

Bachelier en kinésithérapie

HELHa Campus Montignies 136 Rue Trieu Kaisin 6061 MONTIGNIES-SUR-SAMBRE		
Tél : +32 (0) 71 15 98 00	Fax :	Mail : sante-montignies-kine@helha.be

1. Identification de l'Unité d'Enseignement

ENSEIGNEMENT CLINIQUE 2 - EXERCISE THERAPY ET FITNESS			
Code	PAKN3B84KIN	Caractère	Obligatoire
Bloc	3B	Quadrimestre(s)	Q1
Crédits ECTS	2 C	Volume horaire	44 h
Coordonnées des responsables et des intervenants dans l'UE	Nicolas DE CLERCQ (nicolas.de.clercq@helha.be)		
Coefficient de pondération		20	
Cycle et niveau du Cadre Francophone de Certification		bachelier / niveau 6 du CFC	
Langue d'enseignement et d'évaluation		Français	

2. Présentation

Introduction

Cette unité d'enseignement vise l'apprentissage théorique et pratique de techniques spécifiques aux domaines musculosquelettique.

Cette UE va permettre à l'étudiant de compléter ses connaissances de prise en charge kinésithérapeutique via deux approches différentes mais complémentaires: le fitness et l'exercice therapy.

Cette activité se déclinera en trois parties différentes mais complémentaires (le fitness, l'exercice therapy et une partie théorique consacrée à la promotion et les bienfaits des activités physiques et sportives).

L'étudiant devra être capable de prendre en charge un patient (il exploitera ses savoirs et savoirs-faire), de transmettre des consignes judicieuses, claires et précises afin que celui-ci puisse exécuter les exercices proposés de manière sécurisée et optimale. Il proposera des variantes dégressives et/ou progressives et, au besoin, corrigera le patient.

Contribution au profil d'enseignement (cf. référentiel de compétences)

Cette Unité d'Enseignement contribue au développement des compétences et capacités suivantes :

- Compétence 1 **S'impliquer dans sa formation et dans la construction de son identité professionnelle**
 - 1.6 Exercer son raisonnement scientifique
- Compétence 4 **Concevoir des projets professionnels complexes**
 - 4.6 Programmer des interventions éducatives, préventives et curatives
- Compétence 5 **Assurer une communication professionnelle**
 - 5.2 Communiquer avec les patients, avec ses pairs et les différents acteurs de soins de santé
 - 5.5 Participer à la promotion de la santé
- Compétence 6 **Pratiquer à des fins médicales les activités spécifiques à son domaine professionnel**
 - 6.3 Réaliser des traitements kinésithérapeutiques préventifs et curatifs
 - 6.4 Eduquer et/ou rééduquer le(s) bénéficiaire(s) de soins

Acquis d'apprentissage visés

- Au terme de l'U.E., l'étudiant sera capable seul (C1; 1.6, C4; 4.6, C5; 5.2, 5.5 C.6 Pratiquer à des fins médicales les activités spécifiques à son domaine professionnel
- 6.3 Réaliser des traitements kinésithérapeutiques préventifs et curatifs
- 6.4 Eduquer et/ou rééduquer le(s) bénéficiaire(s) de soins

- De développer et maintenir un juste rapport à son corps.
- D'exercer son jugement professionnel dans une visée de promotion de la santé : analyse de situations de déplacements de patients, prévention des problèmes de santé.

Au terme des activités d'apprentissage, l'étudiant sera capable de donner des consignes, faire un programme et encadrer au minimum une personne (un patient).

Liens avec d'autres UE

Prérequis pour cette UE : aucun
Corequis pour cette UE : aucun

3. Description des activités d'apprentissage

Cette unité d'enseignement comprend l(es) activité(s) d'apprentissage suivante(s) :

PAKN3B84KINA Enseignement clinique 2 - Exercices therapy et Fitness 44 h / 2 C

Les descriptions détaillées des différentes activités d'apprentissage sont reprises dans les fiches descriptives jointes.

4. Modalités d'évaluation

Les 20 points attribués dans cette UE sont répartis entre les différentes activités de la manière suivante :

PAKN3B84KINA Enseignement clinique 2 - Exercices therapy et Fitness 20

Les formes d'évaluation et les dispositions complémentaires particulières des différentes activités d'apprentissage sont reprises dans les fiches descriptives jointes.

Dispositions complémentaires relatives à l'UE

Il est à noter que la note de l'UE (Unité d'Enseignement) est cotée sur 20 et est arrondie à la ½ unité près.

Si l'étudiant(e) présente un certificat médical, fait une cote de présence, ne vient pas à l'examen ou encore réalise une fraude à au moins une partie de l'activité d'apprentissage de l'UE, ceci a pour conséquence les mentions respectives « CM », « PR », « PP » ou « FR » à la cote de l'AA et à la note de l'UE et donc la non validation de l'UE. En cas de force majeure validé par la Direction, l'étudiant peut, dans la mesure des possibilités d'organisation, représenter une épreuve similaire au cours de la même session (cette disposition n'étant valable que pour les examens oraux ou de pratique).

D'une session à l'autre au cours de la même année académique ou d'une année académique à l'autre, seules les UE non validées ou présentant un « CM », « PR », « PP » ou « FR » doivent être représentées.

Les UE obtenant une note supérieure ou égale à 10/20 sont automatiquement validées. Les UE non validées par les jury d'UE seront soumises à l'avis du jury plénier sur base de l'article 133 du Vade Mecum du 9 juillet 2015 du Décret du 7 novembre 2013 définissant le paysage de l'Enseignement Supérieur et l'organisation académique des études qui garantit la souveraineté du jury quant aux décisions qu'il prend. Sur base des résultats obtenus par l'étudiant dans l'ensemble de son programme annuel, le jury plénier se prononcera sur la validation ou non validation finale de l'UE en précisant le ou les motif(s) de sa décision.

Les formes d'évaluation et les dispositions complémentaires particulières de l'activité d'apprentissage sont reprises dans la fiche ECTS de l'AA.

Référence au RGE

En cas de force majeure, une modification éventuelle en cours d'année peut être faite en accord avec le Directeur de département, et notifiée par écrit aux étudiants. (article 67 du règlement général des études 2021-2022).

Bachelier en kinésithérapie

HELHa Campus Montignies 136 Rue Trieu Kaisin 6061 MONTIGNIES-SUR-SAMBRE
 Tél : +32 (0) 71 15 98 00 Fax : Mail : sante-montignies-kine@helha.be

1. Identification de l'activité d'apprentissage

Enseignement clinique 2 - Exercices therapy et Fitness			
Code	16_PAKN3B84KINA	Caractère	Obligatoire
Bloc	3B	Quadrimestre(s)	Q1
Crédits ECTS	2 C	Volume horaire	44 h
Coordonnées du Titulaire de l'activité et des intervenants	Nicolas DE CLERCQ (nicolas.de.clercq@helha.be)		
Coefficient de pondération	20		
Langue d'enseignement et d'évaluation	Français		

2. Présentation

Introduction

L'étudiant complétera ses connaissances de prise en charge kinésithérapeutique via trois approches différentes mais complémentaires (le fitness, l'exercice therapy et une partie théorique consacrée à la promotion et les bienfaits des activités physiques et sportives).

Partie 1 pratique: fitness (swissball (08h00) et initiation au renforcement musculaire sur engins (10h00))

- Le renforcement musculaire avec swissball (Fitball), utilisation de cet outil dans le cadre de la promotion de la santé et son intégration dans un programme d'exercices thérapeutiques (Thérapie fonctionnelle).
- Le renforcement musculaire avec engins, outils du kinésithérapeute.

Partie 2 pratique: exercice thérapie (10h00 pratique - 8h00 Théorie)

- Description des pathologies qui permettront une prise en charge adéquate des patients.
- L'approche et le dosage des exercices seront le pilier de ce cours pour trouver toujours le bon dosage.

Partie 3 théorique:(08h00):

- Place des activités physiques et sportives et de la condition physique dans le métier de kinésithérapeute
- Sensibilisation à la pratique dans sa mission de professionnel de la santé.
- Neurophysiologie adaptée à l'activité motrice (Fitness et renforcement musculaire)

Intervenants :

Les différents intervenants dans l'ensemble des parties de cette activité d'apprentissage sont :

Fitness : N. Declercq

Exercice thérapie : M. Buelens

Théorie des AP: B. Letroye

Objectifs / Acquis d'apprentissage

Compétence 1: S'impliquer dans sa formation et dans la construction de son identité professionnelle

1.6 Exercer son raisonnement scientifique

Compétence 4: Concevoir des projets professionnels complexes

4.6 Programmer des interventions éducatives, préventives et curatives

Compétence 5: Assurer une communication professionnelle

5.2 Communiquer avec les patients, avec ses pairs et les différents acteurs de soins de santé

5.5 Participer à la promotion de la santé

Compétence 6: Pratiquer à des fins médicales les activités spécifiques à son domaine professionnel

6.3 Réaliser des traitements kinésithérapeutiques préventifs et curatifs

6.4 Eduquer et/ou rééduquer le(s) bénéficiaire(s) de soins

Au terme des activités d'apprentissage, l'étudiant sera capable de:

- Prendre en charge, encadrer au minimum un patient (il exploitera ses savoirs et savoirs-faire).
- Concevoir un programme.
- Transmettre des consignes judicieuses, claires et précises afin que celui-ci puisse exécuter les exercices proposés de manière sécurisée et optimale.
- Proposer des variantes dégressives et/ou progressives.
- Corriger le patient.

3. Description des activités d'apprentissage

Contenu

Partie 1: Le fitness (swissball - 08h00 et initiation au renforcement musculaire avec engins 10h00)

Les étudiants participeront activement à des séances de mise en forme, condition physique (endurance, renforcement musculaire, assouplissement) en salle de musculation afin d'entretenir et/ou d'améliorer leurs aptitudes physiques en relation avec la santé cardio-vasculaire.

Une attention particulière sera portée au vécu moteur, à la prévention des blessures et à l'exécution précise du geste.

Les thèmes suivants seront abordés :

- Familiarisation aux divers outils de renforcement musculaire.
- Initiation aux différentes méthodes de musculation (1RM, l'endurance musculaire, la force explosive) de la rééducation à la performance.
- Initiation à l'utilisation d'un cardio-fréquence-mètre lors de séances de remise en forme (fréquence cardiaque de repos, maximale).
- Planification d'un travail cardio-vasculaire à l'aide de la fréquence cardiaque maximale (théorique et de terrain) et la réserve cardiaque.

Partie 2: Exercice therapy (Prise en charge du patient à travers l'activité physique)

- Partie Théorique:

Nos allons passer en revue les pathologies les plus fréquentes en cardiologie, neurologie, oncologie,... pour orienter les patients dans leur revalidation de manière prudente et raisonnée.
Partage des trucs et astuces pour rassurer et faire progresser les patients dans un climat de confiance.

- Partie Pratique:

Prise en main du patient.

Mise en pratique des tests de terrain et l'interprétation de ceux-ci. Progressivité, quantification et qualité d'exécution

des exercices.

Adaptation des exercices et cas pratiques.

Partie 3: Théorie des AP

- Les bases du renforcement musculaire.
- Les principales méthodes de développement de la force.
- Le renforcement musculaire chez le jeune, la femme et la personne âgée.
- La planification sportive.

Démarches d'apprentissage

Partie 1: Le fitness (swissball et initiation au renforcement musculaire avec engins):

Exposés oraux et démonstration – Cours pratique en salle de fitness.

Partie 2: Exercice therapy

Prise en charge du patient à travers l'activité physique de manière prudente face à une maladie

Exposés oraux et démonstration – Cours pratique en salle de fitness.

Partie 3: Théorie des AP

Exposés oraux sous forme de power point.

Dispositifs d'aide à la réussite

Les enseignants sont disponibles pour répondre aux questions des étudiants.

Les contenus théoriques seront disponibles sur la plateforme "ConnectED".

Sources et références

Ptack Alain « Le swissball » document inédit. CUFOCEP, UCL 2009.

Endacott Jan "L'essentiel du swissball". Edition Trédaniel 2008.

Delavier F. "Guide des mouvements de musculation". Editions Vigot 2009.

Delavier F. et Gundill M. "La méthode Delavier de musculation". Editions Vigot 2010.

Waymel T. – Choque J. Etirement et renforcement musculaire. Editions Amphora, Mars 2005.

Buchbauer J. et Steininger K. Techniques de renforcement musculaire en rééducation. Editions Maloine 2003

Benoist Ch. "Stretching pour le sportif". Editions Amphora Novembre 2002

De Gasquet B. "Abdominaux – Arrêtez le massacre"- Robert Jauze 2005

Kuypers E. et Pinna A. "Initiation au Jogging et renforcement musculaire". CUFOCEP Juin 2006

Buchbauer J. et Steininger K. "Techniques de renforcement musculaire en rééducation". Editions Maloine 2003

Marique Th. Cours de motricité générale UCL 2007-2008

Waymel T. – Choque J. "Etirement et renforcement musculaire". Editions Amphora, Mars 2005

Juras Sabine et Baicry Jérôme Le gainage pour tous. Edition C. Geoffroy, 2007

Sites Internet consultés :

http://fougeresforce.wifeo.com/documents/LES_METHODES_EN_MUSCULATION.pdf

<http://www.musculation.com/methode-musculation.htm>

<http://www.all-musculation.com/programme-musculation/musculation-a-maison/deux-methodes-musculation-a-domicile.htm>

Supports en ligne

Les supports en ligne et indispensables pour acquérir les compétences requises sont :

4. Modalités d'évaluation

Principe

L'évaluation sera orale et consistera en une mise en situation avec une tierce personne (Etudiant/Patient).

Les enseignants apprécieront si l'étudiant est capable:

- De concevoir un "petit programme sur mesure" en fonction du cas proposé.
- De transmettre des consignes judicieuses, claires et précises.
- D'installer convenablement son patient sur le ou les engins qu'il utilisera dans son programme.
- De choisir, d'utiliser et manipuler un outil (engin, élastique, swissball, kettelbell, althère, ...) avec maîtrise et sécurité.
- De répondre aux diverses questions théoriques posées au regard des contenus théoriques exposés.

Un temps de préparation est prévu avant la mise en situation pratique.

Pondérations

	Q1		Q2		Q3	
	Modalités	%	Modalités	%	Modalités	%
production journalière						
Période d'évaluation	Exm	100			Exm	100

Exm = Examen mixte

La pondération de cette activité d'apprentissage au sein de l'UE dont elle fait partie vaut 20

Dispositions complémentaires

Lorsqu'un étudiant aura atteint un quota de 20% d'absences injustifiées, il se verra attribuer automatiquement la note de PP lors de la session de juin et celle de septembre.

L'activité d'apprentissage (AA) est cotée sur 20 et au 1/10ème près.

Si l'étudiant(e) présente un certificat médical, fait une cote de présence, ne vient pas à l'examen ou encore réalise une fraude à au moins une partie de l'activité d'apprentissage, ceci a pour conséquence les mentions respectives « CM », « PR », « PP » ou « FR » à la cote de l'AA et à la note de l'UE et donc la non validation de l'UE. En cas de force majeure validé par la Direction, l'étudiant peut, dans la mesure des possibilités d'organisation, représenter une épreuve similaire au cours de la même session (cette disposition n'étant valable que pour les examens oraux ou de pratique).

Référence au RGE

En cas de force majeure, une modification éventuelle en cours d'année peut être faite en accord avec le Directeur de département, et notifiée par écrit aux étudiants. (article 67 du règlement général des études 2021-2022).