GUIDE DES ÉPREUVES

Certification RS 7080 « **Intégrer le Pilates en kinésithérapie** »

Consignes techniques et modalités pratiques de la certification

Introduction

Le présent guide précise les consignes techniques et les modalités pratiques de réalisation des épreuves de la certification « Intégrer le Pilates en kinésithérapie », enregistrée au Répertoire Spécifique de France Compétences sous le numéro RS7080 et portée par K-Pilates.

Sommaire

PRESENTATION DU DOSSIER TECHNIQUE ..... Page 2
1. Objectif du dossier technique ..... Page 2
2. Composition du dossier technique ..... Page 2
3. Description détaillée des livrables du dossier technique ..... Page 2
4. Modalités et délai de transmission du dossier technique ..... Page 4
PREPARATION DE L'ENTRETIEN DEVANT LE JURY ..... Page 6
CHECKLIST AVANT DEPOT DU DOSSIER TECHNIQUE ..... Page 7
FAQ · QUESTIONS FREQUENTES ..... Page 8

PRÉSENTATION DU DOSSIER TECHNIQUE

1. Objectif du dossier technique

Le dossier technique constitue la première épreuve de la certification.

Il permet au candidat de présenter et de justifier sa pratique du Pilates. Il doit permettre au jury d'apprécier la pertinence des choix effectués par le candidat, leur cohérence avec les situations présentées et la qualité de leur mise en œuvre.

2. Composition du dossier technique

Le dossier technique comprend 3 livrables :

- Livrable 1 · Dossier séance individuelle
- Livrable 2 · Pratique individuelle – enregistrement vidéo
- Livrable 3 · Dossier séance collective

3. Description détaillée des livrables du dossier technique

Livrable 1 · Dossier séance individuelle

OBJECTIF

Présenter une séance individuelle construite à partir d'un patient réel choisi par le candidat, afin de mettre en évidence sa capacité à analyser la situation du patient, à définir une visée et des objectifs de travail et à proposer un protocole personnalisé intégrant des exercices de Pilates adaptés.

FOND ATTENDU

Le dossier présente dans l'ordre :

- La situation du patient et les résultats du bilan primaire ;
- Les besoins, capacités, limites et éventuelles contre-indications identifiés ;
- La visée de la séance et les objectifs de travail ;
- Les exercices de Pilates retenus et leur justification ;
- Le protocole personnalisé proposé et présenté dans un ordre logique de progression.

Sera notamment évaluée la cohérence entre les éléments du bilan, les objectifs, le choix des exercices et le protocole.

FORME ATTENDUE

Le dossier doit respecter les consignes suivantes :

- 6 pages maximum ;
- Document en noir et blanc ;
- Police lisible, de type Arial ou équivalent ;

- Présentation structurée avec des titres et sous-titres clairement hiérarchisés, permettant de suivre la logique du candidat ;
- Photographies autorisées uniquement lorsqu'elles permettent d'illustrer un élément important de l'évaluation posturale ;
- Aucune donnée permettant d'identifier le patient ;
- Format PDF uniquement ;
- Taille maximale : 1 Mo.

Livrable 2 · Pratique individuelle – enregistrement vidéo

OBJECTIF

Réaliser un enregistrement vidéo permettant d'évaluer la capacité du candidat à guider et enseigner des exercices de Pilates, à adapter un exercice avec un accessoire et à transmettre les consignes nécessaires à la réalisation autonome d'un exercice.

FOND ATTENDU

L'enregistrement comprend 4 séquences à la suite, et dans l'ordre suivant :

1. GUIDAGE D'UN EXERCICE SANS ACCESSOIRE : exercice imposé par l'examinateur parmi le répertoire de formation, communiqué au candidat par email lors de la validation de son inscription ;
2. GUIDAGE DU MÊME EXERCICE AVEC UN ACCESSOIRE : le candidat choisit l'accessoire permettant de modifier l'exercice et guide sa réalisation ;
3. GUIDAGE D'UNE SÉQUENCE DE 3 EXERCICES : 3 exercices différents choisis par le candidat parmi le répertoire de formation K-Pilates, sans accessoire.
4. ENSEIGNEMENT D'UN EXERCICE AUTONOME : séquence pédagogique dans laquelle le candidat choisit un exercice parmi le répertoire de formation, et donne des consignes et explications permettant sa réalisation correcte en autonomie.

⚠️Pour la séquence de 3 exercices :

- Les 3 exercices doivent être différents ;
- Chaque exercice est réalisé 2 fois. Lorsqu'un exercice est latéralisé, il est réalisé 1 seule fois des deux côtés ;
- Ne pas réaliser les 3 exercices dans la même position ;
- Aucun accessoire n'est utilisé ;
- La qualité des transitions entre les exercices sera prise en compte dans l'évaluation.

La vidéo est réalisée avec une personne choisie par le candidat, hors patient. Aucun nom de personne réelle ne doit apparaître dans l'enregistrement. Le visage de la personne filmée n'a pas à être masqué.

FORME ATTENDUE

L'enregistrement doit respecter les consignes suivantes :

- Une seule vidéo regroupant les quatre séquences ;
- La vidéo dure 5 minutes maximum ;

- Format MP4 ;
- Résolution 1080p recommandée ;
- Taille maximale : 600 Mo ;
- Cadrage permettant de voir clairement le candidat et la personne filmée ;
- Qualité d'image et de son suffisante pour permettre l'évaluation ;
- Transmission par lien externe communiqué selon les modalités indiquées par K-Pilates (DROPBOX) ;
- Le lien doit rester accessible jusqu'à la fin de la procédure de certification.

Livrable 3 · Dossier séance collective

OBJECTIF

Présenter un programme collectif construit à partir d'un thème spécifique ou destiné à une population spécifique, l'un ou l'autre étant imposé par le certificateur. L'objectif est d'évaluer la capacité du candidat à proposer une séance cohérente avec l'élément retenu et les objectifs de travail. Aucune adaptation personnalisée n'est attendue pour ce livrable.

FOND ATTENDU

Le dossier présente :

- Le choix du certificateur portant sur un thème spécifique ou une population spécifique, avec les caractéristiques pertinentes de l'élément retenu ;
- Les objectifs du programme ;
- Les exercices de Pilates retenus et leur organisation en séquence respectant une logique de progression ;
- Un maximum de 15 exercices ;
- Pour chaque exercice, préciser un point de vigilance ou une modification propre au thème ou à la population ;
- L'utilisation éventuelle d'un accessoire pour l'ensemble du groupe, lorsqu'elle est pertinente et justifiée.

FORME ATTENDUE

Le dossier doit respecter les consignes suivantes :

- 5 à 6 pages maximum ;
- Document en noir et blanc ;
- Police lisible, de type Arial ou équivalent ;
- Présentation structurée avec des titres et sous-titres clairement hiérarchisés, permettant de suivre la logique du candidat ;
- Aucune photographie ;
- Format PDF uniquement ;
- Taille maximale : 1 Mo.

4. Modalités et délai de transmission du dossier technique

Le dossier technique comprenant les 3 livrables doit être transmis dans un délai maximum de 3 mois suivant la validation de l'inscription à la certification.

- Les 3 livrables doivent être finalisés et transmis selon les modalités communiquées par K-Pilates ;
- Les livrables 1 et 3 sont transmis au format PDF ;
- Le livrable 2 est transmis sous forme de lien permettant l'accès à la vidéo ;
- Le candidat s'assure que les fichiers respectent les formats, tailles et durées indiqués dans le présent document ;
- Le lien permettant d'accéder à la vidéo doit rester accessible jusqu'à la fin de la procédure de certification.

PRÉPARATION DE L'ENTRETIEN DEVANT LE JURY

L'entretien devant le jury constitue la deuxième épreuve de certification.

Il dure 45 minutes et se déroule exclusivement en visioconférence.

L'entretien comprend trois temps :

1. 10 minutes de présentation du candidat ;
2. 20 minutes d'échange autour du dossier technique permettant un retour sur la pratique individuelle et sur le dossier technique présenté ;
3. 15 minutes de questions-réponses argumentées non préparées en amont par le candidat et permettant d'approfondir certains éléments et de vérifier la maîtrise des compétences visées.

Le candidat doit être en mesure de présenter et d'expliquer ses choix, de justifier sa pratique et d'échanger avec le jury à partir des éléments présentés dans ses livrables.

Il est recommandé de bien maîtriser le contenu de ses dossiers et d'être en mesure d'en expliquer la logique et les choix professionnels.

CHECKLIST AVANT DEPOT DU DOSSIER TECHNIQUE

Avant de transmettre votre dossier technique, vérifiez les éléments suivants :

Livrable 1 · Dossier séance individuelle

☐ Le dossier présente un cas réel issu de ma pratique professionnelle.
☐ Le patient est obligatoirement anonymisé.
☐ Les résultats du bilan primaire sont présentés.
☐ La visée et les objectifs de travail sont clairement définis.
☐ Les exercices proposés sont cohérents avec le bilan et les objectifs.
☐ Le protocole proposé est personnalisé et justifié.
☐ Le document respecte les consignes de présentation.
☐ Le fichier est au format PDF, comporte 6 pages maximum et ne dépasse pas 1 Mo.

Livrable 2 · Pratique individuelle – enregistrement vidéo

☐ La personne filmée n'est pas un patient, son nom doit être masqué, son visage peut apparaitre.
☐ Les quatre séquences demandées sont présentes dans une seule vidéo.
☐ 1 -L'exercice imposé est présenté sans accessoire.
☐ 2 - Le même exercice est présenté ensuite avec un accessoire choisi par le candidat.
☐ 3 - La séquence de trois exercices respecte les consignes prévues.
☐ 4 -L'exercice destiné à l'autonomie est présenté avec des consignes permettant sa réalisation.
☐ La vidéo dure 5 minutes maximum.
☐ Le fichier est au format MP4 et ne dépasse pas 600 Mo.
☐ L'image et le son permettent une évaluation claire de la pratique.
☐ Le lien de transmission est accessible.

Livrable 3 · Dossier séance collective

☐ L'élément imposé par le certificateur (thème spécifique ou population spécifique) est clairement identifié et respecté.
☐ Les objectifs du programme sont définis en introduction.
☐ Les exercices proposés sont cohérents avec l'élément imposé par le certificateur et les objectifs du programme.
☐ Pour chaque exercice, un point de vigilance ou une modification propre au thème ou à la population est précisé.
☐ L'utilisation éventuelle d'un accessoire est justifiée lorsqu'elle est pertinente et l'accessoire est utilisé pour l'ensemble du groupe.
☐ Le document respecte les consignes de présentation.
☐ Le fichier est au format PDF, comporte 5 à 6 pages maximum et ne dépasse pas 1 Mo.

Avant la transmission

☐ Les fichiers sont correctement nommés avec mon nom et mon prénom, et intitulé.
☐ J'ai vérifié le format et le poids de chaque fichier.
☐ J'ai vérifié que le lien de la vidéo fonctionne.
☐ J'ai conservé une copie de l'ensemble des documents transmis.

FAQ · QUESTIONS FRÉQUENTES

Puis-je modifier mon dossier après l'avoir déposé ?

→ Non. Une fois le dossier technique transmis, il est considéré comme définitif et ne peut plus être modifié. Vérifiez donc attentivement l'ensemble des documents avant leur transmission.

Puis-je ajouter des éléments qui ne sont pas demandés ?

→ Non. Le dossier doit respecter les consignes définies pour chaque livrable et contenir uniquement les éléments attendus.

Puis-je utiliser des photos dans le dossier individuel ?

→ Oui, uniquement lorsqu'elles permettent d'illustrer un élément important de l'évaluation posturale. Elles doivent respecter les règles d'anonymisation et de confidentialité.

Puis-je utiliser des photos dans le dossier collectif ?

→ Non. Aucune photographie n'est attendue dans le dossier collectif.

Puis-je utiliser plusieurs accessoires dans la séance collective ?

→ L'utilisation d'un accessoire est possible lorsqu'elle est pertinente et justifiée. Le même accessoire doit être prévu pour l'ensemble du groupe.

Dois-je déposer plusieurs vidéos ou une seule vidéo ?

→ Les 4 séquences vidéo doivent être regroupées dans une seule vidéo qui ne doit pas dépasser une durée de 5 minutes.

Comment le jury évalue-t-il la vidéo ?

→ Le jury évalue notamment la qualité du guidage, la clarté des consignes, les corrections apportées, les transitions entre les 3 exercices, la maîtrise des exercices et la capacité à transmettre un exercice destiné à être réalisé en autonomie.

Que dois-je vérifier avant d'envoyer ma vidéo ?

→ Vérifiez notamment la durée, le format MP4, la qualité de l'image et du son, la taille du fichier et l'accessibilité du lien de transmission. La vidéo doit permettre au jury d'observer clairement votre pratique.