Consignes pour travail de groupe – Activité physique en neurologie

APA & SEP, AVC, MP, BM

Objectifs : Concevoir, présenter et faire effectuer un programme d'activité physique adapté à la personne de la vignette clinique, correspondant à la population neurologique suivante : Sclérose en plaques, Accident vasculaire cérébral, Maladie de Parkinson ou Blessé médullaire.

Méthode : Chaque quart de volée prépare un programme d'AP spécifique à la vignette. Il prépare de présenter une semaine type et fait exécuter le programme de renforcement individuel à l'autre quart de volée. Il prévoit aussi des éléments pour favoriser l'adhésion au programme d'AP.

Répartition du travail au sein du quart, objectifs spécifiques :

Groupe 1 : programme hebdomadaire AP & réduction des comportements sédentaires, facilitateurs/barrières (comment faciliter l'adhésion au programme) (**Préparer un PP**)
Groupe 2 : programme spécifique de renforcement (5-6 ex) et prévoir de la mettre en œuvre
Groupe 3 : Aérobie & mobilité/posture (3-4) et prévoir de la mettre en œuvre
Tous : proposer 5 questions à poser au.à la patient.e pour induire un changement de comportement quant à son activité physique / sédentarité

Restitution à un autre quart :

1. Présentation du programme hebdomadaire (PP)
2. Faire exécuter les exercices par l'autre quart
3. Faire exécuter les postures par l'autre quart

En parallèle un étudiant.e fait des photos des exercices et postures de son groupe pour insérer dans PP

Ressources (dans dossier spécifique sur Moodle)

1. Vignette clinique
2. Article(s) présentant les recommandations d'activité physique
3. Article(s) présentant les barrières et facilitateurs spécifiques à la population
4. PP à compléter