|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Laboratoria Antropologia 3 ( L05- L06)**  **Praktyczne wykonywanie pomiarów antropometrycznych – praca w zespołach** | | | | **Sprawozdanie 3** | |
| **Imię nazwisko** | **Nr indeksu** | **Grupa laboratoryjna** | **Nauczyciel prowadzący** | **Data** | **Ocena** |
|  |  |  | **Mgr M.Sypek-Kleiba** |  |  |

**CEL LABORATORIUM 3:**

**PRAKTYCZNE WYKONYWANIE POMIARÓW ANTROPOMETRYCZNYCH**

**POZNANIE METODYKI POMIARÓW WYBRNYMI INSTRUMENTAMIANTROPOMETRYCZNYMI- POMIARY OBWODÓW CIAŁA TAŚMĄ METRYCZNĄ, CYRKLEM KABŁĄKOWYM DUŻYM**

Ćwiczenie praktyczne: pomiary

1. Opisz metodykę w jaki sposób dokonano pomiarów na podstawna filmie instruktarzowym

Pamiętaj żeby w opisie pomiaru uwzględnić:

1. instrument antropometryczny,
2. punkty pełna nazwa od -do + skróty)
3. pozycja wyjściowa,

4 . sposób mierzenia/ metodyka,

Przykładowy tekst sprawozdania: sprawozdanie z: pomiaru głębokości klatki piersiowej.

1. Instrument antropometryczny : cyrkiel kabłąkowy duży
2. Pomiar od xyphoidale- do thoracospinale ; + xy-ts
3. Pozycja wyjściowa: badany stoi w pozycji anatomicznej, barki rozluźnione,
4. Jedno ramię cyrkla kabłąkowego dużego układamy na wysokości punktu xy, a drugie ramię na tej samej wysokości na punkcie ts
5. szerokość barków w spoczynku)
6. obwód ramienia w spoczynku
7. pomiar klatki piersiowej średni,
8. obwód ramienia przez biceps
9. obwód bioder
10. obwód podudzia najmniejszy
11. Uzupełnij 1. Tabelę na podstawie przesłanego materiału filmowego, oblicz średnią.
12. Uzupełnij 2. Tabelę ( tylko obwody ciała -taśmą metryczną) na podstawie pomiarów dokonanych na sobie lub współlokatorze ( np. członku rodziny), określ płeć obiektu badanego.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Pomiary | Pomiar , **nr1 . film** K/M | | | | Pomiar , **nr2 własny** K/M | | |
| Pomiar 1 | Pomiar 2 | Średnia | | Pomiar 1 | Pomiar 2 | Średnia |
|  |  |  | |  |  |  |
| **Pomiary szerokości cyrklem kabłąkowym** | | | | | | | |
| Długość podudzia CKD ( ti-sph) |  |  | |  |  |  |  |
| Szerokość barków CKD (a-a) |  |  | |  |  |  |  |
| Szer.kl.piersiowej CKD (tl-tl |  |  | |  |  |  |  |
| Szerokość bioder CKD (tro-tro) |  |  | |  |  |  |  |
| Szerokość miednicy CKD (ic-ic) |  |  | |  |  |  |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |
| **Pomiary obwodów ciała taśmą metryczną** | | | | | | | |
| Obwód głowy( cm, przez op>m) |  |  | |  |  |  |  |
| Obwód ramienia w spoczynku |  |  | |  |  |  |  |
| Obwód ramienia w napięciu |  |  | |  |  |  |  |
| Obwód ramienia przez biceps |  |  | |  |  |  |  |
| Tonus mięśniowy ramienia |  |  | |  |  |  |  |
| Obwód klatki piersowej w spoczyku |  |  | |  |  |  |  |
| Obwód klatki piersiowej w czasie max. wdechu |  |  | |  |  |  |  |
| Obwód klatki piersiowej w czasie max. wydechu |  |  | |  |  |  |  |
| Pomiar klatki piersiowej średni(suma:2) |  |  | |  |  |  |  |
| Ruchomość klatki piersiowej (różnica) |  |  | |  |  |  |  |
| Obwód bioder |  |  | |  |  |  |  |
| Obwód uda |  |  | |  |  |  |  |
| Obwód podudzia największy |  |  | |  |  |  |  |
| Obwód podudzia najmniejszy |  |  | |  |  |  |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |