

---

# DOSSIER DE PRESSE

**DE LA RECHERCHE AU  
STADE : TOUR D'HORIZON  
DU SPORT À L'UBO**

---

**Des travaux de recherche aux formations, des activités sportives proposées aux personnels et étudiants à l'accompagnement de ses sportifs de haut de niveau, l'Université de Bretagne Occidentale (UBO) se mobilise au quotidien autour du sport, dans toutes ses dimensions.**

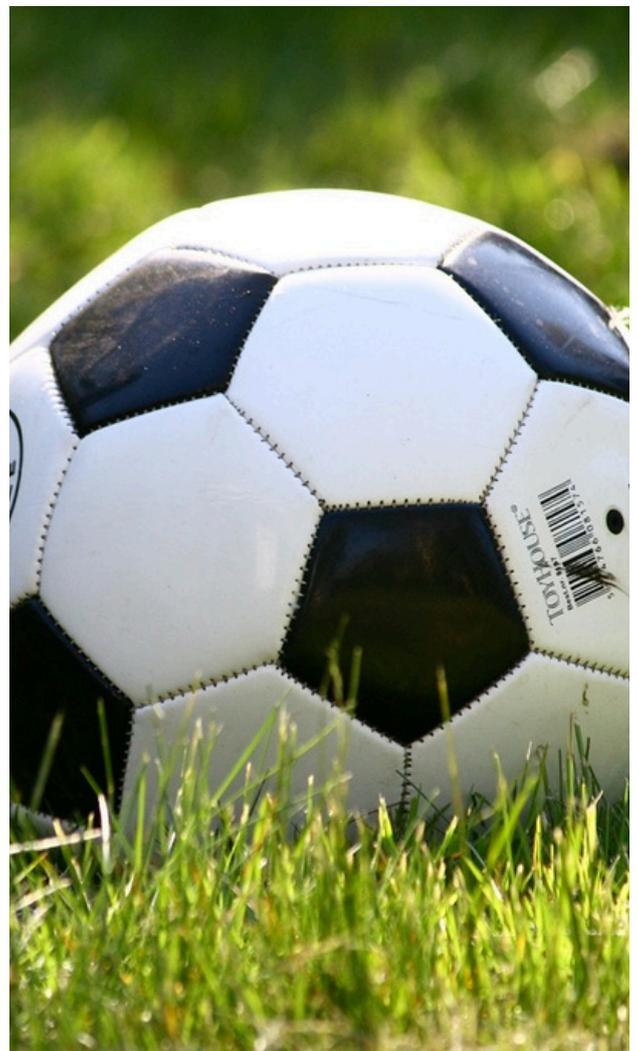


Avec les Jeux Olympiques et Paralympiques, l'année 2024 s'inscrit résolument sous le signe du sport. C'est la raison pour laquelle le Président de la République a décrété la promotion de l'activité physique et sportive comme Grande Cause Nationale 2024. Une cause que l'UBO ne cesse de porter et promouvoir, à travers ses projets de recherche, ses formations ainsi que les activités et services proposés aux étudiants et aux personnels de l'Université.

# Une recherche de pointe autour des sciences et techniques des activités physiques et sportives

La faculté des sciences du sport et de l'éducation de l'UBO est activement engagée dans des projets de recherche sur le sport et la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques. **Près de 40 projets de recherche y sont menés par 27 enseignants-chercheurs et 29 doctorants appartenant à 5 laboratoires de recherches associés** (CREAD, CRBC, LABERS, LEGO, ORPHY) selon différentes approches scientifiques : sciences des activités physiques et sportives (STAPS), science de l'éducation, psychologie, sociologie, histoire et physiologie.

Des thèses et travaux de recherche sont ainsi conduits à l'UBO sur de nombreux sujets dans le domaine du sport et de l'activité physique, que ce soit sur les enjeux de performance, l'engagement durable dans la pratique sportive ou encore les pratiques sportives sur le territoire.



**Quelques exemples de projets de recherche menés à l'UBO** : la mise en œuvre, l'évaluation et la diffusion d'un programme d'Activités Physiques Adaptées (APA) ; les effets des jeux de réalité virtuelle sur l'engagement physique, social, cognitif et affectif des enfants avec une déficience intellectuelle et l'amélioration de leurs locomotion et manipulation ; la compréhension et le développement de l'intelligence collective et émotionnelle dans le football ou encore de l'intérêt des filles pour l'éducation physique et sportive. La recherche est aussi au service des sports de nature dans les aires marines protégées, des sportifs via un diagnostic des pratiques et besoins en préparation mentale dans le sport de haut niveau breton et un accompagnement personnalisé.



L'UBO contribue également à des projets de recherche autour des JO 2024. C'est le cas notamment du projet « Train Your Brain », qui vise à optimiser l'entraînement mental pour atteindre l'or olympique. Le projet se base sur des approches psycho-physiologiques innovantes de la performance en escrime.

# ZOOM

sur les travaux de recherche d'Elise Allard-Latour,  
chercheuse UBO au CREAD



“ —

« Mes recherches m'ont conduite à identifier que les publics les plus éloignés de la pratique physique étaient les adolescentes scolarisées dans les lycées professionnels. Je suis donc allée investiguer et tester des solutions visant à augmenter la pratique physique de ce public. Pour ce faire, nous avons, avec une équipe de psychologues et d'enseignants en E.P.S, joué sur des leviers psychologiques, en utilisant la théorie de l'intérêt. Objectifs : accroître l'intérêt des adolescentes pour les cours d'E.P.S ainsi que leur implication physique. Nous avons donc mis en place des séquences de 10 séances d'E.P.S un peu spéciales, basées sur des jeux vidéo-actifs. Ces jeux nécessitent l'usage du corps entier et donc une activité physique réelle, pas juste des pouces sur une manette, pour faire avancer des avatars à l'écran, faire évoluer un personnage sur des parcours d'obstacle ou encore conduire des petites missions. Des capteurs étaient placés sur les élèves, afin d'analyser leurs mouvements globaux. Nous avons aussi formé les enseignants d'EPS à une méthode d'intervention auprès de leurs élèves, fondée sur des leviers motivationnels augmentant l'intérêt, déjà identifiés par la littérature scientifique. Nous avons constaté que ces leviers fonctionnaient pendant les séances. Et qu'au-delà des cours, les adolescentes ayant pratiqué ces séances avaient un intérêt plus élevé pour la pratique de l'activité physique en général et au quotidien. »

# ZOOM

sur les travaux de recherche de Lauranne Le Porchou, doctorante UBO en physiologie au laboratoire ORPHY EA4324, encadrée par Baptiste Chéhère (MCF) et Jacques Mansourati (PUPH)

“

« L'objectif de ces travaux de recherche est de mesurer les bénéfices de l'activité physique sur les patients insuffisants cardiaques, qui représentent en France environ 1 million de personnes. Ces patients ont pour principal symptôme la dyspnée et sont donc très essoufflés lorsqu'ils montent des escaliers ou font leur course par exemple. Le moindre effort les faisant beaucoup souffrir, ils ont tendance alors à se sédentariser, ce qui contribue à les déconditionner, puisque le cœur n'est plus habitué à travailler. Pour mesurer les bénéfices de l'activité physique sur ces patients, nous recrutons une cohorte de patients âgés de 18 à 80 ans et qui ont une prescription pour suivre un programme de réadaptation cardiologique de 3 semaines au centre de Ty Yann de la Fondation Ildys, à Brest. Dans le cadre de ces programmes, les patients sont encouragés à retrouver une activité physique régulière, qui permet de diminuer les essoufflements, les risques d'hospitalisation, la mortalité et améliore la qualité de vie. Pour maintenir ces bénéfices sur le long terme, un accompagnement personnalisé d'un an a de plus été mis en place pour les patients randomisés dans le groupe expérimental, mené par des enseignants en APA (activité physique adaptée). Depuis le mois de janvier, nous collectons ainsi les données de la fonction vasculaire de ces patients volontaires, afin d'en mesurer les améliorations à court et à long terme. En plus de ces mesures, nous faisons des tests de terrain d'activité physique et faisons remplir des questionnaires sur l'essoufflement, l'anxiété, la dépression et la motivation. Notre objectif est d'inclure 90 patients sur 18 mois. »

*Le projet Bouge Ton Coeur est une collaboration entre le CHU de Brest, la Fondation ILDYS et l'UBO et a bénéficié d'un financement par le Fond de dotation INNOVEO.*

## Des formations d'excellence dans le domaine du sport

La faculté des sciences du sport et de l'éducation de l'UBO propose un large éventail de formations autour du sport, permettant d'acquérir des connaissances et compétences dans le domaine du management, de la santé, de l'éducation, de la formation, de l'enseignement et de l'entraînement sportif. Ces formations sont adossées à la recherche de pointe conduite à l'UBO, garantissant ainsi la qualité et l'exigence des enseignements. Les perspectives professionnelles sont par ailleurs nombreuses, les formations débouchant sur une grande variété de métiers : éducateurs et coachs sportifs, préparateurs physique ou mental, directeurs de structure, gestionnaires de projet sportif, Instructeurs en locomotion, enseignants d'EPS, enseignants en APA (activité physique adaptée), formateurs ou encore consultants en formation. Près de 1530 étudiants suivent des formations à la faculté des sciences du sport et de l'éducation de l'UBO.



## Les masters de l'UBO dans le domaine du sport : à la pointe de l'expertise

Avec un programme d'enseignement complet, qualitatif et adapté aux besoins des entreprises, institutions et organismes, un taux d'insertion professionnelle de 95 % à 18 mois, les masters en sciences du sport ont décidément tout pour plaire !

- *Le master EOPS* forme les étudiants à l'intervention, à une expertise scientifique, technique et organisationnelle dans le domaine de la performance et de l'entraînement sportif. La formation brestoise propose une approche systémique pour l'analyse et le développement des différents facteurs de la performance sportive, avec un renforcement des connaissances et compétences en psychologie du sport.
- *Le master APAS* forme à une expertise scientifique, technique et organisationnelle autour des activités physiques adaptées et de la santé. A l'université de Brest, le parcours Prévention Santé met l'accent sur la conception, la coordination et l'évaluation de prises en charges centrées autour de l'Education Thérapeutique du Patient et de projets de promotion de la santé.
- *Le master management du sport parcours « sports, nautisme et territoires »* forme à une expertise scientifique, technique et organisationnelle dans le domaine du management et du développement de projets à caractère sportif insérés dans des logiques territoriales.

> En savoir + : <https://www.univ-brest.fr/faculte-sports-education>



## Encourager la pratique d'activités sportives auprès des étudiants et des personnels

Parce qu'elle représente un facteur d'épanouissement, de santé, de bien-être et de cohésion sociale, la pratique d'activités physiques et sportives est activement encouragée par l'UBO auprès des personnels et des étudiants de l'Université. Le Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives (SUAPS) de l'UBO propose ainsi une cinquantaine d'activités accessibles à toutes et à tous. Avec notamment des activités sportives adaptés et du handisport, des activités de pleine nature (surf, kayak, voile...) et des activités répondant aux besoins et horaires des étudiants.

### Accompagner les sportifs de haut niveau

Le SUAPS offre aux étudiants de haut niveau de l'UBO un accompagnement personnalisé dans leur double projet académique et sportif visant à accéder à la réussite sur tous les fronts. La Fondation UBO a de plus mis en place un programme de bourse « Meilleur Espoir UBO PARIS 2024 » destiné à accompagner les étudiants sportifs de haut niveau se projetant sur les Jeux Olympiques et Paralympiques 2024 à Paris. Cinq bourses de 2500€ au titre de la troisième édition et de six bourses de 2500€ au titre des renouvellements ont été attribués fin novembre 2023 à 11 heureux lauréats.

Le SUAPS organise, soutient et accompagne de plus de nombreuses animations et compétitions sportives locales, académiques, nationales et internationales. L'AS UBO, qui fait partie du SUAPS, pilote notamment l'Uni Race Wingfoil, coupe de France universitaire de Wingfoil, dont la deuxième édition se tiendra à Brest les 28 et 29 mars prochains.



L'AS UBO participe aussi à l'organisation de **la finale du championnat de football universitaire qui aura lieu en juin**. A Quimper, les étudiants de l'IUT participeront à la Coupe de France des IUT, organisée à Saint-Denis le 28 mars. Depuis plus de 20 ans, le SUAPS propose aussi régulièrement aux étudiants **«la nuit du sport»**, qui porte toutes les semaines sur différentes disciplines sportives.

L'UBO accompagne enfin sa communauté, personnels et étudiants, dans leur participation à de grands événements sportifs, comme le **Marathon de Paris 2024**. Un appel à manifestation a ainsi été mis en place pour recenser les personnes et étudiants participant au marathon. Des tee-shirts leur ont été offerts et des entraînements spécifiques leur ont été proposés par le SUAPS. En 2023, l'UBO était partenaire du **Brest Urban Trail 2023**, une course qui permet la découverte de la ville sous un autre angle et de traverser des lieux emblématiques habituellement fermés au public. L'Université a ouvert ses portes pour l'occasion.



## Des étudiants à la manœuvre

Les étudiants de l'UBO sont par ailleurs activement mobilisés dans l'organisation d'événements sportifs à but caritatif. C'est le cas de Solidarideizh, événement permettant de collecter des fonds, des denrées alimentaires et hygiéniques pour les bénéficiaires du Secours Populaire, organisé par des étudiantes en première année de Gestion administrative et commerciale des organisations de l'IUT de Morlaix.

Les étudiants de L3 en Management du Sport de la faculté des sciences du sport et de l'éducation de l'UBO sont quant à eux mobilisés autour de l'organisation de La Solidaire de Brest, course caritative, solidaire et inclusive qui se déroulera le 7 avril prochain. Les fonds récoltés pendant l'événement seront entièrement reversés à deux associations : Les Joelettes du Bout du Monde et SurfRider Foundation. Cette 7<sup>ème</sup> édition de La Solidaire de Brest, parrainée par Emeline Pierre, nageuse paralympique double médaillée de bronze lors des championnats du monde (2017-2023) et William Even, sportif de haut niveau dans le domaine du swimrun, comprend une marche de 5 km ouvert à tous, une course de 5 km, à partir de 15 ans, une course de 10 km, à partir de 16 ans et un semi-marathon, à partir de 18 ans. Une course d'orientation, « SoliAvantur », est également proposée l'après-midi aux familles.

> En savoir + et s'inscrire : <https://lasolidairedebrest.wixsite.com/2022>



## **La Grande Dictée du Sport**

Le 9 mars prochain, de 10h à 13h, dans l'amphi 500, l'UBO accueille « La Grande Dictée du Sport », un championnat unique en son genre organisé dans le cadre de la Grande Cause Nationale, dédié à la promotion de l'activité physique et sportive. L'occasion de célébrer la fusion de la langue et du mouvement dans une expérience enrichissante pour tous. La Grande Dictée du Sport est en tournée dans 24 universités jusqu'au 27 avril, jour de la grande finale du championnat, à Paris.

> *Inscriptions : <https://www.eventbrite.fr/e/billets-grande-dictee-du-sport-a-brest-797127839827>*



# CONTACTS PRESSE

## **Emilie Paul**

Attachée de presse UBO  
emilie.paul@univ-brest.fr  
06 65 60 86 91

## **Enora Leproust**

Chargée de communication et de  
médiation scientifique  
enora.leproust@univ-brest.fr  
07 63 74 53 67

---