
Læringsaktivitet 1.2 del 14

Bevægeanalyse.

Gå sammen i gruppen.

Med udgangspunkt i en selvvalgt bevægelse som optages på video, laves en bevægeanalyse.

I analysen skal indgå columnas led samt hoftelod. Minimum to faser.

A. første del: Bevægeanalysen.

- Beskriv bevægelsen med almindelige ord.
- Beskriv udgangsstillingen præcist. Og nævn hvilke led der skal omfattes af analysen.
- Lav en eventuel faseopdeling (opdeling der hvor bevægelsen skifter retning i et eller flere led, eller der hvor musklernes arbejdstype ændres).
- Beskriv frihedsgraden (glide, vinkel evt. akse eks. transversel, sagital etc. hvor dens beliggenhed er, samt hvilke bevægelser der kan ske om den.)
- Beskriv eventuelle andre vigtige forhold for bevægelsen, stabiliserende, neutraliserende, specielt belastende etc.

Selve analysen skal laves i skemaform, med frihedsgrader beskrevet lodret i første kolonne og bevægefaser vandret i første række.

Hver af de øvrige celler skal indeholde:

- Bevægelsen som sker over den pågældende frihedsgrad i den pågældende fase (fleksion eller ekstension, abduktion eller adduktion etc.).
- Typen af muskelarbejde (koncentrisk, eksentrisk eller isometrisk).
- Hvilke muskler som arbejder (navn).

B. anden del: Den anatomiske redegørelse.

1. Beskriv led type, led ender, frihedsgrader, kapsel, ligamenter, fibrøse bruskstrukturer og andre vigtige specielle forhold.
2. Beskriv de over ledet virkende musklers udspring, hæfte, funktion, innervation, form og beliggenhed i forhold til andre strukturer.
3. Beskriv kar og nervers beliggenhed i forhold til de ovennævnte strukturer. Kun store kar og nerver.

Dokumentet lægges eventuelt ind i opgaven i Itslearning.