

# Certificat

## Prévention des Blessures et Rééducation par l'Exercice

Approuvé par la NBA





## Certificat

# Prévention des Blessures et Rééducation par l' Exercice

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: [www.techtitute.com/fr/kinesithérapie/cours/prevention-blessures-reeducation-exercice](http://www.techtitute.com/fr/kinesithérapie/cours/prevention-blessures-reeducation-exercice)

# Accueil

01

Présentation

---

*page 4*

02

Objectifs

---

*page 8*

03

Direction de la formation

---

*page 12*

04

Structure et contenu

---

*page 16*

05

Méthodologie

---

*page 20*

06

Diplôme

---

*page 28*



# 01

# Présentation

Les kinésithérapeutes doivent posséder des connaissances approfondies dans certains domaines, tels que la pratique d'exercices visant à prévenir l'apparition d'éventuelles lésions ou ceux destinés à la rééducation du corps après une blessure physique. Ce programme complet, conçu par des experts de premier plan dans ce domaine, a été créé dans le but de vous aider à améliorer votre formation.



“

*Aidez vos patients à prévenir d'éventuelles  
blessures en pratiquant certains exercices”*

Les personnes, surtout lorsqu'elles pratiquent des sports intensifs ou lorsqu'elles présentent certaines pathologies susceptibles de provoquer des blessures physiques, doivent effectuer une série d'exercices qui les aident à prévenir l'apparition d'éventuelles blessures. À cette fin, il est important que les kinésithérapeutes aient un niveau élevé de connaissances dans ce type d'exercices, car ils sont les plus qualifiés pour les conseiller.

En outre, en cas de blessure physique, il est nécessaire d'effectuer un diagnostic adéquat, après quoi les exercices thérapeutiques les plus appropriés peuvent être appliqués à chaque cas, ce qui permet au corps de se rétablir après les blessures. En ce sens, ce Certificat offre une formation complète sur ce type d'exercices, qui permettra aux professionnels d'être plus efficaces dans leur pratique quotidienne.

Afin de former des professionnels dans ce domaine, TECH a conçu cet Certificat, qui a été développé par une équipe de professionnels du plus haut niveau, avec des années d'expérience et des experts en diagnostic de pathologies dans différentes parties du corps.

En outre, cette formation présente l'avantage de se dérouler entièrement en ligne, de sorte que les étudiants peuvent suivre leurs cours de manière totalement autonome, en choisissant quand et où étudier, puisqu'il leur suffit de disposer d'un ordinateur ou d'un appareil mobile doté d'une connexion à internet. De cette manière, vous pourrez parfaitement combiner votre temps d'étude avec le reste de vos obligations quotidiennes.

Ce **Certificat en Prévention des Blessures et Rééducation par l'Exercice** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ♦ Le développement d'études de cas présentées par des experts en kinésithérapie
- ♦ Le contenu graphique, schématique et éminemment pratique du programme fournit des informations scientifiques et pratiques sur les disciplines essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Les nouveautés sur l'exercice thérapeutique pour la prévention des blessures et la rééducation
- ♦ Les exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour améliorer l'apprentissage
- ♦ Un accent particulier est mis sur les méthodologies innovantes dans le diagnostic de la kinésithérapie
- ♦ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ♦ La disponibilité du contenu à partir de tout appareil fixe ou portable doté d'une connexion à internet



*Développez vos connaissances en kinésithérapie diagnostique et améliorez les soins de vos patients et, par conséquent, leur qualité de vie"*

“

*Ce Certificat est le meilleur investissement que vous puissiez faire dans le choix d'un programme de perfectionnement pour actualiser vos connaissances en Prévention des blessures et Rééducation par l' Exercice"*

Le corps enseignant comprend des professionnels du domaine de physiothérapie, qui apportent l'expérience de leur travail à cette formation, ainsi que des spécialistes reconnus issus de grandes entreprises et d'universités prestigieuses.

Son contenu multimédia, développé avec les dernières technologies éducatives, permettra aux kinésithérapeutes d'apprendre de manière située et contextuelle, c'est-à-dire dans un environnement simulé qui offrira une formation immersive programmée pour s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage Par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme. Pour ce faire, le professionnel sera assisté par un système vidéo interactif innovant créé par des experts reconnus et expérimentés dans la prévention et la rééducation des blessures par l'exercice.

*Utilisez la meilleure méthodologie éducative pour poursuivre votre spécialisation dans le domaine de la kinésithérapie.*

*Ce Certificat 100% en ligne vous permettra de combiner vos études avec votre travail professionnel tout en améliorant vos connaissances dans ce domaine.*





# 02 Objectifs

Le Certificat en Prévention des blessures et Rééducation par l' Exercice vise à faciliter la performance des professionnels de haut niveau dédiés à la kinésithérapie avec les dernières avancées dans le secteur.





“

*Pour être l'un des meilleurs kinésithérapeutes, vous ne pouvez pas manquer l'occasion d'étudier ce Certificat avec nous"*



## Objectifs généraux

---

- Devenir de plus en plus autonome dans le diagnostic et l'application des techniques de traitement les meilleures et les plus correctes
- Planifier les séances de traitement et leurs objectifs à court, moyen et long terme
- Évaluer et modifier les techniques de traitement et les objectifs des patients

“

*Une formation de haut niveau  
conçue dans le seul but de vous  
donner les moyens de réussir”*





## Objectifs spécifiques

---

- ♦ Prévenir et rééduquer un grand nombre de pathologies et de blessures grâce à l'exercice thérapeutique
- ♦ Connaître les phases de l'apprentissage moteur
- ♦ Connaître l'importance du core dans ce type de travail et connaître l'influence de la proprioception dans l'apprentissage



03

# Direction de la formation

Le corps enseignant du programme comprend des experts de premier plan en matière de kinésithérapie, qui apportent à cette formation l'expérience de leur travail. En outre, d'autres experts au prestige reconnu participent à sa conception et à son développement, complétant ainsi le programme de manière interdisciplinaire.

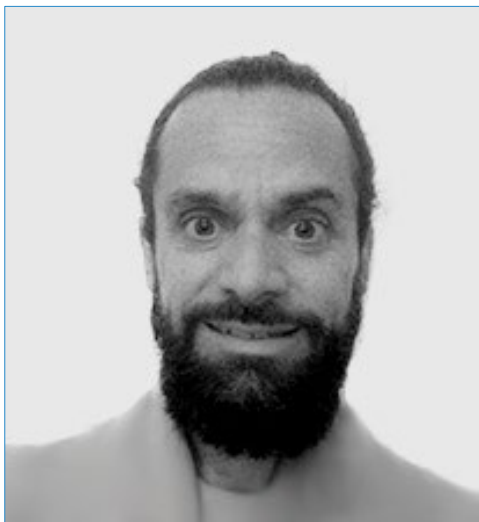




“

*Les plus grands professionnels du domaine ont  
uni leurs forces pour vous enseigner les dernières  
avancées en matière de diagnostic en kinésithérapie”*

## Direction



### M. García Coronado, Luis Pablo

- ♦ Kinésithérapeute à Hôpital Universitaire La Paz
- ♦ Superviseur du Service de Kinésithérapie de l' Hôpital Universitaire de La Paz
- ♦ Spécialiste de la Physiothérapie Sportive, de la rééducation, de l'électrothérapie, de la méthode Pilates et de l'Exercice Thérapeutique
- ♦ Directeur de Fisoespaña C. B
- ♦ Administrateur de Fisioganas S.L.
- ♦ Directeur de Pilates Wellness & Beauty S.L.

## Professeur

### Mme Márquez González, Ana Fresia

- ♦ Diplôme de Kinésithérapie. Université de Séville
- ♦ Master ThePowerMBA
- ♦ Kinésithérapeute Équipe de Volley-ball Cajasol, Club de Triathlon CAPA, Centre Sportif, Mutua SANIX, Association de Fibromyalgie de Séville, Clinique de Kinésithérapie Pizarro
- ♦ Spécialiste de la kinésithérapie sportive et de l'exercice thérapeutique, des maladies douloureuses chroniques (fibromyalgie) et du drainage lymphatique
- ♦ Expert en Fibromyalgie et Expert en. Expert en Fibromyalgie et Expert en Exercice Thérapeutique
- ♦ Cours de Pilates. Fédération espagnole de Pilates





# 04

## Structure et contenu

La structure des contenus a été conçue par les meilleurs professionnels du domaine de la kinésithérapie, dotés d'une grande expérience et d'un prestige reconnu dans la profession, avalisé par le volume de cas revus, étudiés et diagnostiqués, et d'une connaissance approfondie des nouvelles technologies.







“

*Nous avons le programme le plus complet et le plus à jour du marché. Nous recherchons l'excellence académique et nous voulons que vous y parveniez aussi"*

## Module 1. Exercice thérapeutique

- 1.1. Exercice thérapeutique
  - 1.1.1. Concept d'exercice thérapeutique
  - 1.1.2. Exercice physique vs exercice thérapeutique
- 1.2. Phase d'apprentissage moteur
  - 1.2.1. Phase cognitive: développement de la coordination globale
  - 1.2.2. Phase associative: développement de la coordination fine
  - 1.2.3. Phase autonome: stabilisation de la coordination fine
- 1.3. Prévention des blessures et réadaptation par l'exercice
  - 1.3.1. Prévention des blessures
  - 1.3.2. Réadaptation au sport
- 1.4. Influence de l'apprentissage sur la proprioception
  - 1.4.1. Profil du corps
- 1.5. Objectifs spécifiques à chacun des types
  - 1.5.1. Fonctionnalité
  - 1.5.2. La réadaptation à l'entraînement chez le sportif occasionnel
  - 1.5.3. Réadaptation à l'entraînement et à la compétition chez l'athlète professionnel ou semi-professionnel
- 1.6. Combiner force et mobilité pour gagner en élasticité
  - 1.6.1. Avantages de la combinaison "force + mobilité" par rapport au travail de flexibilité isolé
- 1.7. Progressions
  - 1.7.1. Progression du programme d'exercices thérapeutiques
  - 1.7.2. Temps
  - 1.7.3. Intensité





- 1.8. L'importance du core
  - 1.8.1. Définition du core
  - 1.8.2. Le travail de base comme partie obligatoire de tout type de rééducation ou d'entraînement physique
  - 1.8.3. Les femmes et le core
- 1.9. Utilisation des techniques de yoga et de la méthode Pilates dans l'exercice thérapeutique
  - 1.9.1. Yoga
  - 1.9.2. Pilates
- 1.10. Planification et progression des exercices avec le matériel
  - 1.10.1. TRX
  - 1.10.2. Fitball
  - 1.10.3. Autres matériaux visant la fonctionnalité et la rééducation



*Ce sera une formation clé pour faire avancer votre carrière"*



# 05

# Méthodologie

Ce programme de formation offre une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: **le Relearning**. Ce système d'enseignement est utilisé, par exemple, dans les écoles de médecine les plus prestigieuses du monde et a été considéré comme l'un des plus efficaces par des publications de premier plan telles que le **New England Journal of Medicine**.







“

*Découvrez Relearning, un système qui renonce à l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui exigent la mémorisation”*

## À TECH nous utilisons la Méthode des Cas

Dans une situation donnée, que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, les étudiants seront confrontés à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels ils devront enquêter, établir des hypothèses et enfin résoudre la situation. Il existe de nombreuses preuves scientifiques de l'efficacité de cette méthode. Les kinésithérapeutes et les kinésiologues apprennent mieux, plus rapidement et de manière plus durable.

*Avec TECH, vous pouvez faire l'expérience d'une méthode d'apprentissage qui ébranle les fondements des universités traditionnelles du monde entier.*



Selon le Dr Gérvas, le cas clinique est la présentation commentée d'un patient, ou d'un groupe de patients, qui devient un "cas", un exemple ou un modèle illustrant une composante clinique particulière, soit en raison de son pouvoir pédagogique, soit en raison de sa singularité ou de sa rareté. Il est essentiel que le cas soit basé sur la vie professionnelle actuelle, en essayant de recréer les conditions réelles de l'exercice professionnel de la kinésithérapie.

“

*Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912 à Harvard pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consistait à leur présenter des situations réelles complexes pour qu'ils prennent des décisions et justifient la manière de les résoudre. En 1924, elle a été établie comme une méthode d'enseignement standard à Harvard”*

L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre réalisations clés:

1. Les kinésithérapeutes/kinésologues qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques qui permettent au kinésithérapeute ou au kinésologue de mieux s'intégrer dans le monde réel.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.



## Relearning Methodology

TECH combine efficacement la méthodologie des études de cas avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, qui associe 8 éléments didactiques différents dans chaque leçon.

Nous enrichissons l'Étude de Cas avec la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le Relearning.



*Le kinésithérapeutes/kinésiologue apprendra à travers des cas réels et la résolution de situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe pour faciliter un apprentissage immersif.*



À la pointe de la pédagogie mondiale, la méthode Relearning a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels qui terminent leurs études, par rapport aux indicateurs de qualité de la meilleure université en ligne du monde (Columbia University).

Cette méthodologie a formé plus de 65.000 kinésithérapeutes/kinésiologues avec un succès sans précédent dans toutes les spécialités cliniques, quelle que soit la charge manuelle/pratique. Notre méthodologie d'enseignement est développée dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

*Le Relearning vous permettra d'apprendre avec moins d'efforts et plus de performance, en vous impliquant davantage dans votre formation, en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant les opinions: une équation directe vers le succès.*

Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire, mais se déroule en spirale (apprendre, désapprendre, oublier et réapprendre). Par conséquent, chacun de ces éléments est combiné de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, le score global de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Ce programme offre le support matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



#### Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui vont enseigner le programme universitaire, spécifiquement pour lui, de sorte que le développement didactique est vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, avec les dernières techniques qui offrent des pièces de haute qualité dans chacun des matériaux qui sont mis à la disposition de l'étudiant.



#### Techniques et procédures de kinésithérapie en vidéo

TECH apporte les techniques les plus récentes et les dernières avancées éducatives à l'avant-garde des techniques et procédures actuelles de kinésithérapie/kinésiologie. Tout cela, à la première personne, avec la plus grande rigueur, expliqué et détaillé pour contribuer à l'assimilation et à la compréhension de l'étudiant. Et surtout, vous pouvez les regarder autant de fois que vous le souhaitez.



#### Résumés interactifs

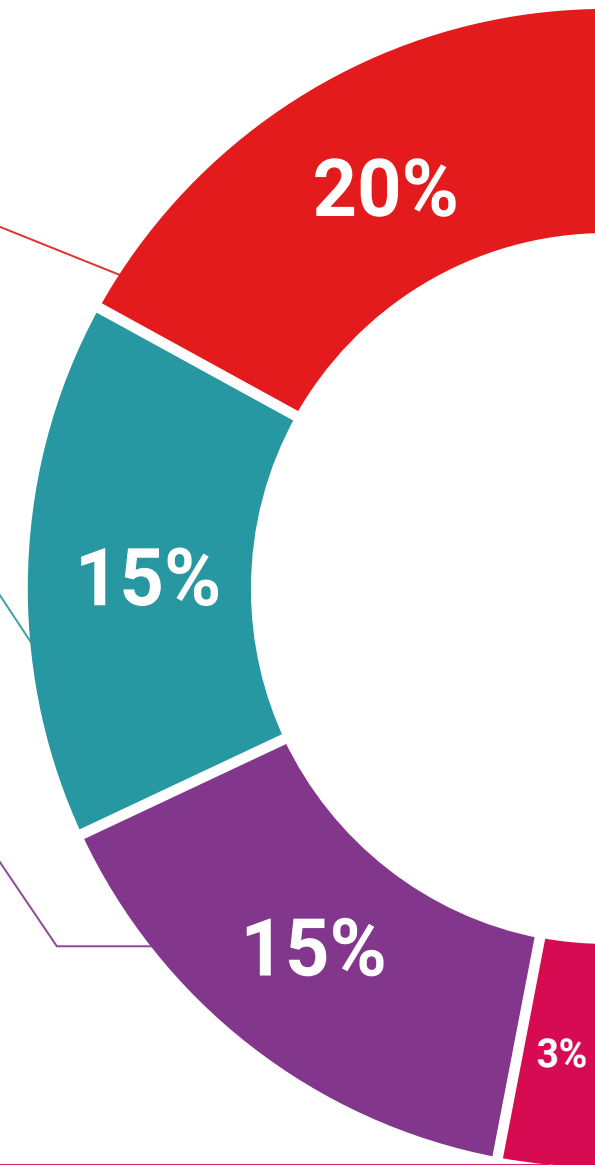
L'équipe TECH présente les contenus de manière attrayante et dynamique dans des pilules multimédia comprenant des audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de renforcer les connaissances.

Ce système unique de présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story"



#### Lectures complémentaires

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





#### Analyses de cas menées et développées par des experts

Un apprentissage efficace doit nécessairement être contextuel. Pour cette raison, TECH présente le développement de cas réels dans lesquels l'expert guidera l'étudiant à travers le développement de l'attention et la résolution de différentes situations: une manière claire et directe d'atteindre le plus haut degré de compréhension.



#### Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



#### Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



#### Guides d'action rapide

TECH offre les contenus les plus pertinents du cours sous forme de fiches de travail ou de guides d'action rapide. Une manière synthétique, pratique et efficace d'aider les élèves à progresser dans leur apprentissage.





# 06 Diplôme

Le Certificat en Prévention des Blessures et Rééducation par l'Exercice vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.





“

*Terminez ce programme avec succès et recevez votre diplôme sans avoir à vous soucier des déplacements ou des formalités administratives”*

Ce **Certificat en Prévention des Blessures et Rééducation par l'Exercice** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal\* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Prévention des Blessures et Rééducation par l'Exercice**

N° d'heures officielles: **150 h.**

Approuvé par la NBA



\*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

future

santé confiance personnes

éducation information tuteurs

garantie accréditation enseignement

institutions technologie apprentissage

communauté engagement

**tech** université  
technologique

service personnalisé innovation

connaissance présent qualité  
en ligne formation

développement institutions

classe virtuelle langues

### Certificat

Prévention des  
Blessures et Rééducation  
par l'Exercice

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

# Certificat

## Prévention des Blessures et Rééducation par l'Exercice

Approuvé par la NBA

