

運動学：運動分析

39-048 遠心性収縮で正しい組合せはどれか。

1. 腕立て伏せで肘伸展——大胸筋
2. 懸垂で肘屈曲——上腕二頭筋
3. 椅子からの立ち上がり——大殿筋
4. ステップ登り——大腿四頭筋
5. シャガみ込み——ヒラメ筋

肘伸展時は肩内転可なりため求心性
 と腕二頭筋が肘屈曲に作用する時は求心性
) 椅子からの立ち上り、ステップ上り時は全て求心性
 シャガみ込み、ステップ下り時は全て遠心性

43-039 腕相撲で勝勢にある人の主動筋の状態で適切なのはどれか。

1. 静止長で等尺性収縮
2. 静止長で求心性収縮
3. 短縮位で求心性収縮
4. 短縮位で遠心性収縮
5. 伸張位で等尺性収縮

44-045 運動分析の計測対象と機器との組合せで正しいのはどれか。

1. 筋トルク——表面筋電計
2. 足圧中心——床反力計
3. 関節座標——電気角度計
4. 関節角速度——圧電計
5. 関節モーメント——加速度計

44-046 腕立て伏せの開始肢位保持に必須な筋群で誤っているのはどれか。

1. 頭・頸椎部伸筋群
2. 胸・腰椎部伸筋群 **屈筋群**
3. 股関節屈筋群
4. 膝関節伸筋群
5. 足関節底屈筋群



47-A-073 前方を注視して両足関節底屈位で足底が接地した立位姿勢をとった。

両足関節底背屈中間位の立位と比べたときの姿勢に関する変化で正しいのはどれか。

1. 胸椎後弯は増強する。 **減少**
2. 骨盤は前傾位となる。
3. 股関節は伸展位となる。 **屈曲**
4. 膝関節は屈曲位となる。 **伸展**
5. 足圧中心は前方へ移動する。 **後方**



48-A-071 立位姿勢で、頭上からバーベルを肩まで下ろす時に遠心性収縮となる節はどれか。

1. 上腕二頭筋
2. 腕橈骨筋
3. 大菱形筋
4. 前鋸筋
5. 広背筋

遠心性に働く筋と、
 求心性に働く筋は同じなので、
 バーベルを持ち上げる時に、
 求心性に働く筋を考えるとよい。