Place de la musculation dans le suivi des patients PC

Compétences visées

À l'issue de cette formation, les participants :

- Sauront mettre en pratique des programmes de musculation adaptés aux capacités et au projet de patients Paralysés Cérébraux

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 œuvre

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 au soutien du projet du sujet

Programme

Apports théoriques

- Connaissances dans le domaine de la musculation : indications, méthodes
- Connaissances sur 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

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

Modalités d'évaluation

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 de pratique entre participants.

14 heures de présentiel

Paris :
17 au 18 juin 2027

Dijon :
25 au 26 novembre 2027

Tarif : 620 €
(repas non compris)

Agence nationale du dpc — fifpl

Pré-requis

Aucun

Professionnels concernés

Masseurs-kinésithérapeutes, Enseignants en APA

Autres professionnels : nous consulter

Intervenants

D. GUEDIN :
Masseur- kinésithérapeute, cadre de santé, Master 2 APAS

Contact

gestion@institutmc.org

01 45 58 51 37