

# Certificat

## Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive

Approuvé par la NBA





## Certificat

### Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive

- » 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/medecine/cours/exercice-rehabilitation-fonctionnelle-sportive](http://www.techtitute.com/fr/medecine/cours/exercice-rehabilitation-fonctionnelle-sportive)

# Sommaire

01

Présentation

---

*page 4*

02

Objectifs

---

*page 8*

03

Direction de la formation

---

*page 12*

04

Structure et contenu

---

*page 20*

05

Méthodologie

---

*page 24*

06

Diplôme

---

*page 32*

# 01

# Présentation

L'objectif principal de la Réhabilitation Fonctionnelle est d'entraîner le sujet blessé, qui présente des dommages corporels ou un dysfonctionnement, en effectuant des mouvements tridimensionnels, et préparant ainsi le corps au retour à l'activité sportive. L'objectif de ce programme académique est donc de spécialiser les médecins afin de leur fournir une formation avancée dans ce domaine, leur permettant de réaliser des interventions réussies auprès de leurs patients.





“

*La planification de programmes d'exercices appropriés pour chaque athlète est essentielle pour leur réhabilitation fonctionnelle. Grâce à ce programme vous donnerez un élan à votre profession"*

Les médecins rééducateurs trouveront dans ce Certificat en Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive, la formation la plus complète et pouvoir l'appliquer dans leur pratique quotidienne, afin de parvenir à une récupération adéquate de leurs patients, pour qu'ils puissent reprendre progressivement leur pratique sportive habituelle.

Dans ce Certificat vous découvrirez le rôle de la rééducation fonctionnelle, comment se produit le mécanisme de proprioception, ainsi que les récepteurs articulaires et la capacité de contrôle au niveau neuromusculaire. De plus, les caractéristiques du système nerveux central et la manière dont il intervient dans le contrôle moteur seront abordées. D'autre part, on analysera comment la proprioception est restaurée et le contrôle neuromusculaire amélioré

Le professionnel aura également l'occasion d'étudier le Pilates thérapeutique en tant que technique d'amélioration et d'évolution de la capacité fonctionnelle dans des cas tels que les maux de dos, les douleurs cervicales, la sclérose en plaques, l'arthrite, après un implant de prothèses de hanche, d'épaule et de genou, pour la récupération de la coiffe des rotateurs, ou après une chirurgie arthroscopique, les entorses, la scoliose, les empiètements, les accidents vasculaires cérébraux, la maladie de Parkinson, etc.

Enfin, le travail de réadaptation fonctionnelle et avancée sur les pathologies et les blessures courantes de la colonne cervicale et thoracique sera abordé, en réhabilitant les blessures et les douleurs de la colonne cervicale et lombaire, en réduisant l'incidence élevée de la lombalgie et du handicap causé par l'arthrose et la sciatique. Vous apprendrez également à travailler la stabilité scapulaire et à améliorer la mobilité et la force de la hanche avec des mouvements en chaîne ouverte et fermée, à réaliser des exercices qui améliorent le contrôle et la stabilité dynamique du genou et à travailler le contrôle, la stabilité et la force pour la rééducation des entorses, des tendinopathies et des fasciites plantaires.

Comme il s'agit d'un programme en ligne, qui consiste en l'un des principaux avantages de cette formation, l'étudiant n'est pas conditionné par des contraintes horaires ou de déplacements inutiles, mais peut accéder aux contenus à tout moment de la journée, en combinant son travail ou sa vie personnelle avec la vie académique.

Ce **Certificat en Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ◆ Le développement de nombreuses études de cas présentées par des spécialistes en Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive
- ◆ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus, rassemblent les d'informations indispensables à la pratique professionnelle
- ◆ Des exercices où le processus d'auto-évaluation peut être réalisé pour améliorer l'apprentissage
- ◆ Le système d'apprentissage interactif, basé sur des algorithmes, pour la prise de décision
- ◆ Elle met l'accent sur les méthodologies innovantes dans la conception d'Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive
- ◆ Les cours théoriques, les questions à l'expert, les forums de discussion sur des sujets controversés et travaux de réflexion individuels
- ◆ La possibilité d'accéder aux contenus depuis tout appareil fixe ou portable doté d'une connexion à internet



*Plongez-vous dans l'étude de ce Certificat de haut niveau et améliorez vos compétences en tant que médecin de rééducation spécialisé dans les blessures sportives"*

“

*Ce Certificat est sûrement le meilleur investissement que vous puissiez faire dans le choix d'un programme de remise à niveau pour deux raisons: en plus d'actualiser vos connaissances en Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive, vous obtiendrez un diplôme de TECH - Université technologique"*

Son corps enseignant comprend des professionnels du domaine de la Rééducation Sportive, qui apportent leur expérience professionnelle à cette formation, ainsi que des spécialistes reconnus par des sociétés de référence et des universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel. Ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'apprentissage par les problèmes, grâce auquel le médecin devra essayer de résoudre les différentes situations de pratique professionnelle qui se présentent tout au long du cursus universitaire. Pour ce faire, le professionnel sera assisté d'un système vidéo interactif innovant créé par des experts renommés et expérimentés en Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive, ayant une grande expérience.

*Ce Certificat permet de vous former dans des environnements simulés qui offrent un apprentissage immersif programmé pour vous entraîner à des situations réelles.*

*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

L'objectif principal du programme est le développement de l'apprentissage théorique et pratique, afin que le médecin soit en mesure de maîtriser de manière pratique et rigoureuse l'Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive.





“

*Notre objectif est d'atteindre l'excellence académique et de vous aider à atteindre la réussite professionnelle" N'attendez plus et rejoignez-nous"*



## Objectifs généraux

---

- ◆ Acquérir des compétences en Réadaptation sportive, Prévention des Blessures et Récupération fonctionnelle
- ◆ Évaluer l'athlète du point de vue de sa condition physique, fonctionnelle et biomécanique afin de détecter les aspects qui entravent la récupération ou favorisent les rechutes de la blessure
- ◆ Concevoir à la fois un travail spécifique de réhabilitation et de récupération et un travail intégral individualisé
- ◆ Acquérir une spécialisation dans les pathologies de l'appareil locomoteur ayant la plus grande incidence dans l'ensemble de la population
- ◆ Évaluer et contrôler le processus évolutif de la récupération et/ou de la réhabilitation d'une blessure d'un athlète ou d'un utilisateur
- ◆ Acquérir des compétences et des capacités en matière de réadaptation, de prévention et de récupération, augmentant ainsi les possibilités professionnelles en tant qu'entraîneur personnel
- ◆ Différencier d'un point de vue anatomique les différentes parties et structures du corps humain
- ◆ Améliorer la condition physique de l'athlète blessé dans le cadre d'un travail global, visant à obtenir une récupération plus importante et plus efficace après une blessure





## Objectifs spécifiques

---

- ♦ Analyser les différentes possibilités offertes par l'entraînement fonctionnel et la rééducation avancée
- ♦ Appliquer la méthode Pilates comme un système intégral pour la réhabilitation de l'appareil locomoteur dans le cadre d'une récupération fonctionnelle
- ♦ Planifier des exercices et des programmes de Pilates spécifiques pour les différentes zones de l'appareil locomoteur avec et sans appareil



*Le domaine du sport a besoin de professionnels formés et nous vous donnons les clés pour vous positionner dans l'élite professionnelle"*

03

# Direction de la formation

L'équipe d'enseignants, experts en Rééducation Sportive, jouit d'un grand prestige dans la profession. Ce sont des professionnels ayant une longue expérience de l'enseignement qui se sont réunis pour vous d'aider à donner un coup de pouce à votre profession. À ce titre, ils ont élaboré ce Certificat, avec les dernières mises à jour dans le domaine qui permettront votre spécialisation et d'accroître vos compétences dans ce secteur



“

*Apprenez auprès des meilleurs professionnels et devenez un professionnel accompli”*

## Directeur Invité International

Isaiah Covington est un coach de performance hautement qualifié qui possède une vaste expérience dans le traitement et la prise en charge d'une variété de blessures chez les athlètes d'élite. En fait, sa carrière professionnelle s'est orientée vers la **NBA**, l'une des ligues sportives les plus importantes au monde. Il est l'**entraîneur de performance des Bolton Celtics**, l'une des équipes les plus importantes de la Conférence de l'Est, avec la plus grande projection aux États-Unis.

Son travail dans une ligue aussi exigeante l'a amené à se spécialiser dans l'optimisation du **potentiel physique et mental** des joueurs. Son expérience passée avec d'autres équipes, comme les Golden State Warriors et les Santa Cruz Warriors, a été déterminante. Cela lui a également permis de travailler sur les blessures sportives, en se concentrant sur la **prévention et la rééducation** des blessures les plus courantes chez les athlètes d'élite.

Sur le plan universitaire, il s'est intéressé à la kinésiologie, aux sciences de l'exercice et au sport de haut niveau. Cela l'a amené à exceller de manière prolifique dans la NBA, en travaillant au quotidien avec certains des joueurs de basket les plus importants et des équipes d'entraîneurs les plus importantes au monde.



## M. Covington, Isaiah

---

- Entraîneur de performance des Golden State Warriors
- Entraîneur principal de performance des Santa Cruz Warriors
- Entraîneur de performance aux Pacers Sports & Entertainment
- Licence en Kinésiologie et Sciences de l'exercice de l'Université du Delaware
- Spécialisation en Gestion de l'Entraînement
- Master en Kinésiologie et Sciences de l'exercice de l'Université de Long Island
- Master en Sport de Haut Niveau de l'Université Catholique d'Australie

“

*Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde”*

## Directeur Invité International

Le Docteur Charles Loftis est un spécialiste renommé qui travaille comme **thérapeute de la performance sportive** pour les **Portland Trail Blazers de la NBA**. Son impact sur la première ligue mondiale de basket-ball a été considérable, car il a apporté une expertise reconnue dans la création de programmes de force et du conditionnement.

Avant de rejoindre les Trail Blazers, il était l'entraîneur en chef de musculation et de conditionnement des Wolves de l'Iowa, où il a mis en place et supervisé le développement d'un programme complet pour les joueurs. En fait, son expérience dans le domaine de la performance sportive a commencé avec la création de XCEL Performance and Fitness, dont il était le fondateur et l'entraîneur principal. Charles Loftis y a travaillé avec un large éventail d'athlètes pour développer des programmes de force et du conditionnement, ainsi que pour la **prévention et la rééducation des blessures sportives**.

Sa formation universitaire dans le domaine de la chimie et de la biologie lui donne une perspective unique sur la science qui sous-tend la performance sportive et la thérapie physique. À ce titre, il est détenteur des titres CSCS et RSCC de l'Association Nationale de la Force et du Conditionnement (NSCA), qui reconnaissent ses connaissances et ses compétences dans ce domaine. Il est également certifié en PES (Spécialiste de l'Amélioration des Performances), en CES (Spécialiste des Exercices Correctifs) et en aiguilles sèches.

Dans l'ensemble, le Docteur Charles Loftis est un membre essentiel de la communauté de la NBA, travaillant directement avec la force et la performance des athlètes d'élite, ainsi qu'avec la prévention et la réhabilitation nécessaires de diverses blessures sportives.



## Dr Loftis, Charles

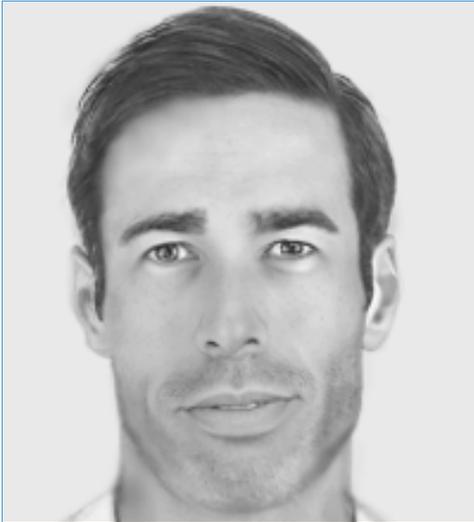
---

- Entraîneur en chef de la force et du conditionnement pour les Iowa Wolves
- Fondateur et entraîneur en chef de XCEL Performance and Fitness
- Entraîneur en chef des performances de l'équipe masculine de basket-ball de l'Oklahoma Christian University
- Thérapeute physique à Mercy
- Docteur en Thérapie Physique de l'Université de Langston
- Licence en Chimie et Biologie de l'Université de Langston

“

*Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde”*

## Direction



### **Dr González Matarín, Pedro José**

- ♦ Docteur en Sciences de la Santé
- ♦ Diplôme d'Enseignant en Éducation Physique
- ♦ Master en Récupération Fonctionnelle dans l'Activité Physique et le Sport
- ♦ Master en Médecine Régénérative
- ♦ Maîtrise en Activité Physique et Santé
- ♦ Master en Diététique
- ♦ Études supérieures en Obésité
- ♦ Troisième cycle en Nutrition et Diététique
- ♦ Troisième cycle en Médecine Génomique, Pharmacogénétique et Nutrigénétique
- ♦ Professeur Engagé Docteur et Université Privée (DEVA)
- ♦ PDI collaborateur à UNIR, VIU, UOC et TECH



# 04

## Structure et contenu

La structure des contenus a été conçue par une équipe de professionnels familiers des implications de la spécialisation dans la pratique quotidienne, conscients de l'actualité d'une formation de qualité dans le domaine de la Rééducation Sportive, et engagés dans un enseignement de qualité grâce aux nouvelles technologies éducatives.



“

*Nous disposons du programme scientifique le plus complet et le mieux adapté du marché actuel. Nous voulons vous offrir la meilleure formation possible”*

## Module 1. Exercice pour la récupération fonctionnelle

- 1.1. Entraînement fonctionnel et réadaptation avancée
  - 1.1.1. Fonction et réadaptation fonctionnelle
  - 1.1.2. Proprioception, récepteurs et contrôle neuromusculaire
  - 1.1.3. Système nerveux central: intégration du contrôle moteur
  - 1.1.4. Principes de la prescription d'exercices thérapeutiques
  - 1.1.5. Restauration de la proprioception et du contrôle neuromusculaire
  - 1.1.6. Le modèle de réadaptation en 3 phases
- 1.2. La science du Pilates pour la Rééducation
- 1.3. Principes de la méthode Pilates
- 1.4. Intégration du Pilates dans la rééducation
- 1.5. Méthodologie et équipement nécessaires à une pratique efficace
- 1.6. La colonne cervicale et thoracique
- 1.7. La colonne lombaire
- 1.8. L'épaule et la hanche
- 1.9. Le genou
- 1.10. Le pied et la cheville





“

*Une expérience éducative unique,  
clé et décisive pour stimuler votre  
développement professionnel”*

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 s'utilise, notamment, dans les Écoles de Médecine les plus prestigieuses du monde. De plus, il a été considéré comme l'une des méthodologies les plus efficaces par des magazines scientifiques de renom comme par exemple le ***New England Journal of Medicine***.



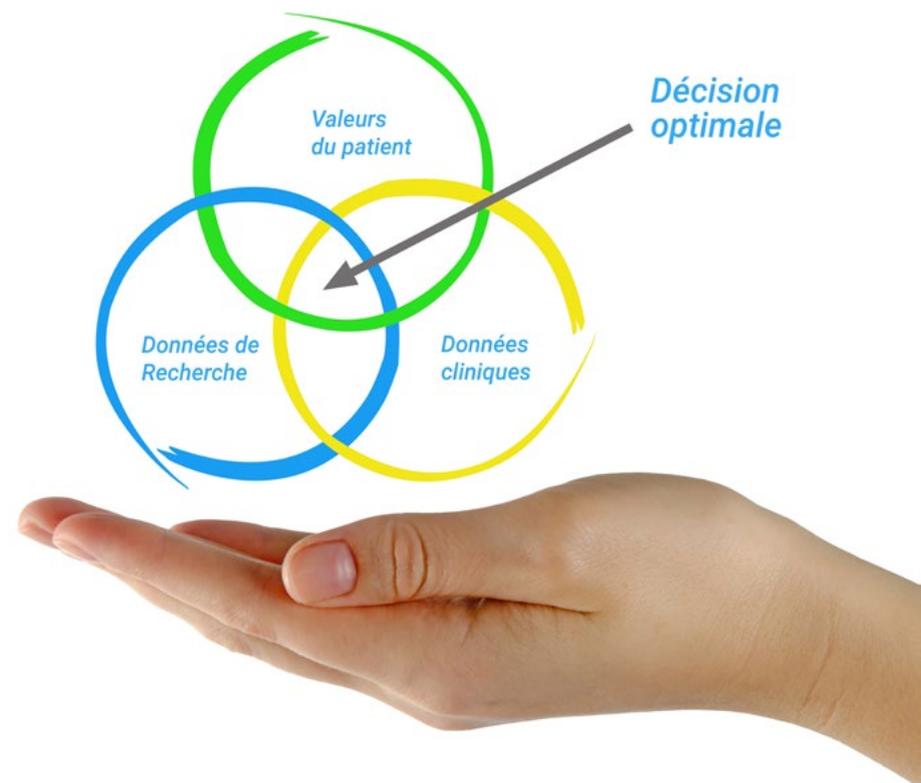
“

*Découvrez le Relearning, un système qui laisse de côté l'apprentissage linéaire conventionnel au profit des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui a prouvé son énorme efficacité, notamment dans les matières dont la mémorisation est essentielle"*

## À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels vous devrez enquêter, établir des hypothèses et finalement résoudre la situation. Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'efficacité de cette méthode. Les spécialistes apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

*Avec TECH, vous ferez l'expérience d'une méthode d'apprentissage qui révolutionne 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 ancré dans la vie professionnelle actuelle, en essayant de recréer les conditions réelles de la pratique professionnelle du médecin.

“

*Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912 à Harvard pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consiste à présenter aux apprenants des situations réelles complexes pour qu'ils s'entraînent à prendre des décisions et pour qu'ils soient capables de justifier 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 étudiants 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 ce qui permet à l'étudiant de mieux s'intégrer dans le monde réel.
3. Grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité, on obtient une assimilation plus simple et plus efficace des idées et des concepts.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort fourni devient un stimulus très important pour l'étudiant, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps consacré à travailler les cours.



## Relearning Methodology

TECH renforce l'utilisation de la méthode des cas avec la meilleure méthodologie d'enseignement 100% en ligne du moment: Relearning.

Cette université est la première au monde à combiner des études de cas cliniques avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque leçon, ce qui constitue une véritable révolution par rapport à la simple étude et analyse de cas.

*Le professionnel 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 qui facilitent l'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 (Columbia University).

Grâce à cette méthodologie, nous, formation plus de 250.000 médecins avec un succès sans précédent dans toutes les spécialités cliniques, quelle que soit la charge chirurgicale. 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 plus facilement et de manière plus productive tout en vous impliquant davantage dans votre spécialisation, 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 il se déroule en spirale (nous apprenons, désapprenons, oublions et réapprenons). Par conséquent, ils combinent chacun de ces éléments de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, la note globale de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Dans ce programme, vous aurez accès aux meilleurs supports pédagogiques élaborés spécialement pour vous:



#### Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH online. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



#### Techniques et procédures chirurgicales en vidéo

TECH rapproche les étudiants des dernières techniques, des dernières avancées pédagogiques et de l'avant-garde des techniques médicales actuelles. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les regarder autant de fois que vous le souhaitez.



#### Résumés interactifs

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

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



#### Bibliographie complémentaire

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.





#### Études de cas dirigées 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 la prise en charge 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 de nombreux faits scientifiques prouvant l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" permet au professionnel de renforcer ses connaissances ainsi que sa mémoire puis lui permet d'avoir davantage confiance en lui concernant la prise de décisions difficiles.



#### Guides d'action rapide

À TECH nous vous proposons les contenus les plus pertinents du cours sous forme de feuilles de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



# 06 Diplôme

Le Certificat en Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un Certificat délivré par TECH Université Technologique.



“

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

Ce **Certificat en Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

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

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

Diplôme: **Certificat en Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive**

N° d'heures officielles: **150 h.**

Approuvé par la NBA



\* L'Apostille de la Haye 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  
service personnalisé innovation  
connaissance présent qualité  
en ligne formation  
développement institutions  
classe virtuelle langues

**tech** université  
technologique

**Certificat**  
Exercice de Réhabilitation  
Fonctionnelle Sportive

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

# Certificat

## Exercice de Réhabilitation Fonctionnelle Sportive

Approuvé par la NBA

