



CERTIFICAT DE COMPETENCE

« ACCOMPAGNER LA NUTRITION DU SPORTIF »

PUBLIC CIBLE	PRÉ-REQUIS	TARIF	DURÉE ESTIMÉE
Diététiciens	BTS diététique DUT génie biologique option diététique BUT génie biologique option diététique et nutrition Savoir, comprendre et lire le Français, Savoir utiliser un ordinateur et naviguer sur le web	1690 € TTC incluant le passage de la certification	6 mois

OBJECTIFS DE FORMATION

Formation conduisant à la certification **ACCOMPAGNER LA NUTRITION DU SPORTIF** enregistrée sous le N°RS7081.

DESCRIPTIF

Il est aujourd'hui admis que la nutrition peut représenter à elle seule, 70% voir 80 % des objectifs dans une pratique sportive. Ainsi, tout sportif consciencieux devrait considérer son alimentation en tant qu'outil indispensable à la préservation de sa santé, à l'amélioration de ses performances, de sa composition corporelle et à l'optimisation de sa récupération.



Partant de ce principe, la certification « Accompagner la nutrition du sportif » a été conçue pour répondre à la demande des Diététiciens diplômés afin de compléter leur formation au métier afin d'être en capacité de prendre en charge le suivi nutritionnel de sportifs et développer cette spécialité pour enrichir leur offre de service.

La certification doit permettre aux diététicien(es) de :

1. Traiter les demandes d'accompagnement nutritionnel de tout type de sportifs, dans un but de Prévention-Santé et d'optimisation de la composition corporelle et/ou des performances.
2. Développer un travail collaboratif avec tous les métiers issus de la branche sport afin de créer une synergie d'action professionnelle qui profitera aussi au sportif accompagné.
3. Ouvrir son champ d'action professionnelle par le développement de compétences supplémentaires visant à travailler avec des laboratoires de compléments alimentaires pour sportifs, rédiger des contenus de prévention nutrition-santé, conseiller les acteurs du sport afin d'optimiser le taux d'insertion professionnelle des diététiciens à la sortie du BTS diététique et assurer la pérennité de leur activité

Agir et communiquer en faveur de la prévention des dérives alimentaires et des conduites dopantes de plus en plus présente dans le contexte actuel (réseaux sociaux).

POINTS FORTS

Intervenante Diététicienne titulaire depuis 2009 spécialisée et qualifiée en diététique du sport - Responsable de Pôle formation – nutrition et formatrice à l'IFAS (Suisse) depuis 2011

Près de 15 ans d'accompagnement individuel auprès de sportifs professionnels et amateurs.

Experte Nutritionniste /Formatrice du SDIS06/SDIS83 et de L'Ecole Nationale des Sous-Officiers Sapeurs-pompiers - Ancienne enseignante de l'EDNH parcours « Nutrition du sportif d'élite », pour le BPJEPS AGFF. 10 ans d'expériences dans la conception de parcours de formations pour des établissements de formations professionnelles (Centre Européen de formation, Quizzcoach).

COMPETENCES ATTESTEES (OBJECTIFS PEDAGOGIQUES)

- A1. Établir un diagnostic anthropométrique spécifique à un public de sportifs
- A2. Établir le diagnostic nutritionnel spécifique à un public de sportifs
- A3. Concevoir un protocole d'actions hygiéno-diététiques personnalisé,
- A4. Suivre la mise en œuvre du protocole d'actions hygiéno-diététiques personnalisé.
- A.5 Conseiller sur les bonnes pratiques de complémentation alimentaire et de consommation de produits diététiques du sportif



CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- Module 1: Etude du métabolisme
- Module 2: Etude de l'appareil digestif
- Module 3: Les protéines
- Module 4: Les lipides
- Module 5: Les glucides
- Module 6: Les vitamines, les minéraux et Oligo-éléments chez le sportif
- Module 7: L'hydratation chez le sportif et étude des boissons
- Module 8: Les fondamentaux de l'hygiène alimentaire du sportif
- Module 9: Les régimes et pratiques alimentaires courantes dans le milieu sportif
- Module 10: Les régimes minceur à la loupe
- Module 11: Nutrition et gestion de poids
- Module 12: Nutrition pour la prise de masse musculaire
- Module 13: Nutrition du sportif d'endurance
- Module 14: Introduction aux compléments alimentaires et produits diététiques
- Module 15: Les compléments alimentaires et produits diététiques pour la perte de poids
- Module 16: Les compléments alimentaires et produits diététiques pour la prise de masse musculaire
- Module 17: Les compléments alimentaires et produits diététiques du sportif d'endurance
- Module 18: Décryptage des étiquettes alimentaires
- Module 19: Bilan nutritionnel et cadre déontologique
- Module 20 : Introduction aux techniques de communication digitale pour se faire connaître et développer son activité professionnelle en cabinet libéral.
- Module 21 : Nutrition et stress oxydatif
- Module 22 : le dopage et les conduites dopantes dans le milieu sportif.
- Module 23 : Initiation à la recherche scientifique : comprendre et maîtriser les bases

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Accès à la plateforme LMS Agora Learning Infinity durant 6 mois
- Forum de discussion
- 1 manuel pédagogique envoyé par courrier à chaque stagiaire
- Tutorat individualisé
- Mantorat post formation

MOYENS TECHNIQUES

- Un ordinateur connecté à internet
- Logiciel de traitement de texte (Word Excel)
- Une bonne connexion Navigateur dernière version (Chrome)
- Un casque, un micro et une camera activée



ÉVALUATION

Évaluation formative (durant le parcours)

- Exercices de création de fiches outils en intersession
- Quizz sur plateforme LMS

Évaluation certificative (à l'issue du parcours)

- QCM en ligne
- Production d'un dossier écrit dactylographié correspondant à l'étude et l'analyse de d'un cas pratique, choisi par le candidat lui-même dans son entourage.
- Soutenance orale auprès d'un jury certificateur

SANCTION DE LA FORMATION

- Un certificat de compétence « Accompagner la nutrition du sportif »

MODALITÉS D'ACCÈS

- Formation accessible PMR
- Pour tout autre situation individuelle nécessitant de notre part une adaptation de la formation ou un besoin de compensation, nous contacter.
- Sessions ouvertes de 5 à 20 stagiaires
- Date de clôture des inscriptions, 15 jours avant l'entrée en formation
- Un positionnement est réalisé en amont de la réalisation de la formation

CONDITIONS DE REALISATION ET D'ENCADREMENT (MODALITES PEDAGOGIQUES)

- Formation hybride comprenant :
 - Un parcours en E-learning de 100 heures sur plateforme LMS 100% autonomie (dont 65 heures de vidéos et 27 heures d'exercices individuels)
 - 52 heures d'ateliers collectifs en visio sur 12 semaines consécutives et accessibles en direct live (les mardis de 8H00 à 12H00 - heure de Paris) ou en différé (accès aux replays).
 - Diffusion individuelle des 22 Modules par ordre chronologique après validation complète du module précédent
- Assistance technique et/ou pédagogique en intersession (du lundi au vendredi) sur demande par téléphone ou par mail ou par whatsapp.



DATES DE NOS PROCHAINES SESSIONS

- 8 septembre 2025
- 1^{er} décembre 2025
- 17 février 2026
- 7 avril 2026
- 7 septembre 2026
- 24 novembre 2026
- 1^{er} mars 2027
- 6 septembre 2027
- 7 décembre 2027

