

Gymnastique abdominale non génératrice de pression

Intervenante

Stéphanie FAIVRE

MKDE, spécialisée en périnéologie

DIU statique pelvienne et urodynamique

DU pelvis périnéologie

Public : kinésithérapeutes

Durée : 1 jour, soit 7 heures

Horaires : de 9h00 à 18h00



Programme

Anatomie et physiologie des différentes enceintes

- Cavité thoracique
- Cavité abdominale
- Cavité pelvienne

Orientations des pressions et conséquences en fonctions des exercices réalisés

- Etude de la sifud en 2001
- Notions de statique pelvienne

Synergies musculaires

Indications et contre indications

Conditions nécessaire pour une gymnastique abdominale

- Respiratoire
- Articulaires
- Musculaires

Bilan préalable

Pratique

- Déroulement d'une séance type
- Présentation des exercices
- Evolution des séances

Gymnastique abdominale non génératrice de pression

Niveau de connaissances : acquisition

Prérequis : aucun

Objectifs

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité d'expliquer et de mettre en place des séances de gymnastiques non génératrice de pression, en individuel ou en groupe.

Cette formation lui permettra de :

- connaître les principes de la gymnastique non génératrice de pression
- savoir expliquer les mécanismes anatomo-physiologiques de cette technique
- organiser la première séance
- connaître les différents exercices afin de faire évoluer les séances avec une difficulté croissante
- corriger la/le patient lors des différents exercices

Moyens pédagogiques et techniques : Apport théoriques - Travaux pratiques - Cas cliniques

Modalités d'évaluation : pré-test, post-test, évaluation à distance.

Un support de formation est remis à chaque stagiaire. La pédagogie est active et participative, alternant des apports théoriques et des phases de mise en pratique. L'évaluation de la progression des stagiaires est réalisée tout au long de la formation, au travers des échanges et par le biais d'exercices de synthèses individuels ou de groupe.

Certificat : attestation de participation délivrée en fin de stage

Contact en charge des relations avec les stagiaires : Justine FRÉNEAU
Secrétariat de Fc Santé : 05 56 51 80 88
accueil@fcsante.org