

Nom du patient :

Prénom :

Age :

Nom de l'examineur :

Tous les exercices ne sont pas à effectuer : cibler quelques exercices susceptibles d'aboutir à une progression. Si possible un exercice dans chaque rubrique.

Les exercices choisis seront effectués et quantifiés à chaque séance de rééducation pour favoriser le réentraînement, mais la fiche ne sera remplie qu'en début de prise en charge, puis environ tous les 15 jours

**DEPLACEMENTS**

**CHANGEMENTS DE POSITIONS**

**ESCALIERS :**

(équilibre locomoteur et lutte contre le déconditionnement à l'effort aérobie)

**COTATION de la distance : de 1 à 1000 mètres (ou plus)**

**Echelle polyvalente : cotation en nombre de répétitions**

**COTATION du nombre de marches de 1 à 60 (ou plus)**

date 1	date 2	date 3	date 4	date 5

1 : sans aide, une exécution	2 : sans aide, deux exécution, etc...

date 1	date 2	date 3	date 4	date 5

Marche "au cabotage" : en se tenant aux meubles, au mur ou barres parallèles

Marche "au cabotage"

Autres déplacements en position debout

Déambulateur

2 cannes

1 canne

Marche sans cannes

Pour les atteintes frustes

Marche corrigée: grands pas...

Marche latérale

Marche du patineur

Marche arrière

Marche des gardes anglais

Différentes marches enchaînées

Alternance marche / course

La course

Durée du déplacement en minutes

Chaque exécution compte jusqu'à 10 exécutions (ou plus)  
 Pour les exercices importants comme :  
 "assis-debout et debout-assis" chez les patients  
 sédentaires, on peut aller jusqu'à 50 exécutions  
 pour lutter contre le déconditionnement à l'effort aérobie

date 1	date 2	date 3	date 4	date 5

Dos-ventre-dos, sans tomber du lit

aide technique

sans aide tech.

Assis-couché et couché-assis

aide technique

sans aide techniq.

Assis-debout et debout-assis

aide technique

sans aide techniq.

Debout-sol et sol-debout

aide technique

sans aide techniq.

Debout-accroupi et accroupi-debout (squat)

aide technique

sans aide techniq.

Monter les escaliers avec appui manuel

2 mains sur la rampe

1 main sur rampe

Descendre les escaliers avec appui manuel

2 mains sur la rampe

1 main sur rampe

Escaliers sans aide manuelle, ne pas toucher la rampe, ni le mur ni le sol

Monter

2 pieds par marche

1 pied par marche

Descendre

2 pieds par marche

1 pied par marche

Commentaires :

Remarque : la marche sur tapis roulant à vitesse lente et en se tenant peut remplacer la marche avec déambulateur.  
 La marche sur tapis roulant sans se tenir peut remplacer la marche sans canne  
 La course sur tapis roulant peut être utilisée dans les atteintes frustes

**Equilibre postural debout**

COTATION de 1 à 120 secondes

ajouter la lettre A si réaction non adaptée au pull-test

ajouter la lettre B si Pull-test en cours d'acquisition

ajouter la lettre C si réactions au pull-test et aux poussées multidirectionnelles acquises

date 1	date 2	date 3	date 4	date 5

Debout pieds écartés

yeux ouverts

yeux fermés

Debout pieds joints

yeux ouverts

yeux fermés

Monopodal

Équilibre sur le pied droit

Équilibre sur le pied gauche

Si ce protocole est associé à  
 la tandem - therapy sur MOTomed,  
 indiquer ci-dessous le temps de pédalage actif-aidé à vitesse rapide

Durée en minutes

--	--	--	--	--

**REMARQUE :**

Les exercices « Debout-sol » et « accroupi-debout » sans aide technique sont effectués sans autre appui que le sol.  
 L'aide du sol n'est donc pas considérée comme une aide technique.

Entre chaque exercice, le temps de repos est égal ou supérieur au temps de travail

Pour toutes les performances, la cotation est soulignée chaque fois que le patient peut effectuer l'exercice seul et sans danger.

Cette précision incite le rééducateur à s'éloigner du patient dès que possible,

pour lui permettre de prendre confiance en ses propres possibilités et d'augmenter ainsi son autonomie.

Si les exercices que le thérapeute fait pratiquer ne figurent pas sur cette fiche, Il peut : - soit modifier la description des exercices, Exemple, le rééducateur peut écrire : escaliers « avec une canne et la rampe » - soit utiliser la « fiche ouverte ».