

## Techniques manuelles basées sur la bio-mécanique du système locomoteur

### 5 modules

### Contenu de la formation

#### Stage 1

#### OBJECTIF DE LA FORMATION :

- Maîtriser l'anatomie et la physiologie articulaire des différentes zones du corps.

- Palpation fine et précise des structures à travailler.

- Comprendre les enchaînements générant des syndromes douloureux et les traiter.

#### PUBLIC CONCERNÉ :

Masseurs-kinésithérapeutes DE, ostéopathes DO, médecins.

#### PRÉ-REQUIS NÉCESSAIRES POUR SUIVRE LA FORMATION :

Posséder le diplôme du public concerné.

#### 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 :

Approche pédagogique active basée sur des techniques pratiques et des cas cliniques.

#### TEMPS DE FORMATION :

15 jours - 5 stages (à raison de 7 heures par jour)  
Total = 105 heures

#### FORMATEUR POUR KINÉ FORMATIONS :

Patrick ZANETTI - Masseur-Kinésithérapeute DE et Ostéopathe DO

#### Jour 1

**8h30-9h00** : Accueil des participants et gestion administrative.

**9h00-10h00** : Rappels anatomiques des différents constituants de la colonne lombaire.

**10h00-10h30** : Démonstration de palpation des différents éléments anatomiques.

**10h30-12h00** : Mise en pratique.

**14h00-15h30** : Physiologie articulaire de la colonne lombaire.

**15h30-16h00** : Mise en évidence de la mobilité des étages intervertébraux et des restrictions de mobilité.

**16h00-18h00** : Intérêt des exercices de renforcement musculaire et des étirements.

#### Jour 2

**8h30-9h00** : Questions sur les sujets vus la veille.

**9h00-10h00** : Rappels anatomiques des différents constituants de la colonne dorsale.

**10h00-10h30** : Démonstrations de palpation des différents éléments anatomiques.

**10h30-12h00** : Mise en pratique.

**14h00-15h30** : Physiologie articulaire de la colonne dorsale.

**15h30-16h00** : Mise en évidence de la mobilité des étages intervertébraux et des restrictions de mobilité.

**16h00-18h00** : Intérêt des exercices de renforcement musculaire et des étirements.

#### Jour 3

**8h30-9h00** : Questions sur les sujets vus la veille.

**9h00-12h00** : Exemples de prise en charge de cas cliniques fictifs.

**13h30-16h00** : Révisions et vérifications de l'ensemble des techniques.

#### Stage 2

#### Jour 1

**8h30-9h00** : Accueil des participants et gestion administrative.

**9h00-10h00** : Rappels anatomiques des différents constituants de la colonne cervicale.

**10h00-10h30** : Démonstration de palpation des différents éléments anatomiques.

#### KINÉ FORMATIONS

8 rue Baron Quinart

08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES

Tél. : 01 42 22 63 50

[www.kine-formations.com](http://www.kine-formations.com)

Déclaration activité : 21 08 00367 08

**10h30-12h00** : Mise en pratique.

**14h00-15h30** : Physiologie articulaire de la colonne cervicale.

**15h30-16h00** : Mise en évidence de la mobilité des étages intervertébraux et des restrictions de mobilité.

**16h00-18h00** : Intérêt des exercices de renforcement musculaire et des étirements et consignes de sécurité.

## Jour 2

**8h30-9h00** : Questions sur les sujets vus la veille.

**9h00-10h00** : Rappels anatomiques des différents constituants de la cage thoracique.

**10h00-10h30** : Démonstrations de palpation des différents éléments anatomiques.

**10h30-12h00** : Mise en pratique.

**14h00-15h30** : Physiologie articulaire des articulations costales antérieures et postérieures et spécificité de la première côte.

**15h30-16h00** : Mise en évidence de la mobilité des articulations costales et des restrictions de mobilité.

**16h00-18h00** : Intérêt des exercices de mobilisation spécifique des articulations costales.

## Jour 3

**8h30-9h00** : Questions sur les sujets vus la veille.

**9h00-12h00** : Exemples de prise en charge de cas cliniques fictifs.

**13h30-16h00** : Révisions et vérifications de l'ensemble des techniques.

# Stage 3

## Jour 1

**8h30-9h00** : Accueil des participants et gestion administrative.

**9h00-10h00** : Rappels anatomiques des différents constituants de la ceinture pelvienne.

**10h00-10h30** : Palpation des différents éléments anatomiques du sacrum.

**10h30-12h00** : Mise en pratique.

**14h00-15h30** : Physiologie articulaire des articulations sacro-iliaques et articulations lombo-sacrée.

**15h30-16h00** : Mise en évidence de la mobilité des articulations sacro-iliaques et sacro des restrictions de mobilité.

**16h00-18h00** : Intérêt des exercices de renforcement musculaire et des étirements et de mobilisation.

## Jour 2

**8h30-9h00** : Questions sur les sujets vus la veille.

**9h00-10h00** : Rappels anatomiques des iliaques.

**10h00-10h30** : Démonstrations de palpation des différents éléments anatomiques.

**10h30-12h00** : Mise en pratique.

**14h00-15h30** : Physiologie articulaire des ilio-sacrées.

**15h30-16h00** : Mise en évidence de la mobilité des articulations et des restrictions de mobilité ilio-sacrées et symphyse pubienne.

**16h00-18h00** : Intérêt des exercices de mobilisation spécifique des articulations.

## Jour 3

**8h30-9h00** : Questions sur les sujets vus la veille.

**9h00-12h00** : Exemples de prise en charge de cas cliniques fictifs.

**13h30-16h00** : Révisions et vérifications de l'ensemble des techniques.

## Stage 4

### Jour 1

**8h30-9h00** : Accueil des participants et gestion administrative.

**9h00-10h00** : Rappels anatomiques des différents constituants de la hanche.

**10h00-10h30** : Démonstrations de palpation des différents éléments anatomiques.

**10h30-12h00** : Mise en pratique.

**14h00-15h30** : Physiologie articulaire des articulations coxo-fémorales.

**15h30-16h00** : Mise en évidence de la mobilité des articulations coxo-fémorales des restrictions de mobilité.

**16h00-18h00** : Intérêt des exercices de renforcement musculaire et des étirements et de mobilisation.

### Jour 2

**8h30-9h00** : Questions sur les sujets vus la veille.

**9h00-10h00** : Rappels anatomiques du genou.

**10h00-10h30** : Démonstrations de palpation des différents éléments anatomiques.

**10h30-12h00** : Mise en pratique.

**14h00-15h30** : Physiologie articulaire des articulations du genou.

**15h30-16h00** : Mise en évidence de la mobilité des articulations et des restrictions.

**16h00-18h00** : Intérêt des exercices de mobilisation spécifique des articulations.

### Jour 3

**8h30-9h00** : Questions sur les sujets vus la veille.

**9h00-10h30** : Physiologie articulations cheville et pied.

**10h30-12h00** : Palpation et mobilisation des différentes articulations.

**13h30-16h00** : Révisions et vérifications de l'ensemble des techniques.

## Stage 5

### Jour 1

**8h30-9h00** : Accueil des participants et gestion administrative.

**9h00-10h00** : Rappels anatomiques des différents constituants de l'épaule.

**10h00-10h30** : Démonstrations de palpation des différents éléments anatomiques.

**10h30-12h00** : Mise en pratique.

**14h00-15h30** : Physiologie articulaire des articulations gléno-humérales.

**15h30-16h00** : Mise en évidence de la mobilité des articulations gléno-humérales et sterno costo claviculaire et des restrictions de mobilité.

**16h00-18h00** : Intérêt des exercices de renforcement musculaire et des étirements et de mobilisation.

### Jour 2

**8h30-9h00** : Questions sur les sujets vus la veille.

**9h00-10h00** : Rappels anatomiques du coude.

**10h00-10h30** : Démonstrations de palpation des différents éléments anatomiques.

**10h30-12h00** : Mise en pratique.

**14h00-15h30** : Physiologie articulaire des articulations ulno-humérales et radio-ulnaire.

**15h30-16h00** : Mise en évidence de la mobilité des articulations et des restrictions.

**16h00-18h00** : Intérêt des exercices de mobilisation spécifique des articulations.

### Jour 3

**8h30-9h00** : Questions sur les sujets vus la veille.

**9h00-10h30** : Physiologie articulations poignet et main.

**10h30-12h00** : Palpation et mobilisation des différentes articulations.

**13h30-16h00** : Révisions et vérifications de l'ensemble des techniques.

## 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
- Vidéos anatomiques
- Vidéo-projecteur
- Tables de massage
- Mise en pratique des techniques.

## SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- 1) Questionnaire pré-formation
- 2) Évaluation à chaud : le formateur remettra à chacun des stagiaires une fiche d'évaluation de formation en fin de stage, qui lui sera restituée. Elle permettra au formateur de valider ou non les acquis des stagiaires. Une attestation de fin de formation sera remise aux stagiaires.
- 3) Questionnaire post-formation (1 mois après la formation).

## BIBLIOGRAPHIE :

- Biomécanique fonctionnelle : Membres - Tête - Tronc** - 25 janvier 2017 de Michel Dufour et Karine Langlois
- Anatomie, physiologie, biomécanique en STAPS** - 26 septembre 2002 de Paul Delamarche et Michel Dufour
- De la biomécanique manipulation ostéoarticulaire** - 19 avril 2017 de Sébastien Cambier et Philippe Bihouix
- La Course à Pied - Posture, Biomecanique, Performance** - 22 mai 2013 de Brigaud Frédéric
- Biomécanique fonctionnelle : Membres - Tête - Tronc** - 30 mars 2007 de Michel Dufour et Michel Pillu
- Anatomie pour le mouvement, tome 1 : Introduction à l'analyse des techniques corporelles** - 2005 de Blandine Calais-Germain
- Biomécanique : Éléments de mécanique musculaire** - 30 octobre 2003 de Francis Goubel et Ghislaine Lenseil-Corbeil
- Biomécanique des membres inférieurs : Bases et concepts, bassin, membres inférieurs** - 5 mars 2008 de Paul Klein et Peter Sommerfeld
- Les muscles de l'épaule : Nouvelle anatomie, biomécanique, rééducation** - 11 février 2016 de François Bonnel et Thierry Marc.
- Anatomie fonctionnelle : Tome 1** de Adalbert - I Kapandji et Raoul Tubiana
- Biomécanique et physiologie du mouvement** de Simon Bouisset
- La posture debout: Biomécanique fonctionnelle, de l'analyse au diagnostic** de Gilles Péninou et Patrick Colné
- Anatomie fonctionnelle : Tome 2, Membre inférieur de Adalbert** - I Kapandji et Thierry Judet
- Vade-mecum de kinésithérapie et rééducation fonctionnelle : 7ème édition** de Yves Xhardez, Helyett Wardavoit,
- Évidence Based Practice en rééducation : Démarche pour une pratique raisonnée** de Adrien Pallot
- Démarche clinique et diagnostic en kinésithérapie** de Michel Dufour, Serge Tixa, et al.

**NOUS VOUS REMERCIONS POUR VOTRE CONFIANCE**

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

