

# Certificat Avancé

## Nutrition dans le Sport Aquatique

Approuvé par la NBA





**tech** université  
technologique

## Certificat Avancé

### Nutrition dans le Sport Aquatique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: [www.techtitute.com/fr/nutrition/diplome-universite/diplome-universite-nutrition-sport-aquatique](http://www.techtitute.com/fr/nutrition/diplome-universite/diplome-universite-nutrition-sport-aquatique)

# Sommaire

01

Présentation

---

*page 4*

02

Objectifs

---

*page 8*

03

Direction de la formation

---

*page 12*

04

Structure et contenu

---

*page 18*

05

Méthodologie d'étude

---

*page 22*

06

Diplôme

---

*page 32*

# 01

# Présentation

Pour les nutritionnistes, il est impératif de connaître les différents paramètres des athlètes pour élaborer des stratégies alimentaires. Dans des disciplines comme la Natation ou le Water-Polo, par exemple, il est crucial d'établir la composition corporelle des compétiteurs. Dans le même temps, l'identification de ces valeurs nécessite une maîtrise exhaustive des procédures et des technologies les plus avancées. Dans ce contexte, TECH a conçu un programme d'études qui inclut toutes ces innovations. Ainsi, cet itinéraire académique permet aux spécialistes d'aborder les différents aspects de la physiologie des sports aquatiques et d'intervenir sur les pathologies ou les blessures par le biais d'une nutrition correcte. Pour consolider ces connaissances, le programme s'appuie sur la méthodologie disruptive *Relearning* et sur un corps enseignant composé d'experts dotés d'une vaste expérience.





“

*Avec une modalité académique 100% en ligne, TECH vous offre l'expert universitaire le plus complet sur la Nutrition Sportive dans les Sports Aquatiques pour élargir vos compétences et vos horizons professionnels”*

La nécessité de comprendre comment les différents nutriments et les stratégies d'alimentation influencent les performances athlétiques est devenue l'un des domaines de recherche les plus importants pour les nutritionnistes et autres techniciens du sport. De nombreuses études ont examiné des modèles perturbateurs pour optimiser l'apport en macronutriments, la supplémentation ciblée ou la gestion de l'hydratation. Tout cela vise à améliorer les performances ou le redressement des concurrents.

Cependant, il existe un défi permanent concernant ces innovations: leur mise en œuvre. De nombreuses équipes et joueurs individuels n'ont pas encore eu accès à ces avancées parce que les spécialistes en charge de leur alimentation ont du mal à trouver toutes les preuves scientifico-techniques dans ce domaine dans une formation complète qui correspond à leurs besoins ou obligations personnels.

C'est la raison pour laquelle TECH comble toutes ces lacunes en proposant un Certificat Avancé complet. La qualification a été conçue pour que ses diplômés se penchent spécifiquement sur les besoins nutritionnels auxquels sont confrontés les athlètes de Sports Aquatiques. Des sujets tels que l'endurance et la puissance, le métabolisme énergétique, les aides ergogéniques, la composition corporelle et d'autres tendances visant à réguler le régime alimentaire des compétiteurs sont abordés. En outre, le programme examine également certains sports de combat et l'Haltérophilie. En même temps, il fournit un aperçu exhaustif des tendances nutritionnelles qui aident à prévenir les blessures ou à contrer leur impact à long terme.

Alors que le programme est basé sur un contenu actualisé et exclusif, les étudiants bénéficient également d'une méthodologie 100 % en ligne, c'est-à-dire qu'elle n'est soumise à aucun type de présence. Ainsi, le matériel est accessible 24 heures sur 24 et il est possible de l'analyser à l'endroit ou à l'heure que l'on décide individuellement. Ce parcours académique se distingue également par son corps enseignant, qui comprend un prestigieux Directeur Invité International qui dirige des *Masterclasses* exhaustives.

Ce **Certificat Avancé en Nutrition dans le Sport Aquatique** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actualisé du marché. Ses caractéristiques sont les suivantes:

- Le développement d'études de cas présentées par des experts en Nutrition dans le Sport Aquatique
- Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et pratiques sur les disciplines essentielles à la pratique professionnelle
- Les exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour améliorer l'apprentissage
- Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- Il est possible d'accéder aux contenus depuis tout appareil fixe ou portable doté d'une connexion à internet



*Les Masterclasses de cette formation universitaire sont dirigées par un directeur international invité qui possède une vaste expérience professionnelle dans le domaine de la nutrition axée sur les Sports Aquatiques”*

“

*La méthodologie de TECH se distingue par la mise en œuvre du système de pointe Relearning et l'analyse de cas réels: une occasion sans précédent d'acquérir des compétences théoriques et pratiques”*

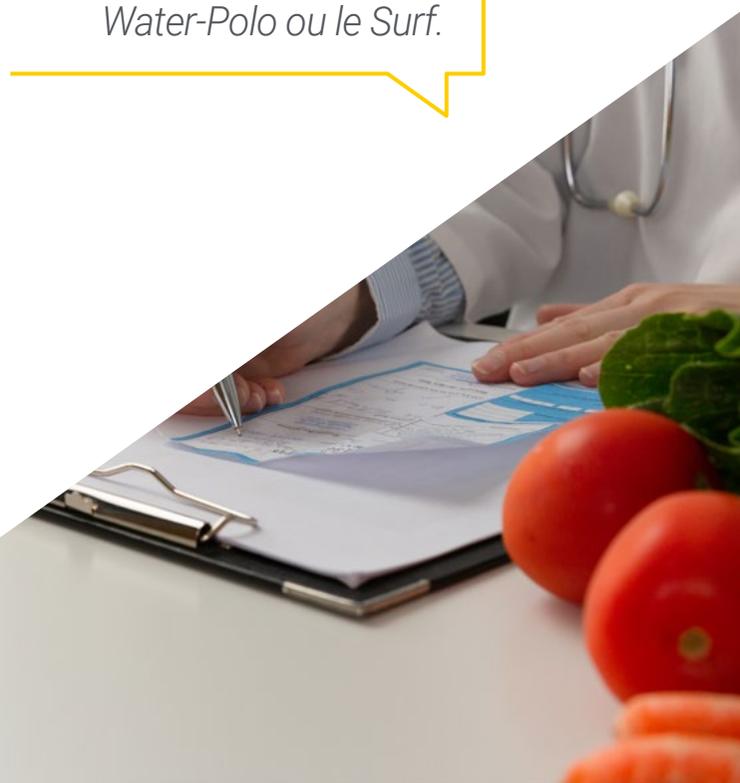
Le corps enseignant du programme comprend des professionnels du secteur qui apportent l'expérience de leur travail à cette formation, ainsi que des spécialistes reconnus issus de grandes sociétés et d'universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme académique. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

*Un parcours académique flexible, sans horaires stricts, dans lequel vous pourrez accéder aux contenus 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.*

*Vous maîtriserez les limites de performance que peuvent connaître les compétiteurs dans des sports nautiques spécifiques tels que le Water-Polo ou le Surf.*



# 02

## Objectifs

Le principe central de ce programme de TECH est de fournir aux étudiants une description précise de la physiologie spécifique et de la préparation de la composition requise par un athlète aquatique. Grâce aux concepts et aux outils de travail les plus novateurs dans ce domaine, les diplômés du programme développeront leurs compétences pratiques en matière de planification des programmes nutritionnels et du potentiel de ces derniers pour atteindre une performance athlétique maximale. En d'autres termes, l'objectif de ce diplôme universitaire est que tous les diplômés soient en mesure d'appliquer les dernières tendances dans leur pratique professionnelle quotidienne.



“

*Vous aborderez les stratégies diététiques visant à prévenir les blessures et vous approfondirez la relation entre le sommeil et la nutrition”*



## Objectifs généraux

---

- ♦ Gérer des connaissances avancées sur la planification nutritionnelle chez les athlètes professionnels et non professionnels pour une performance saine de l'exercice physique
- ♦ Gérer des connaissances avancées sur la planification nutritionnelle chez les sportifs professionnels de différentes disciplines afin d'atteindre une performance sportive maximale
- ♦ Gérer des connaissances avancées sur la planification nutritionnelle chez les sportifs professionnels dans les disciplines d'équipe pour atteindre une performance sportive maximale
- ♦ Gérer et consolider l'initiative et l'esprit d'entreprise pour mettre en place des projets liés à la Nutrition dans l'activité physique et le sport
- ♦ Savoir intégrer les différentes avancées scientifiques dans son propre domaine professionnel
- ♦ Acquérir la capacité de travailler dans un environnement pluridisciplinaire
- ♦ Avoir une compréhension approfondie du contexte dans lequel le domaine de leur spécialité se développe
- ♦ Compétences avancées pour détecter les éventuels signes d'altération nutritionnelle associés à la pratique sportive
- ♦ Gérer les compétences nécessaires à travers le processus d'enseignement et d'apprentissage qui leur permettra de continuer à se former et à apprendre dans le domaine de la Nutrition dans le sport, à la fois grâce aux contacts établis avec les enseignants et les professionnels du programme et de manière autonome
- ♦ Se spécialiser dans la structure du tissu musculaire et son implication dans le sport
- ♦ Connaissance des besoins énergétiques et nutritionnels des sportifs dans différentes situations physiopathologiques
- ♦ Se spécialiser dans les besoins énergétiques et nutritionnels des sportifs dans différentes situations spécifiques à l'âge et au sexe
- ♦ Se spécialiser dans les stratégies diététiques pour la prévention et le traitement de l'athlète blessé
- ♦ Se spécialiser dans les besoins énergétiques et nutritionnels des enfants athlètes
- ♦ Spécialisé dans les besoins énergétiques et nutritionnels des sportifs paralympiques



*Découvrez la préparation nutritionnelle nécessaire avant et après une compétition, ainsi que les principales aides ergogéniques adaptées aux Sports Aquatiques”*



## Objectifs spécifiques

---

### Module 1. Sports aquatiques

- ◆ Approfondir les caractéristiques les plus importantes des principaux sports aquatiques
- ◆ Comprendre les exigences et les besoins de l'activité sportive dans un environnement aquatique
- ◆ Différencier les besoins nutritionnels des différents sports nautiques

### Module 2. Sports par catégorie de poids

- ◆ Déterminer les différentes caractéristiques et besoins des sports par catégorie de poids
- ◆ Comprendre en profondeur les stratégies nutritionnelles dans la préparation de l'athlète pour la compétition
- ◆ Optimiser l'amélioration de la composition corporelle par une approche nutritionnelle

### Module 3. Période de blessure

- ◆ Déterminer les différentes phases de la blessure
- ◆ Contribuer à la prévention des blessures
- ◆ Améliorer le pronostic de la blessure
- ◆ Établir une stratégie nutritionnelle en fonction des nouveaux besoins nutritionnels qui apparaissent pendant la période de blessure



# 03

## Direction de la formation

Chaque discipline sportive exige l'engagement intégré des athlètes et du personnel d'encadrement. Dans ce domaine, les enseignants de ce programme de TECH ont une grande expérience et, en particulier, une connaissance approfondie des exigences des Sports Aquatiques. Afin d'accumuler ces connaissances, tous les membres de l'équipe enseignante ont été impliqués dans des équipes et des joueurs individuels. Ces compétences théoriques et pratiques ont été incorporées dans le programme de ce Certificat Avancé, ce qui donne lieu à l'itinéraire académique le plus complet et le plus spécialisé disponible à l'heure actuelle.





“

*L'ensemble du corps enseignant de ce programme a accumulé une expérience rigoureuse en tant que nutritionnistes d'athlètes liés aux Sports Aquatiques”*

## Directeur invité international

Jamie Meeks a démontré tout au long de sa carrière son dévouement à la **Nutrition Sportive**. Après avoir obtenu un diplôme dans ce domaine à l'Université d'État de Louisiane, elle s'est rapidement fait connaître. Son talent et son engagement ont été reconnus lorsqu'elle a reçu le prestigieux **prix du Jeune Diététicien de l'Année** décerné par l'Association Diététique de Louisiane, une réussite qui a marqué le début d'une carrière fructueuse.

Après avoir obtenu son diplôme de premier cycle, Jamie Meeks a poursuivi ses études à l'Université de l'Arkansas, où elle a effectué son stage en **Diététique**. Elle a ensuite obtenu un Master en Kinésiologie avec une spécialisation en **Physiologie de l'Exercice** à l'Université d'État de Louisiane. Sa passion pour aider les athlètes à atteindre leur plein potentiel et son engagement infatigable en faveur de l'excellence font d'elle une figure de proue de la communauté sportive et nutritionnelle.

Ses connaissances approfondies dans ce domaine l'ont amenée à devenir la première **Directrice de la Nutrition Sportive** dans l'histoire du département athlétique de l'Université d'État de Louisiane. Elle a développé des programmes innovants pour répondre aux besoins alimentaires des athlètes et les éduquer sur l'importance d'une **bonne nutrition** pour des **performances optimales**.

Par la suite, elle a occupé le poste de **Directrice de la Nutrition Sportive** pour l'équipe NFL des **Saints de la Nouvelle-Orléans**. À ce titre, elle veille à ce que les joueurs professionnels bénéficient des meilleurs soins nutritionnels possibles, en travaillant en étroite collaboration avec les entraîneurs, les soigneurs et le personnel médical afin d'optimiser les performances et la santé de chacun.

À ce titre, Jamie Meeks est considérée comme un véritable leader dans son domaine, étant un membre actif de plusieurs associations professionnelles et participant à l'avancement de la **Nutrition Sportive** au niveau national. À cet égard, elle est également membre de l'**Académie de la Nutrition et de la Diététique** et de l'**Association des Diététiciens Sportifs Agréés et Professionnels**.



## Mme Meeks, Jamie

---

- ♦ Directrice de la Nutrition Sportive de l'équipe des New Orleans Saints de la NFL, Louisiane, Etats-Unis
- ♦ Coordinatrice de la Nutrition Sportive à l'Université d'Etat de Louisiane
- ♦ Diététicienne agréée par l'Académie de Nutrition et de Diététique
- ♦ Spécialiste certifiée en diététique sportive
- ♦ Master en Kinésiologie avec une spécialisation en Physiologie de l'exercice à l'Université d'Etat de Louisiane
- ♦ Diplôme en Diététique de l'Université d'Etat de Louisiane
- ♦ Membre de : Association Diététique de Louisiane, Association des Diététiciens Sportifs Collégiaux et Professionnels, Groupe de Pratique Diététique de Nutrition Sportive Cardiovasculaire et de Bien-être

“

*Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde"*

## Direction



### Dr Marhuenda Hernández, Javier

- ♦ Nutritionniste dans des Clubs de Football Professionnels
- ♦ Responsable du Département de Nutrition Sportive Club Albacete Balompié SAD
- ♦ Responsable du Département de Nutrition Sportive Université Catholique de Murcie, UCAM Murcie Football Club
- ♦ Conseiller Scientifique Nutrium
- ♦ Conseiller en Nutrition Centre Impulse
- ♦ Chargé de cours et Coordinateur des Études Postuniversitaires
- ♦ Docteur en Nutrition et Sécurité Alimentaire Université Catholique de San Antonio Murcie
- ♦ Diplôme en Nutrition Humaine et Diététique Université Catholique de San Antonio Murcie
- ♦ Master en Nutrition Clinique Université Catholique de San Antonio Murcie
- ♦ Académicien Académie Espagnole de Nutrition et de Diététique (AEND)

## Professeurs

### Dr Ramírez Munuera, Marta

- ♦ Nutritionniste Sportif experte en Sports de Force
- ♦ Nutritionniste M10 Health and Fitness. Centre de Santé et de Sports
- ♦ Nutritionniste Mario Ortiz Nutrition
- ♦ Formatrice dans des Cours et des Ateliers sur la Nutrition Sportive
- ♦ Conférencière lors de Conférences et de Séminaires sur la Nutrition Sportive
- ♦ Diplôme en Nutrition Humaine et Diététique Université Catholique de San Antonio Murcie
- ♦ Master en Nutrition dans le domaine de l'Activité Physique et du Sport Université Catholique de San Antonio Murcie



# 04

## Structure et contenu

Le programme de ce Certificat Avancé de TECH couvrira différents aspects perturbateurs que les étudiants analyseront sur une période d'un peu plus de 6 mois. Il s'agit d'une étude où ils se plongeront dans l'histoire et l'actualité des Sports Aquatiques. Ils décriront également dans l'itinéraire académique des aspects tels que la préparation à la compétition, la programmation de la saison, la composition corporelle des joueurs ou les meilleures stratégies nutritionnelles pour prévenir les blessures et autres affections résiduelles. En même temps, le programme est soutenu par une méthodologie exclusive 100% en ligne et ses contenus seront entièrement accessibles dès le premier jour.

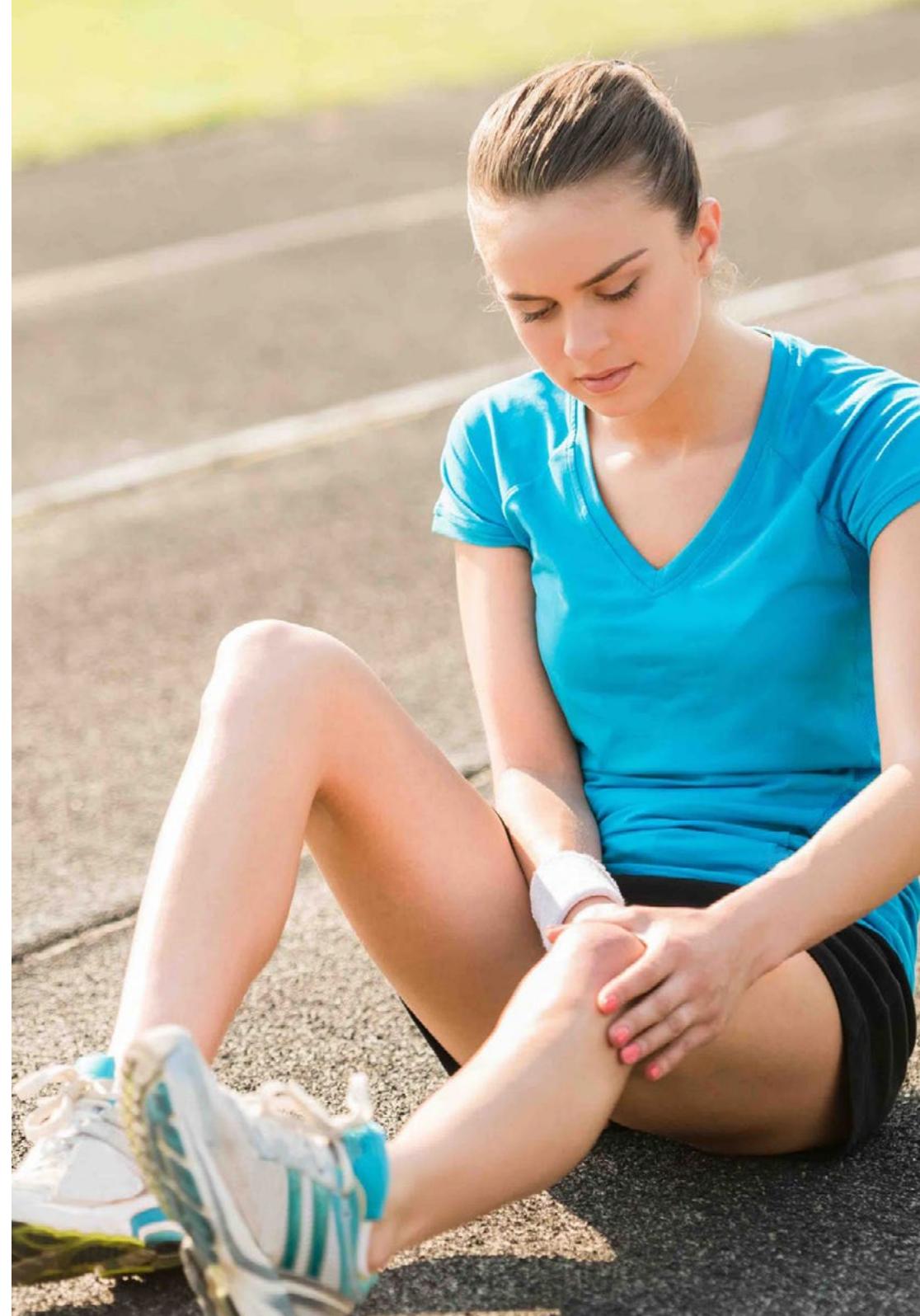


“

*De l'histoire des Sports Aquatiques à la physiologie spécifique impliquée dans ces activités sportives seront abordés dans ce Certificat Avancé'*

## Module 1. Sports aquatiques

- 1.1. Histoire des sports aquatiques
  - 1.1.1. Jeux olympiques et grands tournois
  - 1.1.2. Les sports aquatiques aujourd'hui
- 1.2. Limites de performance
  - 1.2.1. Sports aquatiques dans l'eau (natation, water-polo, etc.)
  - 1.2.2. Sports aquatiques sur l'eau (surf, voile, canoë, etc.)
- 1.3. Caractéristiques de base des sports nautiques
  - 1.3.1. Sports aquatiques dans l'eau (natation, water-polo, etc.)
  - 1.3.2. Sports aquatiques sur l'eau (surf, voile, canoë, etc.)
- 1.4. Physiologie des sports aquatiques
  - 1.4.1. Le métabolisme énergétique
  - 1.4.2. Biotype de l'athlète
- 1.5. Entraînement
  - 1.5.1. Force
  - 1.5.2. Endurance
- 1.6. Composition corporelle
  - 1.6.1. Natation
  - 1.6.2. Waterpolo
- 1.7. Avant la compétition
  - 1.7.1. 3 heures avant
  - 1.7.2. 1 heure avant
- 1.8. Per-compétition
  - 1.8.1. Glucides
  - 1.8.2. Hydratation
- 1.9. Après la compétition
  - 1.9.1. Hydratation
  - 1.9.2. Protéine
- 1.10. Aides ergogéniques
  - 1.10.1. Créatine
  - 1.10.2. Caféine



**Module 2. Sports par catégorie de poids**

- 2.1. Caractéristiques des principaux sports par catégorie de poids
  - 2.1.1. Règles
  - 2.1.2. Catégories
- 2.2. Programmation de la saison
  - 2.2.1. Compétitions
  - 2.2.2. Macrocycle
- 2.3. Composition corporelle
  - 2.3.1. Sports de combat
  - 2.3.2. Haltérophilie
- 2.4. Les étapes de la prise de masse musculaire
  - 2.4.1. % de graisse corporelle
  - 2.4.2. Programmation
- 2.5. Les étapes de définition
  - 2.5.1. Glucides
  - 2.5.2. Protéine
- 2.6. Avant la compétition
  - 2.6.1. Peak Week
  - 2.6.2. Avant la pesée
- 2.7. Per-compétition
  - 2.7.1. Applications pratiques
  - 2.7.2. Timing
- 2.8. Après la compétition
  - 2.8.1. Hydratation
  - 2.8.2. Protéine
- 2.9. Aides ergogéniques
  - 2.9.1. Créatine
  - 2.9.2. *Whey protein*

**Module 3. Période de blessure**

- 3.1. Introduction
- 3.2. Prévention des blessures chez l'athlète
  - 3.2.1. Disponibilité énergétique relative dans le sport
  - 3.2.2. Conséquences sur la santé bucco-dentaire et les blessures
  - 3.2.3. Fatigue, nutrition et blessures
  - 3.2.4. Sommeil, nutrition et lésions
- 3.3. Phases de la blessure
  - 3.3.1. Phase d'immobilisation Inflammation et changements survenant au cours de cette phase
  - 3.3.2. Retour à la phase d'activité
- 3.4. Apport énergétique pendant la période de blessure
- 3.5. Apport en macronutriments pendant la période de blessure
  - 3.5.1. Apport en glucides
  - 3.5.2. Apport en graisses
  - 3.5.3. Apport en protéines
- 3.6. Apport de micronutriments particulièrement préoccupants pendant la blessure
- 3.7. Suppléments sportifs avec preuves pendant la période de la blessure
  - 3.7.1. Créatine
  - 3.7.2. Omega 3
  - 3.7.3. Autres
- 3.8. Lésions des tendons et des ligaments
  - 3.8.1. Introduction aux blessures des tendons et des ligaments Structure du tendon
  - 3.8.2. Collagène, gélatine et vitamine C. Peuvent-ils aider?
  - 3.8.3. Autres nutriments impliqués dans la synthèse du collagène
- 3.9. Retour à la compétition
  - 3.9.1. Considérations nutritionnelles lors du retour à la compétition
- 3.10. Des études de cas intéressantes dans la littérature scientifique sur les blessures

05

# Méthodologie d'étude

TECH est la première université au monde à combiner la méthodologie des **case studies** avec **Relearning**, un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition guidée.

Cette stratégie d'enseignement innovante est conçue pour offrir aux professionnels la possibilité d'actualiser leurs connaissances et de développer leurs compétences de manière intensive et rigoureuse. Un modèle d'apprentissage qui place l'étudiant au centre du processus académique et lui donne le rôle principal, en s'adaptant à ses besoins et en laissant de côté les méthodologies plus conventionnelles.



“

*TECH vous prépare à relever de nouveaux défis dans des environnements incertains et à réussir votre carrière”*

## L'étudiant: la priorité de tous les programmes de TECH

Dans la méthodologie d'étude de TECH, l'étudiant est le protagoniste absolu. Les outils pédagogiques de chaque programme ont été sélectionnés en tenant compte des exigences de temps, de disponibilité et de rigueur académique que demandent les étudiants d'aujourd'hui et les emplois les plus compétitifs du marché.

Avec le modèle éducatif asynchrone de TECH, c'est l'étudiant qui choisit le temps qu'il consacre à l'étude, la manière dont il décide d'établir ses routines et tout cela dans le confort de l'appareil électronique de son choix. L'étudiant n'a pas besoin d'assister à des cours en direct, auxquels il ne peut souvent pas assister. Les activités d'apprentissage se dérouleront à votre convenance. Vous pouvez toujours décider quand et où étudier.

“

*À TECH, vous n'aurez PAS de cours en direct (auxquelles vous ne pourrez jamais assister)”*



## Les programmes d'études les plus complets au niveau international

TECH se caractérise par l'offre des itinéraires académiques les plus complets dans l'environnement universitaire. Cette exhaustivité est obtenue grâce à la création de programmes d'études qui couvrent non seulement les connaissances essentielles, mais aussi les dernières innovations dans chaque domaine.

Grâce à une mise à jour constante, ces programmes permettent aux étudiants de suivre les évolutions du marché et d'acquérir les compétences les plus appréciées par les employeurs. Ainsi, les diplômés de TECH reçoivent une préparation complète qui leur donne un avantage concurrentiel significatif pour progresser dans leur carrière.

De plus, ils peuvent le faire à partir de n'importe quel appareil, PC, tablette ou smartphone.

“

*Le modèle de TECH est asynchrone, de sorte que vous pouvez étudier sur votre PC, votre tablette ou votre smartphone où vous voulez, quand vous voulez et aussi longtemps que vous le voulez”*

## Case studies ou Méthode des cas

La méthode des cas est le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures écoles de commerce du monde. Développée en 1912 pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas seulement le droit sur la base d'un contenu théorique, sa fonction était également de leur présenter des situations réelles et complexes. De cette manière, ils pouvaient prendre des décisions en connaissance de cause et porter des jugements de valeur sur la manière de les résoudre. Elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard en 1924.

Avec ce modèle d'enseignement, ce sont les étudiants eux-mêmes qui construisent leurs compétences professionnelles grâce à des stratégies telles que *Learning by doing* ou le *Design Thinking*, utilisées par d'autres institutions renommées telles que Yale ou Stanford.

Cette méthode orientée vers l'action sera appliquée tout au long du parcours académique de l'étudiant avec TECH. Vous serez ainsi confronté à de multiples situations de la vie réelle et devrez intégrer des connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre vos idées et vos décisions. Il s'agissait de répondre à la question de savoir comment ils agiraient lorsqu'ils seraient confrontés à des événements spécifiques complexes dans le cadre de leur travail quotidien.



## Méthode Relearning

Chez TECH, les *case studies* sont complétées par la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le *Relearning*.

Cette méthode s'écarte des techniques d'enseignement traditionnelles pour placer l'apprenant au centre de l'équation, en lui fournissant le meilleur contenu sous différents formats. De cette façon, il est en mesure de revoir et de répéter les concepts clés de chaque matière et d'apprendre à les appliquer dans un environnement réel.

Dans le même ordre d'idées, et selon de multiples recherches scientifiques, la répétition est le meilleur moyen d'apprendre. C'est pourquoi TECH propose entre 8 et 16 répétitions de chaque concept clé au sein d'une même leçon, présentées d'une manière différente, afin de garantir que les connaissances sont pleinement intégrées au cours du processus d'étude.

*Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions: une équation directe vers le succès.*



## Un Campus Virtuel 100% en ligne avec les meilleures ressources didactiques

Pour appliquer efficacement sa méthodologie, TECH se concentre à fournir aux diplômés du matériel pédagogique sous différents formats: textes, vidéos interactives, illustrations et cartes de connaissances, entre autres. Tous ces supports sont conçus par des enseignants qualifiés qui axent leur travail sur la combinaison de cas réels avec la résolution de situations complexes par la simulation, l'étude de contextes appliqués à chaque carrière professionnelle et l'apprentissage basé sur la répétition, par le biais d'audios, de présentations, d'animations, d'images, etc.

Les dernières données scientifiques dans le domaine des Neurosciences soulignent l'importance de prendre en compte le lieu et le contexte d'accès au contenu avant d'entamer un nouveau processus d'apprentissage. La possibilité d'ajuster ces variables de manière personnalisée aide les gens à se souvenir et à stocker les connaissances dans l'hippocampe pour une rétention à long terme. Il s'agit d'un modèle intitulé *Neurocognitive context-dependent e-learning* qui est sciemment appliqué dans le cadre de ce diplôme universitaire.

D'autre part, toujours dans le but de favoriser au maximum les contacts entre mentors et mentorés, un large éventail de possibilités de communication est offert, en temps réel et en différé (messagerie interne, forums de discussion, service téléphonique, contact par courrier électronique avec le secrétariat technique, chat et vidéoconférence).

De même, ce Campus Virtuel très complet permettra aux étudiants TECH d'organiser leurs horaires d'études en fonction de leurs disponibilités personnelles ou de leurs obligations professionnelles. De cette manière, ils auront un contrôle global des contenus académiques et de leurs outils didactiques, mis en fonction de leur mise à jour professionnelle accélérée.



*Le mode d'étude en ligne de ce programme vous permettra d'organiser votre temps et votre rythme d'apprentissage, en l'adaptant à votre emploi du temps”*

### L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre acquis fondamentaux:

1. Les étudiants qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques ce qui permet à l'étudiant de mieux s'intégrer dans le monde réel.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.

## La méthodologie universitaire la mieux évaluée par ses étudiants

Les résultats de ce modèle académique innovant sont visibles dans les niveaux de satisfaction générale des diplômés de TECH.

L'évaluation par les étudiants de la qualité de l'enseignement, de la qualité du matériel, de la structure et des objectifs des cours est excellente. Sans surprise, l'institution est devenue l'université la mieux évaluée par ses étudiants sur la plateforme d'évaluation Global Score, avec une note de 4,9 sur 5.

*Accédez aux contenus de l'étude depuis n'importe quel appareil disposant d'une connexion Internet (ordinateur, tablette, smartphone) grâce au fait que TECH est à la pointe de la technologie et de l'enseignement.*

*Vous pourrez apprendre grâce aux avantages offerts par les environnements d'apprentissage simulés et à l'approche de l'apprentissage par observation: le Learning from an expert.*



Ainsi, le meilleur matériel pédagogique, minutieusement préparé, sera disponible dans le cadre de ce programme:



#### Matériel didactique

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour le programme afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel afin de mettre en place notre mode de travail en ligne, avec les dernières techniques qui nous permettent de vous offrir une grande qualité dans chacune des pièces que nous mettrons à votre service.



#### Pratique des aptitudes et des compétences

Vous effectuerez des activités visant à développer des compétences et des aptitudes spécifiques dans chaque domaine. Pratiques et dynamiques permettant d'acquérir et de développer les compétences et les capacités qu'un spécialiste doit acquérir dans le cadre de la mondialisation dans laquelle nous vivons.



#### Résumés interactifs

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias qui incluent de l'audio, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique de présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que «European Success Story».



#### Lectures complémentaires

Articles récents, documents de consensus, guides internationaux, etc... Dans notre bibliothèque virtuelle, vous aurez accès à tout ce dont vous avez besoin pour compléter votre formation.





**Case Studies**

Vous réaliserez une sélection des meilleures *case studies* dans le domaine. Des cas présentés, analysés et encadrés par les meilleurs spécialistes internationaux.



**Testing & Retesting**

Nous évaluons et réévaluons périodiquement vos connaissances tout au long du programme. Nous le faisons sur 3 des 4 niveaux de la Pyramide de Miller.



**Cours magistraux**

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode *Learning from an Expert* permet au professionnel de renforcer ses connaissances ainsi que sa mémoire, puis lui permet d'avoir davantage confiance en lui concernant la prise de décisions difficiles.



**Guides d'action rapide**

TECH propose les contenus les plus pertinents du programme sous forme de fiches de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



# 06 Diplôme

Le Certificat Avancé en Nutrition dans le Sport Aquatique garantit, outre la formation la plus rigoureuse et la plus actualisée, l'accès à un diplôme de Certificat Avancé délivré par TECH Université Technologique.



“

*Terminez ce programme avec succès  
et recevez votre diplôme sans avoir à  
vous soucier des déplacements ou des  
formalités administratives”*

Ce **Certificat Avancé en Nutrition dans le Sport Aquatique** contient le programme scientifique le plus complet et le actualisé du marché.

Après avoir passé l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier\* avec accusé de réception son diplôme de **Certificat Avancé** délivrée par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat Avancé, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat Avancé en Nutrition dans le Sport Aquatique**

Modalité: **en ligne**

Durée: **6 mois**



\*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

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** université  
technologique

## Certificat Avancé

Nutrition dans le  
Sport Aquatique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

# Certificat Avancé

## Nutrition dans le Sport Aquatique

Approuvé par la NBA

