



PROGRAMME DETAILLE

M ton dos école : autonomiser les enfants à la prévention des troubles musculosquelettiques en milieu scolaire

1 session de 2 jours

permettant ainsi d'optimiser les acquisitions basées sur les recommandations de l'HAS

Objectifs:

Permettre au praticien de s'approprier les principaux modèles d'analyse des spécificités du contexte ergonomique scolaire et de la mise en place des adaptations techniques nécessaires à l'école
Approche utilisant le modèle biopsychosocial



1. Déroulé pédagogique par étape

Etape 1 : non présentiel par e-learning (logiciel edoceo) via un login
Durée : 2 heures

- Evaluation préformation
- E-tutorat via notre spécialiste technique e-learning (soutien et commentaires personnalisés) (méthode collaborative)
- Apprentissage collaboratif (discussion en ligne, collaboration entre apprenants)

Evaluation Pré-Formation

Répondez au QCM

- a) L'approche ergonomique est-elle multi-facettaire ?
Oui
Non
- b) D'après vos connaissances, les techniques ergonomiques sont-elles particulièrement pertinentes dans la prise en charge des douleurs?
Oui
Non
- c) Pour un patient scolarisé, les techniques d'ergonomie sont-elles indiquées ?
Oui
Non
- d) Pour un enfant du primaire, est-il recommandé d'effectuer l'analyse de son poste de travail?
Non
Oui
- e) D'après vos connaissances, les techniques ergonomiques ont-elles une utilité reconnue dans la prise en charge des syndromes posturaux ?
Oui dans le cadre d'une reprogrammation
Non
- f) L'approche de type ergonomique a-t-elle un niveau de preuve élevé dans la littérature concernant son efficacité ?
Non
Oui



Etape 2 : formation présentielle
Durée 14h

Jour 1

SESSION 1 3H

Temps théorique :

- Présentation de M'ton dos école
- Ergonomie du travail physique et psychosensoriel
- Analyse du travail
- Méthodes d'analyse des contraintes
- Notion de charge de travail
- Développement de l'ergonomie

SESSION 2 4H

Application pratique avec étude de cas :

- Créer l'interactivité lors de l'intervention en école
- Pré-bilan ergonomique
- Utilisation d'un poster : comment écrire quelques mots sur le mini poster afin de se souvenir des diapositives (formation en groupe, révision de groupe et échange)
- Cas étudiés emblématiques : classes de CE1 et de CM2 sur le mode « jeux de rôle » (novices et experts)

Jour 2

SESSION 3 3H

Temps théorique :

Notions de bases sur les repères anatomiques, physiologiques et biomécaniques

Les cartables ! : Pourquoi 10% du poids du corps ? Pourquoi le porter sur les 2 épaules ?

Explication des principaux exercices de redressement

SESSION 4 4H

Application pratique avec étude de cas :

- Comment valoriser la pratique régulière des exercices
- Comment interroger ?
- Démonstration d'exercices sur chaises et sur ballons
- Mise en pratique de 14 exercices de redressement
- « Redemander et redire à quoi cela sert ? »
- Cas étudiés emblématiques : classes de CE1 et de CM2 sur le mode « jeux de rôle » (novices et experts)



Mise en place des actions d'amélioration des pratiques professionnelles (immédiat) avec évaluation de l'impact de la formation mode « immédiat » et « à distance ») avec restitution des résultats de l'évaluation au professionnel) (voir pages suivantes) :

- Evaluation de fin de stage,
- Fiches mémo,
- Evaluation post-formation,
- Evaluation de la qualité pédagogique avec table ronde autour des grilles, discussion



1) EVALUATION DE FIN DE STAGE

Vous intervenez au sein d'une école dans laquelle les écoliers se plaignent des conditions environnementales de travail. Vous réalisez une évaluation et préconisez des stratégies.

a) Citez ce qui relève de l'analyse des ambiances

Coût physiologique

L'éclairage

La sonométrie

b) Citez des effets néfastes possibles

Augmentation du rythme cardiaque

Dépression

Douleurs chroniques

c) Citez un modèle préconisé

Modèle biomédical

Modèle biopsychosocial

d) Les préconisations apportées sont-elles obligatoirement suivies?

non

oui



2) FICHES MEMO

A. Il est recommandé pour un enfant d'utiliser :

- a) **Des techniques participatives**
- b) Le massage
- c) **Les principes ergonomiques**

B. Les techniques ergonomiques font appel à des notions de psychologie :

- a) **Oui**
- b) Non

C. Les techniques ergonomiques sont basées sur le positionnement passif :

- a) Oui
- b) **Non**

D. Les techniques ergonomiques s'intéressent prioritairement au rachis:

- a) Oui
- b) **Non**

E. L'ergonomie permet de lutter contre la chronicisation des douleurs :

- a) **Oui**
- b) Non

F. Le repos est fortement utilisé dans les préconisations ergonomiques:

- a) Oui
- b) **Non**

G. Le renforcement musculaire peut être associé aux préconisations ergonomiques:

- a) **Oui**
- b) Non

3) *Evaluation post-formation*

a) Quels sont les modèles utilisés en ergonomie?

biomécanique

neurophysiologique

physiques

b) Pour optimiser la mise en place des préconisations, peut-on utiliser les recommandations INRS ?

Oui

Non

c) Existe-t-il une légitimité du MK en école?

Oui

Non

d) Le MK s'interdit-il de conseiller des modifications environnementales?

Oui

Non

e) En présence de douleurs du rachis concernant l'écolier, quelles techniques utiliser?

Flexion répétées du rachis lombal

Ergonomie

f) Pour légitimer mon intervention en école, il est obligatoire d'avoir validé un Master 2 dans le domaine de l'ergonomie?

Oui

Non



g) Lors de la présence de douleurs d'épaule pour un écolier, l'ergonomie est-elle préconisée?

Oui

Non

h) En auto-traitement ergonomique, quelle posologie appliquer?

En fonction de la fatigabilité

1 heure par jour

i) Quelle est le matériel optimal pour l'assise?

Cela dépend de l'enfant

Un ballon de Klein

j) En aigu, est-ce judicieux ?

Oui

Non



4) Evaluation de la qualité pédagogique

a) Ce stage m'a permis de mieux m'approprier les recommandations de l'HAS

Oui
Non
Ne sais pas

b) A l'issue de ce stage, mon approche des patients sera modifiée

Oui
Non
Ne sais pas

c) Je me sens beaucoup plus assuré(e) dans la réalisation de mes techniques

Oui
Non
Ne sais pas

d) J'ai une vision claire des indications des principales techniques

Oui
Non
Ne sais pas

e) J'ai la sensation d'avoir intégré les principales notions d'éducation en lien avec la technique

Oui
Non
Ne sais pas

Etape 3 : Evaluation finale non présentielle par e-learning (logiciel edoceo) via un login
Durée : 2 heures

Mise en place et suivi d'actions d'amélioration

1) Impact de la formation à distance

Impact de la **formation à distance** avec restitution des résultats de l'évaluation au professionnel
 Par l'intermédiaire de la Grille d'évaluation 1 mois après la formation.

<p>POINTS A AMELIORER</p> <p>Ce que j'ai encore du mal à réaliser techniquement ou à ordonner dans une démarche logique</p>	<p>CAUSES DU PROBLEME</p> <p>Ai-je mal intégré les techniques ? me manque-t-il des connaissances ou ai-je mal compris les notions ?</p>	<p>QUE FAIRE POUR NE PLUS RENCONTRER CE PROBLEME</p> <p>Je me suis replongé dans mes supports PPS, vidéo, notes.. J'ai demandé conseil à un formateur ITMP, Je me suis inscrit€ à un module complémentaire de formation</p>	<p>REDIGEZ UNE PHRASE QUI COMMENCE PAR : « dans cette situation j'ai compris que ...»</p>
<p>Bilan</p> <p>Traitement global</p> <p>Utilisation de l'instrumentation</p>	<p>Incompréhensions</p> <p>Parties de cours non intégrées</p> <p>Manque de pratique</p>	<p>Je me suis replongé dans mes supports PPS, vidéo, notes..</p> <p>J'ai demandé conseil à un formateur ITMP</p> <p>Je me suis inscrit à un module complémentaire de formation</p>	<p>Je devais augmenter mon temps de pratique</p> <p>Que j'étais désormais opérationnel</p> <p>Qu'il me faut rencontrer des patients plus difficiles à traiter</p>



_____ | _____
Pratique inefficace Pratique efficace

f) Depuis que vous utilisez les techniques apprises lors du séminaire, combien de patients avez-vous traités en utilisant les techniques présentées ?

0 1 2 3 4 5 6 7 plus

g) Depuis que vous utilisez les techniques apprises lors du séminaire, combien de patients estimez-vous avoir améliorés ?

0 1 2 3 4 5 6 7 plus

h) Depuis que vous utilisez les techniques apprises lors du séminaire, vous sentez-vous désormais à l'aise dans votre pratique professionnelle (0 correspondant à « pas du tout ») ?

0 1 2 3 4 5 6 7 plus

2. Méthodes pédagogiques mises en œuvre

- Supports utilisés: PPS, paper board, vidéos, squelette en plastique
- Modèle d'apprentissage béhavoriste concernant les enseignements fondamentaux
- Modèles d'apprentissage constructiviste et socio-constructiviste concernant les études de cas
- Evaluation formative (étude de cas) et sommative (connaissances fondamentales)

3. Méthodes d'évaluation de l'action proposée

- Via l'étape 1 et 3 par le parcours e-learning (pré et post formation présentiel)
- Via l'étape 2 au travers de l'analyse de situations

4. Références

- SOHIER R.. Kinésithérapie analytique de la colonne vertébrale. Tomes 1 et 2. Kine Sciences, 1970.
- SOHIER R. La kinésithérapie analytique de la lombalgie. Soignez votre dos par la kinésithérapie Analytique de Raymond Sohier Kine Sciences, 1999, 63 p.
- DUFOUR M., PILLU M. Biomécanique fonctionnelle, Membres Tête Tronc. Masson, 2006. p 429-541
- SOHIER R., STRAUB Isabella, SEEL François. La compréhension de la dynamique du vivant. Kinésithérapie scientifique 347, 1995, p21-22
- X. Dufour, G. Barette, P.Ghossoub, G. Trontte. Rééducation des patients lombalgiques en fonction de l'étiologie. KS 513, 2010, p25-34.
- DELEPINE, LEVERT, MEYER, ZANA. INRS Travail et lombalgie, du facteur de risque au facteur de soins. Ed6087
- PETIT A. Ecole du dos Mail 14. Kinésithérapie scientifique 347, 1995, p53-56
- GILLIS Elisabeth. 96 exercices avec un ballon. Marabout Pratique. 2010. 159p.
- Méthode d'analyse de la charge physique de travail, éditions INRS ED 6161 201
- Monod H. Kapitaniak B., Ergonomie, Abrégés, Elsevier Masson, 2003
- Gatto et al, Education du patient en kinésithérapie, Sauramps, 2007