique, chez les sujets présentant des limitations fonctionnelles.

-Amener les étudiants à avoir une bonne compréhension de la nutrition humaine en relation avec l'activité physique et sportive, et la santé.

-Acquérir une bonne connaissance des techniques et savoir-faire dans le domaine de la réadaptation physique, de la nutrition appliquée à l'exercice, chez les sujets sains et atteints de limitations fonctionnelles.

-Former les étudiants à intervenir dans le secteur du Sport Santé ceci grâce à un large spectre de connaissances dans le domaine des sciences de la vie et de la santé et des mises en stages appropriées.

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**

# Programme

## ORGANISATION

### Semestre 1

#### UE1 Méthodologie

- 1.1 Méthodologie de la recherche
- 1.2 Méthodologie de l'entraînement

#### UE2 L'exercice musculaire Bases physiologique 1

- 2.1 Performance et entraînement (commun avec Master PEOPSN et ASP)
- 2.2 Biologie, Physiologie et Physiopathologie du muscle squelettique (commun avec Master PEOPSN et ASP)

#### UE3 L'exercice Bases physiologique 1

- 3.1 Physiologie respiratoire et cardiovasculaire (commun avec Master PEOPSN)
- 3.2 Physiologie du mouvement (commun avec Master PEOPSN et INSEP)
- 3.3 Neurobiologie/Neuroscience du mouvement (commun avec Master PEOPS)

#### UE4 Anglais appliqué au sport santé

#### UE5 Nutrition performance (choisir 6ECTS parmi les ECUE ci-dessous )

Régulation des métabolismes glucido-lipidiques et protéiques (Commun master NUMESI nutrition)

Signalisation et pathologiques; obésités, diabètes (Commun master nutrition NUMESI)

Nutrition du sportif 1 (Commun master PEOPSN)

Analyse du mouvement

Traitement des données du mouvement

Physiopathologie du sport, agents ergogéniques (Commun master PEOPSN)

### UE TRANSVERSES ET OPTIONNELLES

#### UE d'ouverture à choix - UE transverse à choix

ECUE transverse à choix (parmi les 7 proposées par l'université)

### Semestre 2

BLOC 1 ou FONDA

Méthodologie et suivi de stage

L'exercice musculaire, bases physiologiques 2

Nutrition de l'exercice

Bioénergétique de l'effort

Maladies chroniques, vieillissement et Exercice

POP projet orientation professionnelle

### BLOC 2 UE Transverse et optionnelle

UE Transverse et optionnelle

ECUE transverse et optionnelle

UE libre (externe)

ECUE libre (externe)

Stage

Stage

### Semestre 3

Bloc fondamental

éthique et écologie du sport santé

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)

ETP

Technologie et adaptation en sport santé

sport santé connecté

Intelligence naturelle et artificielle en sport santé

Entreprendre et concevoir et financer son projet APA

Recherche de financement

Entreprendre et convevoire son projet

Bienfaits des APA et de la nutrition sur les maladies chroniques

Bloc Complémentaire

Anglais, Actualités scientifiques

Outils connectés en physiologie et biomécanique

Semestre 4

Stage

## STAGE

**Stage** : Obligatoire

## Admission

Étudiants issus de **Licence STAPS APAS** ayant un de bonnes connaissances en Sciences de la vie , Licence Science du Vivant et de la Santé (SVS) assortie d'un intérêt et expérience dans le domaine de l'activité physique et sportive ou de la nutrition. Professionnels titulaires de formations bac+3 ans, montrant un intérêt et une expérience dans le domaine de l'activité physique, réadaptation ou de la nutrition. Pour les diplômes autres que les licences APA une attention

particulière sera portée au projet professionnel et les projets de recherche seront privilégiés.

## PRÉ-REQUIS

**Les prérequis pour ce parcours sont la **licence STAPS APAS** ou **Sciences du vivant**, **diplôme de kinésithérapie**, ou **diététicien**. Attention il faut savoir que pour intervenir en APA la licence APAS est obligatoire.**

### Droits de scolarité :

Les droits d'inscription nationaux sont annuels et fixés par le ministère de l'Enseignement supérieur de la Recherche. S'y ajoutent les contributions obligatoires et facultatives selon la situation individuelle de l'étudiant.

Des frais de formation supplémentaires peuvent s'appliquer au public de formation professionnelle. Plus d'informations [ici](#).

## Et après ?

## POURSUITES D'ÉTUDES

Doctorat

Structure APA (associative, hospitalière, privée, centres de réadaptations ...)Laboratoires de rechercheStart-up, privéAttention le parcours antérieur peut (Sciences de la vie, nutrition) peuvent restreindre les possibilités de carrière

## Contacts

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**

**Responsable du diplôme**

Thierry Launay  
thierry.launay@u-paris.fr

**Responsable du diplôme**

Florian Britto  
florian.britto@u-paris.fr

**Gestionnaire administrative**

Manon Berthe-Colombel  
manon.berthe-colombel@u-paris.fr

## En bref

**Composante(s)**

UFR STAPS

**Niveau d'études visé**

BAC +5 (niveau 7)

**ECTS**

120

**Public(s) cible(s)**

- Étudiant
- Salarié - Profession libérale

**Modalité(s) de formation**

- Formation initiale
- Formation professionnelle

**Validation des Acquis de l'Expérience**

Oui

**Langue(s) des enseignements**

- Français

**Lieu de formation**

Site Lacretable

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**