

LES BLESSURES MUSCULAIRES DU MEMBRE INFÉRIEUR EN SPORT CHEZ L'ADULTE

PROGRAMME

2 jours - 14 heures - Michael GIAKOUMIS

JOUR 1

8h30 - 8h40	Accueil des participants et présentation de la formation
8h40 - 9h	Les lésions musculaires chez le sportif : comprendre les problématiques et identifier des solutions
9h - 9h30	Mécanismes des blessures et dommages tissulaires
9h30 - 11h	Anatomie fonctionnelle des ischio-jambiers, du quadriceps et du triceps sural
11h - 11h15	Pause-café
11h15 - 12h15	Palpation anatomique et repérage - Atelier pratique
12h15 - 13h15	Pause déjeuner
13h15 - 14h45	La fonction musculaire dans les activités quotidiennes et sportives
14h45 - 16h15	Examen physique et processus de diagnostic en situation pathologique - Atelier pratique
16h15 - 16h30	Pause-café
16h30 - 16h50	Les différents systèmes de classification des lésions musculaires des ischio-jambiers, du quadriceps et du triceps sural
16h50 - 17h	Conclusion de la première journée

LES BLESSURES MUSCULAIRES DU MEMBRE INFÉRIEUR EN SPORT CHEZ L'ADULTE

PROGRAMME

2 jours - 14 heures - Michael GIAKOUMIS

JOUR 2

8h30 - 10h30	Évaluation avancée de la fonction neuro-musculaire (théorie et pratique)
10h30 - 10h45	Pause-café
10h45 - 11h	Introduction au cadre théorique des interventions (« Framework »)
11h00 - 12h	« Framework » - Phase 1 & 2 (théorie et pratique)
12h - 13h	Pause déjeuner
13h - 15h	« Framework » - Phase 3,4 & 5 (théorie et pratique)
15h - 15h15	Pause-café
15h15 - 16h45	« Framework » - Phase 6 & 7 (théorie et pratique)
16h45 - 17h	Conclusion de la formation

LES BLESSURES MUSCULAIRES DU MEMBRE INFÉRIEUR EN SPORT CHEZ L'ADULTE

PROGRAMME

Public visé

- Masseur kinésithérapeute DE

Pré-requis

- Avoir un diplôme de Masseur kinésithérapeute DE ou équivalent

Objectifs

- Analyser la fonction, le métabolisme et la structure des principaux groupes musculaires du membre inférieur (ischio-jambiers, quadriceps et mollets) afin de les intégrer de manière pertinente dans votre raisonnement clinique
- Comprendre l'impact des mécanismes, de la localisation, de la taille et du type de blessures musculaires sur les processus et les délais de rééducation pour optimiser la prise en charge
- Développer une vision globale et multidimensionnelle d'une blessure musculaire chez l'adulte, en combinant l'interprétation des imageries médicales, l'évaluation clinique et l'analyse fonctionnelle
- Identifier les exigences biomécaniques spécifiques aux différentes activités sportives et leur influence sur la conception d'un plan de rééducation efficace et structuré
- Optimiser votre sélection d'exercices grâce à une approche basée sur des preuves scientifiques, adaptée aux besoins spécifiques des patients adultes, et axée sur leur autonomisation
- Intégrer les connaissances issues de la biomécanique pour établir un cadre structuré de prise en charge des blessures musculaires des membres inférieurs, avec des étapes claires et des repères stratégiques favorisant l'autonomisation du patient
- Découvrir les pratiques les plus efficaces pour gérer les blessures musculaires, qu'elles soient récentes, complexes ou récurrentes, en vue d'améliorer les résultats fonctionnels et sportifs, tout en encourageant le patient à poursuivre des exercices autonomes dans une optique de prévention

Moyens pédagogiques techniques et d'encadrement

La formation se déroulera en présentiel. Elle alternera des séquences théoriques sous forme de power-point et des séquences pratiques en binôme sous supervision du formateur. Un support de cours sera remis aux participants avant le début de la formation.

Suivi de l'exécution de l'ation

- Signatures des feuilles d'émargement par demie-journées pour les 2 jours par les stagiaires et le formateur
- Evaluation des acquis en fin de formation
- Attestation individuelle de formation

LES BLESSURES MUSCULAIRES DU MEMBRE INFÉRIEUR EN SPORT CHEZ L'ADULTE

PROGRAMME

Appréciation des résultats de l'action

Chaque participant remplira à la fin de la formation un questionnaire de satisfaction et les acquisitions des connaissances seront évaluées et les résultats transmis aux participants.

Modalités d'évaluation

- En début de formation, la remise au participants d'un pré-questionnaire servira également d'évaluation des compétences. Une analyse des besoins de chaque participant sera effectuée en début de session.
- Au cours de la formation, quizz, cas pratiques en binôme supervisés par le formateur
- En fin de journée, un post-test afin de voir les acquisitions voire les problèmes restants des participants ainsi qu'un questionnaire de satisfaction

Modalités de la formation

- Durée - 2 jours - 14h - Présentiel - dans une salle de réunion avec 1 table de massage pour 2 stagiaires + matériel de vidéo-projection + matériel nécessaire à la formation
- 16 stagiaires maximum
- Adaptation possible aux personnes à situation de handicap si contact en amont de la formation
- Date : selon calendrier indiqué sur le site internet
- Délais d'accès : jusqu'à 2 jours avant la formation sous réserve de place disponible
- Tarif : 540€ - Eligibilité FIF PL en attente

Formateur

- Michael GIAKOURIS
- Master en Strength and Conditioning
- Master en Sports Physiotherapy
- Responsable de la gestion des blessures pour le City Football Group (Manchester) depuis 2022
- Responsable médical et physiothérapeute principal pour British Athletics de 2018 à 2022
- Auteur ou co-auteur de publications scientifiques

Version du 07/01/2024