

JEU MEMO KI'

MémoKi ? C'est l'allié de tes révisions de rééducation. En solo après de longues heures de révisions ou entre amis à la pause de 16h, il s'adapte en toute circonstances.

Comment jouer ?



Le jeu est composé de 20 paires de cartes, 40 cartes en tout. Commence par découper toutes les cartes et dispose les retournées face contre le sol. (Sans tricher)

En solo ?

Si tu es seul pas de panique ! Tu n'as plus qu'à retrouver l'intégralité des paires correspondantes et pourquoi pas te donner un temps maximal pour toutes les retrouver. Tu peux également utiliser les cartes comme de petites fiches de poches à relire entre deux cours (Flash cards).

Entre amis ?

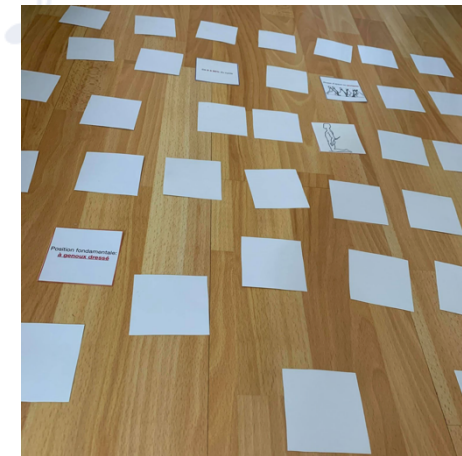
Il faut d'abord décider lequel de vous va commencer à jouer en premier. Le premier joueur retourne deux cartes, si elles coïncident alors le joueur prend les deux cartes et commence une pile. Si elles ne coïncident pas le second joueur joue à son tour. A la fin de la partie le joueur qui compte le plus de paires remporte le jeu.

Infos complémentaires sur MémoKi' :

Sources ? Certaines images/illustrations sont extraites des cours des professeurs Egri et Gethorffert.

Les données des cartes sont tirées du cours d'UE8 RE de l'année 2020 ainsi que des diapositives des différents professeurs de l'UE8 partie Kiné.

Le jeu peut être adapté avec d'avantages de cartes ou selon les envies. *Seulement la partie Kiné de l'UE8 rééducation a été utilisée dans la confection des cartes.*



...A toi de jouer !

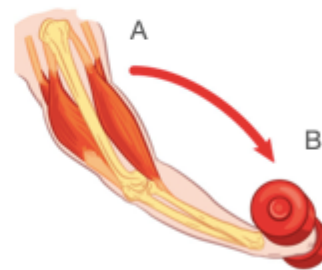
TESTING Cotation 3

Contraction dynamique
excentrique

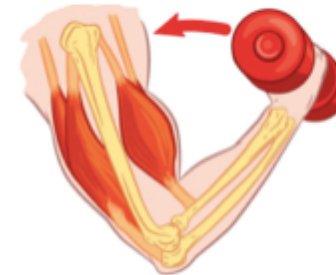
Contraction dynamique
concentrique

Position dérivée de la position debout :
Où les pieds sont écartés de **deux longueurs de pieds** mesuré de talon à talon

Contraction musculaire entraînant un mouvement d'**amplitude** totale contre l'action de la **pesanteur**.



Le muscle grandit, s'**allonge** en **freinant** la descente.
Eloignement des deux points d'insertions (A/B)



Le muscle se **raccourci**, les points d'insertions se rapprochent

LA STATION



SANTÉ S'IL



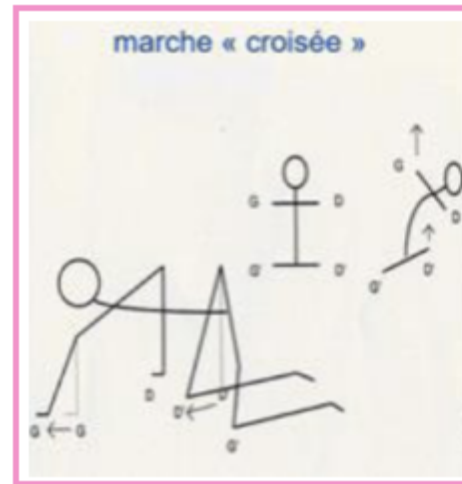
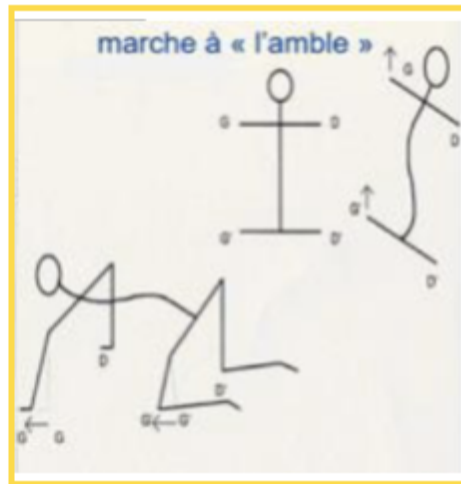
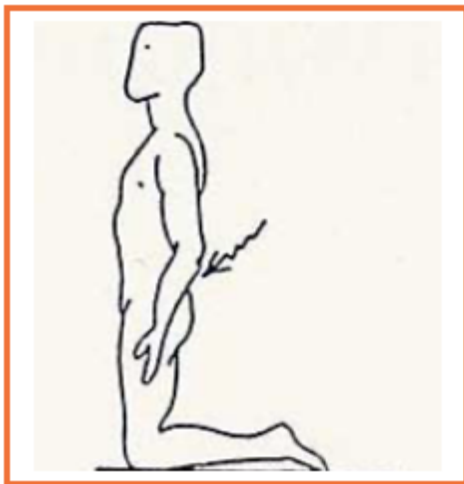
Position fondamentale:
à genoux dressé

Mode de déambulation où l'on avance simultanément la main gauche et le genou gauche par exemple.

Les **ceintures restent ainsi parallèles** et on obtient une **double incurvation de la colonne** (double courbure)

Mode de déambulation où l'on avance la jambe droite, on avance en même temps le bras gauche par exemple. Elle provoque une **divergence des ceintures pelviennes et scapulaires** (ne sont plus parallèles) et une **incurvation unique du rachis** (1 seule courbure)

TESTING :
Cotation **2**



Contraction musculaire permettant un mouvement dans toute son **amplitude**, sans l'action de la pesanteur.



Position dérivée de la position debout :
Où les pieds sont écartés de **trois longueurs de pieds** mesuré de talon à talon

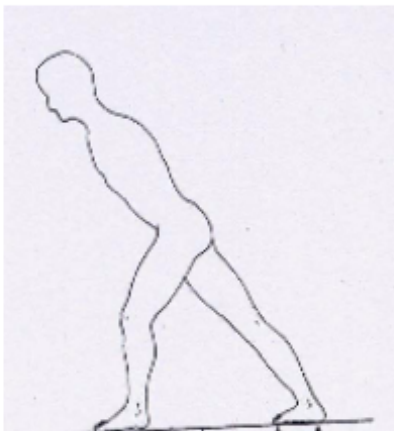
Le **double** contact



De **0 à 50%** du cycle

De **50 à 100%** du cycle

LA FENTE



- Il est :
- Bref
 - Les surfaces d'appuis sont réduites
 - C'est un **moment d'instabilité**
 - Deux fois **10%** dans le cycle
 - De **0-10%** et **50-60%**

Je suis ?

Phase d'appui ou **portante**



Phase de **passage** du pas



De **0 à 15%** du cycle de marche au contact Talon/sol

De **75-100%** du cycle de marche, décélération

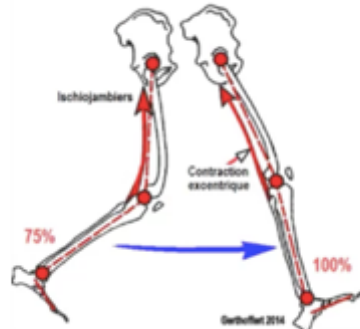
La **???** concerne la comparaison des rayons de courbures.
Le jeu de glissement est unique sauf en cas de laxité capsulo ligamentaire

La **???** concerne l'emboîtement des surfaces

Puissante contraction dynamique **excentrique** des releveurs du pied



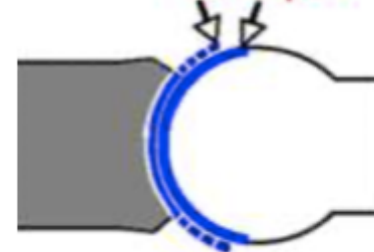
Les muscles ischiojambiers **freinent** l'extension du genou



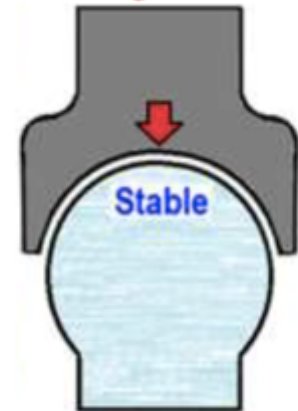
Condordance

Concordance

Rayons identiques



Congruence



C'est un **roulement** dont le déplacement sur le support est neutralisé par un glissement en **sens contraire**

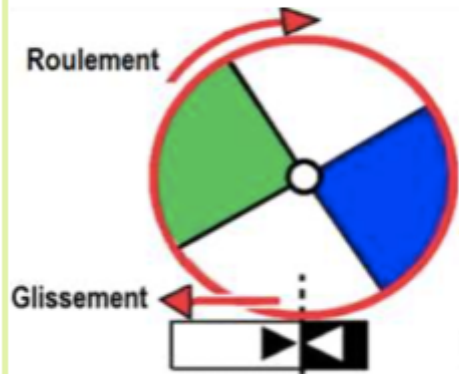
La **scapulo-humérale**/gléno-humérale

La **coxo fémorale**

1946



Le **roulement-glissement**



Elle est sphéroïde **non congruente** donc **instable**



Elle est sphéroïde **congruente** donc **stable**



Création de la profession de **masseur-kinésithérapeute** ainsi que de **pédicure-podologue**