

## SANTÉ DU DANSEUR

### Prévention des pathologies du danseur – Évaluation et prise en charge du danseur

---

#### Danse

Stage catalogue CNFPT pour les professionnels du secteur territorial

**Public :** professeurs de danse d'écoles de danse

**Lieu :** Métropole bordelaise

**Dates :** 12 et 13 mai 2024

**Horaires :** 9h30-17h00 (Jour 1) et 9h00-16h00 (Jour 2)

**Nombre d'heures :** 12

**Formateur :** Jean-Baptiste COLOMBIÉ

Préparateur Physique masseur kinésithérapeute préparateur physique spécialisé en danse, Jean-Baptiste Colombié travaille depuis plus de 10 ans sur les pathologies des danseurs. Spécialisé en danse, il est le kiné et préparateur physique du Malandain Ballet Biarritz (MBB) et assure également le suivi du conservatoire Maurice Ravel, de la compagnie Illicite de Fabio Lopez et du junior ballet BetM compagnie. Grâce aux travaux de recherches appliquées du Danse Living Lab, il développe des protocoles de prévention et de soins dédiés à la pratique de la danse. Depuis la sortie COVID, il développe l'Entraînement Régulier du Danseur en partenariat avec le Malandain Ballet Biarritz et le Conservatoire Maurice Ravel. Il intervient régulièrement dans les compagnies, écoles de danse, centres de formation pour créer et accompagner des équipes de soins.

**Objectif général :** apporter aux professionnels de la danse :

- Des connaissances en prévention des pathologies du danseur
- Des outils d'évaluation et de prise en charge du danseur
- Des outils pour la mise en place d'une équipe de soins dans un établissement d'enseignement de la danse

**Objectifs :**

- Comprendre les mécanismes de survenue des blessures spécifiques à la danse
- Acquérir des outils pratiques pour évaluer la sévérité d'une atteinte et la marche à suivre pour accompagner la reprise d'un danseur blessé
- Acquérir des outils pratiques pour accompagner la reprise d'un danseur blessé
- Apporter des éléments clés sur le centre et la cheville du danseur
- Actualiser ses compétences sur les étirements et le cardio du danseur
- Comprendre les stratégies de récupération du danseur

**Contenu :**

- Culture professionnelle, physiopathologie
  - Relation à la douleur - Coordination danseur / professeur / professionnel de santé
  - Physiopathologie de la blessure du danseur : comprendre les grandes lignes de la manière dont le danseur se blesse
- Gestion de la reprise du danseur
  - Charge de travail
  - Centre et chevilles : 2 charnières pour alléger le membre blessé
  - Essai clinique en cours
- Exemple de construction d'une équipe de soin affiliée à l'établissement d'enseignement de la danse
- Comprendre les stratégies de récupération du danseur
  - Le système cardio respiratoire en danse
  - La gestion du sommeil et récupération
  - Les étirements en danse : mythes et actualités

**Méthodes pédagogiques :**

- Méthodes affirmatives : expositives (cours magistral, conférence) et démonstratives (associant explication et démonstration)
- Méthodes interrogatives (ex : questions-réponses)
- Méthodes actives ou expérientielles (ex : mise en situation de terrain)