

## Définition, formation, législation et rôle du professionnel en activité physique adaptée

D'après la communication de C. Fabre<sup>1</sup>  
Article rédigé par É. Chavignay<sup>2</sup>

### Résumé

L'activité physique adaptée (APA) se développe depuis une trentaine d'année en France. Elle est devenue une composante de la réhabilitation respiratoire. La formation des professionnels en APA comporte une large gamme de connaissances et de compétences physiologiques, psychopathologiques et pédagogiques. Une pluridisciplinarité professionnelle doit être mise en place, afin de prendre en charge le patient dans sa globalité.

**Mots-clés :** Activité physique adaptée • Formation • Profession.

Rev Mal Respir Actual 2010 ; 2 : 628-630

<sup>1</sup>Université de Lille 2, EA-4488 Activité physique, muscle, santé, 9 rue de l'Université, 59700 Ronchin  
<sup>2</sup>Laboratoire EA 4206 Conduites Addictives, de Performance et Santé, Montpellier

**Correspondance :** Émilie Chavignay  
emilie.chavignay@etu.univ-montp1.fr

Conflit d'intérêts : C. F : aucun  
E. C : aucun

De Potter (2004) définit l'activité physique adaptée (APA) comme « tout mouvement, activité physique et sport, essentiellement basé sur les aptitudes et les motivations des personnes ayant des besoins spécifiques qui les empêchent de pratiquer dans des conditions ordinaires ». Les APA agissent au niveau fonctionnel en diminuant la déficience et les incapacités et au niveau social en réduisant les handicaps. Les formations apparaissent dans les années 1970 au Québec puis arrivent en France dans les années 1980 au sein des unités de formation et de recherche en sciences et techniques des activités physiques et sportives (UFR STAPS).

Les programmes en APA s'adaptent aux besoins et aux objectifs personnels des participants (personnes malades

chroniques, en situation de handicap ou âgées). Ils respectent des principes techniques, sécuritaires, réglementaires, pédagogiques et éthiques. En tant que discipline d'enseignement l'APA s'appuie sur une approche globale (bio-psycho-sociale). Son action va permettre de compenser un déficit ou de le réduire et élargir la participation sociale des participants.

---

## **L'enseignant d'APA : qualification et formation**

Pour pouvoir enseigner les APA, il est nécessaire d'obtenir au minimum une licence universitaire APA et Santé au sein d'une UFR STAPS. La fiche métier associée à la licence APA, dans le répertoire national des certifications professionnelles (RNCP) précise que « Le professionnel a pour vocation de participer à la conception, la conduite et l'évaluation de programmes de prévention, de réadaptation ou/et d'intégration par l'activité physique adaptée auprès de groupes de personnes relevant des catégories suivantes : troubles fonctionnels et métaboliques, troubles sensoriels et moteurs, troubles du comportement et de la personnalité, déficiences intellectuelles, inadaptation sociale, troubles liés au vieillissement, maladies chroniques ou létales... ». Les objectifs de la formation d'enseignant en APA sont d'acquérir de solides connaissances sur différentes pathologies par une formation scientifique pluridisciplinaire, sur les fondements théoriques et pratiques dans l'enseignement des APA, sur l'opérationnalisation de ces connaissances et compétences dans le cadre de stages d'observation puis d'intervention. La formation est orientée sur la connaissance des publics, l'évaluation et la sécurité. La dimension scientifique et la dimension technologique représente plus de 70 % du volume horaire total de la licence.

---

## **Rôles de l'enseignant en APA**

D'après la fiche du RNCP, le professionnel doit participer à la conception de programme en APA. Pour cela, il situe son action à l'intérieur d'un projet global de prévention, de réadaptation ou d'intégration. Il identifie les caractéristiques des populations prises en charge pour faire une proposition de programme intégré au projet. Il conçoit et organise des programmes en utilisant des outils et des méthodes d'évaluation. Il prend en compte les paramètres de la planification de la prise en charge, le cadre juridique et réglementaire des programmes et des structures concernées. Il intègre l'impact de la pratique physique dans une prise en charge de la personne, et réunit les ressources humaines et la logistique nécessaire à son action. Puis, il conduit et évalue les programmes. Pour cela, il doit maîtriser les aspects

pédagogiques et déontologiques, déterminer et adapter les modalités et les contenus de son intervention, maîtriser les outils méthodologiques d'évaluation et les techniques d'intervention. Enfin, il participe au pilotage du projet en présentant et discutant, à l'écrit et à l'oral, les bilans de son action.

Pour coordonner la mise en place des projets en APA d'une structure (établissement, réseau, association...), le professionnel doit obtenir un master en APA. Ce master complète les compétences acquises à l'issue de la licence APA et répond à des besoins scientifiques, technologiques et managériaux de l'organisme employeur. Ce métier de cadre en APA exige d'acquérir une qualification de haut niveau permettant d'accéder à des postes de responsabilité. Le professionnel maîtrise l'élaboration, le développement, la gestion et l'évaluation des programmes en APA. Il coordonne et forme le personnel. Son expérience professionnelle devient ici un atout.

---

## **Place du professionnel en APA dans la réhabilitation respiratoire**

Les professionnels en APA sont des acteurs de la réhabilitation respiratoire en institution, en libéral ou dans les réseaux. Ils occupent une place importante dans le regard global des patients malades respiratoires chroniques. La complémentarité entre un enseignant en APA et un kinésithérapeute va permettre une meilleure prise en charge du patient. L'APA va apporter des solutions originales pour réduire les situations de handicap et améliorer la participation sociale. Le kinésithérapeute va réduire les déficiences et incapacités respiratoires. Par exemple, le kinésithérapeute va apprendre au patient BPCO à expectorer pour diminuer l'encombrement et le professionnel en APA travaillera sur la diminution de la sensation de dyspnée. Lors d'un programme en APA, le patient prend connaissance de ses possibilités et de ses limites physiques pour des actes de la vie quotidienne. Les APA favorisent la réinsertion sociale en utilisant des situations de groupe, des sports collectifs, obligeant les échanges et la collaboration des participants. Le but est que le patient reprenne confiance en lui dans un environnement sécurisant, qu'il diminue son anxiété face à des situations physiques extérieures.

Le professionnel en APA intervient dans les établissements des secteurs sanitaires, médico-sociaux et sociaux au moyen d'une approche biopsychosociale de la personne, à l'aide de programmes individualisés participants à l'amélioration de l'état de santé et de la qualité de vie, en favorisant la participation sociale des personnes malades chroniques, handicapées et/ou vieillissantes et en contribuant à une éducation pour la santé, en recherchant l'adhésion à une activité

physique régulière. Aujourd'hui, l'enseignant en APA a pris sa juste place institutionnelle dans la réhabilitation respiratoire. Le Ministère de la Santé [1] et les sociétés savantes de pneumologie (SPLF) [2] reconnaissent la profession d'enseignant en APA. Deux textes juridiques encadrent ce professionnel :

- l'article L.212-1 du code du Sport ;
- le décret du 12 octobre 2006 publié par le ministère de la Santé, de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative [3].

Le premier texte prévoit que « nul ne peut enseigner, animer, entraîner ou encadrer contre rémunération une activité physique et sportive, à titre d'occupation principale ou secondaire, de façon régulière, saisonnière ou occasionnelle, s'il n'est titulaire d'un diplôme comportant une qualification définie par l'État et attestant de ses compétences en matière de protection des pratiquants et des tiers. », article L363-1 du code l'éducation et article L212-1 du code du Sport.

La convention collective nationale (CCN) des établissements privés d'hospitalisation, de soins, de cure et de garde à but non lucratif du 31 octobre 1951, mentionne le poste d'enseignant d'activités physiques et sportives (coeff. hiérarchique 281, article A 2.3.3.). Celle du

18 avril 2002 (CNN 3307) mentionne les fonctions de moniteur et d'éducateur sportif, employés hautement qualifiés, de niveau B.

---

## Conclusion

Même si l'appellation d'enseignant en APA n'est pas encore établie partout en France (« enseignant », « professeur », « éducateur sportif », « animateur »...), les APA sont désormais intégrées dans le système de santé et ont une place centrale dans la prise en charge du patient atteint de BPCO en particulier en termes de prévention.

---

## Références

- 1 Circulaire N °DHOS/O1/2008/305 du 3 octobre 2008 relative aux décrets n °2008-377 du 17 avril 2008 réglementant l'activité de soins de suite et de réadaptation.
- 2 Recommandations de la Société de Pneumologie de Langue Française pour la réhabilitation du patient atteint de BPCO. *Rev Mal Respir* 2005 ; 22 : 696-704.
- 3 Décret du 12 octobre 2006 publié par le ministère de la santé, de la jeunesse, des sports et de la vie associative, Journal Officiel JO : n °259 du 08/11/2006 texte n °21.