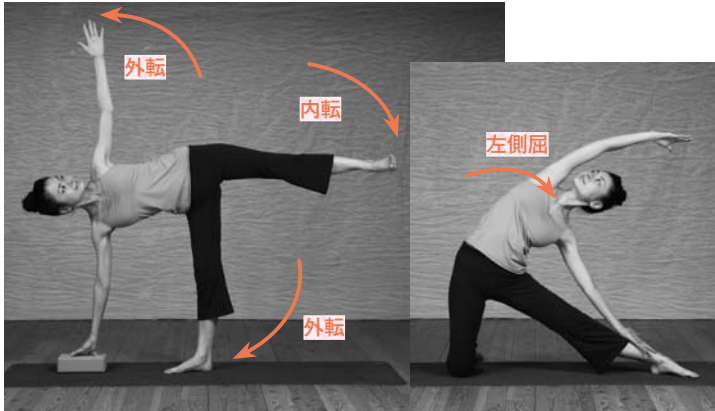
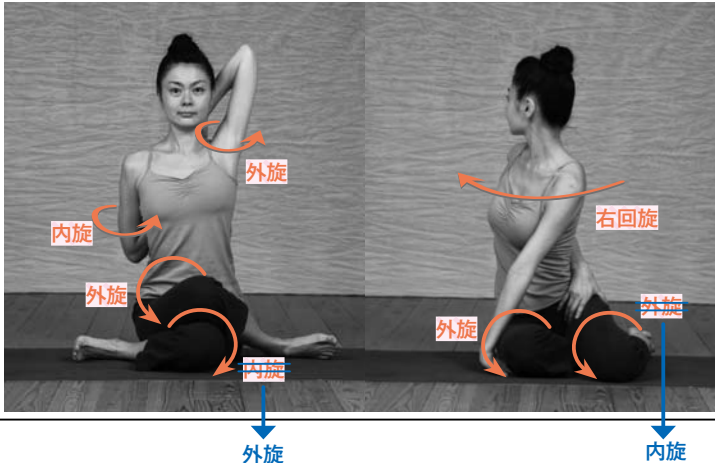


付録：運動方向

ぜんがくめん
前額面：内転 / 外転、右側屈 / 左側屈
 (身体を前後に切る面で、矢状面に垂直な面)



すいへいめん
水平面：内旋 / 外旋、右回旋 / 左回旋、回内 / 回外、水平外転 / 水平内転
 (床と平行で、矢状面と前額面に直行する面)



運動方向に関する用語

私たちの住むこの空間は三次元ですので、運動学では動きを正しく説明する為に、3つの面を設定し、それぞれに運動方向の名称を定めています。
 運動学の共通用語ですので、覚えることをお勧めします。

しじょうめん
矢状面：屈曲 / 伸展、掌屈 / 背屈、背屈 / 底屈
 (身体を左右対称に切る面と、これに平行な面)

