

## SENSIBILISER ET INITIER LES ÉTUDIANTS STAPS À LA NÉCESSITÉ D'INNOVER DANS L'EXERCICE DE LEUR FUTUR MÉTIER

---

Un **nouveau programme pédagogique** a été proposé, sur l'année 2019/2020, aux **étudiants de deuxième année du Master STAPS Activité Physique Adaptée et Santé (APA-S)** sous l'égide de l'**entreprise angevine LUDHEALTH**, un partenaire de formation de l'IFEPSA.

Dans un monde mouvant, dont les changements affectent tous les secteurs d'activité, nos étudiants - futurs professionnels - devront **faire preuve d'agilité et montrer une grande capacité à innover pour exercer leur métier différemment**.

Ils seront les entrepreneurs de leurs propres parcours professionnels et devront cultiver ainsi de nouveaux réflexes et de nouvelles postures, en dehors des schémas traditionnels.

Nous avons donc tout d'abord cherché à les confronter à la réalité du parcours d'innovation au travers de l'exemple d'une startup opérant dans les secteurs du sport en entreprise et de l'activité physique adaptée. Le fondateur de la société LudHealth, qui conçoit des solutions de mobilité indoor pour la stimulation des capacités physiques, cognitives et sensorielles, est ainsi venu apporter son témoignage sur la conduite d'un projet, de l'idée première à sa mise sur le marché.

Les étudiants ont ensuite été réunis en neuf groupes de travail pour conduire, en 4 sessions travaux dirigés d'1h30, et à partir des matériels et aménagements développés par cette entreprise, des projets d'accompagnement et de prise en charge suivant deux thématiques : (1) la réathlétisation du sportif jeune et adulte, (2) la réadaptation et l'accompagnement par l'activité physique adaptée de publics enfants, adultes et seniors.

Les projets menés par les étudiants ont été évalués selon 3 critères :

- la clarté de l'expression et la justification du besoin ciblé.
- la qualité innovante des outils pédagogiques mis en œuvre.
- la pertinence du dispositif d'animation prototypé.

Pour faciliter le travail collaboratif des étudiants lors des sessions de préparation et la présentation des projets en clôture du programme, des aménagements spécifiques ont été réalisés par LudHealth au sein de l'établissement. Accessibles aux étudiants, ils leur ont ainsi permis d'expérimenter leur démarche, et d'intégrer à leur approche conceptuelle l'utilisation d'outils et matériels innovants.

A l'issue de ces travaux, les étudiants ont exposé leurs concepts, couvrant la programmation de parcours et les prototypes des outils support spécifiquement conçus pour les valoriser.

**Trois innovations présentés dans les pages suivantes ont tout particulièrement retenu notre attention.**

## LES CHEMINS DE LA FORME INDOOR

Les étudiants ont ici privilégié une approche basée sur l'enrichissement de l'environnement de vie des personnes âgées en résidence. Ils ont imaginé cinq modules d'exercices, à installer sur les murs dans les espaces de vie et de circulation au sein des établissements, pour répondre à 5 objectifs de prévention identifiés : (1) travail d'équilibre debout, (2) jeu de mémorisation d'une suite de mouvement, (3) travail de gainage debout, (4) exercices de souplesse des membres supérieurs, (5) exercices d'endurance musculaire par l'enchaînement d'appuis des membres supérieurs, en position debout, à un rythme modéré à soutenu. Ces aménagements, accessibles à tous par leur présence visible et durable dans l'établissement, encouragent ainsi une pratique autonome, hors et en complément des heures de prise en charge ou d'accompagnement par l'éducateur APA ou le kinésithérapeute. Des outils pédagogiques ont également été pensés pour guider la pratique et la rendre sûre pour les résidents. Les étudiants ont ainsi prototypé des visuels décrivant les mouvements à réaliser, des suites de consignes simples et des tutoriels vidéos accessibles au moyen d'une tablette ou d'un smartphone.



*Légende : 3 mouvements intégrés aux chemins de la forme*

**Innovation portée par :**  
**Lucile Meritan, Pierre Ramondou et Simon Thibaudeau**

## LE CONTE INTERACTIF

**Associer l'exercice physique pour cheminer dans une histoire**, voilà l'idée originale développée par un second groupe d'étudiants pour accompagner d'une façon nouvelle la prise en charge des enfants. En collectif ou en individuel, cet outil pédagogique basé sur le conte, permet de contextualiser la mise en mouvement en lui associant une double dimension de jeu et d'évasion, au bénéfice d'une plus grande motivation pour l'entretien des capacités. Les aménagements LE QOOS développés par LudHealth ont ici été utilisés pour renforcer une mise en mouvement motivée par le jeu, permettant ainsi de maintenir de façon efficace, les capacités musculaires, l'équilibre, la coordination et l'endurance, d'enfants hospitalisés ou pris en charge pour une maladie chronique.

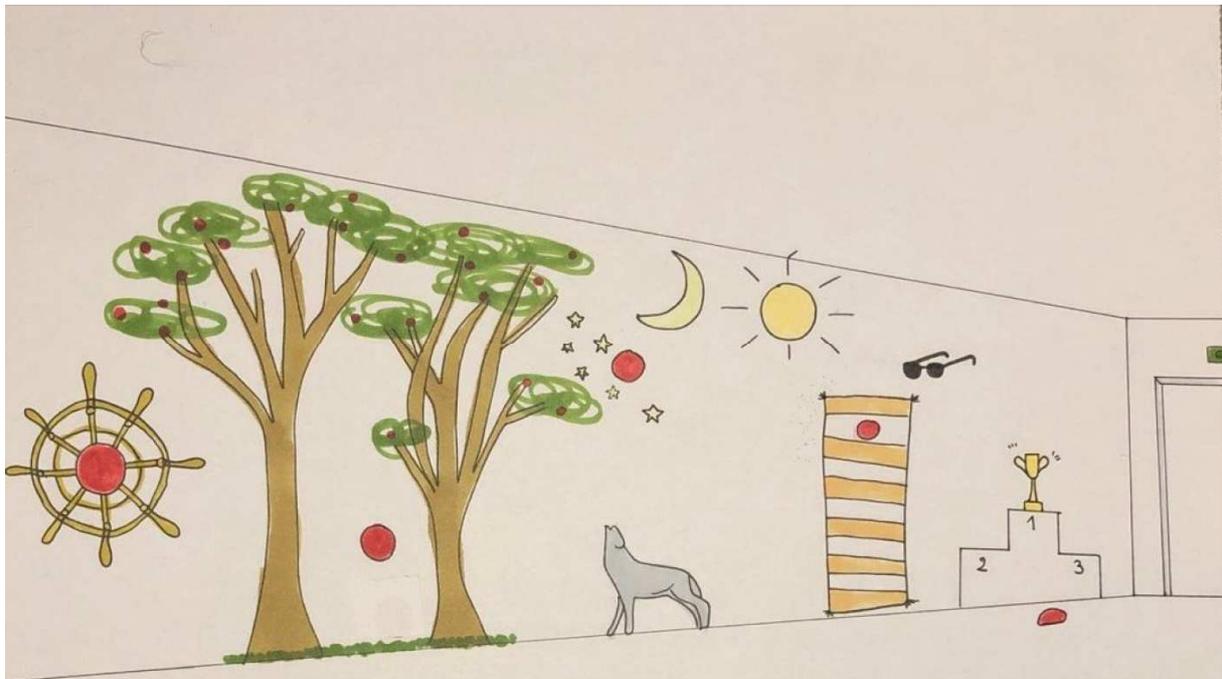


*Légende : Le prototype du conte associé à l'utilisation des dispositifs LE QOOS*

**Innovation portée par :**  
**Elisio Breger, Léa Bourasseau et Alan Berrou**

## LA SALLE DE JEU MULTIGÉNÉRATIONNELLE

**La création d'un jeu collaboratif et inclusif** a été le fil rouge de ce projet dédié à l'activité physique multigénérationnelle au sein d'une résidence d'accueil de personnes âgées dépendantes. Une fresque murale géante, représentant un jeu de l'oie dynamique, invite ainsi les résidents à jouer et interagir en multipliant les postures et les exercices, au moyen des équipements LE QOOS, en situation debout ou assise. L'accompagnement a été également pensé avec l'enseignant en activité physique adaptée, notamment à travers des temps de familiarisation des espaces et des exercices et des temps de pratique et d'apprentissage individuels et collectifs. Les hauteurs choisies pour les équipements LE QOOS, les décors et les outils associés, ont été déterminés en fonction du jeu, des exercices à réaliser et des capacités à stimuler chez les résidents : (1) la mobilité articulaire des membres supérieurs ; (2) la gestion de la posture verticale et les déplacements, (3) la mémoire, (4) la tonicité du tronc, (5) l'équilibre.



*Légende : Croquis de l'aménagement de la salle de jeu multigénérationnelle*

**Innovation portée par :**

**Margaux Bouin, Coralie Dallet, Benjamin Cochet, Elise Bolteau et Coraline Blot**