PHYSIO FORMATION

Programme de Formation

Réathlétisation et Préparation Physique en Kinésithérapie

Organisation

Durée : 22 heures et 30 minutes

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

La formation s'adresse aux Masseurs-kinésithérapeutes D.E.

Objectifs pédagogiques

- Etablir un programme de réhabilitation d'un sportif blessé
- Savoir adapter les paramètres d'intensité, volume, repos, séquences et fréquences
- Définir des critères de reprise de course à pied
- Connaitre les principes d'adaptation de la charge
- Acquérir des connaissances dans la prévention de blessures

Description

Cette formation de 3 jours combine la théorie et la pratique sur la Réathlétisation et la préparation physique des sportifs blessés ou non blessés. Au cours de cette formation majoritairement pratique (70%), il sera aborder le travail de la force, le reconditionnement musculaire chez les patients en Kinésithérapie, les charges de travail, la planification et la gestion de la charge de travail afin de développer la performance, de prévenir les blessures musculo-squelettiques et la récidive.

Le formateur présentera des dogmes dans ce domaine, les preuves scientifiques les plus récentes et son expérience dans la gestion d'athlètes tels que les joueurs de rugby, les triathlètes d'élite, les coureurs et les athlètes de saut.

Les principaux objectifs d'apprentissage sont d'être en mesure de concevoir, d'encadrer, de mettre en œuvre et de modifier des programmes de réadaptation et de performance en salle de sport et de course pour diverses populations.

Modalités pédagogiques

Formation en Anglais, traduction simultanée en français par un kinésithérapeute

Moyens et supports pédagogiques

Un support de cours traduit en français illustré détaillant la présentation power point sera fourni. Ce support de court reprend les aspects théoriques, clinique et techniques du contenu de la formation. La formation se fera par des travaux pratiques et des études de cas cliniques.