PHYSIO FORMATION

Programme de Formation

Rehab Revolution

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Masseur-Kinésithérapeute

Objectifs pédagogiques

- Connaitre les principes de physiologie musculaire et principes de traitement musculosquelettique
- Savoir réaliser une évaluation structurée pour le traitement et renforcement en rééducation
- Etre capable de proposer et de transmettre un programme d'exercices incluant une stratégie de progression dans le traitement conservateur des pathologies musculosquelettiques

Description

Transformez votre pratique en rééducation musculosquelettique

Et si vous passiez d'une rééducation "classique" à une prise en charge active, moderne et réellement efficace ?

Aujourd'hui, la littérature scientifique est claire : une approche précoce, progressive et active est la clé dans la majorité des pathologies musculosquelettiques (épaule, hanche, lombaires…). Pourtant, entre croyances persistantes et manque de structuration, il reste difficile d'appliquer ces principes de façon concrète au quotidien.

Cette formation vous donne les outils pour franchir un cap.

Au cours de cette formation, vous apprendrez à :

✔️ Traduire les données scientifiques actuelles en actions concrètes
✔️ Déconstruire les idées reçues autour du renforcement musculaire
✔️ Maîtriser les principes fondamentaux du renforcement (mobilité, force, force vitesse, force réactive) et de la progression
✔️ Construire des séances efficaces, progressives et adaptées à chaque patient
✔️ Exposer vos patients à des charges pertinentes, en toute sécurité
✔️ Favoriser l'autonomie des patients et athlètes

Vous développerez une véritable méthodologie d'analyse et de prescription d'exercices :

- Analyse fonctionnelle globale (amplitudes, coordination)
- Analyse fine articulaire (contrôle, dissociation)
- Optimisation du contrôle neuromusculaire et des apports proprioceptifs
- Évaluation et développement des qualités physiques :

- force
- force-vitesse
- force réactive

Passez d'une rééducation à une véritable progression physique

Parce qu'aujourd'hui, la réathlétisation ne peut plus se limiter à restaurer une fonction, vous apprendrez à :

Évaluer finement les capacités physiques
Développer progressivement les qualités nécessaires à la performance
Accompagner vos patients bien au-delà de la douleur

Modalités pédagogiques

Méthodes affirmatives : le formateur transmet son savoir au travers d'un diaporama sous forme de cours magistral et d'échanges. La mise en pratique de l'autonomisation est abordée sur une plage horaire totale de 14 heures.

Méthodes interrogatives et actives : mise en pratique et échanges avec les stagiaires, selon les points du programme indiqués ci-dessus.

Remise d'une auto-évaluation des compétences à remplir par les stagiaires en fin de session, collectée par l'organisme de formation.

Remise d'un questionnaire d'évaluation de satisfaction de la formation, en fin de session et à 2 mois post-formation, collecté par l'organisme de formation permettant d'évaluer le degré de satisfaction des stagiaires et les points à améliorer.

Moyens et supports pédagogiques

Plateau technique adapté à la formation : tables d'examen cliniques, pièces anatomiques, instruments de mesure, support de cours, vidéoprojecteur, écran de projection, paperboard, matériels spécifiques de renforcement nécessaires à la réalisation de la formation (élastiques, poids, programmes d'exercices, etc).

Documents supports de formation projetés (Diaporama) et support de cours imprimé (voir version numérique) sont remis à chaque participant en début de formation.

Mise en situation : démonstration par l'intervenant, pratique en binôme encadrée et évaluée par l'intervenant.

Etude de cas concrets : Evaluation et traitement d'un cas clinique, propositions thérapeutiques, traitement et l'évaluation du traitement.

Mise en commun des problématiques rencontrées en cabinet et des actions d'amélioration.

Modalités d'évaluation et de suivi

Remise d'une grille d'évaluation avant et après la formation, concernant l'appréciation de l'organisation et du contenu de la formation et par rapport aux objectifs de la formation.

Une grille d'évaluation « à froid », adressée, à distance de la formation, d'auto-évaluation des compétences et par rapport aux objectifs de la formation.

Attestation de fin de formation remise aux participants.