

Place de la musculation dans la prise en charge de la paralysie cérébrale



14h de présentiel



Liège
16 et 17/11/23



550 €
(repas non compris)

Formation Inter

Spécial Belgique

Pré-requis

Aucun

Professionnels concernés

Masseurs-kinésithérapeutes
Enseignants en APA

Intervenants

D. GUEDIN : Masseur-kinésithérapeute, Master 2 APAS

Compétences visées

À l'issue de cette formation, les participants :
Sauront introduire des programmes de musculation dans la prise en soin de sujets Paralysés Cérébraux adaptés aux capacités de la personne et à son projet.

Objectifs

- Construire un projet de musculation adapté au sujet
Déterminer les priorités et définir les objectifs
Construire un protocole de musculation
Définir les moyens mis en oeuvre
- Être capable de réaliser le protocole de musculation en fonction des objectifs
Maîtriser des savoir-faire théoriques : protocole de musculation, circuit training, HIIT (High Intensity Interval Training)
Maîtriser des savoir-faire pratiques : maîtriser les variables : charge, séries, répétitions, muscles ciblées, type d'exercices, ordre des exercices, matériels utilisés
Soutenir l'autonomie du sujet et maintenir son indépendance
Savoir interagir avec l'entourage pour qu'il soit acteur du projet du sujet

Programme

- Apport de connaissances dans le domaine de la musculation: indications, méthodes
- Connaître sur le plan théorique les différents protocoles de musculation et les variables à maîtriser
- Les outils d'évaluation, définition des objectifs du point de vue du sujet et de celui du professionnel

Pratique

- Animer une séance de musculation pour des sujets atteints de paralysie cérébrales de type I à IV d'après la GMF-CS
- Expérimenter différents protocoles de musculation
- Tester du matériel de musculation (élastiques, SwissBall, Sangles de suspension, Kettlebell)

Modalités d'évaluations

Au cours de la formation, les participants seront évalués sur les connaissances théoriques à l'aide de questionnaires. Des mises en situation pratique évalueront leurs compétences. À la fin de la formation, un questionnaire d'évaluation et de satisfaction sera proposé.

Modalités pédagogiques

La formation alterne des temps d'apports théoriques et pratiques entre participants et en situation réelle.