



FORMATION E- LEARNING (7h)
CONNAISSANCES DE LA CHAUSSURE DE RUNNING POUR LE PODOLOGUE

Objectifs : Permettre une connaissance fine de la chaussure de running

- 1- Connaître les différents composants d'une chaussure
- 2- Rôle de la chaussure
- 3- Connaître les différentes caractéristiques de la chaussure
- 4- Impact de la chaussure sur la biomécanique du coureur
- 5- Choisir la chaussure en fonction du coureur ou de la pathologie
- 6- Adapter une orthèse plantaire à la pratique du running
- 7- Outils de recherche en cabinet

Contenu :

- 1- Historique de la chaussure de running
- 2- Marques et répartitions des modèles dans le monde
- 3- Morphologie de la chaussure de running
- 4- Les différentes chaussures (route, trail, piste)
- 5- Les différentes foulées (profil de coureur)
- 6- Les différentes caractéristiques de la chaussure et leurs impacts sur la foulée
- 7- Adaptation possible en fonction des pathologies et technopathies
- 8- Matériaux et adaptation des orthèses plantaires
- 9- Outils utiles en cabinet pour connaître les caractéristiques de chaussure.

Méthodes pédagogiques :

- 1- Renforcer ses connaissances sur la chaussure de running
- 2- Utiliser des outils fonctionnels en cabinet pour connaître les différents paramètres
- 3- Savoir adapter le choix des chaussures en fonction du patient et de sa pathologie
- 4- S'enrichir sur des données de la science



Notions / Temps	Contenus	Objectifs et Compétences attendues	Outils pédagogiques et supports
INTRODUCTION ET PLAN DE FORMATION 30 min	Présentation générale de la formation et du formateur. Découverte du contenu avec le détail du programme.	- Comprendre les objectifs de la formation. -Connaître le déroulé du programme.	Utilisation d'une plateforme E-Learning pour diffuser l'ensemble des PPT*, et vidéos Vidéo : INTRODUCTION
QUIZ PRE-FORMATION 15 min	30 questions sur les acquis en lien avec ce thème de formation	-Évaluer les connaissances et les acquis avant dispensation de la formation	Quiz numérique (PRÉ-TEST)
1-HISTORIQUE ET RÉPARTITION DES MARQUES 30 min	Naissance des premières chaussures Évolutions techniques et courants de pensée Différents types de pratique Marques de running et distribution dans le monde Étude des répartitions de chaussure par discipline	Connaitre les évolutions de la chaussure dans le temps et les différentes marques présentes sur le marché.	PPT + VIDÉO : HISTORIQUE ET MARQUES Vidéo : Partie 1
2-MORPHOLOGIE DE LA CHAUSSURE ET CARACTÉRISTIQUES 175 min	Les éléments composants une chaussure Les différents types de chaussures (route, trail, piste, autres...) Les différentes caractéristiques d'une chaussure Adapter la chaussure en fonction de la problématique de pied (Hallux valgus, pied creux, Morton, ...) 	Connaitre les composants de la chaussure et savoir analyser les différentes caractéristiques	PPT + VIDÉO : CARACTÉRISTIQUES DE LA CHAUSSURE Vidéo : Partie 2

QCP

QCP

QCP



QUIZ INTERMÉDIAIRE 1 5 min	10 questions sur la compréhension des 2 premières parties	Évaluer les connaissances et les acquis en milieu de formation	Quiz numérique (INTERMÉDIAIRE 1)
3-DIFFÉRENTES MOTRICITÉS EN RUNNING ET IMPACT SUR LE CHOIX DE CHAUSSURE 85 min	Analyser les différentes motricités en running Adapter nos conseils en fonction du profil de coureur, d'activité, de blessures, etc. Le choix de chaussure en fonction du type d'activité	Pouvoir adapter ses conseils de choix de chaussure en fonction du profil de coureur, sa pratique et ses objectifs	PPT + VIDÉO : MOTRICITÉ EN RUNNING ET CHOIX DE CHAUSSURE Vidéo : Partie 3
QUIZ INTERMÉDIAIRE 2 5 min	10 questions sur la compréhension de la 3 ^{ème} partie	Évaluer les connaissances et les acquis de la 3 ^{ème} partie de la formation	Quiz numérique (INTERMÉDIAIRE 2)
4- OUTILS DE RECHERCHE EN CABINET 25 min	Présentation des différents moteurs de recherche Utilisation du moteur « Podoxygène » avec explication des différentes fonctionnalités	Savoir trouver des sources de contenu pour connaître les caractéristiques de chaussure et conseiller les patients	PPT + VIDÉO : OUTILS DE RECHERCHE EN CABINET Vidéo : Partie 4
5-ORTHÈSES PLANTAIRES ET MATÉRIAUX 30min	Semelle et science en running (guide line en fonction des pathologies) Les grandes règles à respecter Les familles de matériaux (avantages et inconvénients pour la pratique du running) Adapter nos appareillages au volume chaussant	Savoir choisir ses matériaux de semelles pour la confection de semelle running et les adapter au volume chaussant	PPT + VIDEO : ORTHÈSES PLANTAIRES ET MATÉRIAUX Vidéo : partie 5

QCP

QCP

QCP



QUIZ POST-FORMATION 15 min	30 questions sur les acquis en fin de formation	-Évaluer les connaissances et les acquis après dispensation de la formation	Quiz numérique (POST-TEST)	QCP
CONCLUSION 5min TOTAL : 420 min soit 7h	Résumer de la formation et des compétences attendues.	Comprendre les points essentiels de la formation.	VIDEO : CONCLUSION	QCP

*PPT = Le Power Point est une présentation sous forme de diapositives sur lequel nous ajouterons une présentation orale (voix off) pour garder un rythme pendant la formation et une meilleure interactivité.

Formateur : QCP = Quentin CLERC PITHON (Pédicure-Podologue)