



# PROGRAMME DE FORMATION CONTINUE

## LA RÉÉDUCATION POSTURALE ET L'ÉQUILIBRE : DE LA THÉORIE A LA PRATIQUE

### PRÉSENTATION

Permettre une adaptabilité efficace lors de la prise en charge rééducative de patient présentant des troubles de l'équilibre et/ou des troubles locomoteurs.

### PRÉREQUIS ET PUBLIC CONCERNE

Toutes personnes associées à la prise en charge de patients (kinésithérapeutes, professeurs d'éducation physique, ergothérapeutes, psychomotriciens...)

- Formation minimale en anatomie et physiologie humaine
- Compétences sur les pratiques rééducatives quotidiennes
- Formation en neurologie humaine
- Expérience professionnelle pratique

### MODALITÉS DE STAGE

Formation animée par : **M. Serge MESURE**

*Kinésithérapeute, Docteur en neurosciences, Hôpital de la Timone, CNRS, UMR institut des Sciences du Mouvement Marseille.*

**Durée** : 14 h (2 jours)

**Cout du stage (repas compris)** : 500€

## AMFCK

92, rue Auguste Blanqui  
13005 Marseille

Tél : 06 25 01 31 30

Tél : 06 61 02 51 92

[contact@amfck.fr](mailto:contact@amfck.fr)

[www.amfck.fr](http://www.amfck.fr)

[CGF de formation](#)

Public concerné: MASSEURS KINÉSITHÉRAPEUTES  
Prérequis : DIPLÔME D'ÉTAT DE MASSO-KINÉSITHÉRAPIE

## METHODE PEDAGOGIQUE

- Alternance des apports théoriques et pratiques
- Rappel des bases neurophysiologiques nécessaires à la compréhension
- Concrétisation des acquis (par exercices d'application)
- Utilisation du matériel disponible sur place (plateforme de force et petits matériels).

## PLAN DE FORMATION

### **1. Présentation des concepts de base de la posture, de l'équilibre et du mouvement :**

Cela représente les notions qu'il faut nécessairement maîtriser avant toute démarche d'apprentissage, d'entraînement ou de rééducation, puisqu'ils sont indispensables à la réalisation de tout acte moteur. Connaître les principes d'organisation et de gestion du mouvement.

- 1.1. Présentation des principes biomécaniques : A partir de notions aussi spécifiques que la gravité, l'inertie, la résultante des forces et le centre de gravité, cette présentation devra mettre en évidence les inter-relations entre ces notions de physique mécanique et les segments articulaires, les stratégies multi-segmentaires, les effecteurs musculaires qui constituent l'organisation de l'être humain.
- 1.2. L'organisation des sens : Parmi les sens, le système vestibulaire est une des sources de perception prioritaire de la gravité sur le contrôle postural. Ce système est en étroite corrélation avec les systèmes visuel et proprioceptif. Comprendre l'intégration de ces informations est essentiel dans la régulation de l'équilibre et du mouvement dans un espace donné.

### **2. Mise en place d'une séance de rééducation :**

Un des principes de la rééducation est d'organiser une évolution progressive des séances afin de proposer en permanence des exercices et des séances appropriées aux déficits et de les adapter à tout instant aux possibilités du patient.

#### 2.1 Construire en différents points les axes fondamentaux de notre réflexion

A partir d'exemples concrets notre but sera de comprendre la pathologie afin de proposer une thérapie la plus appropriée possible en fonction des choix exprimés. Savoir choisir ces indices en fonction de la pathologie et pouvoir les adapter en fonction du matériel à disposition et des conditions environnementales ;

#### 2.2 Comment permettre une évolution favorable de la rééducation posturale basée sur des indices appropriés. Cela sous-entend une sélection d'indices pertinents et la possibilité de faire évoluer les exercices en fonction de la priorité de ces indices présélectionnés.

### **3. Pratique :**

Des séances de rééducation, d'organisation et des exercices sont à développer. Pour cela, des pratiques seront proposées et organisées sur des principes de découvertes des stratégies segmentaires et multi-segmentaires, sur des principes d'évolution comportementale associés aux développements ontogénétiques.

- 3.1 Utilisation de situations comportementales, réalisation de séances sur des environnements multiples et variés (salle de rééducation, environnement naturel, piscine...)
- 3.2 Adaptation posturale et apprentissage moteur : savoir concilier l'environnement, le choix d'une tâche posturale en fonction des objectifs de la rééducation...

Programme	Durée	Jour
Quizz autour du thème de la posture (cadre EPP-DPC)	30'	J1
Tour de table pour cerner la demande des participants	30'	
<b>Présentation des concepts de base de la posture, de l'équilibre et du mouvement</b>	1H00	
<b>Rappel des bases neurophysiologiques nécessaires à la compréhension</b>	30'	
<b>Présentation des principes biomécaniques</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- la gravité, l'inertie, la résultante des forces et le centre de gravité</li> <li>- les inter-relations entre ces notions de physique mécanique et les segments articulaires</li> <li>- les stratégies multi-segmentaires, les effecteurs musculaires</li> </ul>	1H30	
<b>Les connaissances associées à notre réflexion</b>		J1
<b>L'organisation des sens</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- le système vestibulaire, le système visuel et système proprioceptif</li> <li>- Comprendre l'intégration de ces informations dans la régulation de l'équilibre et du mouvement dans un espace donné.</li> </ul> <b>Construire en différents points les axes fondamentaux</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- comprendre la pathologie afin de proposer une thérapie appropriée</li> <li>- Choisir les indices en fonction de la pathologie</li> <li>- Savoir et pouvoir les adapter en fonction du matériel à</li> </ul>	3H00	
<b>Mise en place d'une séance de rééducation</b>		J2
<ul style="list-style-type: none"> <li>- sélection d'indices pertinents</li> <li>- la possibilité de faire évoluer les exercices en fonction de la priorité de ces indices présélectionnés.</li> <li>- application pratique</li> <li>- raisonnement clinique et pratique dans le cadre d'une PSH, ...</li> </ul>	30' 1H00	
<b>Utilisation de situations comportementales</b>	30' 1H00	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Application pratique</li> <li>- Réalisation de séances sur des environnements multiples et variés (salle de rééducation, environnement naturel, piscine...)</li> <li>- Découvertes des stratégies segmentaires et multi-segmentaires,</li> </ul>		
<b>Adaptation posturale et apprentissage moteur</b>		J2
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Application pratique</li> <li>- Principes d'évolution comportementale associés aux développements ontogénétiques.</li> <li>- Savoir concilier l'environnement, le choix d'une tâche posturale en fonction des objectifs de la rééducation</li> </ul>	30' 3H00	
Quizz de fin de formation (cadre EPP-DPC) Bilan sur la formation en fonction des	30'	