Centre Européen de Formation et d'Information des Professions de Santé

SARL CEFIPS
38 Chemin des Vieilles Ecoles
31200 TOULOUSE

05 34 25 48 73
05 34 25 59 59

cefips@orange.fr
www.cefips.com

N° déclaration d'activité Formation :
73310731531
N° SIRET : 50927606900036
SARL
NAF 8559A

Pilates (Applications thérapeutiques) : Module 2 - intégration

Formation destinée aux Masseurs-Kinésithérapeutes, Psychomotriciens, Ostéopathes, Coach APA

Formateur : WEYLAND Karine ou FURLAN Alexandra
Durée : 3 jours - 21 heures
Pré-requis : Avoir suivi le stage "Pilates (Applications thérapeutiques) : Module 1 - acquisition"

Matériel à prévoir : un tapis + une serviette + une tenue décontractée + un petit coussin + une bande élastique facile ou médium (Théraband) + un ballon de Klein (avec gonfleur)

Contexte / Résumé / Objectifs :

De nombreuses douleurs chroniques peuvent être expliquées par un défaut d'alignement postural, le manque d'activité physique, ou la pratique d'exercices inadaptés. La kinésithérapie se tourne davantage vers les techniques actives préventives et éducatives, avec l'objectif de permettre aux patients de gagner en autonomie.
Le Pilates est une méthode permettant au praticien d'identifier plus spécifiquement la demande musculaire du patient, de répondre à certaines problématiques thérapeutiques par des exercices adaptés, et de développer une relation pédagogique unique avec le patient.
Le module INTÉGRATION est indispensable à toute personne souhaitant **mettre en place des séances de gymnastique collectives, et gagner en confiance dans l'enseignement individuel.**
Vous apprendrez également à **réaliser une vingtaine d'exercices avec variations**. Grâce à ce module, vous **affinerez vos techniques d'enseignement individuel et collectif par des mises en situation pratiques et ludiques**. **Vous développerez des compétences pédagogiques visant l'autonomie du patient.**

Les objectifs sont :

- **Approfondir les notions de base vue au module Acquisition ;**
- **Décrire les bases théoriques de la pédagogie utilisée en Pilates ;**
- **Utiliser un ensemble de techniques pédagogiques dans l'enseignement collectif ;**
- **Composer des entrainements collectifs avec la fluidité dans les transitions ;**
- **Élaborer des stratégies dans l'enseignement collectif afin de permettre l'inclusion et la participation de l'ensemble du groupe ;**
- **Organiser et gérer un groupe présentant des profils spécifiques et multi-niveau ;**
- **Enseigner une vingtaine d'exercices sur tapis avec et sans accessoires, et leurs variations ;**
- **Utiliser des techniques de levées de tensions musculaires préparatoires aux exercices ;**
- **Intégrer des exercices à visée d'autonomie dans les protocoles de rééducation.**

Certification QUALIOPI : " la certification qualité a été délivrée au CEFIPS au titre de la catégorie d'action suivante : Actions de Formations " délivrée par AFNOR le 05/10/20 et valable jusqu'au 04/10/2024

N° 1212
Organisme enregistré par l'Agence nationale du DPC
Retrouvez toute l'offre du DPC sur www.mondpc.fr

DATADOCKÉ

Centre Européen de Formation et d'Information des Professions de Santé

SARL CEFIPS
38 Chemin des Vieilles Ecoles
31200 TOULOUSE

05 34 25 48 73
05 34 25 59 59

cefips@orange.fr
www.cefips.com

N° déclaration d'activité Formation :
73310731531
N° SIRET : 50927606900036
SARL
NAF 8559A

JOUR 1

MATIN 9h00-12h30

- Accueil, présentation, prise en compte des attentes des stagiaires

THEORIE / PRATIQUE (3h30) :

- Ouverture de stage et présentation
- **Evaluation d'entrée** :
  - ✓ Identification des besoins des apprenants
  - ✓ Appréciation du niveau de connaissance pratique des exercices Acquisition
- **Rappels du module Acquisition**

APRES-MIDI 14h00-17h30

THEORIE / PRATIQUE (3h30) :

- **Introduction à la pédagogie en Pilates**
- **Techniques pédagogiques**
- **Transitions**

JOUR 2

MATIN 9h00-12h30

THEORIE / PRATIQUE (3h30) :

- Théorie – **Mouvements préparatoires**
- Travaux pratiques – **Apprentissage d'une vingtaine d'exercice** (partie 1)

APRES-MIDI 14h00-17h30

THEORIE / PRATIQUE (3h30) :

- Travaux pratiques – **Apprentissage d'une vingtaine d'exercice (partie 2)**
- **Autonomie du patient**

JOUR 3

MATIN 9h00-12h30

THEORIE / PRATIQUE (3h30) :

- **Construction de séances collectives**

APRES-MIDI 14h00-17h30

THEORIE / PRATIQUE (3h30) :

- **Ateliers collectifs**
- **Gestion du Pilates au cabinet**
- Synthèse, QCM, administratif

Certification QUALIOPI :
" la certification qualité a été délivrée au CEFIPS au titre de la catégorie d'action suivante : Actions de Formations "
délivrée par AFNOR le 05/10/20 et valable jusqu'au 04/10/2024

N° 1212
Organisme enregistré par l'Agence nationale du DPC
Retrouvez toute l'offre du DPC sur www.mondpc.fr

DATADOCKÉ