

DIU Nutrition et activités physiques et sportives

SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES

Présentation

IMPORTANT : Pour l'année universitaire 2025-2026, les inscriptions se font à l' Université de Reims Champagne-Ardenne

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 : Florian Britto

Forme de l'enseignement : Hybride,

L'ensemble du DIU peut être suivi en distanciel. Tous les cours sont visionnables en différé. Les vidéos et supports de cours sont mis à disposition sur la plateforme Moodle de l'université.

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.

Le DIU Nutrition et activités physiques et sportives est un diplôme reconnu par l'Etat destiné à vous spécialiser ou à augmenter votre domaine de compétences. Il ne vous permet pas d'exercer une nouvelle profession (par exemple, un enseignant dans le domaine du sport ne pourra faire commerce de conseils en nutrition avec le DIU NAPS et un nutritionniste ne pourra en aucun cas faire de la programmation d'entraînement avec le même DIU).

COMPÉTENCES VISÉES

A l'issue de la formation, l'apprenant sera capable de :

- 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 niveau et tous types d'APS (parcours « Nutrition du Sportif » réservé aux diététiciens et médecins)
- Le DIU ne donne pas le titre de diététicien/nutritionniste.

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

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)

L'ensemble du DIU est en distanciel. Tous les cours sont visionnables en différé. Les vidéos et supports de cours sont mis à disposition sur la plateforme Moodle de l'université.

Lieux : Paris / Université de Reims

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

Le programme 2025-2026 est disponible dans le menu "téléchargements" (à droite de l'écran). Attention, il s'agit d'un planning prévisionnel.

- 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 : Florian Britto 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 émarge 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.

Admission

La formation est composée d'un tronc commun et puis deux parcours sont ensuite proposés selon les profils : un parcours pour les détenteurs des titres de diététicien/ nutritionniste ou de médecin et un parcours plus ouvert, sont donc concernés les :

- 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

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

- 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")

LES CLEFS DE LA RÉUSSITE

Des fiches pratiques sont à votre disposition sur la page <http://www.reussir-en-universite.fr/index.html>.

Droits de scolarité :

FRAIS DE FORMATION* selon votre profil

- Pour toute personne bénéficiant d'une prise en charge totale ou partielle : 1650 €
- Pour toute personne finançant seule sa formation : 1350 €
- Le DIU n'est pas éligible au compte personnel de formation.

FRAIS DE DOSSIER* : 300 € (à noter : si vous êtes déjà inscrit(e) dans un Diplôme National à Université Paris Cité sur la même année universitaire, vous êtes exonéré(e) des frais de dossier – certificat de scolarité à déposer dans CanditOnLine).

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

Date de début de la formation : 9 janv. 2025

Et après ?

POURSUITE D'ÉTUDES

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

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

TAUX DE RÉUSSITE

86,4 %

sur l'année de diplomation 2020-2021 (nombre d'admis par rapport au nombre d'inscrits administratifs)

Contacts

Responsable(s) pédagogique(s)

Florian Britto

florian.britto@u-paris.fr

Gestionnaire de formation continue

DU Alias Bureau FC UFR Droit

du.deg@u-paris.fr

En bref

Composante(s)

UFR STAPS

Modalité(s) de formation

- Formation continue

Lieu de formation

Site Lacretelle