

UE Activités Physiques, Sportives et Artistiques (APSA) et Santé

 ECTS
3 crédits

 Composante
UFR STAPS
(sciences et
techniques
des activités
physiques et
sportives)

 Période de
l'année
Toute l'année

- > **Langue(s) d'enseignement:** Français
- > **Ouvert aux étudiants en échange:** Non

Présentation

Description

Cette unité d'enseignement vise à fournir des connaissances sur les bienfaits de l'activité physique, sportive, et/ou artistique, sur la santé, en explorant ses effets positifs à la fois sur le plan mental et physique. L'accent est mis sur l'application de ces connaissances dans le milieu professionnel, où l'APSA est utilisée comme un levier pour améliorer le bien-être des individus et les conditions de travail au sein des organisations.

Infos pratiques

Campus

- > Valence - Briffaut