אמיר פולק

עמידת מוצא

בגולגולת 29 עצמות: 8 מהן יוצרות את קופסת המוח: עצמות המצח, הקודקוד, הצדע, העורף, היתד והכברה. בין עצמות הפנים, רק הלסת התחתונה יכולה לנוע. בעמוד השדרה כ־30 חוליות. העליונה, היא האטלס המקנה לראש כושר תנועה סיבובית. חגורת הכתפיים מקשרת בין הגוף והז<mark>רועות</mark> באמצעות עצם החזה ועצם הבריח. עצם השכם חופשית להחל<mark>יק על הצלעות,</mark> ויוצרת עם עצמות הבריח והזרוע את פרק הכתף. בית הח<mark>זה מגן על הלב וה</mark>ריאות. הוא מורכב מעצם החזה מלפנים, ומ־12 זוגות צלע<mark>ות, המתחברות לחו</mark>ליות החזה מאחור באופן המאפשר תנועה סביב ציר ושי<mark>נוי נפח בית החזה ב</mark>עת נשימה. הצלעות מתחברות לעצם החזה באמצעות ס<mark>חוס. פרט לשני הזוגו</mark>ת התחתונים. שהם חופשיים. אגן הירכיים, המגן על איב<mark>רי המין ועל שלפוחי</mark>ת השתן, מורכב <mark>מ</mark>שתי עצמות האגן מלפנים ומעצם הע<mark>צה מאחור. כל עצם א</mark>גן מורכבת משלוש <mark>עצ</mark>מות המתאחדות במרחשת: עצ<mark>מות הכסל, החיק</mark> והשת. היד מתחלקת לזרוע ולאמה. עצם הזרוע מתחבר<mark>ת לאמה בפרק</mark> הכתף. האמה מורכבת מהזנד (או הגומד) והחישור. החישור י<mark>כול לנוע סב</mark>יב הזנד, דבר המקנה לפרק היד את גמישותו. הרגל בנויה מעצם <mark>הירך, ה</mark>מתחברת לעצם האגן בצוואר הירך, <mark>ומהשו</mark>ק, המורכבת מהשוקה וה<mark>שוקית</mark>. השוקה והשוקית מתחברות לירך בפרק הברך, המוגן על־ידי עצם ה<mark>פיקה. כ</mark>ף היד מכילה את עצמות שורש היד, מ<mark>תוך: היד וא</mark>צבעות היד. כף הרג<mark>ל מכילה</mark> את עצמות שורש הרגל, העקב, מתוך: הרגל ואצבעות הרגל.

```
עמי 1
ארנב וכדור, אנימצייח פלאש, 2:33 דק' בלופ, 2008
ארנב וכדור, אנימצייח פלאש, 2:35 דק' בלופ, 2008
Rabbit and Ball, flash animation,
2:33 min. loop, 2008
2 'עמ' עמ' לא בוחרח, אקריליק על בד, 2006, 2006
3 'עמ' לא בוחרח, אקריליק על בד, 2008
40x40, 2008
עמ' לא בוחרח, אקריליק על בד, 2008
עמ' ביחרח, אקריליק על בד, 2008
למעלה: ללא בוחרח, אנימציית פלאש,
למעלה: ללא בוחרח, אנימציית פלאש,
למעה: ציד ארנבות מוצלח, עט על נייד
(מחוך סטוריבורד), 2008
Top: Untitled, flash animation,
4:33 min. loop, 2008
```

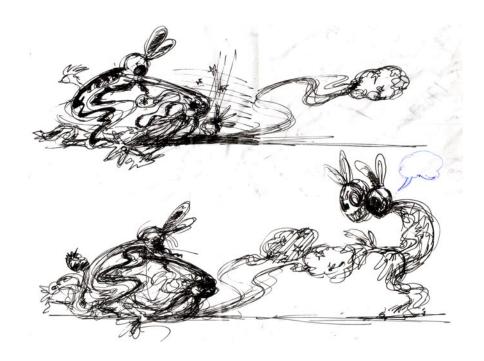
Bottom: <u>A Successful Rabbit Hunt</u>, pen on paper (from storyboard), 2008

אקטופיה קורדים, אקריליק על בד, 50x60, 2006 אקטופיה קורדים, אקריליק על בד, 50x60, 2006 (2006 6 'עמי' ללא כוחרת, אקריליק על בד, 2007, 90x120, 2007 עמי' לא כוחרת, אקריליק על בד, 2007, 2007 עמי' ללא כוחרת, אקריליק על בד, 164x176, 2008 למעלה: ללא כוחרת, אקריליק על בד, 2008, 164x176 2008 למעה: ארנב, אנימצייח פלאש,לופ דקה 1, 2008 Bottom: Rabbit, flash animation 1 min. loop, 2006 קשר ארנב בשלושה שלבים, וידאו, 13:99 Tip. 2008

















Basic Position

The skull is made out of 29 bones, 8 of which form the braincase: the frontal, parietal, occipital, sphenoid, temporal and ethmoid bones. From all of the skull bones, only the mandible has significant movement capabilities. The spinal column is made out of about 30 vertebrae. The upper-most vertebra, the atlas, provides the head with its circular movement capability. The scapula bones connect the torso and hands through the sternum and the collarbones. The scapula is free to slide along the ribs, thus forming, alongside the collarbone and humerus, the shoulder bone. The ribcage protects the heart and lungs. It is made out of 12 pairs of ribs, which are attached to the sternum at their anterior and to the

thoracic vertebrae

at their posterior

end. These connections allow gliding movement and up and down movement during breathing. All the ribs are attached to the sternum by flexible cartilages, except the bottom 2, which are "floating" ribs. The pelvic girdle protects the genitalia and the bladder, and is made of the 2 pelvic bones in the front and the sacrum in the back. Each pelvic bone is comprised of 3 smaller bones, the ilium, ischium, and the pubis. The hand is made out of the humerus and the forearm, which are connected by the shoulder bone. The forearm is comprised of the ulna and the radius. The radius can move around the ulna, thus granting the forearm its flexibility. The leg is made out of the femur, which connects to the pelvis via the hip, and the shin, which is made out of the fibula and the tibia. both of which connect to the femur via the knee, which is protected by the patella. The palm is made out of the wrist, carpal bones and the phalanges (finger bones). The foot is made out of the tarsals, metatarsals, calcaneus and the phalanges.