

PROGRAMME DE FORMATION



DIPLÔME UNIVERSITAIRE

Ingénierie de la Haute
Performance Sportive :
Coaching-Data-Innovation
(IHPS-CDI)

Niveau de la formation (nomenclature 2019) :
Niveau 6 (ex niveau II) – Niveau de compétences : Bac + 3

LA FORMATION

Le Diplôme d'Université « **Ingénierie de la Haute Performance Sportive, coaching-data-innovation** » (IHPS – CDI), est un **diplôme universitaire, 100 % à distance**, délivré par **l'UFR STAPS de Nancy** (Université de Lorraine), en partenariat avec IFDIS Ingénierie du Sport.

Il sanctionne une formation assurée conjointement par des **enseignants chercheurs** à l'Université et des **intervenants professionnels** du domaine du **sport et de l'activité physique**.

Responsable de la formation : Gérôme Gauchard, Professeur des universités, Faculté des Sciences du Sport de Nancy, Université de Lorraine



OBJECTIFS DU DIPÔME

- Comprendre l'environnement d'une cellule performance,
- Acquérir une "qualification métier" par une approche pédagogique pointue de tous les paramètres de la performance sportive directement applicable sur le terrain,
- Acquérir les compétences nécessaires pour modéliser et analyser toutes les disciplines sportives sur les plans physique (physiologique, biomécanique, technique, énergétique et psychologique),
- Maîtriser les logiciels de préparation physique et de suivi d'entraînement aux multiples fonctionnalités, permettant la gestion des sportifs et des équipes ainsi que le pilotage de la performance regroupée en un seul outil ; le tout transférable au personal training loisir-forme-santé,
- Acquérir les savoir-faire permettant de concevoir, réajuster et planifier sur l'année des séances énergétiques, musculaires et techniques (spécialité sportive),
- Acquérir les notions indispensables de l'analyse vidéo.
-

OBJECTIFS VISÉS A L'ISSUE DE LA FORMATION

- Modéliser tous les sports individuels et collectifs,
- Savoir intégrer les connaissances scientifiques biomécaniques et physiologiques à l'accompagnement du sportif ou de l'équipe,
- Savoir intégrer les compétences psychologiques à l'accompagnement du sportif ou de l'équipe,
- Savoir intégrer les compétences numériques à l'accompagnement du sportif ou de l'équipe,
- Réaliser et présenter un diagnostic directement exploitable par les membres du staff de la cellule performance sportive,
- Savoir conduire un projet sportif.

PUBLIC VISÉ PAR LA FORMATION

Expérience professionnelle significative dans un poste à responsabilité dans le domaine de la préparation physique, de la haute performance sportive :

- Titulaires d'une Licence STAPS ou d'un master STAPS, en particulier sous les mentions ES (EOPS), ESPM (IEAP) et APA-S ou titulaires d'un DEUG STAPS avec expérience de l'entraînement,
- Titulaires d'un DE-JEPS ou d'un DES-JEPS ou équivalent,
- Titulaires d'un BP-JEPS ou candidats sans diplôme fédéral avec une expérience significative de l'entraînement,
- Sportifs de Haut Niveau (sur liste ministérielle, majeurs, catégories Elite, Sénior, Jeune, Reconversion) et Sportifs en centres de formation des clubs professionnels souhaitant mieux appréhender leur spécialité sportive et anticiper le double projet entraînement / reconversion,
- Conseillers Techniques Sportifs,
- Préparateurs physiques, moniteurs, coaches, enseignants EPS, issus du secteur privé ou public,
- Enseignants dans le domaine du sport, dans le domaine médical, paramédical, réathlétisation et éducation,
- Kinésithérapeutes et Médecins du sport.



LES PRÉ-REQUIS

- Diplôme de niveau 6,
- Si diplôme de niveau inférieur, expérience du domaine exigée.

MÉTIERS VISÉS & POURSUITE D'ÉTUDE

- Spécialiste des cellules performance Haut Niveau et professionnel,
- Entraîneur, coach, kinésithérapeute et préparateur mental souhaitant développer et optimiser ses compétences,
- Préparateur physique souhaitant évoluer vers la fonction de spécialiste de la performance (multi-expertise).

Poursuite d'étude :

- Se spécialiser pour aller vers une biquilification avec le DU Analyse vidéo et Data science,
- En fonction des diplômes et expérience professionnelle : Master 2 MIPPE.

MODALITÉS DE LA FORMATION

Type de formation : Formation continue

Durée de la formation : 120 heures d'enseignement découpées en 5 UE (unités d'enseignement/modules). La formation se déroule sur 4 mois à distance. L'organisation des études permet ainsi le maintien de l'activité professionnelle.

Date de la formation : du 17 novembre 2025 au 17 mars 2026.

Conditions de sélection : Un comité de sélection se réunit une fois par semaine. La sélection se fait sur dossier après prise en compte des prérequis nécessaires, du parcours et du projet professionnel. Un entretien en visioconférence est programmé en cas de doute sur le bien-fondé de la candidature. Pour les candidats de nationalité étrangère, la maîtrise du français est nécessaire.

Délais moyens de réponse à une candidature : 48h

Délais moyens de réponse à une demande : 48h



DÉMARCHES POUR S'INSCRIRE

Dossier de candidature à télécharger sur le site internet www.ifdis.com (en bas de page) ou sur simple demande à direction@ifdis.com.

Le dossier devra être envoyé à

- direction@ifdis.com
- staps-fc-contact@univ-lorraine.fr

accompagné des pièces justificatives demandées.

COÛT DE LA FORMATION

Coût de la formation* (hors frais d'inscription à l'université) :

- Financement par un tiers (OPCO, Pôle emploi,...) : 4100 €
- Financement personnel : 3100 €
- Coût réduit : 2800 € (tarif pour les sportifs de haut niveau)

Frais d'inscription à l'université : 175 €

- La formation peut être financée par pôle emploi, l'employeur et/ou l'OPCO de rattachement (AFDAS,...).
- La formation n'est pas éligible au CPF.

OBTENTION DU DIPLÔME

L'obtention du Diplôme Universitaire est assujettie à :

- la connexion obligatoire sur la plateforme LMS pour les temps indiqués pour chacune des UE,
- la remise des devoirs demandés,
- la présence obligatoire aux classe virtuelle (cours et corrections),

Le diplôme universitaire est remis au candidat lorsque toutes les UE sont validées. Une attestation de réussite est également délivrée.

MÉTHODES ET MODALITÉS MOBILISÉES

- La formation se fait **totale**ment à distance. L'apprenant travaille à partir de notre plateforme de formation en ligne LMS accessible 24h/24 et 7j/7,
- Chaque apprenant dispose de **son propre compte** sur la plateforme LMS. L'accès est donné dès la date d'entrée à la formation. L'étudiant reçoit un mail de confirmation d'inscription à la formation avec son identifiant,
- Une fois connecté, l'apprenant peut **naviguer et consulter les ressources** de sa formation (fiches pratiques, enseignements théoriques, questionnaires de connaissances,...),
- Le **suivi pédagogique individuel** est assuré par le formateur de chaque UE.

Équipements nécessaires pour suivre la formation : Ordinateur, connexion internet.

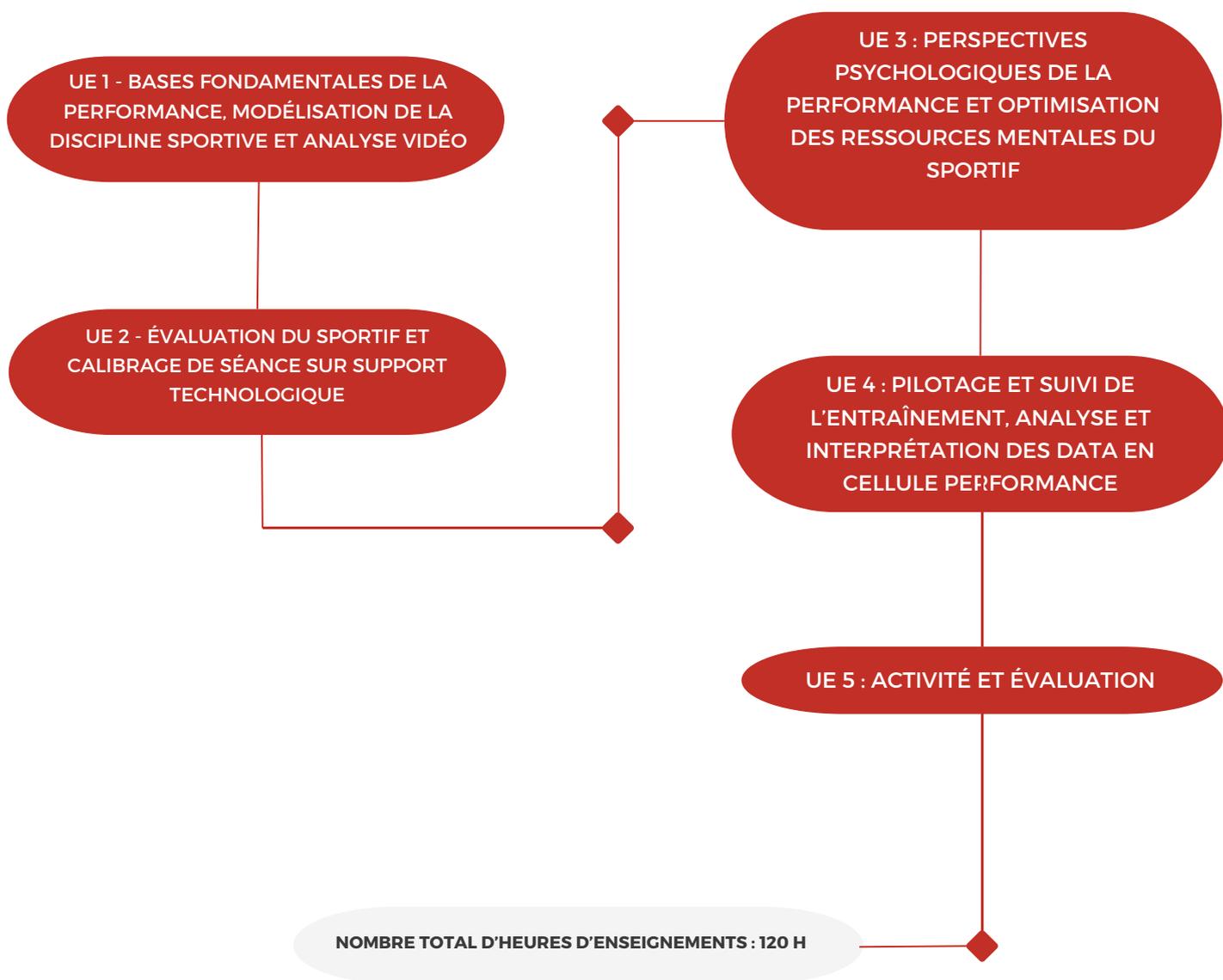
MATÉRIEL MIS À DISPOSITION

- L'application d'anatomie **SPORT COACH IFDIS 3.0** (accès illimité)
- **Polar H10** (reste la propriété du stagiaire)
- Plateforme **DARTFISH** (accès limité/durée formation)

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- **Par unité d'enseignement (UE)** : 1 examen écrit et un questionnaire
- **En fin de formation** : Rédaction d'un mémoire professionnel (synthèse)

LE PROGRAMME



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES OPÉRATIONNELS

A L'ISSUE DE LA FORMATION, LE BÉNÉFICIAIRE DE LA FORMATION SERA CAPABLE DE :

- Être capable d'identifier les aspects fondamentaux de l'anatomie et de la physiologie du corps humain utiles à l'exercice physique par une navigation interactive et intuitive,
- Appliquer les concepts théoriques de la biomécanique spécifique à chaque spécialité sportive pour déduire des axes de préparation en optimisant la qualité du geste sportif et en préservant l'intégrité physique du sportif en utilisant le matériel adapté,
- Modéliser à l'aide d'une solution d'analyse vidéo la discipline sportive par une analyse rationnelle des facteurs techniques et physiques (énergétiques et musculaires) pour déduire les protocoles de tests appropriés et définir les bons indicateurs utiles à la préparation et au suivi du sportif,
- Évaluer le sportif sous toutes ses composantes (biométriques, énergétiques, musculaires et techniques) à l'aide des outils technologiques pour réaliser un diagnostic sur l'état de forme du sportif et prévenir les risques de blessures et de surentrainement,
- Repérer et déterminer le potentiel d'évolution du sportif en fonction de ses objectifs par une analyse fine des résultats obtenus lors des entraînements,
- Concevoir des séances d'entraînement à thèmes (physique et techniques) et les planifier en fonction des périodes en utilisant un outil technologique dédié (plateforme/ application numérique) dans le but d'assurer un suivi quotidien de chaque sportif en présentiel ou à distance,
- Identifier et analyser les composantes du contexte socio professionnel du sportif pour l'accompagner en actionnant les leviers et les facteurs psychologiques de la performance,
- Sélectionner les indicateurs pertinents pour repérer et analyser quotidiennement la charge d'entraînement du sportif en utilisant les outils statistiques intégrés aux applications numériques dédiées.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES OPÉRATIONNELS

A L'ISSUE DE LA FORMATION, LE BÉNÉFICIAIRE DE LA FORMATION SERA CAPABLE DE :

- Modéliser les sports individuels et collectifs,
- Savoir intégrer les connaissances scientifiques biomécaniques et physiologiques à l'accompagnement du sportif ou de l'équipe,
- Savoir intégrer les compétences psychologiques à l'accompagnement du sportif ou de l'équipe,
- Savoir intégrer les compétences numériques à l'accompagnement du sportif ou de l'équipe,
- Réaliser et présenter un diagnostic directement exploitable par les membres du staff de la cellule performance sportive,
- Savoir conduire un projet sportif,
- Savoir transformer l'analyse en action.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap sauf restriction liée à l'inhabilité et/ou contre-indication médicale.

Besoins d'aménagements (études et/ou examens) :

Prendre rendez-vous :

- Par téléphone au : 06 25 79 79 69
- Par email : direction@ifdis.com
- Par page contact : [cliquez ici](#)

Exemples d'aménagements des études :

- Accompagnement pédagogique pour l'apprentissage des modules
- Assistance individuelle pour relecture/reformulation
- Assistance individuelle pour l'installation, la prise en main et l'utilisation du matériel numérique/technologique
- Majoration de temps pour l'apprentissage des modules

De plus, une liste des organismes pouvant accompagner le parcours d'une personne en situation de handicap est à votre disposition :

- L'AGEFIPH (association de gestion du fonds pour l'insertion professionnelle des personnes handicapées) : www.agefiph.fr
- La MDPH (maison départementale des personnes handicapées) : www.mdph.fr





L'ÉQUIPE

- **Gérome GAUCHARD**, Professeur des universités, Vice-Doyen, Faculté des Sciences du Sport de Nancy, Université de Lorraine
- **Pierre-Yves ROQUEFERE**, Conseiller Technique Pédagogique Supérieur (CTPS), Expert Haute Performance et DATA
- **Karine DUCLOS**, Maître de conférence, Faculté des Sciences du Sport de Nancy, Université de Lorraine

CONTACT

Questions sur le contenu pédagogique des UE :

Madame Isabelle Deshayes

- + 33 (0)6 25 79 79 69
- direction@ifdis.com

Questions d'ordre administratif et financier :

Madame Sabine Richelot

- +33 (0)3 72 74 67 21
- staps-fc-contact@univ-lorraine.fr

Questions d'ordre technique (plateforme LMS) :

Madame Isabelle Deshayes

- + 33 (0)6 25 79 79 69
- direction@ifdis.com



UNIVERSITÉ
DE LORRAINE



faculté des
sciences
du sport



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



1 Rue Louis Lumière, 34970 Lattes



+ 33 6 25 79 79 69



direction@ifdis.com

**POUR EN SAVOIR PLUS SUR
NOS FORMATIONS**

Rendez-vous sur notre site :
www.ifdis.com