

Formation Pratique Nutrition Sportive

Approuvé par la NBA





Formation Pratique
Nutrition Sportive

Sommaire

01

Présentation du
programme

page 4

02

Pourquoi étudier à TECH?

page 6

03

Objectifs pédagogiques

page 10

04

Stage Pratique

page 12

05

Centres de stages

page 14

06

Conditions générales

page 18

07

Diplôme

page 20

01 Présentation du programme

Au cours des dernières décennies, la Nutrition Sportive s'est imposée comme un pilier stratégique pour optimiser les performances physiques et accélérer la récupération musculaire, d'autant plus que, selon un rapport de l'Organisation Mondiale de la Santé, 31 % de la population mondiale n'atteint pas les niveaux minimaux d'activité physique recommandés. Dans ce contexte, TECH promeut un programme universitaire qui répond à la demande croissante de spécialistes capables d'intégrer des connaissances scientifiques et des solutions diététiques hautement personnalisées. De même, ce diplôme universitaire est développé à l'aide d'une méthodologie pratique dans un établissement prestigieux doté d'une technologie de pointe, garantissant l'application d'outils de pointe dans l'étude et la gestion des performances sportives.



Grâce à cette formation pratique innovante, vous aborderez la Nutrition Sportive avec une approche globale et appliquée, optimisant ainsi les performances et la récupération physique"





Les soins nutritionnels sont devenus un pilier essentiel pour optimiser les performances physiques et la santé globale des athlètes. Actuellement, une alimentation adéquate améliore la capacité énergétique, favorise la récupération après l'effort et contribue à la prévention des blessures et des troubles liés à l'usure physique. Ainsi, la Nutrition appliquée au sport se positionne comme un outil stratégique qui renforce l'efficacité des entraînements et favorise des habitudes qui prolongent la carrière sportive de manière saine.

Par conséquent, cette formation pratique de TECH Global University approfondit les aspects clés de la Nutrition Sportive, en intégrant les tendances actuelles en matière d'alimentation, l'évaluation détaillée de l'état nutritionnel et l'application directe de plans alimentaires dans des contextes sportifs. Ainsi, les professionnels acquerront les compétences nécessaires pour concevoir des programmes personnalisés, adaptés aux besoins de chaque individu, et comprendront comment l'alimentation influence les performances physiques et la récupération, garantissant ainsi des résultats plus efficaces et plus sûrs.

Par la suite, la méthodologie de TECH Global University combine théorie et pratique dans un environnement de pointe, permettant aux diplômés d'appliquer directement leurs connaissances dans un établissement prestigieux équipé d'une technologie de pointe. De plus, l'accompagnement d'un tuteur spécialisé garantit un apprentissage continu et axé sur les résultats, facilitant l'acquisition de compétences précises et l'intégration de stratégies nutritionnelles de manière professionnelle et efficace dans le domaine sportif.

02

Pourquoi étudier à TECH?

TECH est la plus grande Université numérique du monde. Avec un catalogue impressionnant de plus de 14 000 programmes universitaires, disponibles en 11 langues, elle se positionne comme un leader en matière d'employabilité, avec un taux de placement de 99 %. En outre, elle dispose d'un vaste corps professoral composé de plus de 6 000 professeurs de renommée internationale.

“

TECH combine le Relearning et la Méthode des Cas dans tous ses programmes universitaires afin de garantir un excellent apprentissage théorique et pratique en étudiant quand et où vous le souhaitez”



“

Étudiez dans la plus grande université numérique du monde et assurez votre réussite professionnelle. L'avenir commence à TECH”

La meilleure université en ligne du monde, selon FORBES

Le prestigieux magazine Forbes, spécialisé dans les affaires et la finance, a désigné TECH comme "la meilleure université en ligne du monde". C'est ce qu'ils ont récemment déclaré dans un article de leur édition numérique dans lequel ils se font l'écho de la réussite de cette institution, "grâce à l'offre académique qu'elle propose, à la sélection de son corps enseignant et à une méthode d'apprentissage innovante visant à former les professionnels du futur".

Le meilleur personnel enseignant top international

Le corps enseignant de TECH se compose de plus de 6 000 professeurs jouissant du plus grand prestige international. Des professeurs, des chercheurs et des hauts responsables de multinationales, parmi lesquels figurent Isaiah Covington, entraîneur des Boston Celtics, Magda Romanska, chercheuse principale au Harvard MetaLAB, Ignacio Wistumba, président du département de pathologie moléculaire translationnelle au MD Anderson Cancer Center, et D.W. Pine, directeur de la création du magazine TIME, entre autres.

La plus grande université numérique du monde

TECH est la plus grande université numérique du monde. Nous sommes la plus grande institution éducative, avec le meilleur et le plus vaste catalogue éducatif numérique, cent pour cent en ligne et couvrant la grande majorité des domaines de la connaissance. Nous proposons le plus grand nombre de diplômes propres, de diplômes officiels de troisième cycle et de premier cycle au monde. Au total, plus de 14 000 diplômes universitaires, dans onze langues différentes, font de nous la plus grande institution éducative au monde.



Les programmes d'études les plus complets sur la scène universitaire

TECH offre les programmes d'études les plus complets sur la scène universitaire, avec des programmes qui couvrent les concepts fondamentaux et, en même temps, les principales avancées scientifiques dans leurs domaines scientifiques spécifiques. En outre, ces programmes sont continuellement mis à jour afin de garantir que les étudiants sont à la pointe du monde universitaire et qu'ils possèdent les compétences professionnelles les plus recherchées. De cette manière, les diplômes de l'université offrent à ses diplômés un avantage significatif pour propulser leur carrière vers le succès.

Une méthode d'apprentissage unique

TECH est la première université à utiliser *Relearning* dans tous ses formations. Il s'agit de la meilleure méthodologie d'apprentissage en ligne, accréditée par des certifications internationales de qualité de l'enseignement, fournies par des agences éducatives prestigieuses. En outre, ce modèle académique perturbateur est complété par la "Méthode des Cas", configurant ainsi une stratégie d'enseignement en ligne unique. Des ressources pédagogiques innovantes sont également mises en œuvre, notamment des vidéos détaillées, des infographies et des résumés interactifs.

L'université en ligne officielle de la NBA

TECH est l'université en ligne officielle de la NBA. Grâce à un accord avec la grande ligue de basket-ball, elle offre à ses étudiants des programmes universitaires exclusifs ainsi qu'un large éventail de ressources pédagogiques axées sur les activités de la ligue et d'autres domaines de l'industrie du sport. Chaque programme est conçu de manière unique et comprend des conférenciers exceptionnels: des professionnels ayant un passé sportif distingué qui apporteront leur expertise sur les sujets les plus pertinents.

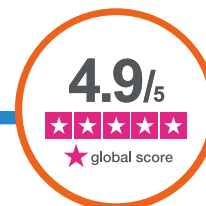
Leaders en matière d'employabilité

TECH a réussi à devenir l'université leader en matière d'employabilité. 99% de ses étudiants obtiennent un emploi dans le domaine qu'ils ont étudié dans l'année qui suit la fin de l'un des programmes de l'université. Un nombre similaire parvient à améliorer immédiatement sa carrière. Tout cela grâce à une méthodologie d'étude qui fonde son efficacité sur l'acquisition de compétences pratiques, absolument nécessaires au développement professionnel.



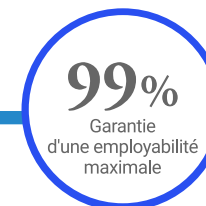
Google Partner Premier

Le géant américain de la technologie a décerné à TECH le badge Google Partner Premier. Ce prix, qui n'est décerné qu'à 3% des entreprises dans le monde, souligne l'expérience efficace, flexible et adaptée que cette université offre aux étudiants. Cette reconnaissance atteste non seulement de la rigueur, de la performance et de l'investissement maximaux dans les infrastructures numériques de TECH, mais positionne également TECH comme l'une des principales entreprises technologiques au monde.



L'université la mieux évaluée par ses étudiants

Les étudiants ont positionné TECH comme l'université la mieux évaluée du monde dans les principaux portails d'opinion, soulignant sa note la plus élevée de 4,9 sur 5, obtenue à partir de plus de 1 000 évaluations. Ces résultats consolident TECH en tant qu'institution universitaire de référence internationale, reflétant l'excellence et l'impact positif de son modèle éducatif.



03

Objectifs pédagogiques

Ce programme universitaire a pour objectif d'offrir aux professionnels une approche globale de la Nutrition Sportive. Il permet ainsi de développer des compétences pour évaluer avec précision l'état nutritionnel, concevoir des plans alimentaires adaptés à différentes disciplines sportives et mettre en œuvre des stratégies nutritionnelles qui optimisent les performances physiques et la récupération. Il facilite également la capacité à interpréter les tendances alimentaires actuelles et à adapter les interventions en fonction des besoins individuels. Grâce à une formation pratique dans des environnements technologiques de pointe avec des tuteurs spécialisés, les compétences scientifiques et techniques sont renforcées, garantissant ainsi des performances professionnelles efficaces et actualisées.



- ♦ Fournir des connaissances actualisées sur les avancées en matière d'alimentation et leur impact sur la santé et les performances sportives
- ♦ Explorer les tendances actuelles en matière de Nutrition, en analysant leur applicabilité dans différents contextes professionnels
- ♦ Développer des compétences en matière d'évaluation de l'état nutritionnel et de l'alimentation, en facilitant leur application dans la pratique clinique et sportive
- ♦ Approfondir les connaissances sur l'alimentation dans la pratique sportive, en optimisant les performances physiques grâce à des stratégies nutritionnelles fondées sur des preuves
- ♦ Examiner le végétarisme et le véganisme, en abordant leurs avantages et leurs implications dans le domaine sportif et clinique
- ♦ Adapter les stratégies nutritionnelles aux différentes étapes de la vie et à des populations spécifiques, en garantissant des interventions personnalisées





Objectifs spécifiques

- ♦ Comprendre les bases moléculaires de la Nutrition et leur impact sur l'organisme
- ♦ Explorer la nutriginétique et la nutriginomique pour comprendre leur impact sur l'alimentation personnalisée
- ♦ Évaluer les besoins énergétiques et les méthodes d'évaluation de la dépense énergétique dans différentes populations
- ♦ Approfondir les besoins énergétiques et l'état nutritionnel des sportifs afin d'optimiser leurs performances
- ♦ Comprendre le concept de seuil lactique et sa relation avec la bioénergétique mixte dans les fibres musculaires, en améliorant l'efficacité métabolique pendant l'exercice
- ♦ Différencier les types de régimes à base de plantes, en mettant l'accent sur leurs avantages pour les athlètes végétaliens et végétariens
- ♦ Approfondir la triade de la femme athlète, en abordant des conditions telles que l'aménorrhée et l'ostéoporose dans le contexte sportif
- ♦ Évaluer l'impact d'une alimentation complète sur la prévention et la récupération des blessures
- ♦ Comparer les modèles alimentaires et leur impact sur la prévention des maladies
- ♦ Développer des modèles de planification des régimes alimentaires, tels que des menus hebdomadaires et des méthodologies d'échange d'aliments

04

Stage Pratique

La période de formation pratique de ce programme universitaire en Nutrition sportive comprend un stage intensif dans un organisme de référence. Ce stage permettra au diplômé d'appliquer directement ses connaissances dans un contexte réel, en collaborant avec des professionnels reconnus dans le domaine. Les diplômés mettront ainsi en œuvre des stratégies nutritionnelles innovantes afin d'optimiser les performances et la récupération des athlètes.

Dans cette formation entièrement pratique, les activités sont axées sur le développement et le perfectionnement des compétences nécessaires pour intervenir efficacement dans le domaine de la Nutrition appliquée au sport, en tenant compte des besoins individuels et collectifs. De plus, les stages sont axés sur l'application directe de protocoles nutritionnels dans divers contextes sportifs, garantissant ainsi une expérience professionnelle complète.

Ainsi, le programme universitaire se présente comme une occasion unique pour les professionnels de perfectionner leurs compétences dans un environnement technologiquement avancé. Ils auront également la possibilité d'intégrer des stratégies de Nutrition Sportive dans des scénarios réels et dans des espaces entièrement équipés, ce qui leur permettra de consolider et d'optimiser leurs capacités dans un contexte pratique et dynamique.

L'enseignement pratique sera dispensé avec la participation active de l'étudiant, qui réalisera les activités et les procédures de chaque domaine de compétence (apprendre à apprendre et à faire), avec l'accompagnement et les conseils des enseignants et d'autres collègues formateurs qui facilitent le travail en équipe et l'intégration multidisciplinaire en tant que compétences transversales pour la pratique sportive (apprendre à être et apprendre à être en relation).

Les procédures décrites ci-dessous constitueront la base de la partie pratique de la formation et leur mise en œuvre sera fonction de la disponibilité et de la charge de travail du centre, les activités proposées étant les suivantes :





Module	Activité pratique
Abordage des innovations récentes en matière de Nutrition	Comprendre les bases moléculaires de la Nutrition
	Actualiser ses connaissances sur la composition des aliments
	Évaluer les dangers physiques, chimiques et microbiologiques liés à la sécurité alimentaire
	Interpréter le nouvel étiquetage alimentaire et les informations destinées aux consommateurs
Analyse de l'état nutritionnel et conception de régimes alimentaires appliqués	Calculer les besoins énergétiques et appliquer des méthodes d'évaluation de la dépense énergétique
	Analyser la composition corporelle et établir un diagnostic clinique à partir des signes et symptômes
	Évaluer l'apport alimentaire et nutritionnel à l'aide de méthodes directes et indirectes
	Mettre à jour les besoins nutritionnels et les apports recommandés pour les différentes étapes de la vie
Stratégies nutritionnelles appliquées à la performance sportive	Analyser l'adaptation physiologique et métabolique à l'exercice dans différentes disciplines sportives
	Évaluer les besoins énergétiques, l'état nutritionnel et la capacité physique du sportif
	Planifier l'alimentation et l'hydratation avant, pendant et après la compétition
	Appliquer des stratégies de récupération nutritionnelle et de gestion des troubles alimentaires et psychologiques liés à la pratique sportive
Techniques de nutrition pour des groupes d'âge et des collectifs particuliers	Analyser les besoins nutritionnels et les facteurs limitants chez les femmes sportives et enceintes
	Évaluer les effets de l'exercice physique chez les enfants sportifs, notamment la force et l'endurance
	Surveiller les changements corporels liés au vieillissement et leur impact sur la composition musculaire et grasseuse
	Concevoir des stratégies de supplémentation adaptées aux besoins des sportifs seniors

05

Centres de stages

Voici quelques-uns des centres de stage sélectionnés par TECH pour ce programme universitaire. Toutefois, si aucun d'entre eux ne répond à vos attentes ou à vos besoins, TECH s'engage à gérer la formalisation d'un accord avec une entité qui répond à vos préférences, garantissant ainsi une expérience entièrement personnalisée.

“

Vous intégrerez dans votre routine professionnelle les connaissances les plus avancées acquises grâce à une approche exclusivement pratique”





L'étudiant pourra suivre cette formation dans les centres suivants :



Centro Sano San Pedro

Pays
Espagne

Ville
Burgos

Adresse : San Pedro y San Felices
n°15-n°17. 09001. Burgos

Conseiller en gestion d'entreprise à Madrid

Formations pratiques connexes :

- Entraînement Personnel Thérapeutique
- Nutrition Sportive



Sciences du sport

Centro Sano López Bravo

Pays
Espagne

Ville
Burgos

Adresse : C/ López Bravo 1, Puerta 4, módulo 4.
09001. Villalonquejar

Conseiller en gestion d'entreprise à Madrid

Formations pratiques connexes :

- Entraînement Personnel Thérapeutique
- Nutrition Sportive



Sciences du sport

Centro Sano Paseo de la Isla

Pays
Espagne

Ville
Burgos

Adresse : Paseo la Isla, 7. 09003. Burgos

Conseiller en gestion d'entreprise à Madrid

Formations pratiques connexes :

- Entraînement Personnel Thérapeutique
- Nutrition Sportive



Sciences du sport

Olympus Center

Pays
Espagne

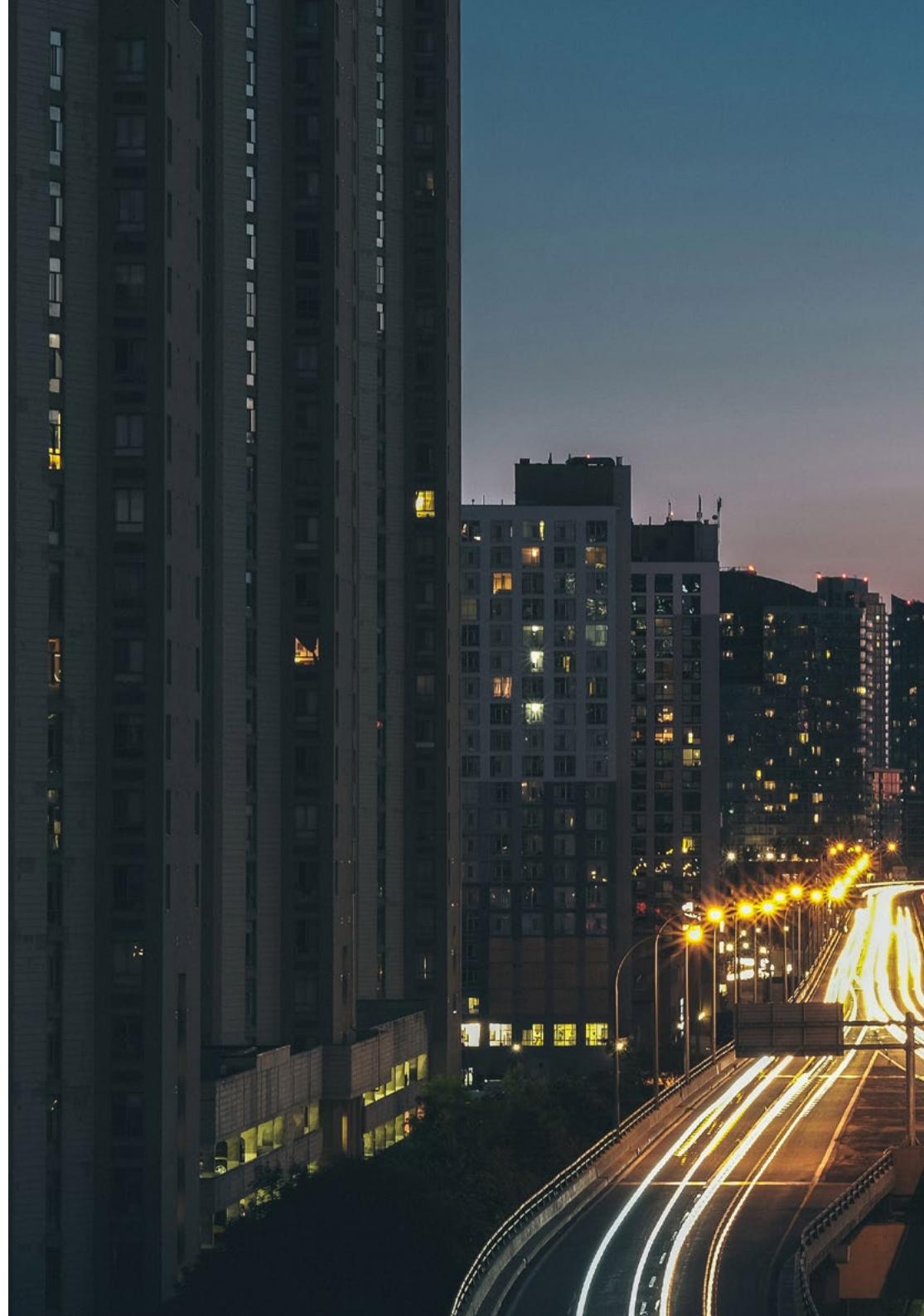
Ville
Madrid

Adresse : Calle de Palos de la Frontera,
16, 28012 Madrid

Olympus Center est spécialisé dans la réalisation des
objectifs de chacun, en tenant compte de sa condition
physique

Formations pratiques connexes :

- Haute Performance Sportive
- Moniteur de Gymnastique



“

*Vous ferez l'expérience directe
de la réalité du travail dans ce
domaine, dans un environnement
exigeant et gratifiant"*

06

Conditions générales

Assurance responsabilité civile

La principale préoccupation de l'université est de garantir la sécurité des stagiaires et des autres collaborateurs nécessaires aux processus de formation pratique dans l'entreprise. Parmi les mesures destinées à atteindre cet objectif figure la réponse à tout incident pouvant survenir au cours de la formation d'apprentissage.

À cette fin, l'université s'engage à souscrire une assurance responsabilité civile pour couvrir toute éventualité pouvant survenir pendant le séjour au centre de stage.

Cette police d'assurance couvrant la Responsabilité Civile des stagiaires doit être complète et doit être souscrite avant le début de la période de Formation Pratique. Ainsi, le professionnel n'a pas à se préoccuper des imprévus et bénéficiera d'une couverture jusqu'à la fin du stage pratique dans le centre.



Conditions Générales de la Formation Pratique

Les conditions générales de la convention de stage pour le programme sont les suivantes :

1. TUTEUR: Pendant la Formation Pratique, l'étudiant se verra attribuer deux tuteurs qui l'accompagneront tout au long du processus, en résolvant tous les doutes et toutes les questions qui peuvent se poser. D'une part, il y aura un tuteur professionnel appartenant au centre de placement qui aura pour mission de guider et de soutenir l'étudiant à tout moment. D'autre part, un tuteur académique sera également assigné à l'étudiant, et aura pour mission de coordonner et d'aider l'étudiant tout au long du processus, en résolvant ses doutes et en lui facilitant tout ce dont il peut avoir besoin. De cette manière, le professionnel sera accompagné à tout moment et pourra consulter les doutes qui pourraient surgir, tant sur le plan pratique que sur le plan académique.

2. DURÉE: le programme de formation pratique se déroulera sur trois semaines continues, réparties en journées de 8 heures, cinq jours par semaine. Les jours de présence et l'emploi du temps relèvent de la responsabilité du centre, qui en informe dûment et préalablement le professionnel, et suffisamment à l'avance pour faciliter son organisation.

3. ABSENCE: En cas de non présentation à la date de début de la Formation Pratique, l'étudiant perdra le droit au stage sans possibilité de remboursement ou de changement de dates. Une absence de plus de deux jours au stage, sans raison médicale justifiée, entraînera l'annulation du stage et, par conséquent, la résiliation automatique de la formation. Tout problème survenant au cours du séjour doit être signalé d'urgence au tuteur académique.

4. CERTIFICATION: l'étudiant qui réussit la Formation Pratique recevra un certificat accréditant le séjour dans le centre en question.

5. RELATION DE TRAVAIL: La formation pratique ne constitue pas une relation de travail de quelque nature que ce soit.

6. ÉTUDES PRÉALABLES: certains centres peuvent exiger un certificat d'études préalables pour effectuer la Formation Pratique. Dans ce cas, il sera nécessaire de le présenter au département de formations pratiques de TECH afin de confirmer l'affectation du centre choisi.

7. NON INCLUS: La Formation Pratique ne comprend aucun élément non décrit dans les présentes conditions. Par conséquent, il ne comprend pas l'hébergement, le transport vers la ville où le stage a lieu, les visas ou tout autre avantage non décrit.

Toutefois, les étudiants peuvent consulter leur tuteur académique en cas de doutes ou de recommandations à cet égard. Ce dernier lui fournira toutes les informations nécessaires pour faciliter les démarches.

07 Diplôme

Ce programme vous permettra d'obtenir votre diplôme propre de **Formation Pratique en Nutrition Sportive** approuvé par **TECH Global University**, la plus grande Université numérique du monde.

TECH Global University est une Université Européenne Officielle reconnue publiquement par le Gouvernement d'Andorre ([journal officiel](#)). L'Andorre fait partie de l'Espace Européen de l'Enseignement Supérieur (EEES) depuis 2003. L'EEES est une initiative promue par l'Union européenne qui vise à organiser le cadre international de formation et à harmoniser les systèmes d'enseignement supérieur des pays membres de cet espace. Le projet promeut des valeurs communes, la mise en œuvre d'outils communs et le renforcement de ses mécanismes d'assurance qualité afin d'améliorer la collaboration et la mobilité des étudiants, des chercheurs et des universitaires.

Ce diplôme propre de **TECH Global University** est un programme européen de formation continue et d'actualisation professionnelle qui garantit l'acquisition de compétences dans son domaine de connaissances, conférant une grande valeur curriculaire à l'étudiant qui réussit le programme.

Diplôme: **Formation Pratique en Nutrition Sportive**

Durée: **3 semaines**

Modalité: **du lundi au vendredi, durant 8 heures consécutives**

Crédits: **4 ECTS**



future

santé confiance personnes

éducation information tuteurs

garantie accréditation enseignement

institutions technologie apprentissage

communauté engagement

service personnalisé innovation

connaissance présent qualité

en ligne formation

développement institutions

classe virtuelle langues

tech global
university

Formation Pratique
Nutrition Sportive

Formation Pratique Nutrition Sportive

Approuvé par la NBA

