

# RMT « INITIATION A L'ANATOMIE APPLIQUEE AUX REFLEXES » – REPERAGE ANATOMIQUE

REF : RMT-ANATOMIEO

DUREE : 21h (soit 3 jours)

Hybride

PUBLIC

Professionnels de l'éducation et parents.

PREREQUIS

Aucun.

MODALITES PEDAGOGIQUES

Formation en synchrone, en salle de classe en présentiel et en visioconférence

Acquérir ou approfondir des connaissances ou des compétences et de contribuer ainsi à l'amélioration de ses pratiques, des méthodes pédagogiques et des exigences nécessaires pour le respect de la qualité de la prestation d'un acte de formation. Nous utilisons, en fonction des objectifs opérationnels et pédagogiques de chaque demande qui nous est faite, les méthodes et les outils adaptés pour permettre à chaque participant de se projeter dans sa pratique et de l'améliorer. Afin de garantir la bonne application de ces exigences, nous avons constitué un Comité Technique et Pédagogique qui se réunit régulièrement, sous l'égide de notre Responsable pédagogique.

MOYENS TECHNIQUES ET LOGISTIQUE

- Salles équipées pouvant accueillir entre 12 à 14 stagiaires (respectant les nouvelles normes sanitaires en vigueur)
- Remise d'une documentation pédagogique papier ou numérique pendant le stage.
- La formation est constituée d'apports théoriques, d'exercices pratiques supervisés, de réflexions et de retours d'expérience

SUPPORT PEDAGOGIQUE

Ce séminaire comporte des mises en application pratiques qui permettront de développer le repérage anatomique des participants et de reconnaître les structures osseuses et musculaires de base présentes sous les doigts.

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Découvrir l'anatomie osseuse et sa relation avec les muscles
- Savoir localiser les différentes structures osseuses utiles dans la pratique des réflexes
- Savoir localiser les muscles superficiels tout au long de leur trajet
- Comprendre le fonctionnement des principaux complexes articulaires
- Découvrir les chaînes musculaires et leur utilisation dans les réflexes

A l'issue de la formation, le stagiaire est en capacité de :

- Connaître l'anatomie, les plans de coupe et les mouvements
- Comprendre les chaînes musculaires
- Repérer les différentes structures osseuses utiles à la pratique des réflexes
- Repérer les muscles superficiels utiles à la pratique des réflexes
- Comprendre l'ostéologie et les muscles du rachis et du bassin
- Connaître l'ostéologie et les muscles du membre inférieur
- Comprendre l'ostéologie et les muscles du membre supérieur

## PROGRAMME

Des cas pratiques sont réalisés à chaque module abordé.

- Tour de table et présentation du programme.
- Module 1 : Découvrir les notions essentielles
  - Plans / Axes / Orientations
  - Reliefs principaux
  - Mouvements principaux
- Module 2 : Etudier le Rachis, le bassin
  - Introduction au rachis
    - Rachis et cage thoracique
    - Vertèbre et disque intervertébral
    - Arthrologie rachidienne
    - Myologie rachidienne
      - Muscles segmentaires
      - Muscles érecteurs du rachis
  - Rachis cervical supérieur
    - Constituants osseux
    - 1ère vertèbre cervicale : Atlas
    - 2ème vertèbre cervicale : Axis
    - Articulation C0 – C1
    - Mobilité atlanto-occipitale
    - Articulation C1 – C2
    - Mobilité C1 – C2
    - Myologie du rachis cervical supérieur
      - Muscles sous-occipitaux
      - Muscles du cou
  - Rachis cervical inférieur
    - Constituants osseux
    - Articulation cervicales inférieures

- Support de présentation du formateur
- Films
- Support d'exercices/cas pratiques

#### MODALITES D'EVALUATION

- Evaluation préalable du niveau, besoin spécifique de l'apprenant
- Auto-évaluation des acquis par le stagiaire via un questionnaire en ligne
- Attestation de fin de stage remise au stagiaire

#### METHODOLOGIE

- **Méthodes affirmatives** : le formateur transmet son savoir à un participant. Les méthodes sont soit expositives, soit démonstratives, associant explication et démonstration (face à face pédagogique, ...).
- **Méthodes interrogatives** : le formateur se base sur les réponses du participant à un questionnement structuré pour lui faire découvrir et trouver, par induction ou déduction, les connaissances que l'on souhaite lui faire acquérir (exemple : sessions de questions/réponses avec un expert d'un thème, analyse de cas, QCM, synthèse et étude de documents...).
- **Méthodes actives (ou expérientielles)** : le participant est confronté à la réalité de ses pratiques et aux difficultés rencontrées afin qu'il recherche l'information nécessaire pour découvrir par lui-même les meilleures solutions à mettre en œuvre et à évaluer (exemple : analyse de cas cliniques ou de situations réelles, jeux de rôle). Le participant, impliqué et actif, apprend à travers ses expériences et ses connaissances préalables (retour d'expérience, ateliers pratiques, ...).

- Myologie du rachis cervical
  - Muscles scalènes
  - Muscles splénius
- Rachis dorsal et thorax
  - La vertèbre dorsale / thoracique
  - Articulations dorsales / thoraciques
  - La cage thoracique
    - Les côtes
    - Le sternum
    - Articulations
    - Mobilité costale
    - Muscles inspireurs
    - Muscles expireurs
    - Le diaphragme
- Rachis lombaire
  - La vertèbre lombaire
  - Articulations lombaires
  - Myologie
    - Muscles de la ceinture abdominale
    - Muscles psoas-iliaque et carré des lombes
- Bassin
  - Sacrum et coccyx
    - Articulations du sacrum
    - Articulations des os coxaux
  - Myologie du bassin
    - Pubis
    - Ischium
    - Iliums
    - Crête iliaque
    - Sacrum – Coccyx
    - Plancher pelvien

#### • Module 3 : Etudier le membre inférieur

- Région coxo-fémorale
  - Le fémur, la hanche
  - Articulation coxo-fémorale
  - Myologie de la cuisse
- Le genou : la jambe
  - Le genou
  - Articulation du genou
  - Myologie du genou
    - Muscles extenseurs du genou
    - Muscles fléchisseurs du genou
    - Muscles rotateurs internes du genou
    - Muscles rotateurs externes du genou
  - La jambe
    - Fibula et tibia
  - Myologie de la jambe
- La cheville
  - Flexion / extension de la cheville
  - Myologie du pied / cheville
- Le pied
  - Repères osseux et articulations
  - Biomécanique : inversion et éversion
  - Myologie du pied
    - Muscles plantaires intermédiaires
    - Muscles plantaires médiaux
    - Muscles plantaires latéraux
    - Muscles dorsaux

#### • Module 4 : Etudier le membre supérieur

- Le complexe de l'épaule
  - Complexe de l'épaule
  - Ceinture scapulaire
  - Articulations claviculaires

*Dernière mise à jour le 01/03/2022*

- Myologie de la clavicule
- Myologie de la scapula
- Articulation scapulo-humérale
- Biomécanique scapulo-humérale : la coiffe des rotateurs
- Myologie scapulo-humérale : principaux muscles mobilisateurs
- Le bras et l'avant-bras
  - L'humérus, le coude
  - Articulations du coude
  - Ulna et radius
  - Physiologie articulaire : pronation et supination
  - Myologie de l'avant-bras
- Le poignet
  - Constituants osseux
  - Articulation radio-carpienne
  - Myologie du poignet : muscles mobilisateurs
- La main
  - Constituants osseux
  - Carpe et canal carpien
  - Articulations des doigts
  - Myologie des doigts : muscles extrinsèques
  - Myologie de la colonne du pouce
  - Myologie de la loge intermédiaire des doigts
  - Myologie de la loge hypothénar
- **Clôture du programme**
  - Auto-évaluation de connaissances/compétences intermédiaire
  - Evaluation à chaud de la satisfaction des participants (Démarche qualité)
  - Recueil de l'avis des stagiaires sur l'ensemble de la formation dans une réflexion spontanée et immédiate
  - Formalités administratives
  - Remise des certificats de réalisation