

DIU Nutrition et activités physiques et sportives

SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES

Présentation

IMPORTANT : POUR L'ANNÉE UNIVERSITAIRE 2021-2022, INSCRIPTIONS À L' UNIVERSITÉ DE REIMS CHAMPAGNE-ARDENNE

La formation se déroulera à l'Université de Reims Champagne-Ardenne du 13 janvier 2022 au 7 juillet 2022

. <https://diu.sportnutritionsante.eu>

La formation vous apporte les connaissances de base sur les besoins nutritionnels en lien avec les pratiques sportives et la manière d'utiliser les activités physiques pour améliorer la santé et le bien-être.

Référence formation (à rappeler dans toute correspondance) : DIB201

Responsables de l'enseignement : Philippe Noirez et François Desgorces

Forme de l'enseignement : hybride, en présentiel & à distance grâce à la captation

Université partenaire : Université de Reims Champagne-Ardenne.

OBJECTIFS

Former tous les acteurs des activités physiques et sportives à la nutrition et à l'alimentation :

- * de la population en générale

- * de la population appliquées aux différents types de sport et de sportifs
- * du patient porteur de pathologie chronique bénéficiant d'une pratique physique ou sportive pour sa santé
- * du sportif de haut niveau ou professionnel
- * du sportif occasionnel ou régulier

en particulier dans leurs aspects éducatifs, de protection de la santé, d'optimisation des performances et de prévention du dopage.

COMPÉTENCES VISÉES

- * Présenter et commenter les grandes règles de l'alimentation courante, équilibrée et diversifiée et celles des pratiquants de différents sports
- * Proposer des menus lors d'un stage ou pour une équipe sportive
- * Établir un bilan alimentaire
- * Proposer des conseils nutritionnels à des sportifs de tous niveaux et tous types d'APS (parcours « Nutrition du Sportif » réservé aux diététiciens et médecins)

Programme

ORGANISATION

Référence formation : DIB201

Volume horaire : 105,5 heures

Calendrier / Rythme : Formation dispensée de janvier à juillet. Plusieurs journées par mois (généralement le jeudi et le vendredi)

Lieux : Paris / Université de Reims

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- * Bases biochimiques de la nutrition au repos et à l'exercice : les glucides, lipides, protéines, minéraux, vitamines et autres micronutriments, compléments et suppléments, les produits dopants
- * Constantes biologiques : interprétation d'un bilan
- * Grandes classes d'aliments
- * Règles de composition d'un repas équilibré et diversifié pour le sportif
- * Éducation nutritionnelle du sportif, les régimes alimentaires
- * Hygiène et sécurité alimentaires individuelles et collectives (stages sportifs)
- * Composition corporelle et dépenses énergétiques (théorie, mesures pratiques), besoins nutritionnels des sportifs, réhydratation du sportif, stratégie nutritionnelle pré, per et post compétition pour les sports collectifs, d'endurance, de force, à catégories de poids....
- * Adaptation des apports alimentaires à l'entraînement et en compétition de pratiquants porteurs de pathologies métaboliques (diabète I et II, dyslipidémies...)

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES D'ENCADREMENT

Équipe pédagogique :

Responsables pédagogiques : François Desgorces et Philippe Noirez

Coordinateur pédagogique : Philippe Noirez

Ressources matérielles :

Afin de favoriser une démarche interactive et collaborative, différents outils informatiques seront proposés pour permettre :

- * d'échanger des fichiers, des données
- * de partager des ressources, des informations
- * de communiquer simplement en dehors de la salle de cours et des temps dédiés à la formation.

MOYENS PERMETTANT DE SUIVRE L'EXÉCUTION DE L'ACTION ET D'EN APPRÉCIER LES RÉSULTATS

Au cours de la formation, le stagiaire émerge une feuille de présence par demi-journée de formation en présentiel et le Responsable de la Formation émet une attestation d'assiduité pour la formation en distanciel.

À l'issue de la formation, le stagiaire remplit un questionnaire de satisfaction en ligne, à chaud. Celui-ci est analysé et le bilan est remonté au conseil pédagogique de la formation.

Un questionnaire d'évaluation à froid est également envoyé au prescripteur de la formation (sous 6 mois), afin d'assurer un suivi sur l'impact de la formation sur le poste de travail.

Admission

- * Professionnels du sport (STAPS, entraîneurs, BE et éducateurs sportifs : AFAPA, médicosportifs, acti-physiciens et sport-santé)
- * Professionnels de santé (médecins, diététiciens, pharmaciens, psychologues, kinésithérapeutes, psychomotriciens, infirmiers, ...) intéressés par le sport
- * Professionnels des industries agro-alimentaires
- * Toute personne jugée apte par le conseil pédagogique (sportif de haut niveau et autres) intéressés par le sport

PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis nécessaire hormis les diplômes liés aux titres que doivent détenir les futurs inscrits (cf. personnes autorisées à s'inscrire dans rubrique "Admission")

Droits de scolarité :

FRAIS DE FORMATION* selon votre profil

- * Toute personne bénéficiant d'une prise en charge totale ou partielle : **1500 €**
- * Toute personne finançant seule sa formation : **1000 €**

+

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

FRAIS DE DOSSIER* : 300 € (à noter : si vous êtes inscrit(e) en Formation Initiale à Université de Paris pour l'année universitaire en cours, vous n'avez pas de frais de dossier – certificat de scolarité à déposer dans CandiOnLine)

**Les tarifs des frais de formation et des frais de dossier sont en instance de modification par les instances de l'Université.*

105 heures

Modalité(s) de formation

- Formation continue

Et après ?

POURSUITE D'ÉTUDES

Vous pouvez toujours compléter ou acquérir de nouvelles compétences en vous inscrivant à d'autres diplômes d'université, des formations qualifiantes ou des séminaires.

Contacts

Responsable(s) pédagogique(s)

Philippe Noirez

Responsable(s) pédagogique(s)

François Desgorces

Secrétariat pédagogique

du.naps@scfc.parisdescartes.fr

Pôle Formation Continue Universitaire

Pôle Formation continue universitaire - Centre de ressources

ressources.fc@univ-paris-diderot.fr

En bref

Composante(s)

UFR STAPS

Durée

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation