

Prise en charge et prévention des pathologies sportives

Technique de rééducation et thérapie manuelle - 9 jours

Contenu de la formation

Stage 1

OBJECTIF DE LA FORMATION :

Quelque soit le patient, les pathologies de l'appareil locomoteur, que ce soit dans le cadre sportif ou dans la vie courante, ont une influence notable sur les suites douloureuses et les récidives. Ceci est particulièrement vrai pour l'entorse de cheville, mais également pour les problèmes de genou, épaule ...

Ces pathologies doivent être prises en compte selon des bilans et traitements rééducatifs précis.

Au cours de cette formation, le professionnel devra acquérir les connaissances et compétences suffisantes pour établir un bilan avec son patient et savoir l'orienter si nécessaire.

Il devra également maîtriser l'élaboration d'un programme de traitement manuel et de rééducation adapté au niveau de l'activité physique de son patient.

Apprentissage et répétition des gestes thérapeutiques.

Être capable de donner des conseils pratiques d'exercices à domicile au patient dans un but préventif.

PUBLIC CONCERNÉ :

Masseurs-Kinésithérapeutes DE

MODALITÉS D'ACCÈS / D'INSCRIPTION À LA FORMATION :

À partir de notre site par l'envoi d'un dossier d'inscription validé après la réception du règlement et du Contrat de formation signé.

MODALITÉS DE DÉROULEMENT DE LA FORMATION :

Partie théorique suivie de la partie pratique.

TEMPS DE FORMATION :

9 jours - 3 stages de 21 heures - Total : 63 heures

FORMATEURS POUR KINÉ FORMATIONS :

- Thierry BLAIN - Masseur Kinésithérapeute DE

- Patrick ZANETTI - Masseur-Kinésithérapeute DE et Ostéopathe DO

Jour 1

- Présentation des participants
- Bilan des compétences et formations déjà effectuées
- Attentes des participants par rapport à cette formation
- Objectifs de la formation
- Principes pédagogiques
- Principes thérapeutiques utilisés
- Apprentissage des gestes et postures thérapeutiques
- Les dysfonctions de la cheville et du pied
- Techniques de test de mobilité de la talo-crutale, sous-talienne, naviculaire, cuboïde
- Techniques de normalisation de la talo-crutale, sous-talienne, naviculaire, cuboïde
- Liens avec les pathologies sportives

Jour 2

- La tibio-fibulaire inférieure
- Implication dans les entorses de cheville
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- La tibio-fibulaire inférieure
- Implication dans les entorses de cheville
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Bilan du genou : ligament, ménisques, muscles
- Test et approche des problèmes méniscaux
- Techniques de normalisation de ménisque interne et externe
- La femoro-tibiale
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives

Jour 3

- La coxo fémorale
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Le psoas iliaque
- Rappels anatomiques
- Tests
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Le piriforme
- Tests
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- L'os iliaque
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives

SARL KINÉ FORMATIONS

8 rue Baron Quinart

08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES

Tél. : 0810 901 998

www.kine-formations.com

Déclaration activité : 21 08 00367 08

Stage 2

Jour 1

- Le sacrum
- Physiologie
- Relations périphériques
- Anatomie pratique et palpatoire
- L'os iliaque
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives

Jour 2

- La colonne vertébrale
- Physiologie
- Tests et normalisations lombaires
- La colonne dorsale et les côtes
- Physiologie
- Tests et normalisations lombaires

Jour 3

- Pratique des contentions souples appliquées au sport
- Pathologies sportives en pratique
- Entorse tibio-fibulaire
- Périostite
- Pubalgie
- Syndrome de la bandelette ilio-tibiale

Stage 3

Jour 1

- Le complexe de l'épaule
- Rappels anatomiques
- Bilan pratique
- Pathologies rencontrées
- La gléno-humérale
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives

Jour 2

- Clavicule
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Omoplate
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Le coude
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives

Jour 3

- Le poignet
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Synthèse
- Question – réponse. Mise en pratique par chaque participant.

Nature de l'action définie à l'article L.6313-1 du code du travail : Actions d'adaptation et de développement des compétences.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des grilles pré-formation.
- **Méthode expérientielle** : méthode pédagogique centrée sur l'apprenant qui consiste à lui apporter de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie Cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique sur un modèle anatomique, devant les participants lors des TP.
- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les techniques par binôme.

- Fourniture des supports de cours de la formation, version papier
- Vidéo-projecteur : Diaporama de la formation
- Vidéos anatomiques
- Mise en pratique des techniques

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Une évaluation pré et post formation sera demandée aux participants.
- Le Formateur résumera chaque partie de son cours et s'assurera que chaque participant a intégré son contenu.
- Le Formateur s'assurera que chaque participant exécute correctement les gestes thérapeutiques et l'exécutera avec lui, si nécessaire.
- En fin de formation, un temps de questions-réponses sera proposé afin d'éliminer des points non compris.

BIBLIOGRAPHIE :

- Traumatologie du sport de Danowski, Raymond-Gilbert et Jean-Claude Chanussot
- Rééducation en traumatologie du sport : Tome 1 - Membre supérieur, Muscles et tendons
- Rééducation en traumatologie du sport : Tome 2 - Membre inférieur et Rachis, de Jean-Claude Chanussot et Danowski
- Biomécanique fonctionnelle : Membres - Tête - Tronc de Michel Dufour, Michel Pillu et Éric Viel
- Récupération du sportif blessé de Éric Viel et Michèle Esnault
- Techniques de renforcement musculaire en rééducation : Traumatologie du sport, Pathologie de l'appareil locomoteur ... de Jürgen Buchbauer et Kurt Steininger
- Les contentions adhésives : Applications en traumatologie du sport et en kinésithérapie (Monographies de Bois-Larris ... de Neiger H
- Pratiques de l'électrothérapie : Electrophysiothérapie pratique appliquée à la Médecine Physique et à la Masso-Kinésithérapie ... de Christian-F. Roques
- Médecine du sport et Thérapies manuelles : Le Rachis cervical de Dominique Bonneau, Philippe Vautravers, Christian Hérisson et Collectif
- Médecine du sport et Thérapies manuelles : Le membre supérieur de Dominique Bonneau, Philippe Vautravers, Christian Hérisson et Collectif.

NOUS VOUS REMERCIONS POUR VOTRE CONFIANCE

Pour aller plus loin, [rendez-vous sur notre site](#)

