



PROGRAMME **La Podologie GDS ®**

Les chaînes musculaires GDS appliquées à la podologie / Niveau 1

Intervenants :

JM SAMPER (Pédicure-Podologue – Docteur en Sciences Ph.D)

C CARRE (Kinésithérapeute – cadre de santé)

Lexique des abréviations familles/chaines musculaires :

PM : Postéro-Médiane. AM : Antéro-Médiane. PA : Postéro-Antérieure. AP : Antéro-Postérieure.

AL : Antéro-Latérale. PL : Postéro-Latérale.

STAGE 1 : A la découverte des familles musculaires / 9 h – 18 h.

Jour 1

9:00 -12:30

Présentation de la formation, de la structure de formation et son organisation, des formateurs et des participants.

Correction du pré test.

Historique, Définition et Contexte de la méthode GDS et des apports de la podologie dans la méthode.

Définir la notion d'équilibre de l'homme debout.

Observation guidée des différences posturales.

13:30 - 18:00

L'asymétrie corporelle comme référence.

Le bassin comme base de stabilité du corps.

Repérage et partage des observations.

Jour 2

9:00 -12:30

Réveil pédagogique.

Identifier les structures nécessaires au concept GDS.

Définir les notions principales pour le bilan clinique.

13:30 - 18:00

Décoder les différents types d'équilibre : PM, AM, PA(AP), AL, PL.

Observation des différents types d'équilibres et des effets d'un élément podologique sur le type d'équilibre.

Jour 3

9:00 -12:30

Réveil pédagogique.

Maîtriser les notions fondamentales d'équilibre entre les familles musculaires.

13:30 - 18:00

Expliquer les différents tests posturologiques du bilan clinique.

Découvrir le lien entre la podologie et les familles musculaires.

Observation et bilans cliniques.



STAGE 2 : La chaîne de la verticalité (PM) et la chaîne de la stabilité (AM) / 9 h – 18 h
--

Jour 1

9:00 -12:30

Présentation des 3 jours de stage.

Correction du questionnaire d'évaluation du stage 1.

Découverte de l'aspect comportemental.

Description de la chaîne de la verticalité (chaîne PM) au membre inférieur.

Distinguer les empreintes utiles et les empreintes dérangeantes au membre inférieur de la chaîne Postéro-médiane.

13:30 - 18:00

Description de la chaîne de la verticalité (chaîne PM) au tronc et au crâne.

Distinguer les empreintes utiles et les empreintes dérangeantes au tronc de la chaîne Postéro-médiane.

Observation des empreintes corporelles d'une chaîne PM.

Partage des différences observées.

Jour 2

9:00 -12:30

Réveil pédagogique.

Description de la chaîne de la stabilité (chaîne AM) au membre inférieur.

Distinguer les empreintes utiles et les empreintes dérangeantes au membre inférieur de la chaîne Antéro-médiane.

Repérage osseux des chaînes AM et PM au bassin.

13:30 - 18:00

Description de la chaîne de la verticalité (chaîne AM) au tronc et au crâne.

Distinguer les empreintes utiles et les empreintes dérangeantes au tronc de la chaîne Antéro-médiane.

Observation des empreintes corporelles d'une chaîne AM.

Partage des différences observées.

Jour 3

9:00 -12:30

Réveil pédagogique.

Expliquer la stratégie de traitement lors d'un excès d'activité de la chaîne PM et/ou AM.

Définir les éléments podologiques qui agissent sur la chaîne PM et/ou AM.

13:30 - 18:00

Explorer les bilans cliniques, tests fonctionnels et traitements podologiques.



STAGE 3 : La chaîne antigravitaire PA(AP) / 9 h – 18 h

Jour 1

9:00 -12:30

Présentation des 3 jours de stage.

Correction du questionnaire d'évaluation du stage 2.

Découverte de l'aspect comportemental.

Description des groupes musculaires des chaînes PA.

Distinguer les empreintes utiles et les empreintes dérangeantes au tronc de la chaîne PA.

13:30 - 18:00

Observation des empreintes corporelles des chaînes de l'axe vertical PM-AM-PA.

Partage des différences observées.

Jour 2

9:00 -12:30

Réveil pédagogique.

Description des groupes musculaires de la chaîne AP.

Distinguer les empreintes utiles et les empreintes dérangeantes au membre inférieur de la chaîne AP.

Observation des empreintes corporelles de la chaîne AP.

13:30 - 18:00

Mise en relation de l'antagonisme-complémentarité des chaînes de l'axe vertical.

Observation des empreintes corporelles des chaînes de l'axe vertical suivant le protocole clinique.

Partage des différences observées.

Jour 3

9:00 -12:30

Réveil pédagogique.

Expliquer la stratégie de traitement lors d'un excès d'activité de la chaîne PA(AP).

Définir les éléments podologiques qui agissent sur la chaîne PA(AP).

13:30 - 18:00

Atelier : bilan clinique, tests fonctionnels et traitement podologique

Explorer les bilans cliniques, tests fonctionnels et traitements podologiques.



STAGE 4 : La chaîne de repli (AL) et la chaîne d'ouverture (PL) / 9 h – 18 h

Jour 1

9:00 -12:30

Présentation des 3 jours de stage.

Correction du questionnaire d'évaluation du stage 3.

Découverte de l'aspect comportemental.

Description de la chaîne de repli (AL) au membre inférieur.

Distinguer les empreintes utiles et les empreintes dérangeantes au membre inférieur de la chaîne AL.

13:30 - 18:00

Description de la chaîne de repli (AL) au tronc et au crâne.

Distinguer les empreintes utiles et les empreintes dérangeantes au tronc de la chaîne AL.

Observation des empreintes corporelles d'une chaîne AL.

Partage des différences observées.

Jour 2

9:00 -12:30

Réveil pédagogique.

Description de la chaîne d'ouverture (PL) au membre inférieur.

Distinguer les empreintes utiles et les empreintes dérangeantes au membre inférieur de la chaîne PL

Repérage osseux des chaînes AL et PL au bassin.

13:30 - 18:00

Description de la chaîne d'ouverture (PL) au tronc et au crâne.

Distinguer les empreintes utiles et les empreintes dérangeantes au tronc de la chaîne PL.

Observation des empreintes corporelles d'une chaîne PL.

Partage des différences observées.

Jour 3

9:00 -12:30

Réveil pédagogique.

Expliquer la stratégie de traitement lors d'un excès d'activité de la chaîne AL et/ou PL.

Définir les éléments podologiques qui agissent sur la chaîne AL et sur la chaîne PL.

13:30 - 18:00

Atelier : bilan clinique, tests fonctionnels et traitement podologique

Explorer les bilans cliniques, tests fonctionnels et traitements podologiques.



Siret : 817 680 2 N° Déclaration :
1177062237726 RCS Melun

STAGE 5 : Révisions et mise en application / 9 h – 18 h

Jour 1

9:00 -12:30

Présentation des 3 jours de stage.

Correction du questionnaire d'évaluation du stage 4.

Retour sur les notions générales essentielles des chaînes de l'axe vertical.

Révisions sur la biomécanique des chaînes de l'axe vertical (AM, PM et PA(AP)).

13:30 - 18:00

Repérage du bassin et observations des différences. Interprétations des informations recueillies.

Observation des empreintes corporelles des chaînes de l'axe vertical. Bilan clinique uniquement sur l'axe vertical.

Jour 2

9:00 -12:30

Réveil pédagogique.

Retour sur les notions générales essentielles des chaînes de l'axe horizontal.

Révisions sur la biomécanique des chaînes de l'axe horizontal (AL et PL).

Repérage du bassin et observations des différences. Interprétations des informations recueillies.. **Atelier :**

Observation des empreintes corporelles des chaînes de l'axe horizontal. Bilan clinique de l'axe vertical puis de l'axe horizontal.

Jour 3

9:00 -12:30

Réveil pédagogique.

Révisions de la stratégie de traitement : chaînes causale, réactive ?

Définir les éléments podologiques qui agissent sur les chaînes de l'axe vertical et de l'axe horizontal.

Explorer les bilans cliniques, tests fonctionnels et traitements podologiques.