Les fondamentaux de la kinésithérapie du Sport (L. NIEDERHOFFER)

Objectifs

Apporter les fondamentaux de la kinésithérapie du Sport.

Fournir une véritable boite à outils de techniques à appliquer tout de suite sur le terrain.

Comprendre les infrastructures mises à disposition des sportifs de haut niveau et connaître la place du kiné du Sport.
Répondre aux besoins d'un sportif de haut niveau afin d'assurer son suivi

Formateur.trice

Lionel Niederhoffer

Kinésithérapeute – Ostéopathe

Note

Lors de la dernière session, le taux de satisfaction du groupe s'élevait à :

Nouvelle Formation

Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 575€

DPC - En cours de traitement

FIFPL - En cours de traitement

Organisation

Construction du groupe :
16 personnes

Du 26 au 27 novembre 2026 - Lyon

14h / 2 jours

Public et Prérequis

Formation ouverte aux masseurs- kinésithérapeutes (D.E. ou A.E.)

Contenu

Formation des fondamentaux de la kinésithérapie du sport, permettant d'appréhender cette spécialité, d'en comprendre sa complexité et de voir et acquérir des techniques à mettre en place dans sa pratique quotidienne en cabinet et/ou en structure accueillant des sportifs (de l'amateur au professionnel).
Cette formation permettra notamment de savoir appliquer les straps et tapes les plus courants chez le sportif, de mener des bilans clinique sur les blessures les plus fréquentes du sportif ainsi que de comprendre et analyser des protocoles de rééducation de cas clinique chez des sportifs professionnels, d'appréhender la pratique du kiné du sport sur le terrain et d'aborder les techniques de thérapie manuelle de base et la notion de performance chez le sportif.
En résumé, cette formation à pour but de faire un tour complet de la kinésithérapie du sport, d'intégrer différentes compétences essentielles à la pratique auprès des sportifs.

PROGRAMME DE FORMATION

- Définir la kinésithérapie du Sport
- Donner les qualités d'un kiné du Sport
- Aborder les bases de la kiné du Sport (Aborder les Straps et Tapes de base…)
- Réaliser des bilans cliniques sur des blessures fréquentes dans le monde du sport
- Aborder les bases de la thérapie manuelle au service du sportifs (les techniques les plus courantes sur la colonne vertébrale)
- Aborder quelques protocoles de rééducation de blessures sportives
- Réfléchir sur la question de la performance sportive et de son importance aujourd'hui
- Des temps de questions/réponses et de révisions

MOYENS PEDAGOGIQUES ET PRATIQUES

- Lieu : salle adaptée à l'effectif et avec au moins une table électrique (ou réglable en hauteur) et avec de la place pour les travaux pratiques.
- Alternance des séquences théoriques (projection d'un diaporama) puis des séquences pratiques en binômes et/ou en groupes sous surveillance et supervision du formateur.
- Merci de vous munir d'une tenue confortable et sportive afin d'effectuer l'ensemble de la partie pratique de la formation.
- Fournitures pour les étudiants : Straps / Tapes / Ciseaux / Bandes mousses / Bouteilles d'eau / Petit matériel (haies, coupelles, cerceaux, ballons, bosu…) / Livret de prise de notes

MODALITES DE SUIVI DE L'EXECUTION DU PROGRAMME ET D'EVALUATION

- Feuilles d'émargement (par ½ journées) : signature des participants et contre-signature du formateur.
- Évaluation des apports de la formation :
    - Pré et Post-test

    - Quizz – questionnaires
    - Échanges autour des cas emblématiques
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation

ACCES AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Attestation d’accessibilité recevant du public (ERP 5ème catégorie)

Programme détaillé de la formation

Jour 1	Contenus	Pédagogie	
	OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE : Dresser un portrait complet du Kiné du Sport. Avoir un aperçu de l'étendue de la pratique sur le terrain Savoir appliquer les straps et Tapes les plus courants chez le sportif		
09h00 09h15	**Accueil des stagiaires** **Présentation de la formation et de l'ensemble des participants**	**INTERROGATIVE** **MAGISTRALE**	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires Présentation du formateur et des stagiaires
09h15 11h15	**Définition de la kiné du Sport** **Quelles sont les qualités d'un kiné du Sport(connaissances, compétences, l'organisation, la hiérarchie, les structures, le réseau, la passion…)** **Les bases de la kiné du Sport (le matériel, les test de pré-saison, la prévention, la récupération…)**	**MAGISTRALE** **INTERROGATIVE**	Présentation du formateur et des stagiaires Projection du diaporama et supports audiovisuels
	Pause		
11h30 13h00	**Atelier :** • **2 Tests de pré-saison** • **2 exercices de prévention** • **2 soins de récupération**	**HEURISTIQUE** **ACTIVE**	Questions ciblées Mise en situation Création de scénario Travaux en groupe Débrief
	Repas		
14h00 15h30	**Atelier :** **Straps (cheville, genou, pouce, épaule)**	**DEMONSTRATIVE** **EXPERIMENTALE**	Mise en situation Travail en binôme Débrief
	Pause		
15h45 16h45	**Atelier :** **Tapes (facilitation et inhibition musculaire, correction mécanique)**	**DEMONSTRATIVE** **EXPERIMENTALE**	Mise en situation Travail en binôme Débrief
16h45 17h00	**Temps d'échanges / Questions – Réponses**	**HEURISTIQUE**	Mise en commun
Jour 2	**Contenus**	**Pédagogie**	

	OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE : Savoir mener un bilan clinique complet sur des blessures fréquentes du sportif. Appréhender des notions de thérapie manuelle. Etudes de protocoles de rééducation. Mener une réflexion sur la performance sportive.		
09h00 11h00	**Bilans cliniques :** **Entorse de cheville** **Entorse de genou**	**MAGISTRALE** **INTERROGATIVE** **DEMONSTRATIVE** **EXPERIMENTALE**	Projection du diaporama Quizz Démonstration et mises en situation
	Pause		
11h15 13h00	**LMA** **Epaule traumatique** **Thérapie manuelle**	**MAGISTRALE** **INTERROGATIVE** **DEMONSTRATIVE** **EXPERIMENTALE**	Projection du diaporama Quizz Démonstration et mises en situation
	Repas		
14h00 15h00	**Etude de protocoles de rééducation sur des cas cliniques précis**	**MAGISTRALE** **INTERROGATIVE**	Projection du diaporama et supports audiovisuels Quizz
15h00 15h30	**Réflexion sur la notion de « performance sportive »**	**MAGISTRALE** **INTERROGATIVE**	Questionnements mutuels – participation active des stagiaires
	Pause		
15h45 16h45	**Révisions**	**EXPERIMENTALE**	Etudes de situation, mise en commun
16h45 17h00	**Moment de questions/réponses** **Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel si pas encore réalisé en cours de formation** **Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances**	**HEURISTIQUE** **INTERROGATIVE**	Questionnements mutuels – participation active des stagiaires Questionnaire de fin de formation