

運動科学（神崎素樹、12後期水4）

1

図1は「好ましくない柔軟体操」である。ヒザの故障に着目して、なぜ図1のような柔軟体操が好ましくないのか説明しなさい。

2

ローテーター・カフ（棘上筋、棘下筋、小円筋、肩甲下筋）の役割について説明しなさい。また、棘上筋を痛めやすい理由について説明しなさい。

3

図2は短距離選手と長距離選手のスウィング脚を比較したものである。両者のスウィング脚の特徴（違い）について説明しなさい。

4

人間の二足立位は支持面が狭く、身体重心が高いため、不安定であると言える。立位を維持するためのフィードバック制御とフィードフォワード制御について説明しなさい。

5

中枢バランス発生器（CPG）を考慮して、歩行のしくみを説明しなさい。