



运动解剖学

Sports Anatomy

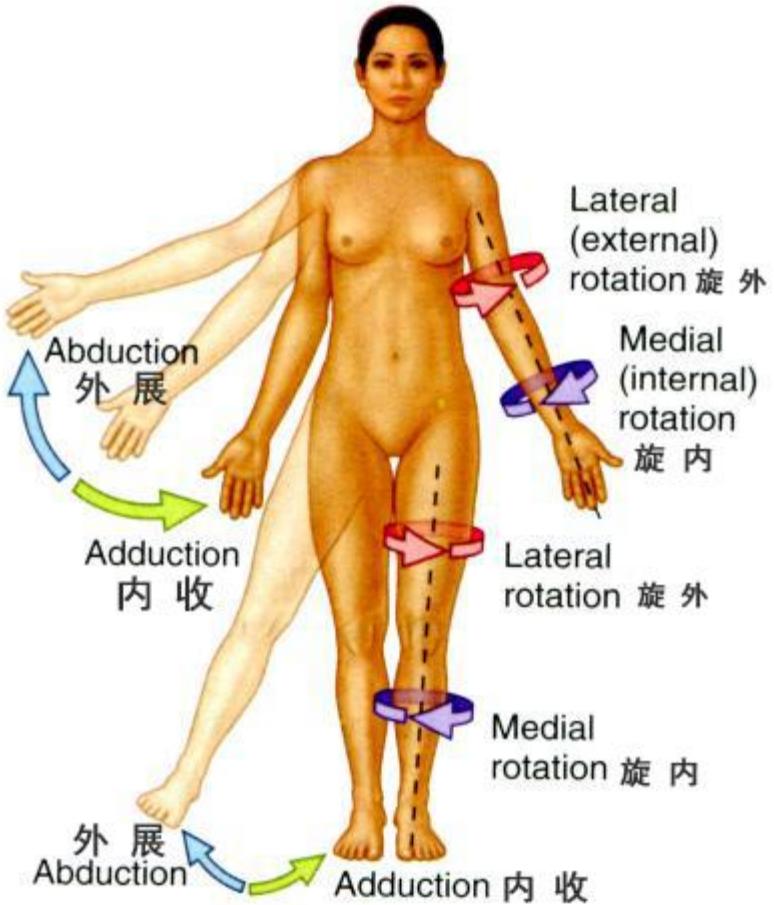


成都体育学院运动解剖学教研室



关节的运动

- 屈、伸
- 外展、内收
- 旋内、旋外
- 环转
- 水平屈、伸



关节的运动

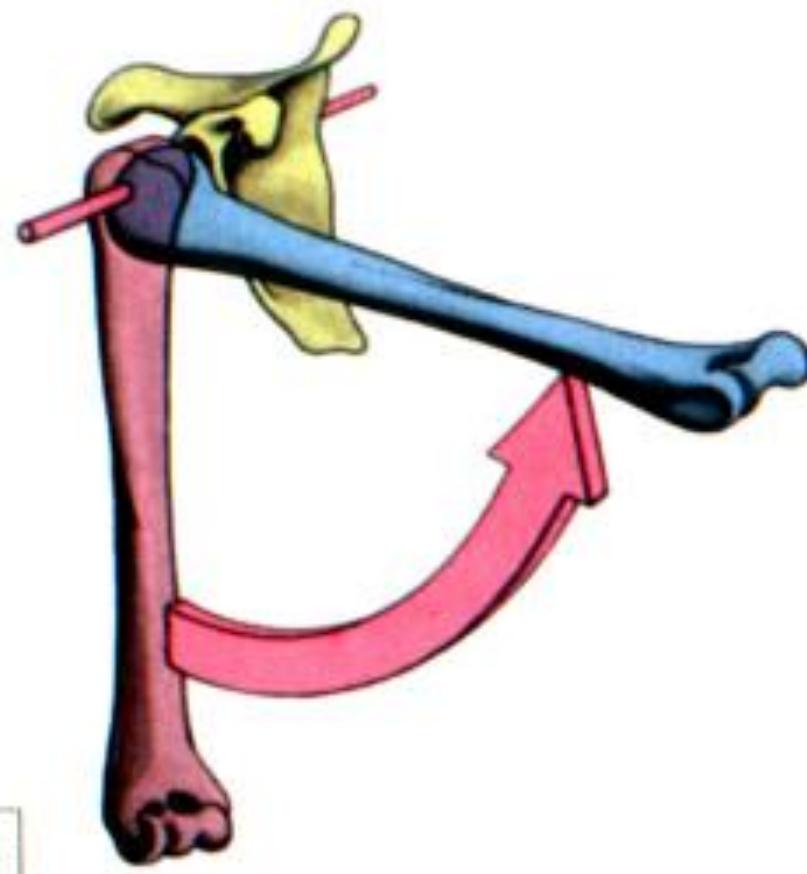
屈、伸

矢状面内，绕额状轴运动。

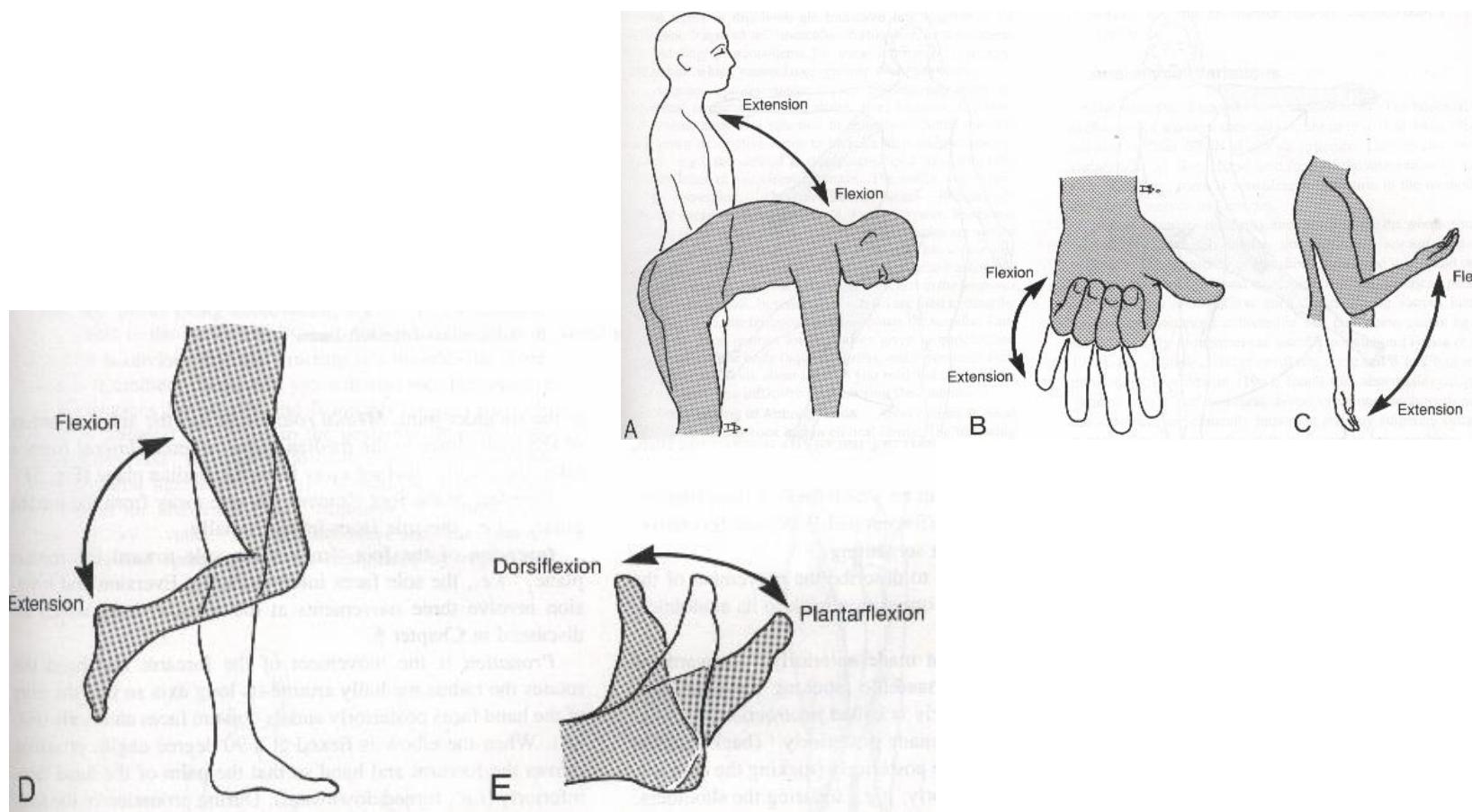
向腹侧运动为屈

远离腹侧运动为伸

膝关节及其以下关节相反



关节的运动



关节的运动



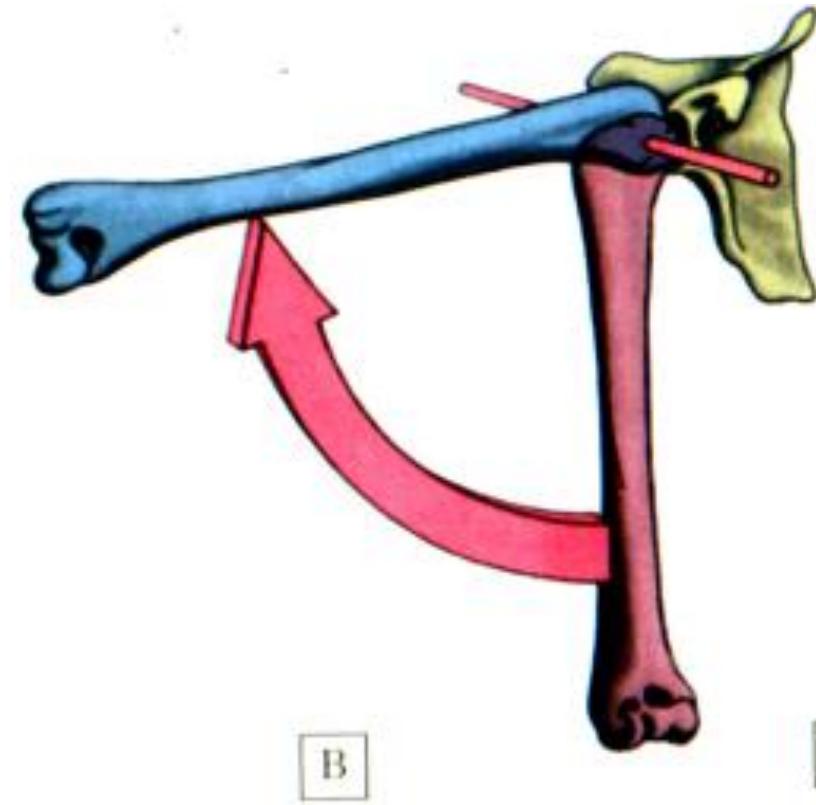
足背靠拢——背屈（伸）
足尖绷直——跖屈（屈）

关节的运动

内收、外展

额状面内，绕矢状轴运动。

骨靠拢正中矢状面为内收
骨远离正中矢状面为外展



关节的运动

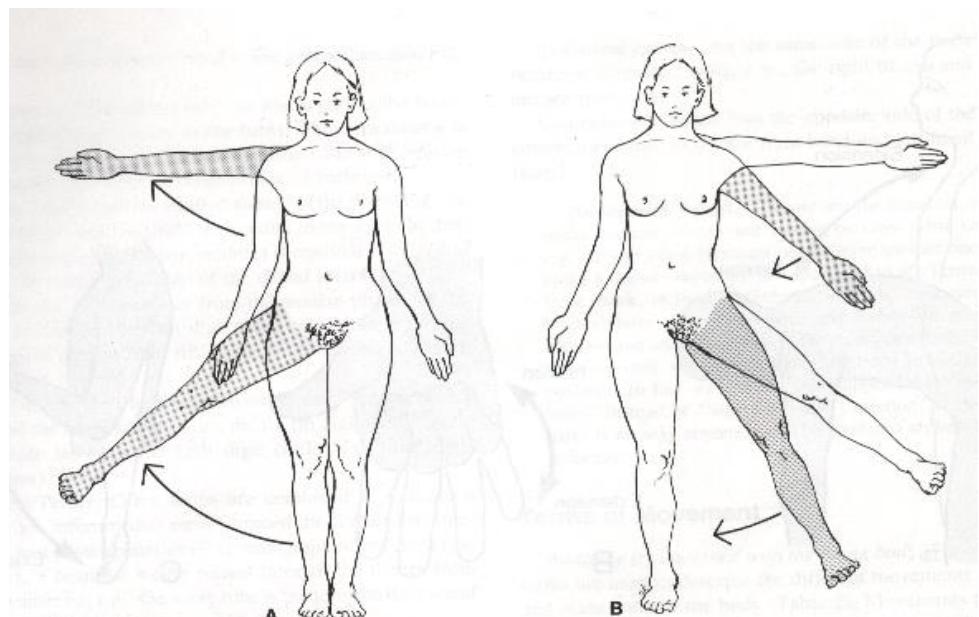


Figure 6. A, Abduction of the right limbs. B, Adduction of the left limbs.



躯干侧屈
(外展)

关节的运动

旋内、旋外

水平面，绕垂直轴运动。

由前向内的旋转为旋内
由前向外的旋转为旋外



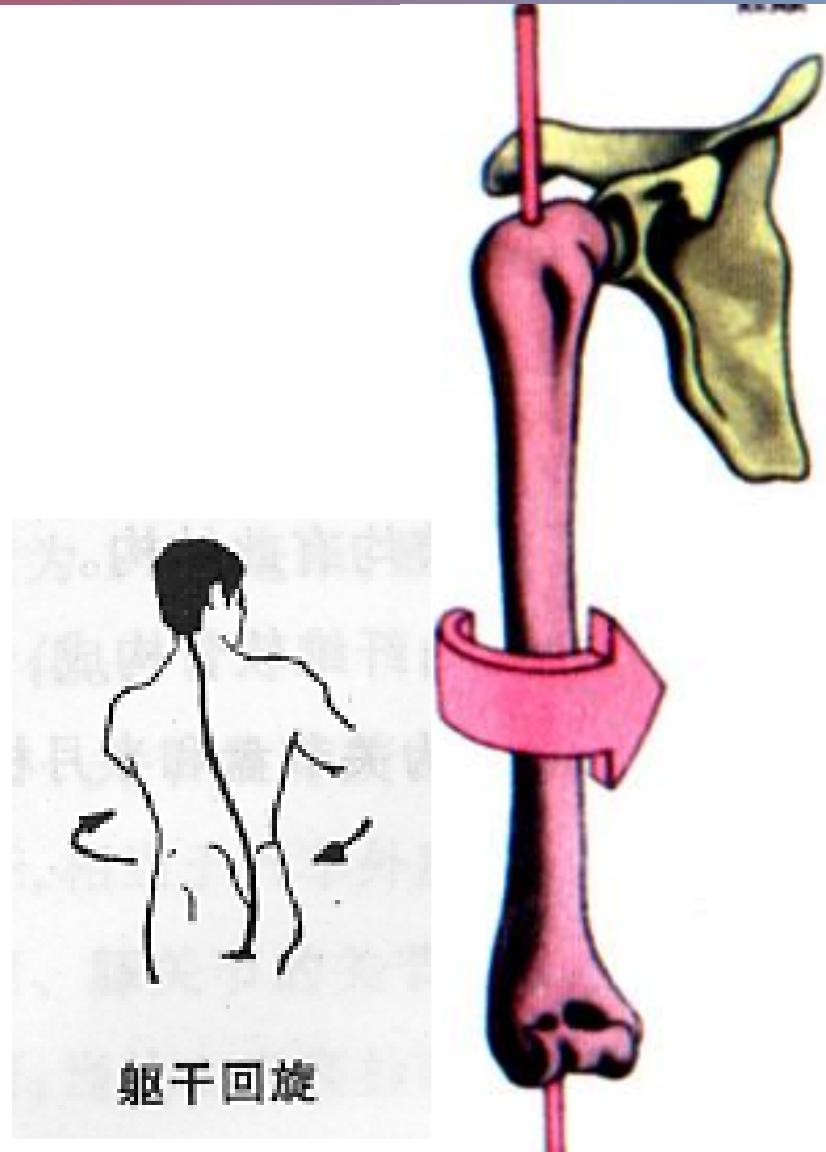
髋关节外旋



髋关节内旋



躯干回旋

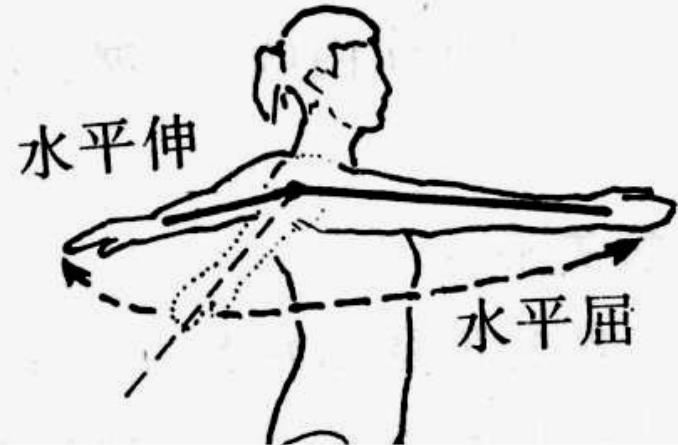


关节的运动

水平屈、伸

上肢在肩关节或大腿在髋关节外展90°，绕垂直轴在水平面内运动

向前运动——水平屈
向后运动——水平伸

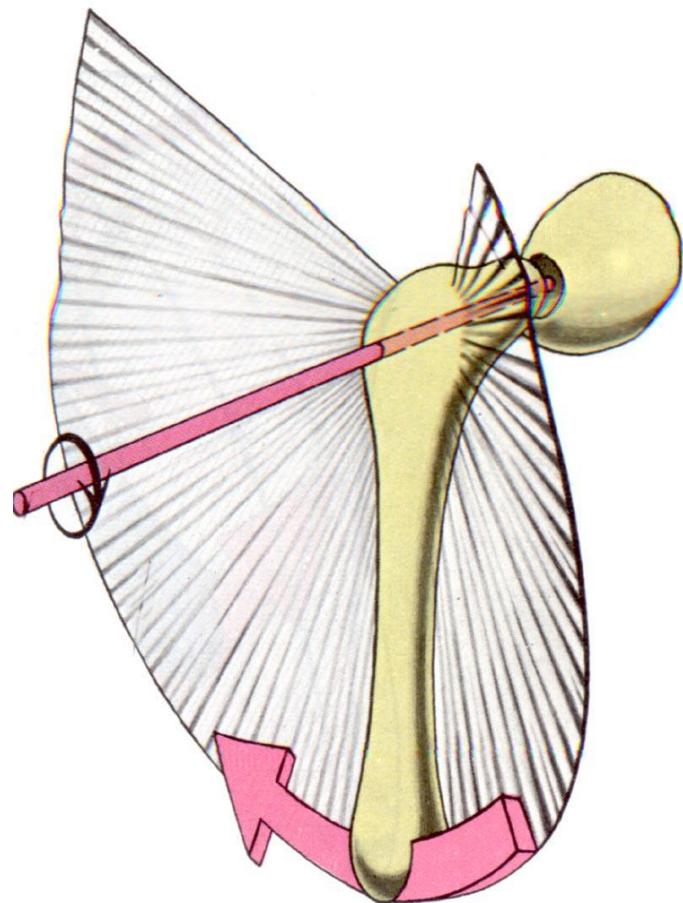


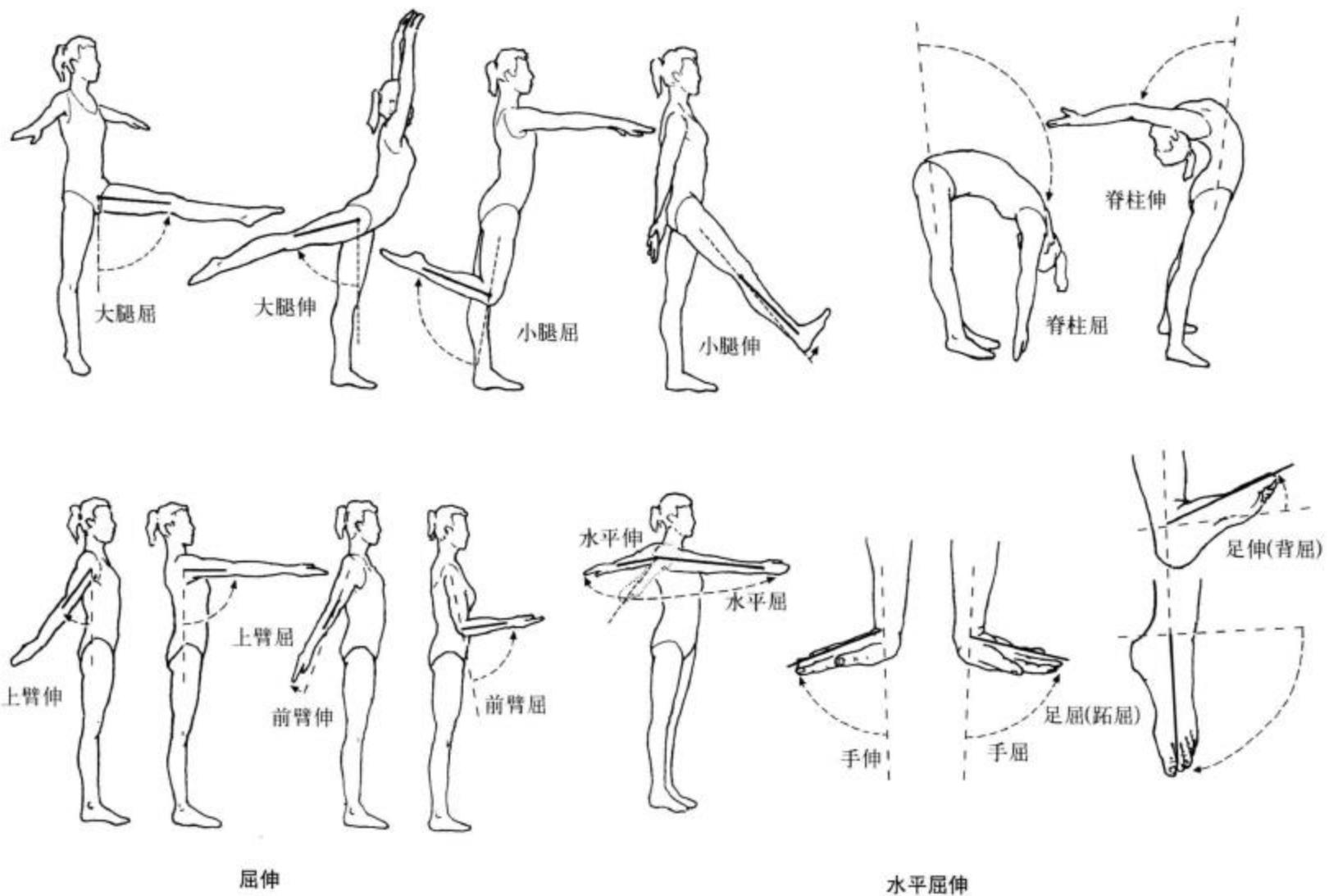
关节的运动

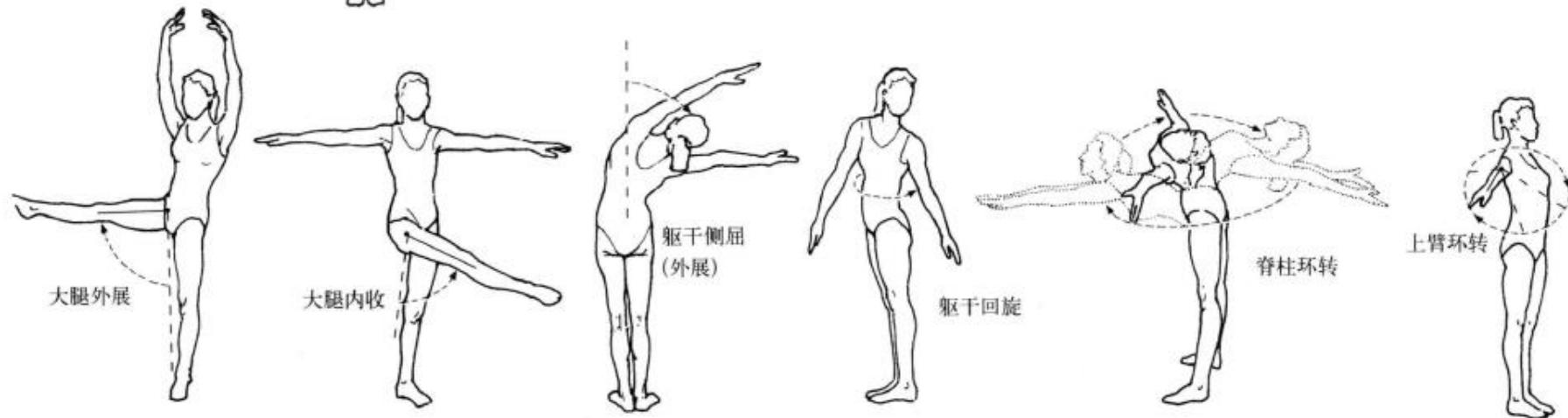
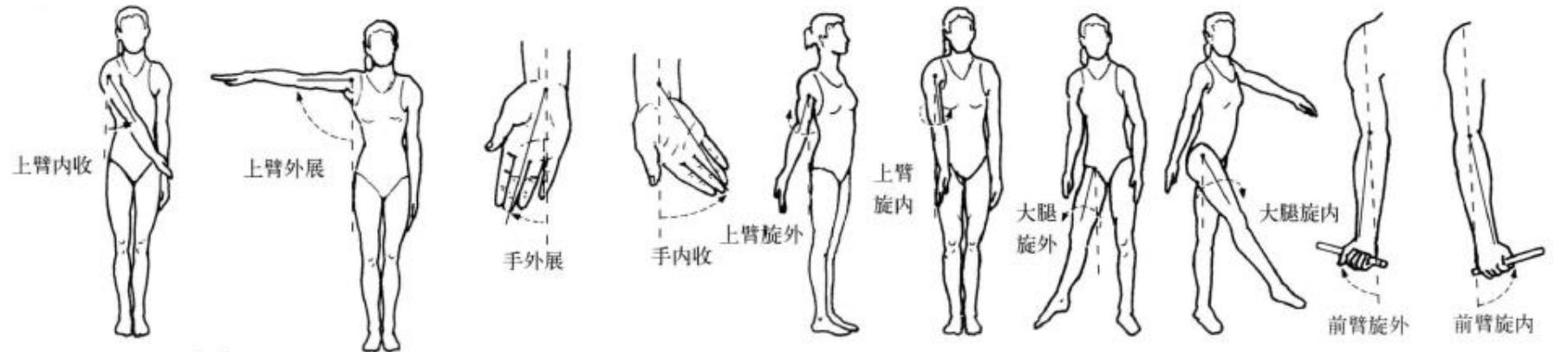
环转运动

绕额状轴、矢状轴、垂直轴和它们之间的中间轴做连续运动。

屈——展——伸——收
近似圆锥







内收外展

回旋(旋转)

环转