

Rééducation & autonomisation des Lésions Myo Aponévrotiques et des Pathologies du coureur chez le patient adulte sportif

(Articles L. 6353-3 à L. 6353-7 du code du travail)

1. Intitulé de l'orientation

269. Autonomisation du patient en rééducation des troubles musculosquelettiques

2. Public concerné

- Masseur-Kinésithérapeute

3. Objectifs de l'action

A l'issu du stage, le stagiaire sera en mesure :

- Maîtriser l'évaluation du patient dans les principales pathologies du sportif
- Être capable d'autonomiser le patient et mettre en place des protocoles de prévention
- Être capable de mettre en place une rééducation progressive et fondée sur les preuves
- Connaître et mettre en application les différents tests de retour au sport

4. DURÉE DE L'ACTION DE FORMATION

- 2 JOURS (SOIT 14 H)

5. PROGRESSION PÉDAGOGIQUE

- Evaluation des Pratiques Professionnelles
- Rappels anatomiques, biomécaniques, palpatoires
- Bilan de la région concernée
- Correction des lésions par les techniques appropriées
- Cas cliniques fréquents en cabinet

6. DEROULE PEDAGOGIQUE

Jour 1 Matinée : Les lésions musculaires

8H30 (30min):): Rappels Anatomique & Physiologie du muscle

Objectif Pédagogique : Revoir les éléments de base physiologique pour mieux comprendre la physiopathologie

Moyens : Exposé du formateur, Powerpoint,

9H00 (30min): : Morphopalpation des muscles membres inférieurs.

Objectif Pédagogique : Revoir les éléments de base physiologique pour mieux comprendre la physiopathologie

Moyens : Exposé du formateur, Powerpoint, Pratique en binôme

9H30 (30min) :): Bilan de la Lésion musculaire

Objectif Pédagogique : Savoir faire un bilan complet en vue d'éliminer les red flags et entreprendre une rééducation efficace

Moyens : Exposé du formateur, Powerpoint, Démonstration pratique

10H (45min): Pratique Bilan Lésion musculaire

Objectif Pédagogique : Savoir faire un bilan complet en vue d'éliminer les red flags et entreprendre une rééducation efficace

Moyens : Pratique en binôme sous surveillance du formateur

10H45 (30min): Les phases de la rééducation

Objectif Pédagogique : Mettre en place des techniques thérapeutiques et d'éducation à l'autonomie adaptées en fonction de l'évolution du patient

Moyens : Exposé du formateur, Powerpoint, Démonstration pratique, pratique en binôme

11H15 (75min): Les critères de Return To Play et la prévention des blessures, la place de l'autonomisation

Objectif Pédagogique : Maitriser les techniques de réathlétisation dans la lésion musculaire. Autonomiser le patient sur sa réathlétisation et sur la prévention des lésions musculaires

Moyens : Exposé du formateur, Powerpoint, Démonstration pratique, pratique en binôme

12h30 : Pause Repas

MKNG Formations SAS

13 rue de la Tanche

67000 STRASBOURG

Email: mkngformations@gmail.com

Tel: 0664206787



Après-midi

13h30- (2h)

- Mise en place d'ateliers pratiques autour de cas cliniques rencontrés en cabinet

Objectifs : Reproduire les éléments vus au cours du séminaire et savoir les restituer dans un contexte clinique en privilégiant l'autonomisation du patient quelque soit l'évolution et le stade des pathologies

Moyens : *Méthode expositive, démonstrative et active* *Démonstration pratique, pratique en binôme*

Modalités d'évaluation : *questionnaire via slido avec réponse immédiate via le téléphone mobile des stagiaires, Evaluation pratique du formateur*

15h30-16h30 (60min)

- Evaluations des acquisitions
- Evaluation de la formation

Objectifs *S'assurer de la bonne compréhension à chaud de la formation, Evaluer la formation afin de l'améliorer en fonction des feed-backs des stagiaires*

Modalités d'évaluation : *questionnaire via Kahoot avec réponse immédiate via le téléphone mobile des stagiaires, Evaluation pratique du formateur, questionnaire d'évaluation à chaud*

8H30 (60min):): Rappels sur la Biomécanique de la course à Pied

Objectif Pédagogique : Revoir les éléments de base physiologique pour mieux comprendre la physiopathologie

Moyens : Exposé du formateur, Powerpoint,

9H30 (30min) :): Bilan des différentes pathologies du coureur (aponévrosite plantaire, syndrome de l'essui-glace, syndrome rotulien)

Objectif Pédagogique : Savoir faire un bilan complet en vue d'éliminer les red flags et entreprendre une rééducation efficace

Moyens : Exposé du formateur, Powerpoint, Démonstration pratique

10H (45min): Pratique des Bilans en binôme

Objectif Pédagogique : Savoir faire un bilan complet en vue d'éliminer les red flags et entreprendre une rééducation efficace

Moyens : Pratique en binôme sous surveillance du formateur

10H45 (30min): Les phases de la rééducation

Objectif Pédagogique : Mettre en place des techniques thérapeutiques et d'éducation à l'autonomie adaptées en fonction de l'évolution du patient

Moyens : Exposé du formateur, Powerpoint, Démonstration pratique, pratique en binôme

11H15 (75min): Place de l'Autonomisation du patient et de l'éducation thérapeutique dans les pathologies du coureur

Objectif Pédagogique : Autonomiser le patient sur sa réathlétisation et sur la prévention des blessures

Moyens : Exposé du formateur, Powerpoint, Démonstration pratique, pratique en binôme

12h30 : Pause Repas

Après-midi

13h30- (1h) Place de l'Autonomisation du patient et de l'éducation thérapeutique dans les pathologies du coureur (suite)

Objectif Pédagogique : Autonomiser le patient sur sa réathlétisation et sur la prévention des blessures

Moyens : Exposé du formateur, Powerpoint, Démonstration pratique, pratique en binôme

14h30 (1h30) Mise en place d'ateliers pratiques autour de cas cliniques rencontrés en cabinet

Objectifs : Reproduire les éléments vus au cours du séminaire et savoir les restituer dans un contexte clinique en privilégiant l'autonomisation du patient quelque soit l'évolution et le stade des pathologies

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active Démonstration pratique, pratique en binôme

Modalités d'évaluation : questionnaire via slido avec réponse immédiate via le téléphone mobile des stagiaires, Evaluation pratique du formateur

16h00-16h30 (30min)

- Evaluations des acquisitions
- Evaluation de la formation

Objectifs S'assurer de la bonne compréhension à chaud de la formation, Evaluer la formation afin de l'améliorer en fonction des feed-backs des stagiaires

Modalités d'évaluation : questionnaire via Kahoot avec réponse immédiate via le téléphone mobile des stagiaires, Evaluation pratique du formateur, questionnaire d'évaluation à chaud

7. LES MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Tables de soins mis à disposition
- Polycopiés fournis aux stagiaires
- Rétroprojection
- Mise en pratique des techniques

8. L'ENCADREMENT

- Maxime GASPARD, Masseur-Kinésithérapeute DE, Kiné du Sport, Thérapeute Manuel

9. SUIVI DE L'EXÉCUTION DU PROGRAMME

- Feuille d'émargement
- Evaluation des acquisitions à la fin de chaque séminaire

ÉVALUATION DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

- Questionnaire de pré-formation
- Questionnaire post formation
- Évaluation des stagiaires de la formation à l'aide d'un questionnaire
- Evaluation des acquisitions des connaissances des stagiaires comprenant un QCM et une épreuve pratique
- A l'issue de la formation, une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action de la formation sera délivrée aux stagiaires sous réserve qu'ils réussissent l'examen final