

## Ćwiczenie 6.

W zestawieniu podano sposoby dokonywania pomiarów ciała taśmą centymetrową – czytając staraj się utrwalić te wiadomości.

### Podstawowe wymiary antropometryczne

Symbol wymiaru	Nazwa wymiaru	Opis sposobu zdejmowania pomiaru
ZWo	Wzrost	Mierzy się od podstawy do wierzchołka głowy.
os	Obwód szyi	Mierzy się z przodu poniżej chrząstki tarczycowej, a z tyłu powyżej siódmego kręgu szyjnego.
opx	Obwód klatki piersiowej, przez piersi	Mierzy się poziomo przez brodawki piersiowe.
ot	Obwód pasa	Mierzy się poziomo w miejscu największego przewężenia tułowia.
obt	Obwód bioder z uwzględnieniem wypukłości brzucha	Mierzy się poziomo, z tyłu przez największą wypukłość pośladków, a z przodu przez tekturę przyłożoną stycznie do największej wypukłości brzucha.
SyTy	Łuk długości pleców	Mierzy się od siódmego kręgu szyjnego do punktu tylnego talii.
RvRv	Łuk szerokości barków tyłu	Mierzy się w kierunku poziomym między punktami ramiennymi od strony tylnej.
RvNv	Łuk długości kończyny górnej	Mierzy się w kierunku pionowym od punktu ramiennego do punktu rylcowego bocznego.

### Szczegółowe wymiary antropometryczne

SySvXp	Łuk długości przodu do piersi	Mierzy się od siódmego kręgu szyi, przez punkt szyjny boczny do punktu brodawkowego.
SySvXpTp	Łuk długości przodu przez piersi	Mierzy się od siódmego kręgu szyi, przez punkt szyjny boczny i brodawkowy, w kierunku pionowym do linii talii w przodzie.
XcXc	Łuk szerokości tyłu na wysokości piersi	Mierzy się poziomo z tyłu na linii obwodu klatki piersiowej między punktami tylnymi bocznymi.
PcPl	Szerokość pachy	Mierzy się poziomo między punktami pachowymi tylnym i przednim.
XIXI	Łuk szerokości przodu przez piersi	Mierzy się poziomo przez punkty brodawkowe między punktami piersiowymi bocznymi.

## PUNKTY POMIAROWE NA CIELE

Punkty pomiarowe odpowiadają określonym punktom leżącym na układzie kostnym i mięśniowym człowieka oraz punktom powstałym w wyniku przecięcia linii ciała.

Odległość między poszczególnymi punktami pomiarowymi są przedmiotem pomiarów antropometrycznych.

Nazwy punktów pomiarowych są oznaczone symbolami pochodzącymi od nazw płaszczyzn i linii ciała.

Są to następujące podstawowe punkty pomiarowe:

Lp.	Nazwa punktu	Symbol punktu	Opis położenia punktu
1.	Wierzchołkowy	Wo	leży na wierzchołku głowy
2.	Karkowy	Sy	leży na wyrostku kolczystym siódmego kręgu szyi
5.	Szyjny boczny	Sv	leży na najdalej bocznie położonym punkcie szyi
4.	Szyjny przedni	Sx	Leży powyżej wcięcia szyjnego mostka i linii środkowej przedniej
5.	Ramienny	Rv	leży na główce kości ramiennej
6.	Pachowy tylny	Pc	leży na wcięciu pachy z tyłu
7.	Pachowy przedni	Pl	leży na wcięciu pachy z przodu
8.	Brodawkowy	Xp	leży na brodawce piersiowej
9.	Tylny boczny	Xc	leży na przecięciu linii obwodu klatki piersiowej z linią pachową tylną
10.	Piersiowy boczny	Xl	leży na przecięciu linii poziomej przechodzącej przez brodawki piersiowe z linią pachową przednią
11.	Talii tylny	Ty	leży na przecięciu linii obwodu talii z linią środkową tylną
12.	Talii boczny	Tv	leży najdalej bocznie na linii obwodu talii
13.	Talii przedni	Tx	leży na przecięciu linii obwodu talii z linią środkową przednią
14.	Talii podpiersiowy	Tp	jest rzutem punktu brodawkowego na linię obwodu talii
15.	Rylcowy boczny	Nv	Leży na najniższym brzegu kości promieniowej od strony bocznej
16.	Miednicowy	Mv	leży na górnej krawędzi talerza biodrowego na linii bocznej
17.	Biodrowy tylny	By	leży na przecięciu linii obwodu bioder z linią środkową tylną
18.	Biodrowy boczny	Bv	leży najdalej bocznie na linii obwodu bioder
19.	Biodrowy przedni	Bx	leży na przecięciu linii obwodu bioder z linią środkową przednią

## PUNKTY POMIAROWE NA CIELE

Punkty pomiarowe odpowiadają określonym punktom leżącym na układzie kostnym i mięśniowym człowieka oraz punktom powstałym w wyniku przecięcia linii ciała. Odległość między poszczególnymi punktami pomiarowymi są przedmiotem pomiarów antropometrycznych.

Nazwy punktów pomiarowych są oznaczone symbolami pochodzącymi od nazw płaszczyzn i linii ciała.

Są to następujące podstawowe punkty pomiarowe:

Lp.	Nazwa punktu	Symbol punktu	Opis położenia punktu
1.	Wierzchołkowy	Wo	leży na wierzchołku głowy
2.	Karkowy	Sy	leży na wyrostku kolczystym siódmego kręgu szyi
5.	Szyjny boczny	Sv	leży na najdalej bocznie położonym punkcie szyi
4.	Szyjny przedni	Sx	Leży powyżej wcięcia szyjnego mostka i linii środkowej przedniej
5.	Ramienny	Rv	leży na główce kości ramiennej
6.	Pachowy tylny	Pc	leży na wcięciu pachy z tyłu
7.	Pachowy przedni	Pl	leży na wcięciu pachy z przodu
8.	Brodawkowy	Xp	leży na brodawce piersiowej
9.	Tylny boczny	Xc	leży na przecięciu linii obwodu klatki piersiowej z linią pachową tylną
10.	Piersiowy boczny	Xl	leży na przecięciu linii poziomej przechodzącej przez brodawki piersiowe z linią pachową przednią
11.	Talii tylny	Ty	leży na przecięciu linii obwodu talii z linią środkową tylną
12.	Talii boczny	Tv	leży najdalej bocznie na linii obwodu talii
13.	Talii przedni	Tx	leży na przecięciu linii obwodu talii z linią środkową przednią
14.	Talii podpiersiowy	Tp	jest rzutem punktu brodawkowego na linię obwodu talii
15.	Rylcowy boczny	Nv	Leży na najniższym brzegu kości promieniowej od strony bocznej
16.	Miednicowy	Mv	leży na górnej krawędzi talerza biodrowego na linii bocznej
17.	Biodrowy tylny	By	leży na przecięciu linii obwodu bioder z linią środkową tylną
18.	Biodrowy boczny	Bv	leży najdalej bocznie na linii obwodu bioder
19.	Biodrowy przedni	Bx	leży na przecięciu linii obwodu bioder z linią środkową przednią

## LINIE CIAŁA

LINIA CIAŁA jest to linia utworzona na powierzchni ciała przez ślad podstawowej płaszczyzny ciała i jej pochodnej.

Nazwy linii ciała utworzone są od nazw płaszczyzn ciała i oznaczone są symbolami pochodzącymi od tych nazw:

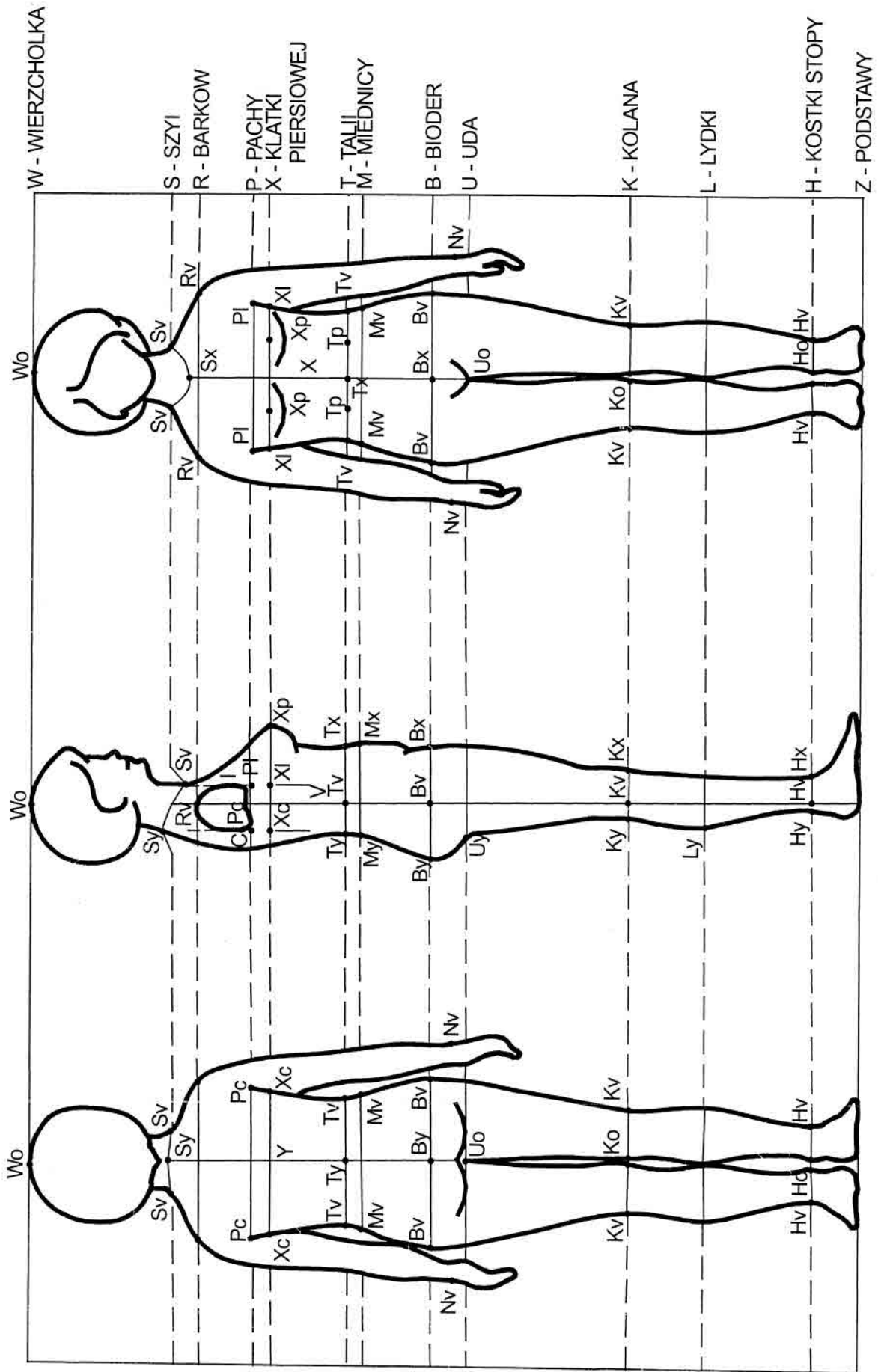
płaszczyzny pionowej – małymi literami  
płaszczyzny poprzecznej – dużymi literami

- y - środkowa tylna – przechodzi pionowo wzdłuż kręgosłupa przez wyrostki kolczaste;
- x - środkowa przednia – przechodzi pionowo przez środek mostka;
- v - boczna ( konturowa ciała ) – przechodzi pionowo przez punkty najdalej bocznie położone na ciele;
- c - pachowa tylna – przechodzi pionowo przez wcięcie pachy z tyłu;
- l - pachowa przednia – przechodzi pionowo przez wcięcie pachy z przodu;
- W - wierzchołkowy głowy – przechodzi poziomo przez wierzchołek głowy;
- S - szyi – przechodzi z przodu powyżej wcięcia szyjnego mostka, a z tyłu powyżej siódmego kręgu szyi;
- R - barków – przechodzi poziomo przez główki kości ramiennych;
- P - pachy - przechodzi poziomo pod pachami;
- X - klatki piersiowej – przechodzi poziomo przez brodawki piersiowe;
- T - talii – przechodzi poziomo w największym przewężeniu tułowia;
- M - miednicy – przechodzi poziomo przez górne krawędzie talerzy biodrowych;
- B - bioder – przechodzi poziomo przez największą wypukłość pośladków;
- U - uda – przechodzi poziomo, naokoło uda, na wysokości wcięcia pośladków ( bruzdy);
- K - kolana – przechodzi poziomo przez górne krawędzie kości piszczelowych;
- Ł - łydki
- H - kostki stopy – przechodzi poziomo przez wypukłość kostek przyśrodkowych;
- Z - podstawy.

Płaszczyzny pionowe wyznaczają linie ciała w trzech rzutach:

1. W rzucie czołowym z tyłu,
2. W rzucie czołowym z przodu,
3. W rzucie strzałkowym.

# LINIE CIAŁA I PUNKTY POMIAROWE



Rys. 1. Główne płaszczyzny ciała

