



Vraie science de mouvement

- Jake Watson, ACK VP Communications internes, AKA

Définition de la science de la kinésiologie peut être multifactorielle et vous laisse avec un aperçu clair de la raison pour laquelle les professionnels qui travaillent comme kinésioles sont si holistique dans la nature de leur approche et dans l'application de leurs connaissances. Même un rapide regard sur l'étendue de la profession et les rôles que les kinésioles peuvent jouer au sein d'un groupe de professionnels, vous intègre à ce grand groupe multidisciplinaire; l'éducation physique, la prestation de services de consultation, la réalisation de recherches et l'élaboration de politiques liées à la réadaptation, la promotion de la santé, la réadaptation clinique, la gestion du handicap, la performance motrice humaine, l'ergonomie et la santé et la sécurité au travail.

Cependant, quand on cerne la science qui définit ce véritable noyau de notre profession, nous pouvons simplement affirmer que nous sommes spécialistes en mouvement. Mais comment devenir ces spécialistes du mouvement? Qu'est-ce qui soutient tout cela?

En un mot, la kinésiologie est une véritable science pluridisciplinaire, qui repose sur la fusion mais non limitée aux mécanismes de mouvement en physiologie, biomécanique, ergonomie, anatomie et comportements psychomoteurs, tout en assurant la prise en compte des facteurs sociaux et culturels. Vous devez regarder plus loin que votre diplôme de premier cycle pour voir la diversité des sciences. Briser ces sciences permet une compréhension claire de notre rôle de spécialistes des mouvements.

La connaissance et la compréhension en physiologie permet la compréhension et l'analyse de la fonction. Comprendre les systèmes du corps humain en particulier; La circulation, la respiration, la digestion, la production d'énergie et le mouvement permettent de voir comment la fonction physiologique du corps peut changer en fonction des conditions et demandes externes, des morbidités et du niveau / type de préparation et de récupération requis dans un domaine de performance. Une compréhension de l'adaptation physiologique par l'exercice est un principe clé de la kinésiologie qui se rapporte à l'amélioration de la condition physique chez les athlètes ainsi qu'à la santé et au bien-être des populations cliniques.

Grâce à l'ergonomie, les kinésioles sont en mesure d'identifier, de revoir et de répondre à de nombreuses demandes en milieu de travail et sportif. Analyse des demandes à travers une revue holistique de l'effet des contraintes physiques et environnementales et comment leur effet sur le corps physiologiquement et structurellement. Incorporer les sciences mathématiques et statistiques pour tenir compte de la charge de travail et utiliser la physique, la mécanique et les sciences de l'environnement pour mieux comprendre les exigences du milieu de travail et pour comprendre comment cela affecte le corps.

Grâce à la compréhension de la biomécanique, nous pouvons prendre en compte la mécanique du corps, les forces agissant sur le corps, internes (actives des fibres musculaires, passives des tendons et autres tissus mous) et externes (gravitation, friction, air et eau) résistance, poussée, réaction du ressort, partenaire et adversaire) d'une manière de charge qui doit être surmontée. Grâce à l'analyse et à la compréhension des demandes biomécaniques, nous sommes en mesure d'améliorer l'efficacité et la performance des mouvements et de remédier aux mauvaises habitudes de déplacement ou aux comportements compensatoires.

Comprendre la science du comportement et du développement psychomoteurs n'est pas une simple stimulation des unités motrices par les nerfs moteurs périphériques mais plutôt des processus cognitifs complexes qui déterminent et contrôlent des séquences entières d'actions impliquées dans la planification motrice, la sélection et la préparation de l'action motrice. En tant que kinésiole, nous jouons un rôle important en étant capables d'examiner des compétences complexes et de les décomposer en composantes pour les analyser par des moyens quantitatifs et qualitatifs afin de déterminer les processus cognitifs associés au mouvement physique.

L'anatomie est la science fondamentale de toutes ces disciplines qui prennent en compte les actions humaines. En tant que kinésologue confirmant une compréhension significative de sa construction est essentielle. Cela concerne le développement du système musculo-squelettique, l'insertion de tendons musculaires dans l'os en fonction de l'axe de rotation, la composition structurale et le rôle des poumons et du cœur, ainsi que d'autres caractéristiques de la morphologie du corps. Une véritable épine dorsale pour toutes les sciences que nous utilisons quotidiennement dans notre travail.

La kinésiologie est une véritable science du mouvement. Dans l'ensemble, il décrit et étudie tous les aspects du mouvement humain à partir d'une cellule et de ses minuscules organes jusqu'au mouvement du corps entier et des groupes de corps. C'est une profession qui se consacre à l'utilisation de la science du mouvement pour améliorer la performance, améliorer la santé et améliorer la qualité de vie globale.

Les références

Cotrilet, A., & Zala, A. (2014). BENEFITS OF EARLY KINESIOLOGY POSTOPERATIVE IN LOWER LIMBS TRAUMAS IN INTENSIVE CARE UNIT. *Scientific Journal of Education, Sports, and Health*, 2(15), 25-38.

Yuhong, W., Yi, P., Feng, Z., & Kexin, Z. (2016) The Effects of Specific Drills on the Flip Turns of Freestyle Swimmers Based on a Kinesiology Analysis. *Journal of Human Kinetics*, 52, 165-173

Thomas, J.R. (2014). The Public Face of Kinesiology in the 21st Century. *Quest*, 66, 313–321.

Schary, D.P., & Cardinal, B.J. (2016). Starting to Uncover the Mystery of Interdisciplinary Research in Kinesiology. *The Physical Educator*, 73, 213-229.

Erdmann, W.S. (2008). Sport Activity – Systematic Approach to Science, Technology and Art Part One: Supportive Sport Sciences. *Research Yearbook*, 14(1), 44-56.

Lindle, R. (2015). How to Train Clients for the Workplace. *IDEA Fitness Journal*. 42-50.

STOLL, S.K. (2014). The Roles and Responsibilities of Kinesiology Regarding Sport. *Quest*, 66, 302–312.

Iliadi, K.G., Gluscencova, O.B, & Boulianne, G.L. (2016). Psychomotor Behavior: A Practical Approach in *Drosophila*. *Front Psychiatry*. 7, 153.