

DIU Santé, nutrition, activités physiques et montagne

SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES

Présentation

La formation vous apporte des connaissances actualisées sur les besoins nutritionnels en lien avec les pratiques sportives et la manière d'utiliser les activités physiques pour améliorer la performance, la santé et le bien-être. Les deux premiers blocs de compétences, axés sur la nutrition et le sport-santé, permettent :

- * de mieux cerner les besoins des personnes que vous encadrez et/ou soignez
- * d'appréhender la spécificité des publics et leur diversité
- * d'analyser plus finement votre pratique.

Le troisième bloc de compétences vous permet de transposer les acquis des 2 premiers dans le contexte spécifique de la montagne (performance et sport/santé).

Référence formation (à rappeler dans toute correspondance) : DIA841

Responsables de l'enseignement Université de Paris :
Philippe Noirez et Jean-François Toussaint

La candidature pédagogique et l'inscription administrative se font auprès de l'Université de Savoie Mont Blanc

OBJECTIFS

- * Apporter les connaissances et les outils indispensables pour l'accompagnement et la mise en place de l'activité physique pour des publics variés.
- * Maîtriser les recommandations nutritionnelles actuelles en fonction des populations.

- * Porter un regard critique sur les régimes alimentaires et le rôle de la nutrition pour le bien-être et la performance.
- * Comprendre comment la montagne (altitude réelle ou simulée) peut répondre à des préoccupations liées :
 - * À l'entraînement
 - * Au bien-être
 - * À la notion d'outil thérapeutique (pathologies / vieillissement...)

Programme

ORGANISATION

Référence formation : DIA841

Calendrier / Rythme : janvier à juillet - 3 blocs de compétences

- * 1 semaine en janvier axée sur le "sport santé" à Paris (Bloc S1)
- * 1 semaine début avril axée sur la nutrition à Chambéry (Bloc S2)
- * 1 semaine début juillet axée sur la spécificité de l'activité physique en montagne à Chambéry (Bloc S3)

Lieux de formation : Paris, Chambéry

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- * Bloc 1 : Sport et santé
- * Bloc 2 : Bases nutritionnelles des activités physiques
- * Bloc 3 : Activité physique et spécificités de la montagne

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES D'ENCADREMENT

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

Équipe pédagogique

Université de Paris : Jean-François Toussaint, Philippe Noirez

Université Savoie Mont Blanc : Christophe Hourdé, Thomas Rupp, Phanélie Berthon

Ressources matérielles : les captations et les supports pédagogiques seront mis à disposition des stagiaires

Admission

* Professionnels des activités physiques (STAPS, entraîneurs, AFAPA, actiphysiciens et sport-santé, Diplômes d'Etat et éducateurs sportifs)

* Professionnels de santé (médecins pharmaciens, psychologues, kinésithérapeutes, psychomotriciens, infirmiers, ...) intéressés par l'activité physique et/ou les pratiques sportives,

* Professionnels exerçant en montagne (secteur sportif, tourisme, bien-être...) ou les personnes cherchant à développer une activité professionnelle ou personnelle en lien avec les activités physiques en montagne.

PRÉ-REQUIS

Le dossier d'inscription sera soumis à l'appréciation du conseil pédagogique (adéquation profil et projet professionnel). Pas de niveau universitaire requis.

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 Formation continue

Sonia Metalnikoff

sonia.metalnikoff@univ-smb.fr

Responsable(s) pédagogique(s)

Philippe Noirez

Responsable(s) pédagogique(s)

Jean-François Toussaint

Responsable(s) pédagogique(s)

Thomas Rupp

thomas.rupp@univ-smb.fr

Secrétariat pédagogique

DIU Santé, Nutrition, AP et Montagne

diu.snapm@scfc.parisdescartes.fr

En bref

Composante(s)

UFR STAPS

Durée

112 heures

Modalité(s) de formation

- Formation continue

Capacité d'accueil

17 personnes minimum

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