

AFAPA

université
PARIS-SACLAY

GRADUATE SCHOOL
Sport
Mouvement
Facteurs Humains

ASSOCIATION FRANCOPHONE EN ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTÉE

Ateliers de l'AFAPA 2025

Université Paris-Saclay

mercredi 4 juin 2025

Thématique :

**Les modalités pour intégrer ou valider une formation
de Licence ou de Master STAPS mention APA-S**

Programme de la journée

09h30 – 10h00 : Accueil

10h00 – 10h30 : Introduction

* **Thomas Deroche**, Directeur de la GS Sport Mouvement Facteurs Humains (UP-Saclay)

* **Patrice Flore**, Président de l'AFAPA (U-Grenoble)

10h30 – 12h30 : **ATELIER 1** : Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

12h30 – 13h30 : Repas

13h30 – 15h30 : **ATELIER 2** : Modalités et conditions d'accès en Master APA-S

15h30 – 16h00 : **ATELIER 3** : Socle commun de formation en Licence APA-S

16h00 – 16h30 : Conclusion de la journée

Participants à la journée

ASSELIN Marine (Uni. Lorraine) - MA
BIONDI Olivier (Uni.Evry) - OB
BOREL Benoit (Uni. Limoges) - BB
DANTHONY Sarah (Uni. Avignon) - SD
DEBEVE Justin (ANESTAPS) - JD
DEROCHE Thomas (UP-Saclay) - TD
DUGUE Benoît (Uni. Poitiers) - BD
DUPUY Olivier (Uni. Poitiers) - OD
FABRE Claudine (Uni Lille) - CF
FLORE Patrice (Uni. Grenoble) – PF

GERNIGON Marie (UP- Saclay) - MG
LACROIX Justine (Uni. Limoges) - JL
LE CUILIER Maxime (UP- Saclay) - ML
LECONTE Pascale (Uni. Caen) - PL
MAILLOT Pauline (UP-Cité) - PM
MENDELSON Monique (Uni. Grenoble) - MM2
MIGUET Maud (Uni. Orléans) - MM
PERROT Alexandra (UP- Saclay) - AP
PRIEUR Fabrice (Uni. Orléans) - FP
REBOT Nancy (Uni. Orléans) - NR

AFAPA kezako ?

- Une équipe d'EC investi.es et décidé.es à poursuivre et enrichir l'œuvre de ses prédécesseurs : défense de l'APA, finalement au service des étudiants et de ce domaine des STAPS.



Président : **Pr Patrice Flore**
(Grenoble)



Secrétariat et communication :
Dr Marie Gernigon (UP- Saclay, Orléans),



VP Recherche :
Pr Claudine Fabre (Lille)



Trésorier et partenariats :
Dr Benoit Borel (Limoges)



VP Formation :
Dr Nancy Rebot (Orléans, UP-Saclay)



Trésorière adjointe et JEFAPA :
Dr Pascale Leconte (Caen)



VP RI et institutionnelles :
Dr Olivier Dupuy (Poitiers),



Secrétaire adjointe et relation étudiantes :
Laëtitia Deniaux (UP- Saclay). **Poste à pourvoir**

AFAPA kezaiko ?

- Site afapa.eu et compte LinkedIn AFAPA

AFAPA
ASSOCIATION FRANCOPHONE EN ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Qui sommes-nous ? Ressources On parle de nous ! JEFAPA Juridique Connexion
CNAPAS Offres d'emploi

Association Francophone
en Activité Physique
Adaptée

LE MOT DU PRÉSIDENT

L'Association Francophone en Activité Physique Adaptée (AFAPA) est née en 1997 de l'initiative de formateurs en APA travaillant au sein des UFR STAPS français et leurs équivalents en Europe et au Québec.

L'Association Francophone en Activité Physique Adaptée (AFAPA) est née en 1997 de l'initiative de formateurs en APA travaillant au sein des UFR STAPS français et leurs équivalents en Europe et au Québec.

En effet, l'AFAPA a décidé en 2014 d'élargir son spectre d'action à des missions d'expertises nationales et de défense du domaine APA. Elle a été ainsi impliquée dans de multiples chantiers nationaux dont ceux liés au décret sur la prescription de l'activité physique pour les personnes atteintes d'affections de longue durée.



AFAPA kezako ?

- L'AFAPA contribue activement aux travaux du CNAPAS



Communiqué du Consortium National Activité Physique Adaptée - Santé

L'enseignant en APA – EAPA

Résultats de l'enquête en ligne

- **OBJECTIFS de l'ENQUÊTE :**

- **Mieux comprendre les pratiques actuelles concernant :**

- (1) les modalités d'accès et de validation des formations Licence et Master STAPS APA-S

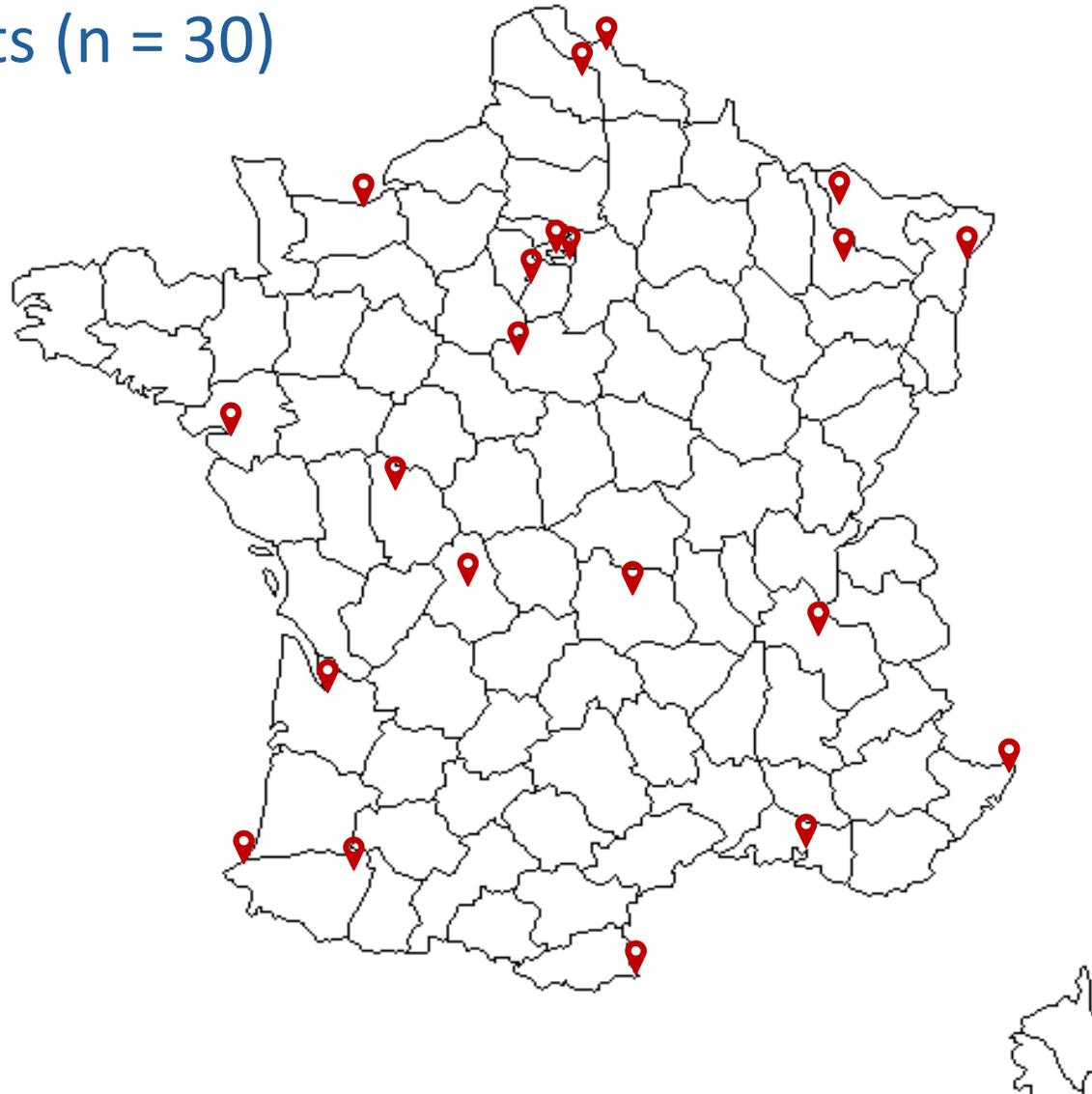
- (2) La mise en œuvre du socle commun en Licence APA-S

- **Identifier les leviers d'harmonisation**

- **Valoriser les dynamiques locales au sein des universités**

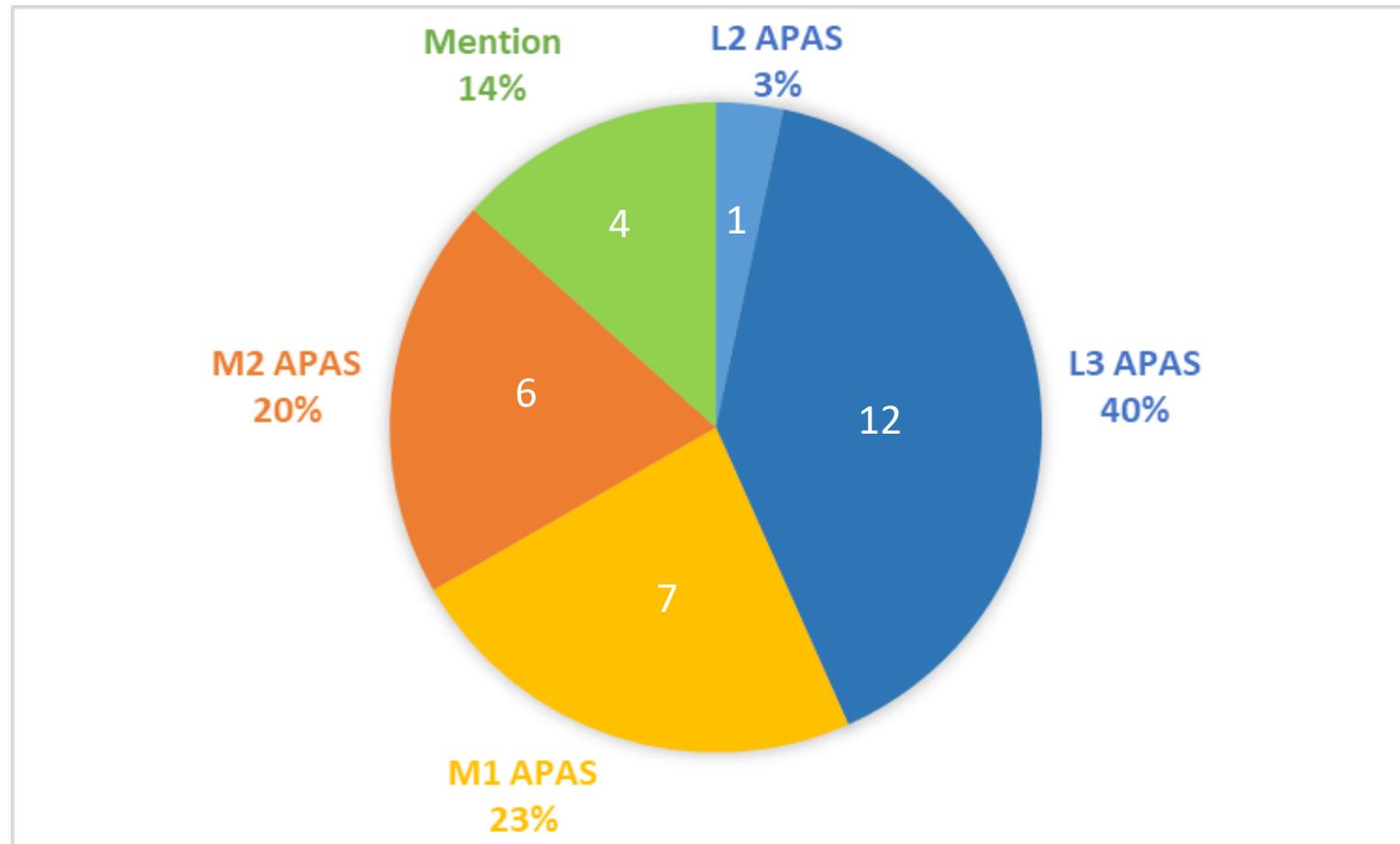
Résultats de l'enquête en ligne

- Les répondants (n = 30)



Résultats de l'enquête en ligne

- Les répondants (n = 30)



NB : 2 collègues assument la RP de la L3 APA-S et du M1 APA-S

ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès à la Licence APA-S

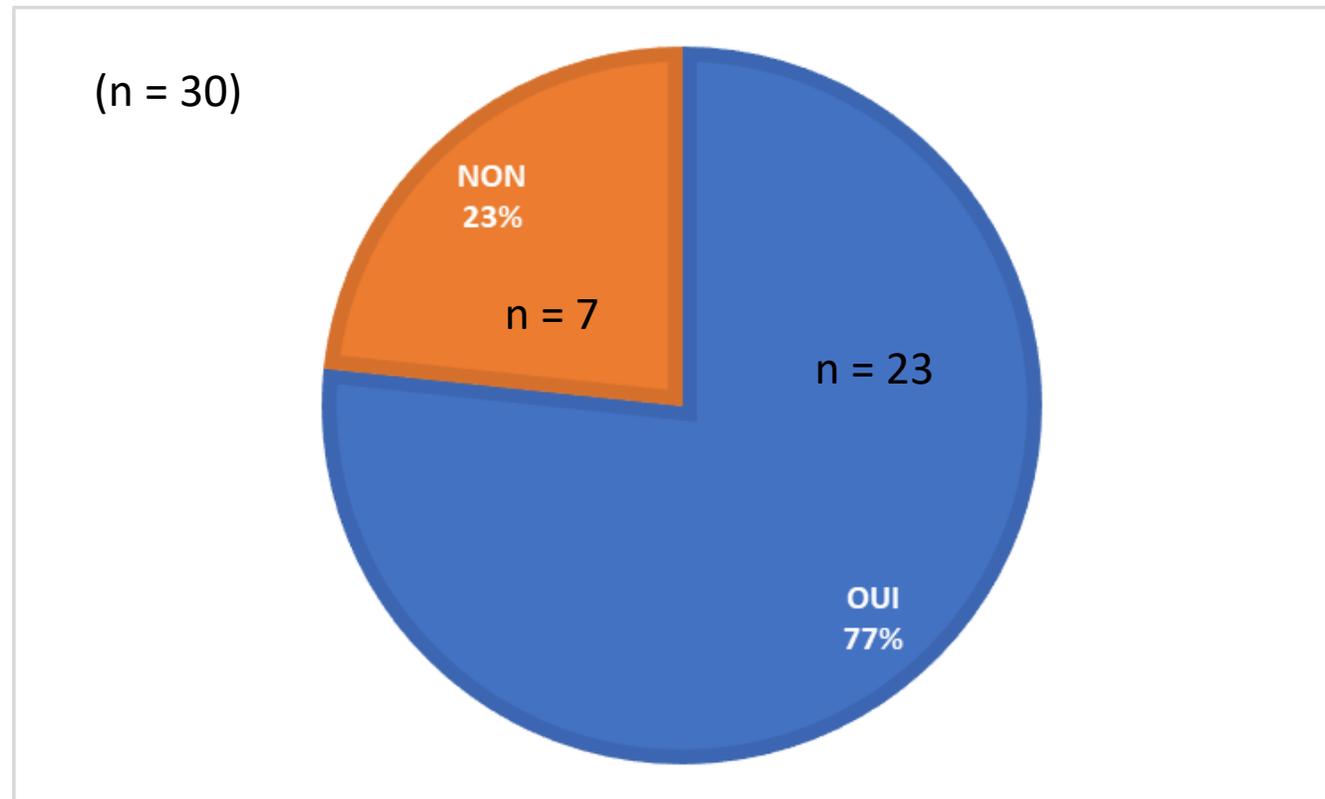
AFAPA

ASSOCIATION FRANCOPHONE ENACTIVITE PHYSIQUE ADAPTÉE

ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

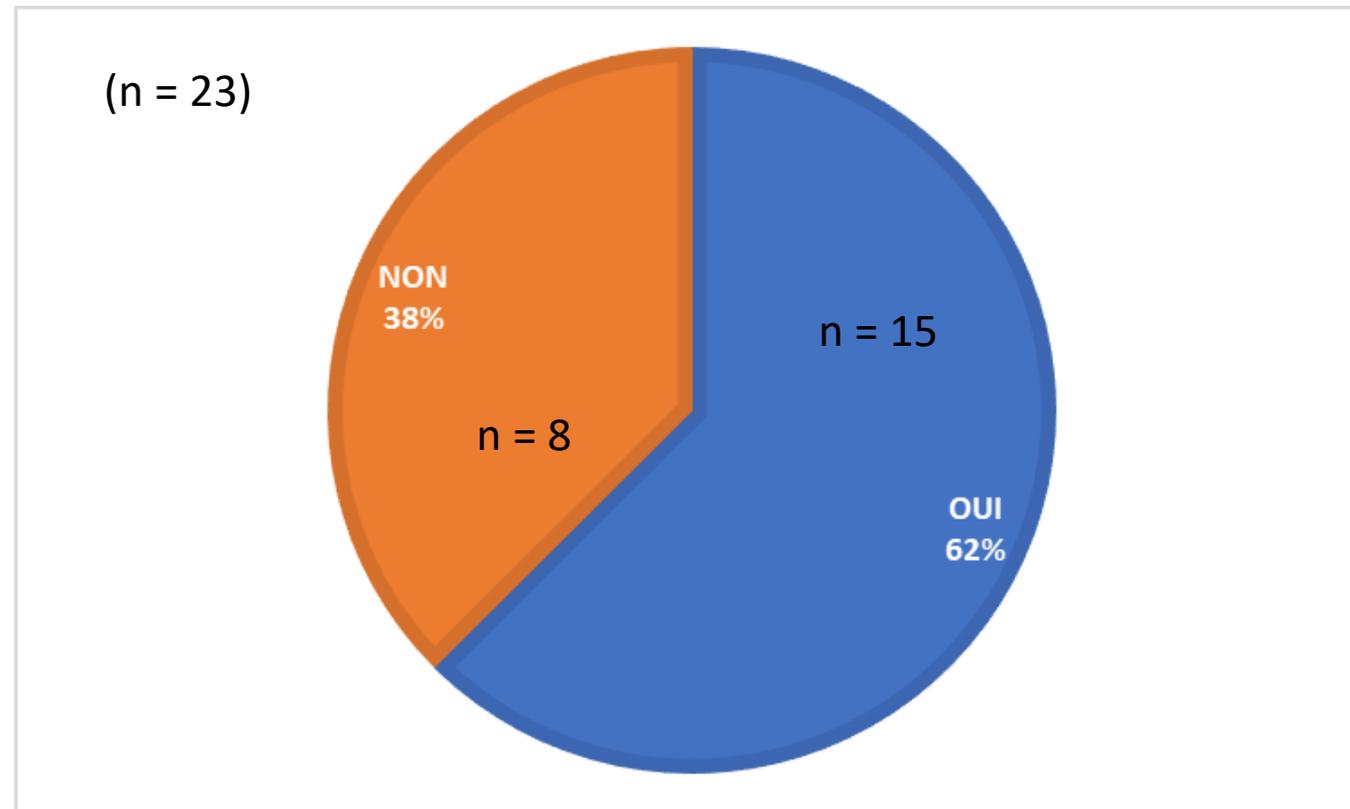
- Etes-vous impliqué dans le processus de formation continue de la mention APA-S de votre établissement ?



ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

- Y'a-t-il des prérequis nécessaires à une entrée directe en **L2** mention APA-S sans diplôme STAPS ?



ATELIER 1

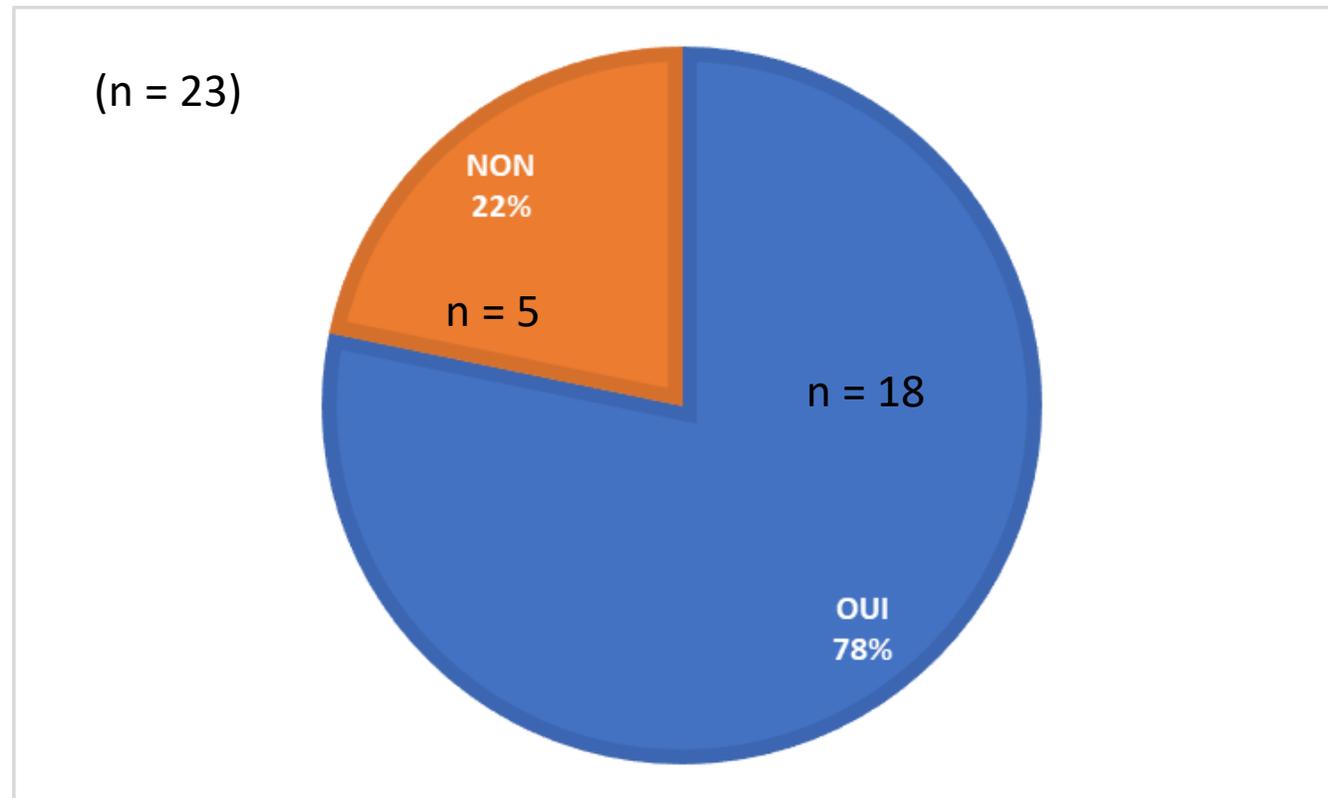
Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

- Y'a-t-il des prérequis nécessaires à une entrée directe en **L2** mention APA-S sans diplôme STAPS ?
 - ✓ BAC ou équivalent avec expérience en APA-S, ou dans les métiers du sport, pouvant compenser une L1 STAPS = **9**
 - ✓ Avoir validé une L1 = **2**
 - ✓ Examen de l'excellence académique, de l'adéquation du projet professionnel (lettre de motivation / expériences professionnelles), adéquation de la formation initiale (priorité STAPS) = **1**
 - ✓ Si venant de PASS et au cas par cas selon cursus en lien avec le domaine du sport et leurs motivations = **1**

ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

- Y'a-t-il des prérequis nécessaires à une entrée directe en **L3** mention APA-S sans diplôme STAPS ?



ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

- Y'a-t-il des prérequis nécessaires à une entrée directe en **L3** mention APA-S sans diplôme STAPS ?
 - ✓ Formation antérieure et/ou expérience en APA-S ou dans le domaine sportif et/ou de la santé, pouvant compenser une L2 APA-S = **14**
 - ✓ Avoir validé une L2 ou équivalent DEUG = **2**
 - ✓ Avoir validé une Licence STAPS ES (EM, MDS) = **1**
 - ✓ Avoir validé un Master EOPS ou MEEF = **1**
 - ✓ Examen de l'excellence académique, de l'adéquation du projet professionnel (lettre de motivation / expériences professionnelles), adéquation de la formation initiale (priorité STAPS) = **1**

ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

Quelques préconisations (1/6)

➡ **Demande d'entrée en L3 APA-S avec une L2 STAPS non APA-S** : nécessité de faire un stage en APA de découverte à minima 70 heures (15 jours) pour montrer sa motivation pour cette filière et découvrir que cette filière convient au nouveau projet professionnel envisagé : les étudiants ont jusqu'au 31 août de l'année d'inscription pour faire des stages.

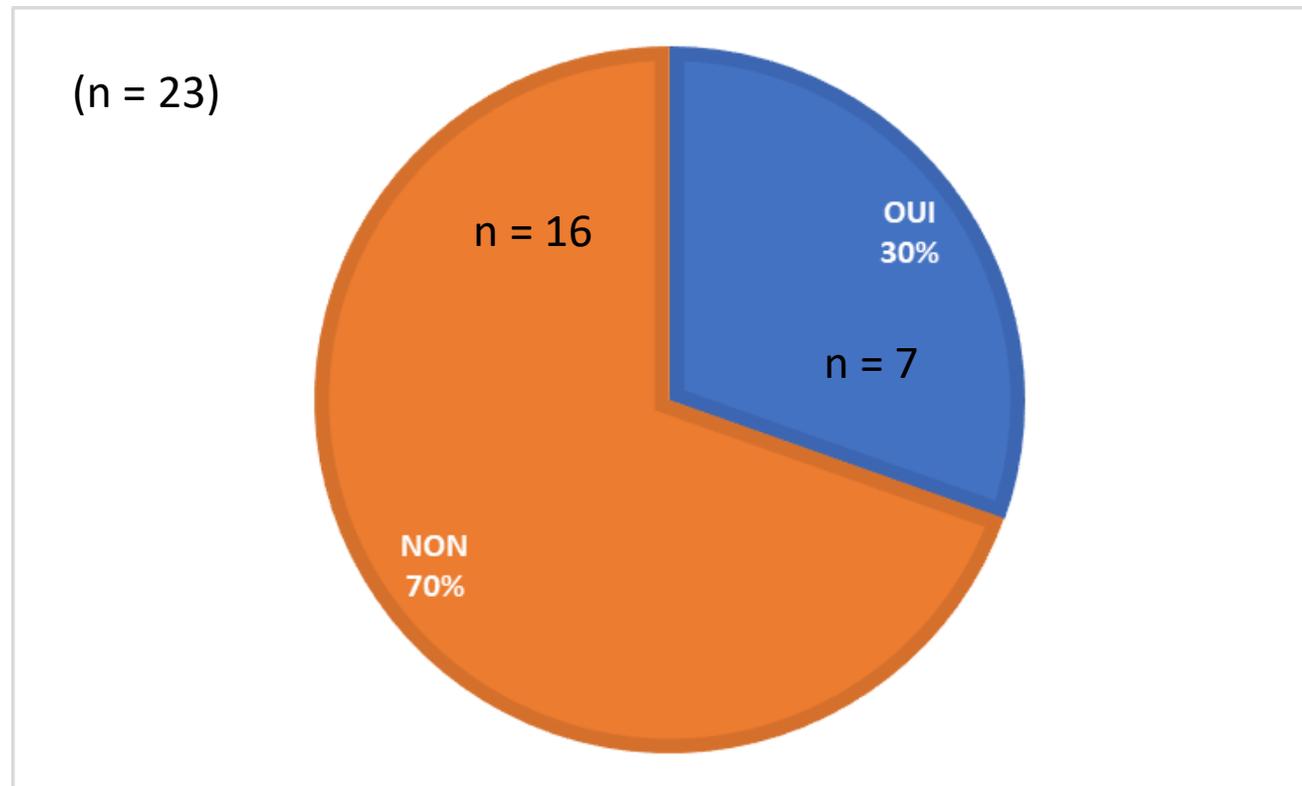
➡ **Demande d'entrée en L3 APA-S sans diplôme STAPS** : nécessité de faire un stage en APA ou démontrer une expérience attestée dans l'encadrement de l'APA ou détenir un diplôme fédéral dans le sport et le handicap.

Ces exigences sont aussi valables pour le parcours recherche (mais très souvent demandé qu'au niveau master) car la fiche RNCP licence précise bien que le futur diplômé doit encadrer en toute sécurité son groupe, rien n'empêche l'étudiant dans son rapport de stage, de l'orienter recherche si c'est le parcours visé.

ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

- Dans le cas d'une demande de transfert de dossier (depuis une autre mention de Licence, d'une université à une autre), en l'absence d'une mention APA-S en L2, acceptez-vous une inscription directe en L3 APA-S ?



ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

- Préciser votre réponse si l'acceptation directe en L3 APA-S est possible.
 - ✓ Examen du niveau académique = **4**
 - ✓ Motivation et qualité du projet = **2**
 - ✓ Stage(s) réalisé(s) dans le domaine APA-S = **2**
 - ✓ Si L2 STAPS validée ailleurs = **1**
 - ✓ Selon la formation précédente = **1**

ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

- Si l'inscription directe en L3 APA-S n'est pas possible, quelles sont les dispositions proposées à l'étudiant candidat au transfert de dossier ?
 - ✓ Ré-inscription en L2 mention APA-S = **12**
 - ✓ Validation de modules spécifiques de votre maquette de L2 = **1**
 - ✓ Autre (à préciser) = 3
 - étude du dossier en commission = 2
 - Inscription en L3 en 2 ans pour rattraper les enseignements de la bulle = 1

ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

Quelques préconisations (2/6)

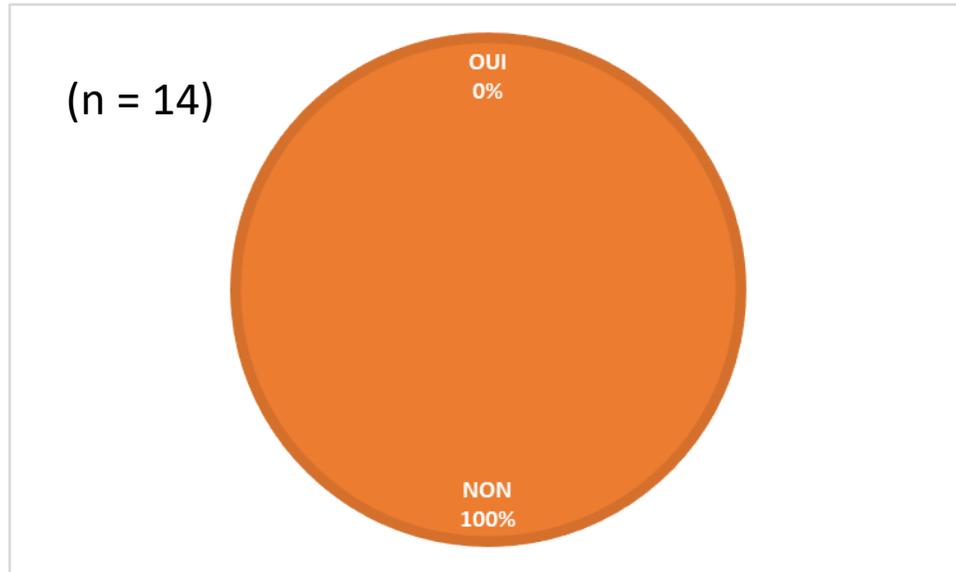
➡ **Transfert de STAPS vers STAPS APA-S** : possible, si :

- démonstration par l'étudiant qu'il est engagé dans le milieu associatif Sport-Handicap ou Sport-Santé alors qu'il a un parcours EM ou ES
- ou stage à effectuer avant inscription en STAPS APA-S
- ou donner les équivalences des UE génériques et imposer de passer les UE spé : dans ce cas c'est un contrat pédagogique qui est à mettre en place.

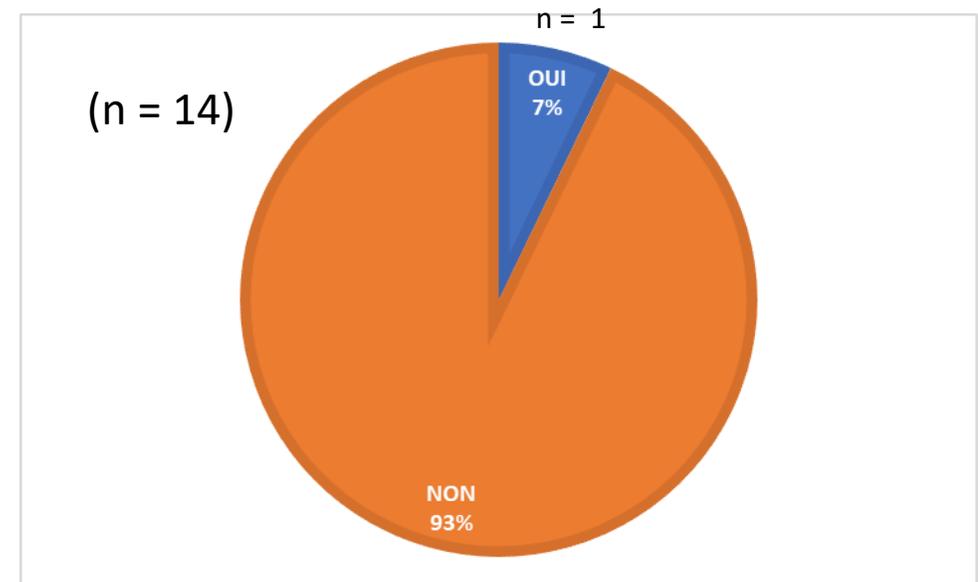
ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

- Sans aucune formation STAPS, donnez vous une équivalence totale de la Licence APA-S dans le cas d'une **VAE/VAP Licence APA-S** ?



- Sans aucune formation STAPS, donnez vous une équivalence totale de la Licence APA-S dans le cas d'une **VAE/VAP Master APA-S** ?



ATELIER 1

Modalités et conditions d'accès en Licence APA-S

Quelques préconisations (3/6)

➔ **Le diplôme délivré de Licence APA-S est universitaire donc pas de validation totale par VAE**, mais demander un travail théorique en lien avec la pratique du professionnel sur une problématique de son choix qui sera à illustrer obligatoirement par de la recherche scientifique pour « universitariser » la formation du professionnel et enrichir son esprit critique.

Le dossier devrait prendre en compte les compétences suivantes :

- évaluation diagnostique,
- savoir planifier / programmer et piloter un cycle d'APA,
- analyse critique scientifique de ses résultats par rapport à la problématique.

➔ **Pour les candidats les plus éloignés ou jeunes sur le marché**, demander en plus du dossier précédemment détaillé, la validation de certaines UE spécifiques de la maquette L3 APA-S.

ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès au Master APA-S

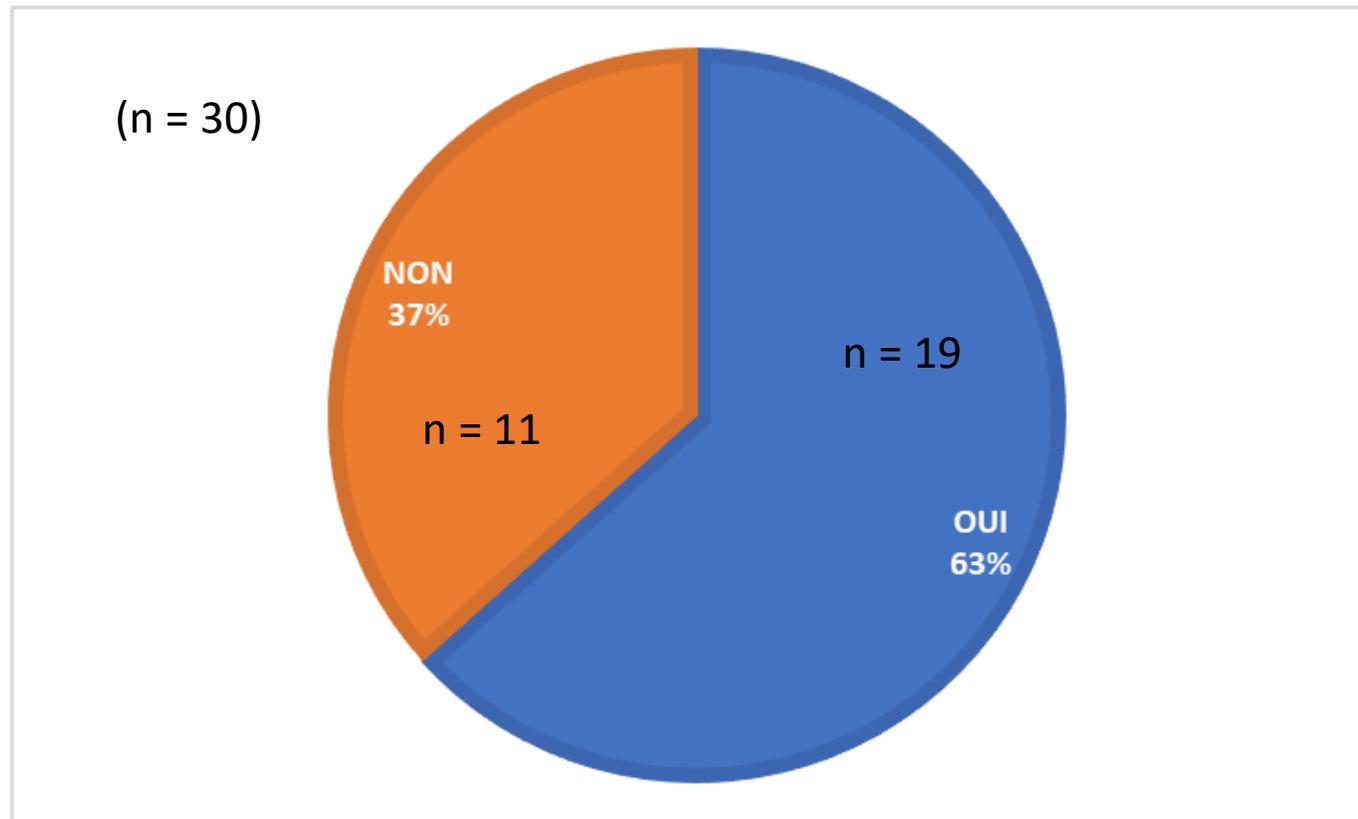
AFAPA

ASSOCIATION FRANCOPHONE ENACTIVITE PHYSIQUE ADAPTÉE

ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

- Etes-vous impliqué dans le processus d'entrée en Master APA-S de votre établissement ?



ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

- Quels sont vos critères de sélection postés sur la plateforme MonMaster ?

Sur 19 collègues impliqués dans sélection M1 APA-S :

- ✓ **Le niveau académique / les notes ressortent pour la majorité des réponses**
- ✓ Titulaire d'une L3 APA-S = **10**
- ✓ Lettre de motivation = **9**
- ✓ Projet professionnel en adéquation = **9**
- ✓ Expériences en APA= **6**
- ✓ CV = **3**

ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

Quelques préconisations (4/6)

➔ **De façon générale ce qui compte pour accéder au Master APA-S :**

- Niveau académique / notes,
- Titulaire d'une L3 APA-S,
- Projet professionnel.

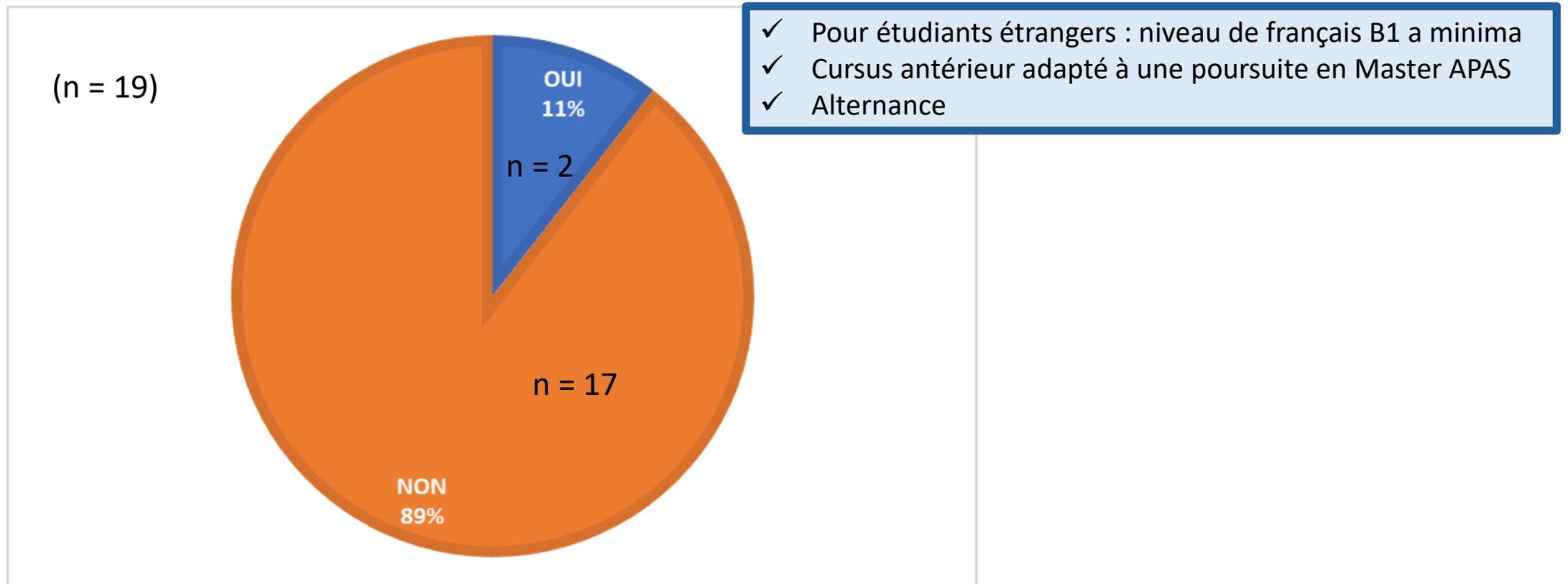
A noter qu'en général, le Master est surtout envisagé par les étudiants comme un complément de la Licence APA-S en termes d'expérience et de compétences. Ils ont du mal à se projeter en tant que « cadre » malgré un accompagnement dans leur cursus.

➔ **Pour les titulaires d'une Licence professionnelle :** pas d'accès direct en Master APA-S car niveau académique insuffisant, les diplômé.es peuvent revenir en VAE/VAP plusieurs années après ou passage obligé en L2 ou L3 APA-S.

ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

- Pour les autres plateformes (e-candidat, Etudes en France), proposez-vous d'autres critères de sélection ?



ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

- Quels sont vos critères pour classer les candidats au M1 APA-S ?

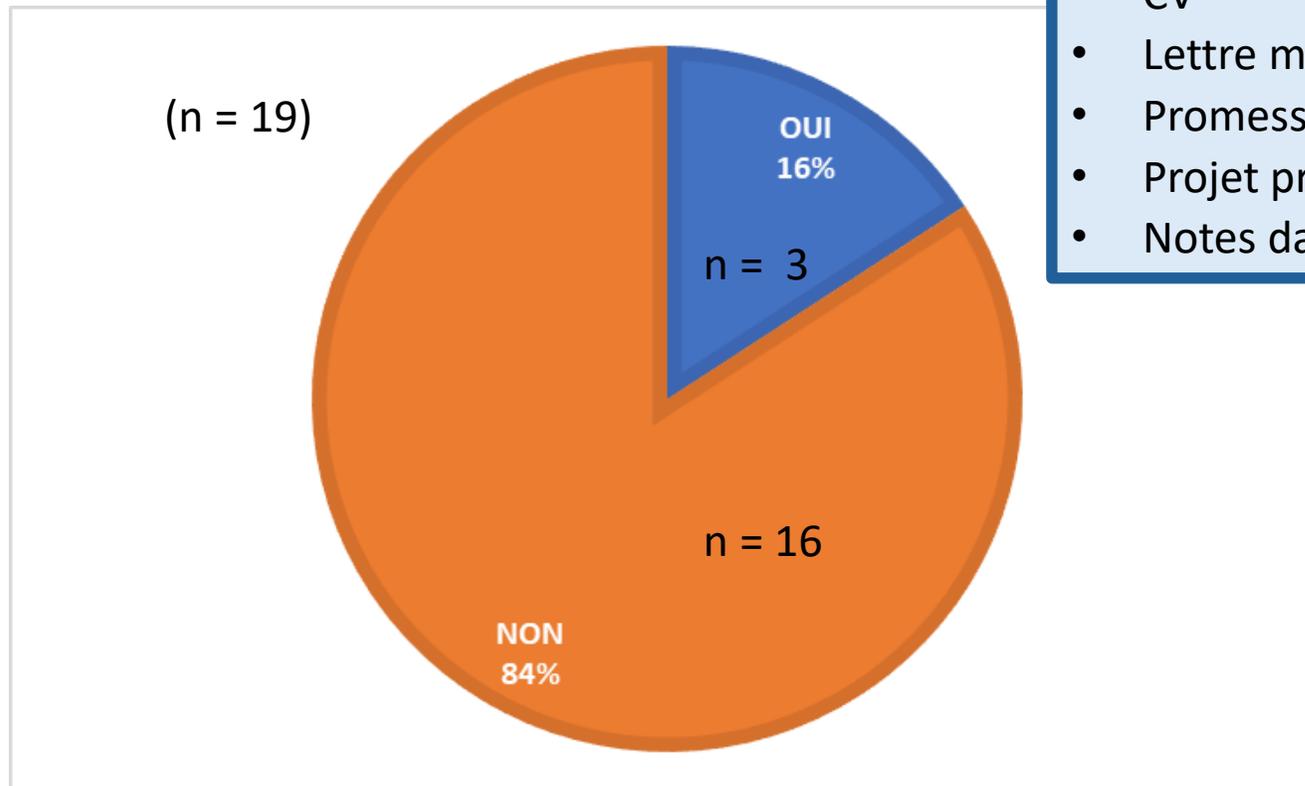
Sur 19 collègues impliqués dans sélection M1 APA-S :

- ✓ **Le niveau académique / les notes ressortent pour la majorité des réponses**
- ✓ Qualité et pertinence du projet professionnel = **12**
- ✓ Expériences professionnelles en APA = **7**
- ✓ Lettre de motivation = **5**
- ✓ Avoir une alternance = **3**
- ✓ Bonification pour statut haut niveau = **1**
- ✓ Anglais = **1**
- ✓ Université d'origine = **1**

ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

- Demandez-vous des documents complémentaires aux candidats ?



- CV
- Lettre motivation
- Promesse de stage Master
- Projet professionnel
- Notes dans les matières fondamentales

ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

Quelques préconisations (5/6)

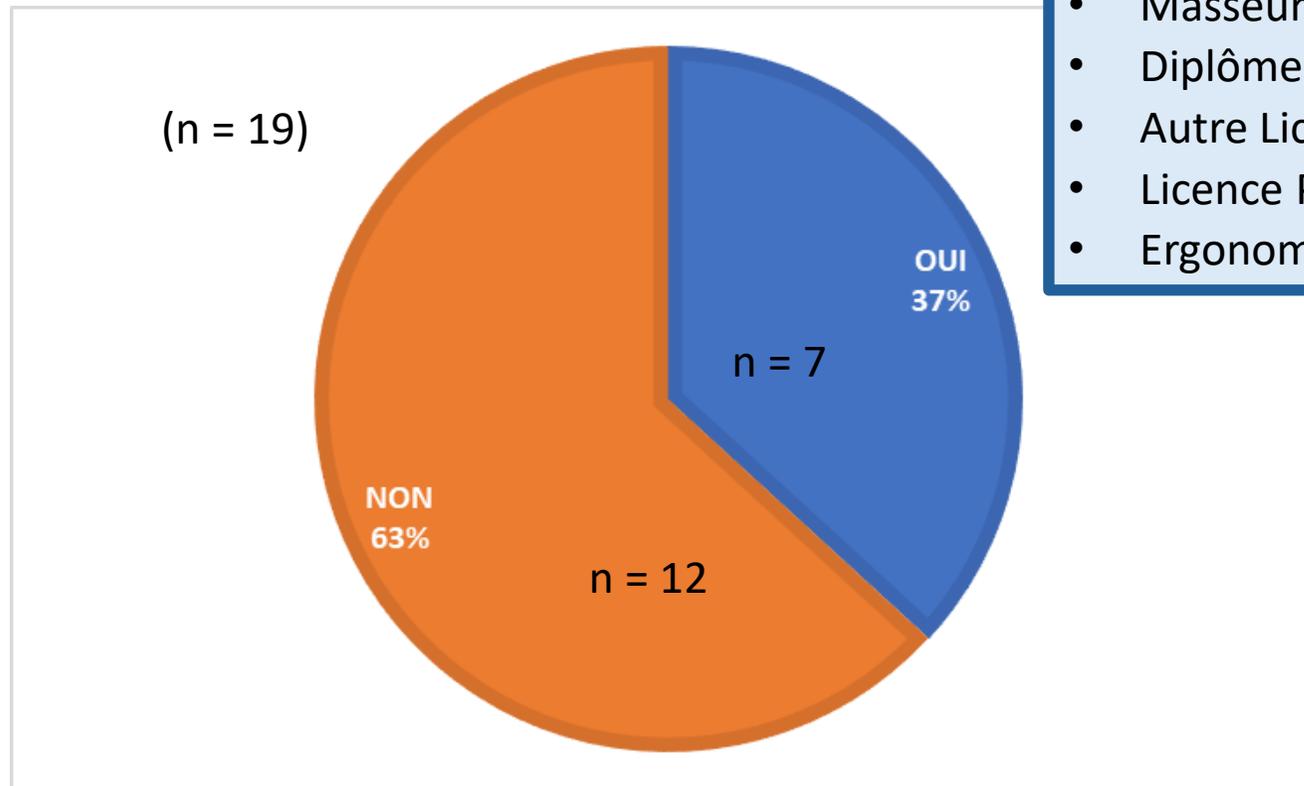
➔ Pour les étudiants étrangers souhaitant intégrer un Master APA-S en France :

- attester d'une reconnaissance européenne du diplôme équivalent à la Licence APA-S,
- ou si non, attester d'un encadrement d'un public spécifique à minima de 300h et des notions théoriques en psychopathologie / physiopathologie, bénéfices/risques des AP sur la santé ...

ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

- Acceptez-vous une inscription en Master 1 APA-S sans validation d'une Licence APA-S ?



- Masseur-kiné = 5
- Diplôme paramédical = 5
- Autre Licence STAPS = 2
- Licence Psycho / SDV = 1
- Ergonome = 1

ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

- Si oui, avec quelles compétences attendues pour une entrée directe en M1 APA-S sans Licence APA-S ?

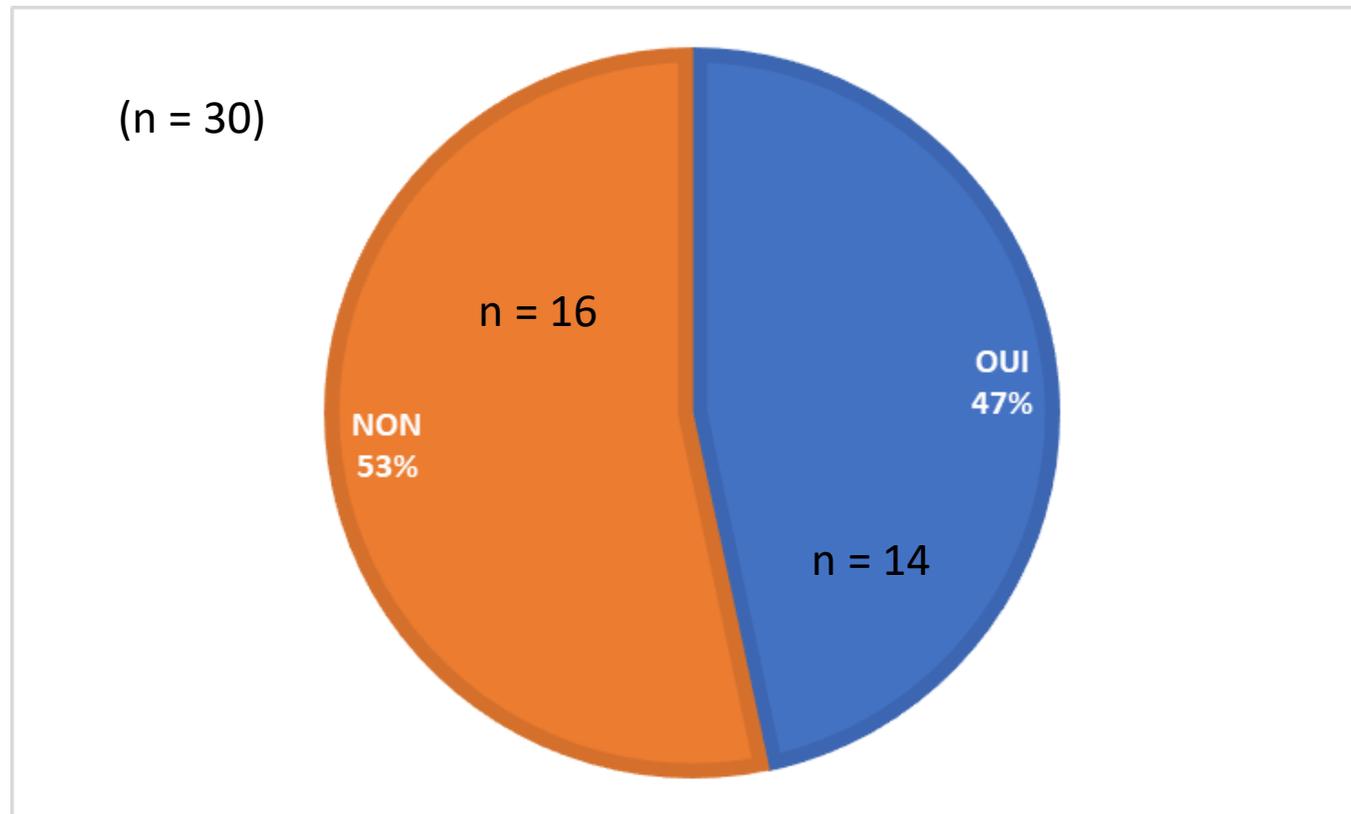
Sur 7 collègues ayant répondu OUI :

- ✓ Projet en lien avec la gestion / le développement de projet en APA = **3**
- ✓ Avoir la carte pro pour encadrer l'APA (ex : kiné, ergothérapeute, psychomotricien) = **2**
- ✓ Intérêt accru pour la recherche = **2**
- ✓ Connaissance de l'APA et avoir une structure d'accueil = **1**

ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

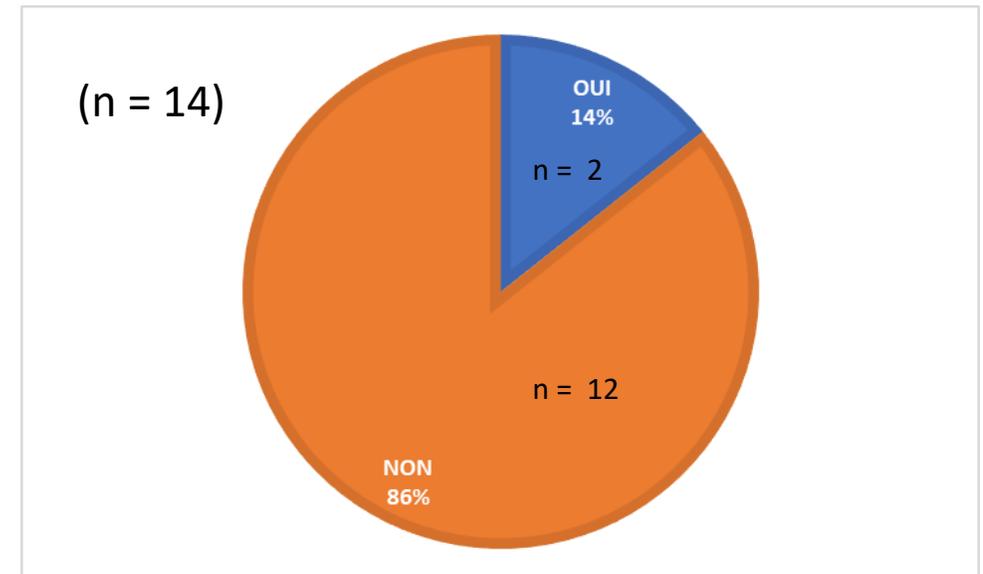
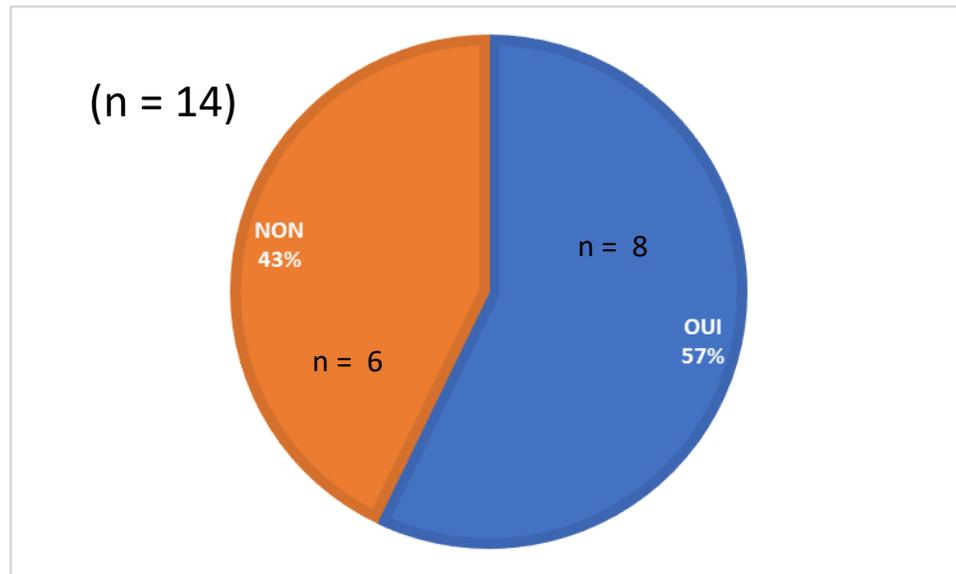
- Etes-vous impliqué dans le processus de formation continue / VAE de niveau Master APA-S de votre établissement ?



ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

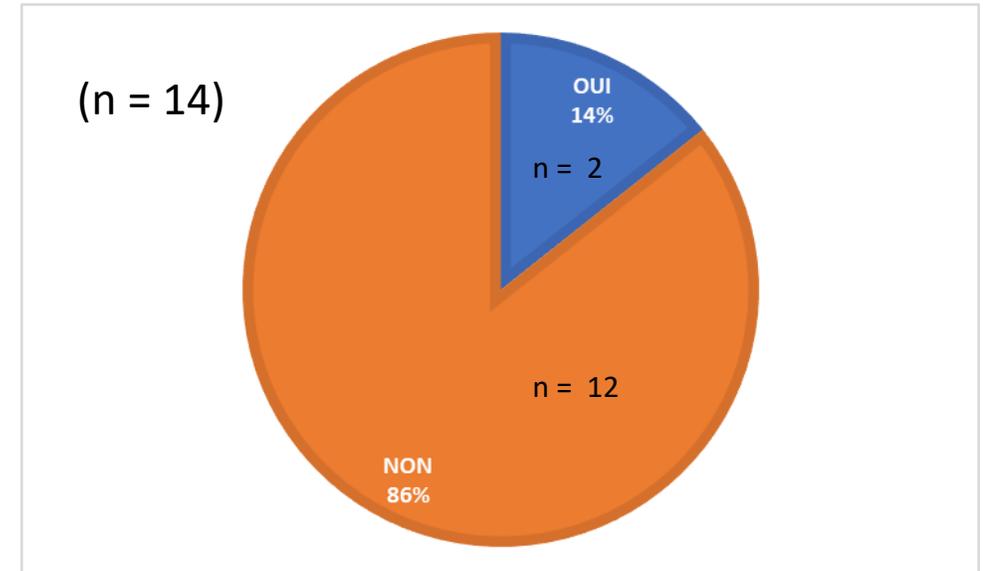
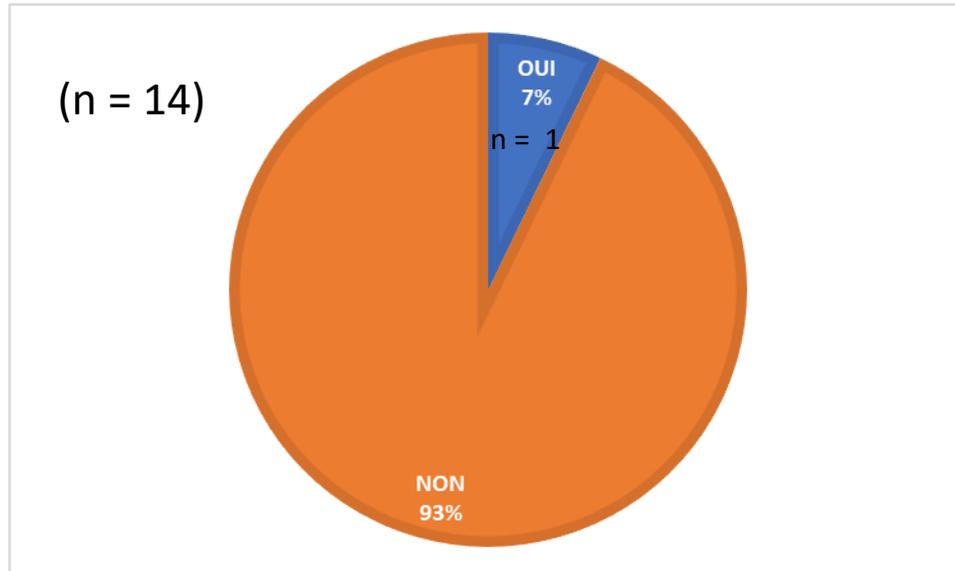
- En l'absence de validation d'un **M1 APA-S**, vous arrive-t-il d'accorder une validation totale du diplôme Master APA-S, dans le cas d'une **VAE/VAP** ?
- En l'absence de validation d'un **M2 APA-S**, vous arrive-t-il d'accorder une validation totale du diplôme Master APA-S, dans le cas d'une **VAE/VAP** ?



ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

- **Sans aucune formation STAPS**, donnez vous une équivalence totale du Master APA-S, dans le cadre d'une VAE/VAP de niveau Master ?
- **Sans rédaction d'un mémoire**, la validation totale du Master APA-S par VAE/VAP est-elle possible dans votre établissement ?



ATELIER 2

Modalités et conditions d'accès un Master APA-S

Quelques préconisations (6/6)

➔ Pour les étudiants demandant une validation de Master APA-S par VAE :

- validation totale non envisageable
- rédiger et soutenir à minima un mémoire niveau Master afin d'*universitariser* le diplôme, et vérifier les compétences académiques du candidat.

ATELIER 3

Socle commun de formation en Licence APA-S

AFAPA

ASSOCIATION FRANCOPHONE EN ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTÉE

ATELIER 3

Socle commun de formation en Licence APA-S

L'A.P.A : Définition

L'Activité Physique Adaptée est le domaine scientifique et professionnel de l'AP s'adressant à toute personne n'ayant pas ou ne pouvant pas pratiquer une activité physique ou sportive dans des conditions ordinaires et qui présente des besoins spécifiques de santé, de participation sociale ou d'inclusion du fait d'une maladie, d'une limitation fonctionnelle, d'une déficience, d'une vulnérabilité, d'une situation de handicap, d'exclusion, d'une inactivité ou d'une sédentarité.

Ainsi l'APA mobilise en interaction les savoir-faire et la recherche scientifique permettant au moyen de toute activité physique l'accompagnement, le suivi et l'évaluation de la personne dans ses dimensions bio-psycho-sociales, dans le respect de sa sécurité et de sa dignité.

Dans un cadre déontologique défini, l'APA veille à créer des environnements et des conditions favorables à une pratique physique régulière reposant sur la conception de programmes de projets ou de dispositifs à des fins d'éducation, de préventions (i.e. primaire, secondaire, tertiaire...), de promotion de la santé, de performance, d'inclusion, de participation sociale, d'autonomie.

L'enseignant en APA est titulaire d'une licence mention STAPS Activité Physique Adaptée - Santé (APA-S).

ATELIER 3

Socle commun de formation en Licence APA-S

LE MÉTIER « Enseignant en APA, EAPA »

L'enseignant en APA, EAPA, est titulaire d'une licence STAPS APAS. Il intervient auprès de toute personne n'ayant pas ou ne pouvant pas pratiquer une activité physique ou sportive dans des conditions ordinaires et qui présente des besoins spécifiques de santé, de participation sociale ou d'inclusion du fait d'une maladie, d'une limitation fonctionnelle, d'une déficience, d'une vulnérabilité, d'une situation de handicap, d'exclusion, d'une inactivité ou d'une sédentarité.

LES MISSIONS de l'Enseignant en APA, EAPA

Selon les situations professionnelles et les environnements d'intervention, les missions de l'enseignant en APA (EAPA) sont très variées. Sans être ni spécifiques, ni exhaustifs, les exemples suivants permettent d'illustrer des missions générales que ces professionnels peuvent poursuivre dans le secteur sanitaire, médico-social, social ou sportif :

MISSIONS de l'EAPA

1. Optimiser la santé physique et mentale, la participation sociale, l'autonomie et la qualité de vie d'une personne en agissant sur sa mobilité et sa condition physique au moyen d'une activité physique, sportive et/ou artistique.
2. Évaluer les déterminants individuels, sociaux et environnementaux de la pratique d'activité physique régulière (capacités physiques, motivations, besoins, attentes, ressources et freins, connaissances en lien avec la maladie, ...).
3. Concevoir et animer des interventions dans des perspectives de réadaptation, de promotion de la santé (éducation à la santé, éducation thérapeutique et prévention) et/ou d'intégration sociale par l'activité physique.
4. A partir d'un bilan partagé des besoins, attentes et ressources des personnes, les accompagner, les conseiller, les orienter afin de co-construire avec elles une pratique physique adaptée à leur situation.
5. Mettre en œuvre une pédagogie de la réussite soutenant le plaisir de la pratique comme les représentations positives de soi (confiance en soi, estime de soi, etc.) et/ou favorisant la participation sociale.
6. Inciter les personnes à initier, reprendre ou maintenir une pratique physique adaptée de façon encadrée ou autonome et les engager dans une démarche de changement de leurs habitudes de vie (réduction des activités sédentaires, augmentation de la mobilité active).
7. Intégrer l'intervention dans une perspective interprofessionnelle et intersectorielle en lien avec le parcours de santé, sportif ou social (prévention, soin, inclusion, bien être, performance, plaisir).
8. Formaliser les évaluations et auto évaluations de la pratique professionnelle au regard des normes institutionnelles et des conditions d'éthique.

ATELIER 3

Socle commun de formation en Licence APA-S

<https://c3d-staps.fr/wp-content/uploads/2023/05/2022-07-06-CNAPAS-socle-commun-VO.pdf>

LA FORMATION APA-S, Cadre proposé par le CNAPAS, 2-3-2022

Mention STAPS APA-S : Socle commun

Thématique	Détails	Sous-domaine	Horaires a minima sur l'ensemble de la formation
Activité physique adaptée, handicap, santé	Origines et évolutions, concepts, identités		40h
Données bio-psycho-sociales de la pratique d'activité physique	Connaissances de l'approche bio-psycho-sociale de l'activité physique à l'interface des effets de l'activité physique sur les déficiences et les maladies chroniques à tous les âges de la vie (enfant, adolescent, jeune adulte, adulte, senior)	Déficiences physiques (motrices et sensorielles) : neurologiques centrales et périphériques, affections neuromusculaires évolutives, déficiences liées aux pathologies ostéoarticulaires, déficiences sensorielles, ...	20h
		Déficiences comportementales, mentales et intellectuelles	20h
		Pathologies chroniques / ALD : cardio-vasculaires, respiratoires, métaboliques, ...	20h
		Difficultés d'insertion sociale et/ou prises en charge par le système judiciaire	20h
		Autres : avancée en âge, pré et post-partum, santé au travail, modes de vie sédentaires...	20h
Pratique et technologie en Activité Physique Adaptée			100h
Didactique et pédagogie de l'intervention en Activité Physique Adaptée			100h
Techniques et outils d'évaluation des besoins, capacités, incapacités, styles de vie			40h

ATELIER 3

Socle commun de formation en Licence APA-S

<https://c3d-staps.fr/wp-content/uploads/2023/05/2022-07-06-CNAPAS-socle-commun-VO.pdf>

LA FORMATION APA-S, Cadre proposé par le CNAPAS, 2-3-2022

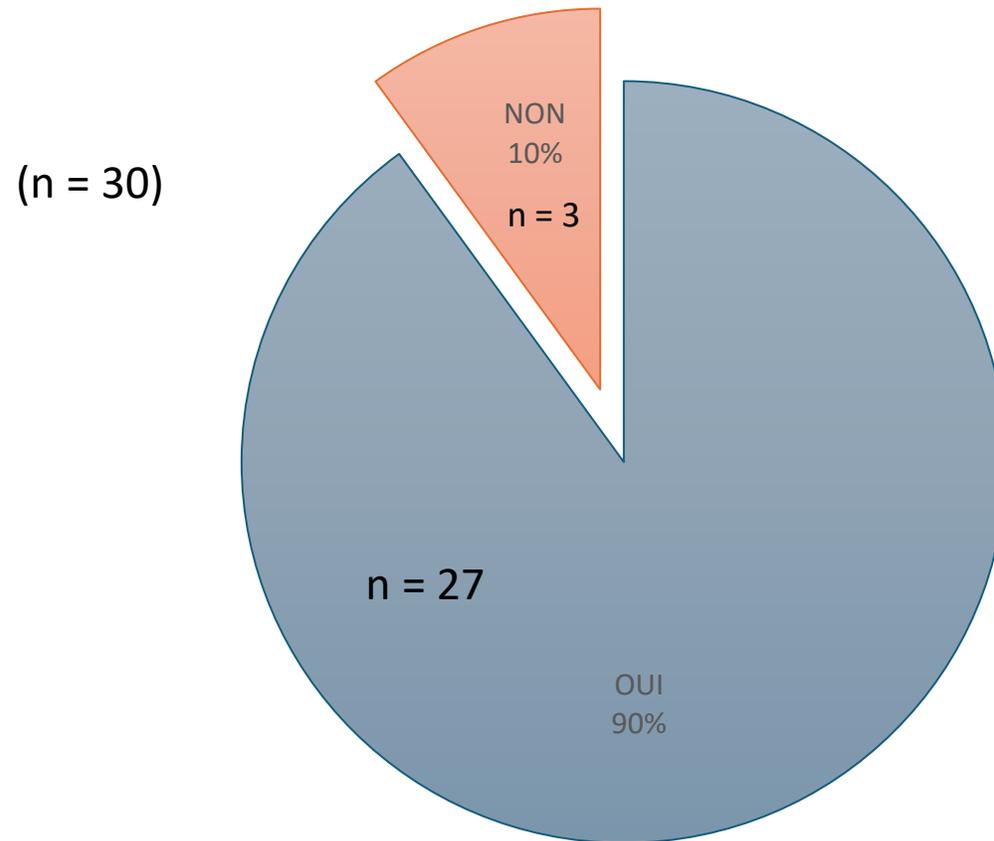
Mention STAPS APA-S : Socle commun

Thématique	Détails	Sous-domaine	Horaires a minima sur l'ensemble de la formation
Sciences et techniques de l'adaptation de l'activité physique et des pratiques sportives	Identification et action sur les déterminants des vulnérabilités, de la santé, de la pratique physique pérenne (dont conditions d'accès, réseaux de soutien aux personnes, processus capacitaires et d'empowerment,...)		80h
Cadre juridique, éthique et règlementaire en Activité Physique Adaptée et des dispositifs d'accompagnement dans le système de santé (secteurs sanitaire, social, médico-social, sportif)	Droit des usagers, droit des professions, coordination interprofessionnelle, évaluation de la qualité, prescription en APA, parcours de l'utilisateur et du patient		40h
Formation à l'éducation à la santé ou à l'éducation thérapeutique du patient			40h
Stage			250h

ATELIER 3

Socle commun de formation en Licence APA-S

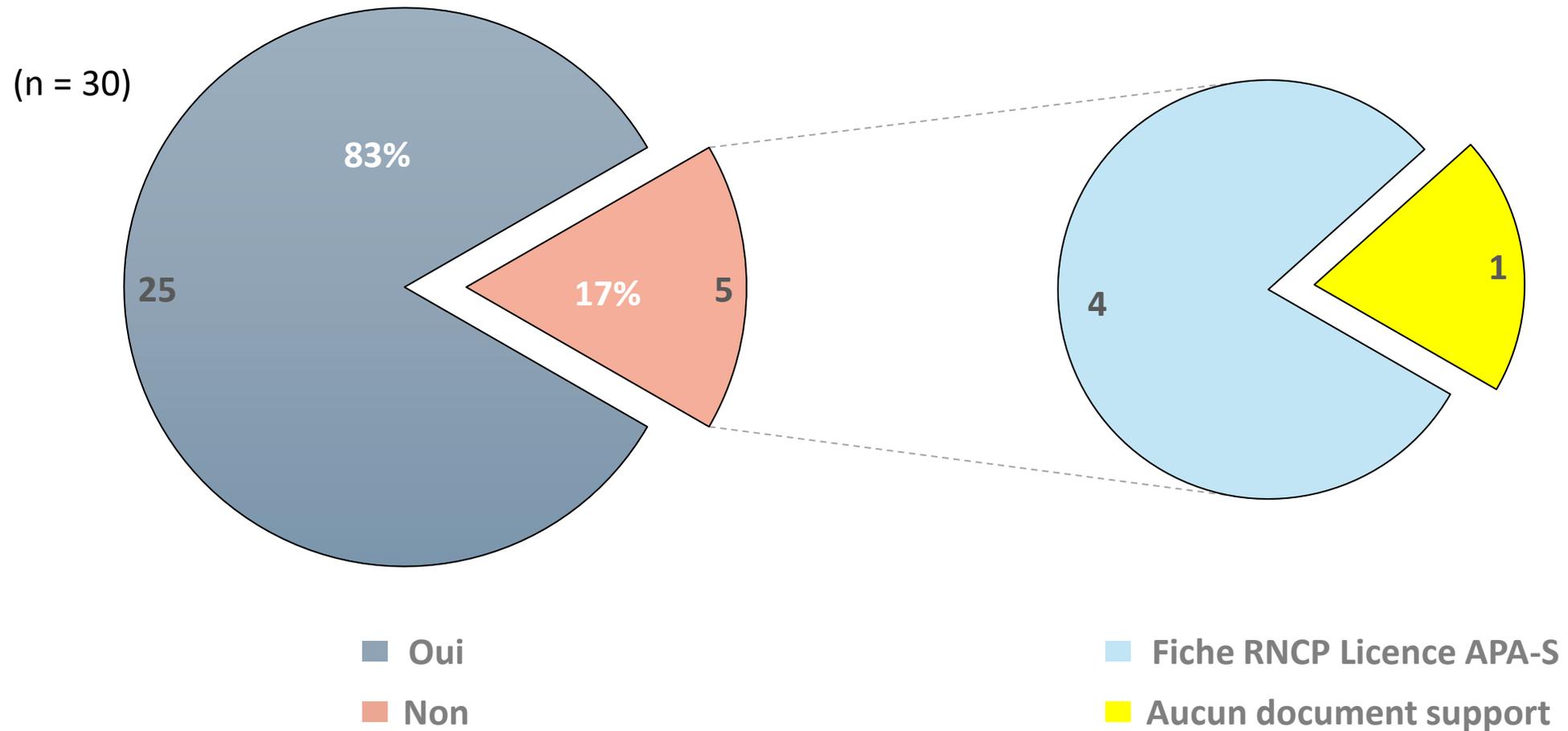
- Avez-vous connaissance du socle commun de formation de la Licence APA-S ?



ATELIER 3

Socle commun de formation en Licence APA-S

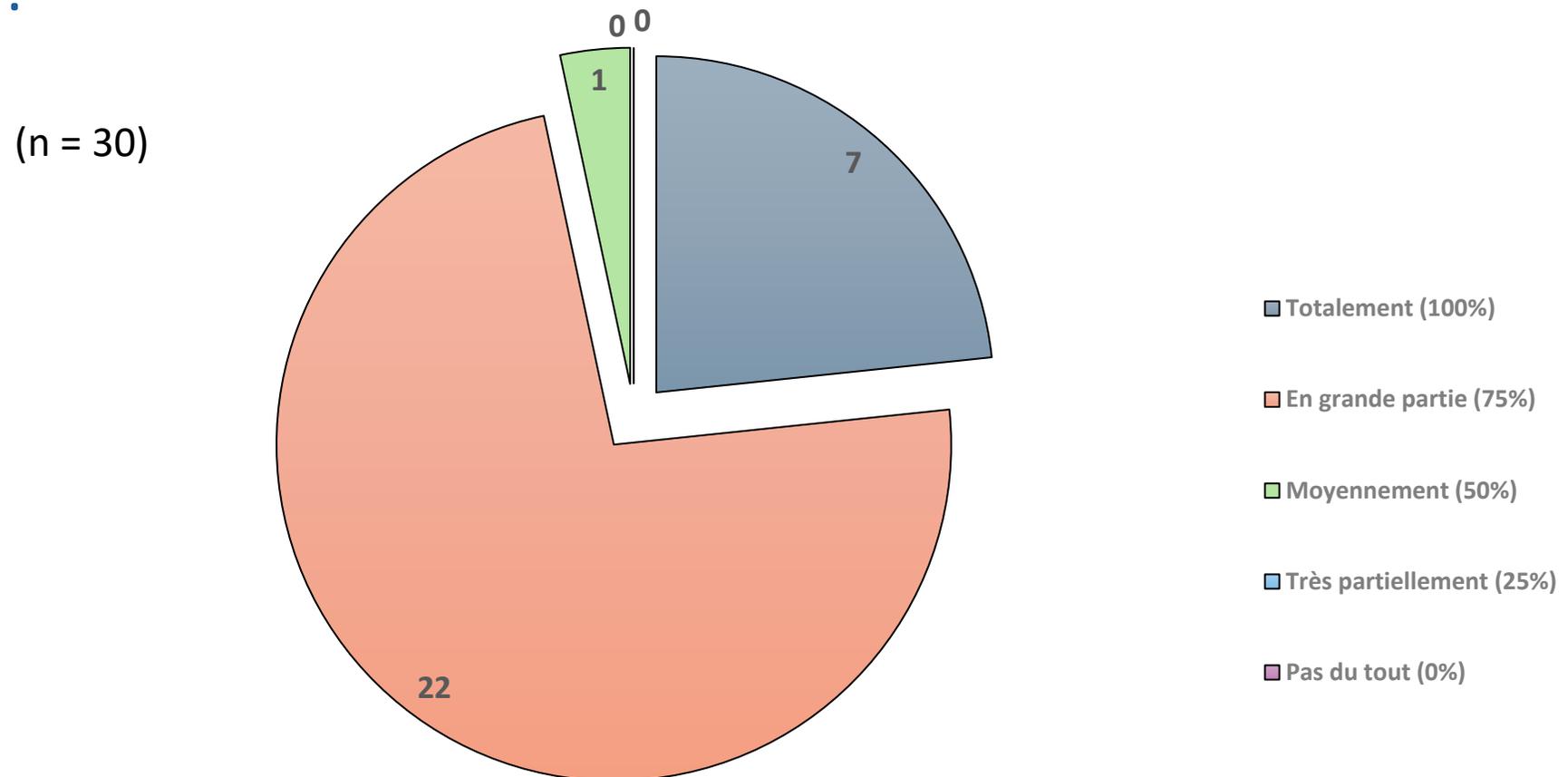
- Utilisez-vous ce socle commun pour l'élaboration de vos maquettes ?



ATELIER 3

Socle commun de formation en Licence APA-S

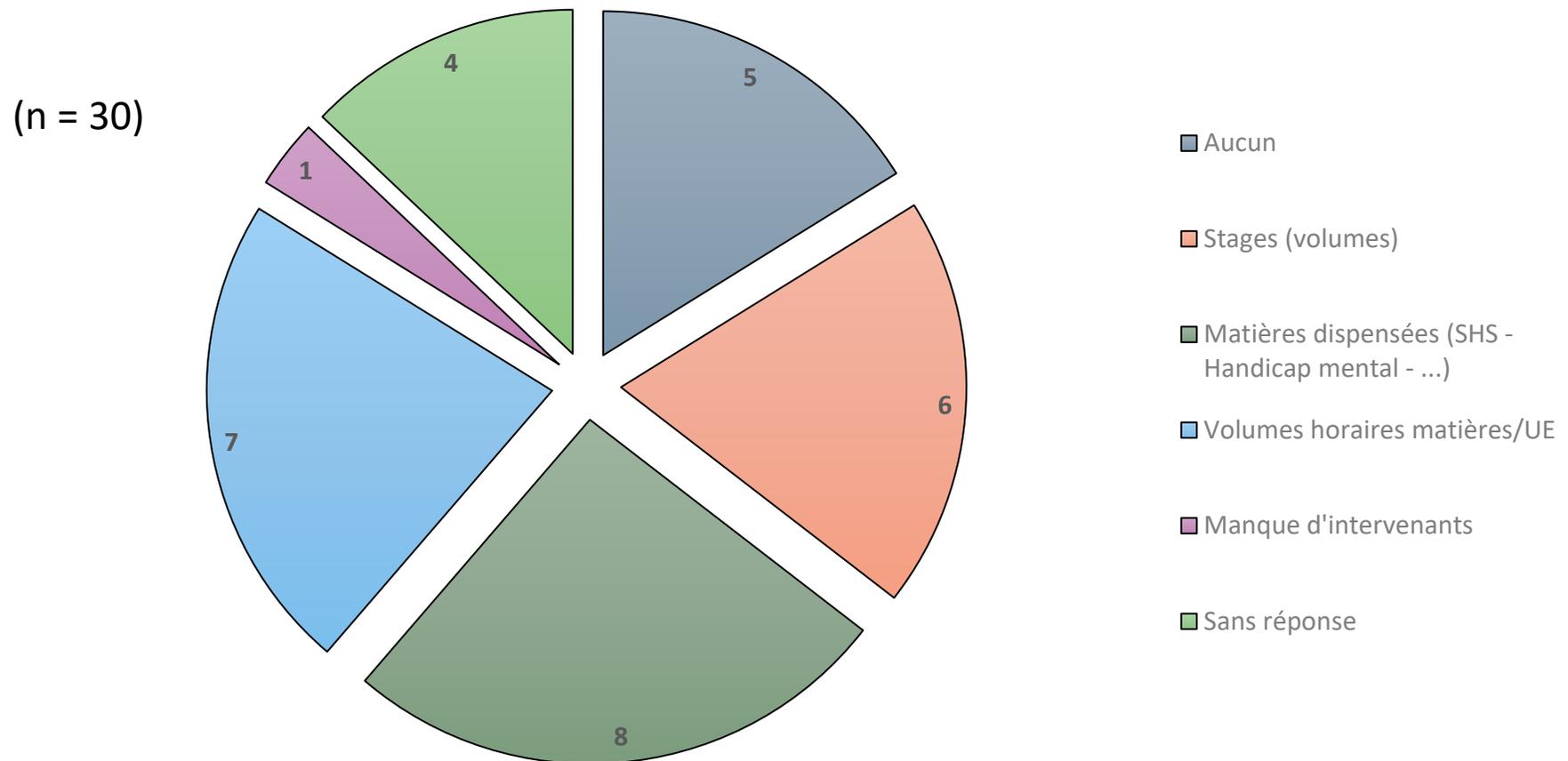
- Votre Licence APA-S sous sa forme actuelle répond-elle à ce socle commun ?



ATELIER 3

Socle commun de formation en Licence APA-S

- Quels sont les items manquants pour atteindre le 100% d'adéquation ?



AFAPA

ASSOCIATION FRANCOPHONE EN ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTÉE

Ateliers de l'AFAPA 2025

Université Paris-Saclay

MERCI DE VOTRE PARTICIPATION !

université
PARIS-SACLAY

GRADUATE SCHOOL
Sport
Mouvement
Facteurs Humains