



Université  
Perpignan  
Via Domitia



BAC+2  
NIVEAU 5

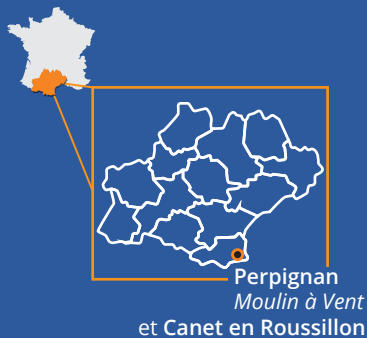
DEUST

## Pratique et gestion des activités physiques sportives et de loisirs pour publics séniors (APSL)

Formation accessible en :

Formation initiale  Formation en alternance  Formation continue

### LOCALISATION



Perpignan  
Moulin à Vent  
et Canet en Roussillon

### RECRUTEMENT

#### NIVEAU

Pour une entrée en DEUST 1 :  
Être titulaire du baccalauréat,  
du DAEU ou de tout diplôme  
équivalent.

#### MODALITÉS D'ADMISSION

L1 : Parcoursup  
<https://www.parcoursup.fr>

La formation a une capacité  
d'accueil limitée à 35

### OBJECTIFS

Le DEUST APSL seniors est un diplôme universitaire professionnalisant (bac +2) qui vise à former des éducateurs sportifs spécialisés dans les pratiques sportives et de loisirs destinés aux seniors. Le titulaire du DEUST APSL senior a pour mission d'encadrer en responsabilité au sein d'une organisation professionnelle structurée des séances collectives d'activité physique et/ou sportive pour tout public, et plus spécifiquement pour des publics seniors. Il utilisera toute activité sportive adaptée à la prévention du vieillissement, visant à entretenir et à améliorer la condition physique des publics seniors. En dehors de celles en milieu spécifique ou aquatique dont l'intervention est codifiée par le code du sport (randonnée moyenne montagne, ski, raquettes, natation, aquagym...).

### PRÉSENTATION DE LA FORMATION



L'augmentation du nombre de seniors en France et l'apparition de maladies chroniques invalidantes et coûteuses liées à l'âge amènent les recommandations de pratique d'activité physique à des fins de prévention santé. Ce DEUST intéresse donc la prévention du vieillissement pour les populations présentant un vieillissement biologique et non pathologique, assorti d'aucune maladie chronique et/ou handicap conduisant à l'altération d'une fonction physique, psychique ou sociale nécessitant une réadaptation. Ces dernières prérogatives d'encadrement étant réservées aux titulaires d'une licence STAPS Parcours Activités physiques Adaptées et Santé (APAS). Le DEUST APSL senior ne donne donc, en aucun cas, le titre d'enseignant APAS et ses prérogatives.

### COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation, le diplômé sera capable de :

- **Évaluer et caractériser** le potentiel et les limites d'un pratiquant senior pour les activités physiques et/ou sportives
- **Concevoir et encadrer** une activité physique ou sportive pour des seniors à des fins de santé en structure spécialisée ou pas
- **Garantir** l'intégrité physique et psychiques des pratiquants seniors
- **Conseiller** les pratiquants seniors à des fins de prévention de santé
- **Développer** des actions en lien avec le « sport santé ».



ANNÉE 1	
SEMESTRE 1	SEMESTRE 2
Droit du sport	Bioénergétique
Anatomie	Anatomie
Physiologie cardiorespiratoire	Activités de motricité et cognition
Santé et prévention senior	Physiologie du vieillissement
Analyse des pratiques	Activités de renforcement musculaire
Anglais	Physiologie musculaire
Méthodologie du travail universitaire	Sénior et sociétés
Outils numériques	Initiation à l'intervention pédagogique
Développement des qualités physiques	Projet tutoré et stage
ANNÉE 2	
SEMESTRE 3	SEMESTRE 4
Prévention des chutes	Suivi santé et outils connectés
État pré-pathologique du senior	Yoga senior
Activités de souplesse	Formation pilates
Activités de fitness	Outils comptables et marketing
Biomécanique et analyse du mouvement senior	Stage
Psycho pédagogie pour intervention senior	Activité de marche cardio respiratoire
Dispositifs publics/privés autour du senior	PSC1 obligatoire si non acquis
Projet professionnel	

## ORGANISATION DE LA FORMATION



**Durée :** 2 ans

**Volume horaire :** 1000 heures

**Stages/stages à l'étranger :** 310 heures

**Langue enseignée :** Anglais

**Volume des enseignements en langue étrangère :** 90 heures

**Nombre de crédits :** 120 ects

## ET APRÈS

Insertion professionnelle dans les collectivités territoriales, les associations publiques et/ou privées. Aucune prérogative dans le milieu médicalisé avec senior pathologique ou polyopathologique. Les meilleurs dossiers peuvent prétendre à une poursuite d'études en L3 APAS au sein de l'UPVD (sélection sur commission pédagogique).

## INFOS PRATIQUES

### CONTACT PÉDAGOGIQUE

Fabienne DURAND  
fdurand@univ-perp.fr

### CONTACT ADMINISTRATIF

Valérie COMMES  
UFR STAPS PERPIGNAN  
Tél : +33 (0)4 68 08 18 23  
secdeustmf@univ-perp.fr

### CONTACT SERVICE DE FORMATION CONTINUE ET ALTERNANCE (SFCA)

sfc@univ-perp.fr



Université  
Perpignan  
Via Domitia

Université de Perpignan  
Via Domitia

52 avenue Paul Alduy  
66 860 Perpignan Cedex 9  
33 (0)4 68 66 20 00

[www.univ-perp.fr](http://www.univ-perp.fr)