

# Physiologie, adaptations et publics spécifiques

## Infos pratiques

---

- > ECTS : 3,0
- > Langue(s) d'enseignement : Français
- > Période de l'année : Enseignement sixième semestre
- > Méthodes d'enseignement : En présence
- > Forme d'enseignement : Cours magistral
- > Ouvert aux étudiants en échange : Oui
- > Composante : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > Code ELP : 4S6APA02
- > En savoir plus : UFR STAPS <https://ufr-staps.parisnanterre.fr/>

## Présentation

---

Dans une première partie, cet enseignement : Se placera dans les champs de la psychologie de la santé, qui sera définie et dont la démarche de résolution de problème en lien avec des comportements de santé (sédentarité, inactivité physique) sera explicitée. Seront abordés les concepts de prévention et promotion en lien avec l'activité physique. Un accent sera mis sur les théories de la motivation, les freins à l'AP, la balance décisionnelle et les questionnaires sous-jacents à ces théories seront étudiés afin d'appréhender concrètement ces concepts.

Dans une seconde partie, cet enseignement comportera : Une introduction à la neuropsychologie et aux outils théoriques et techniques qu'elle offre (concernant la mémoire, les fonctions exécutives) pour adapter une activité physique à certains publics ayant des besoins spécifiques. Une présentation de la notion de douleur à travers le prisme de la psychologie et de la neuropsychologie. Une présentation de la réponse psychophysiological au stress et des principes du biofeedback en tant qu'entraînement visant la promotion du bien-être, la régulation émotionnelle et l'amélioration de la performance sportive.

## Objectifs

---

- Être capable d'analyser un comportement problème en lien avec la santé.
- Être capable de connaître les freins et leviers de la pratique régulière d'une activité physique
- Être capable de différencier promotion et préventions
- Être capable de comprendre l'intérêt de ces concepts théoriques dans votre pratique professionnelle.
- Être capable de mobiliser les outils théoriques et méthodologiques de la neuropsychologie pour réfléchir à l'adaptation vis-à-vis d'un public spécifique.
- Être capable d'envisager la dimension multifactorielle de la douleur dans un contexte complexe. Apprendre des exemples de protocoles biofeedback et leur utilité en santé

## Évaluation

---

Étudiants inscrits en mode dérogatoire et standard :

- Session 1 : Contrôle terminal de 1h30 sur l'ensemble des contenus et sur la bibliographie.
- Session 2 : Contrôle terminal de 1h30 sur l'ensemble des contenus et sur la bibliographie.

## Compétences visées

---

Être capable de mettre en place une stratégie pour identifier les problèmes en lien avec les comportements de santé. Être capable de faire des liens entre théorie et pratique professionnelle.

## Bibliographie

---

bibliographie donnée en début de semestre.

## Ressources pédagogiques

---

- \* P. Cerretelli, Traité de Physiologie et du sport, traduction H. Monod, Masson, 2002.
- \* Poortmans et N. Boisseau, Biochimie des activités physiques, De Boeck, 2017.

- \* INSERM, Activité physique – Prévention et traitement des maladies chroniques (2019)
- \* Larue, Activités physiques et santé, Ellipses (2007)
- \* Depiesse, Prescription des activités physiques : en prévention et en thérapeutique, Masson (2009).
- \* D'autres ressources seront mises à disposition en cours de formation

## Contact(s)

### > Alexandre Coutte

Responsable pédagogique  
a.coutte@parisnanterre.fr