



Høgskolen i Telemark

Avdeling for allmenne fag

ANATOMIEKSAMEN

**1004 : Idrettsbiologi og treningslære
04.06.10**

Tid: 2 timer

Sidetall: 7 med fremsiden

Hjelpemiddel: Ingen

Innhold: Oppgaven består av 40 spørsmål

Vurdering: Oppgaven vurderes til bestått/ikke bestått.
24 av oppgavene må være riktig besvart for å bestå eksamen

OPPGAVEN SKAL BESVARES PÅ FØLENDE MÅTE:

Hver oppgave har kun et riktig svar. Sett kun et kryss i hver oppgave, for den setningen dere mener er riktig. Flere kryss i samme oppgave gir ikke uttelling.

1. m. gastrocnemius

- ☐ Har feste på ilium
- ☐ Har feste via achillessenen
- ☐ Kan ekstendere kneleddet
- ☐ Kan ekstendere albueleddet

2. m. triceps brachii

- ☐ Det lange hode har utspring fra tuberculum infraglenoidale på scapula
- ☐ Det mediale hode har utspring fra tuberculum infraglenoidale på scapula
- ☐ Er den viktigste muskel for ekstensjon av håndleddet
- ☐ Kan rotere tibia

3. m. pectoralis major

- ☐ Har utspring fra ulna
- ☐ Har utspring fra scapula
- ☐ Adduserer armen
- ☐ Kan flektre albueleddet

4.m. obliquus externus

- ☐ Kan rotere columna
- ☐ Kan ekstendere hofteleddet
- ☐ Kan ekstendere columna under tunge løft
- ☐ Er en stabilisator i skulderleddet

5. m. rectus femoris

- ☐ Arbeider eksentrisk ved en kneekstensjon
- ☐ Er en toleddsmuskel
- ☐ Har feste på fibula
- ☐ Kan flektre columna

6. m. gluteus maximus

- ☐ Er hofteleddets viktigste ekstensor
- ☐ Utspringer fra Costa 1 og 2
- ☐ Kan addusere ulna
- ☐ Har feste på trochanter major

7. Articulatio genus

- Er et hengselledd
- Lig. Pubofemorale er viktig for stabiliteten i dette ledd
- Det laterale kollaterale ligament løper mellom femur og tibia
- Det laterale kollaterale ligament løper mellom femur og Coxae

8. m.rectus abdominis

- kan ekstendere columna vertebralis
- kan flektare articulatio genus
- er delt av linea aspera
- arbeider dynamisk i øvelsen "sit ups"

9. m.biceps brachii

- Holder scapula stabilt under push-ups
- Arbeider dynamisk under push-ups
- Er en supinator i albueleddet
- Løfter scapula

10. Leddbånd

- Er bygget opp av spongiøst væv
- Er bygget opp av kollagene fibre
- Er bygget opp av myosin
- Inneholder blodkar som registrerer leddets bevegelser

11. Brusk

- Inneholder blodkar
- Brusken ernærer seg ved hjelp av diffusjon
- Er bygget opp av osteoblaster
- Er bygget opp av osteoklaster

12. Articulatio coxae

- Er et dreieledd
- Er et hengselledd
- Caput femoris danner leddhodet
- Caput femoris ligger i cavitas glenoidalis

13. Articulatio cubiti

- Er et kuleledd
- Består av tibia, fibula og femur
- Er et sammensatt ledd
- Er et uekte ledd

14. "Rotatorcuffen/rotatormanchetten"

- ☐ Er et leddbånd i skulderen
- ☐ Består av m.supraspinatus, m. infraspinatus, m. teres minor og m. subscapularis
- ☐ Består av m.supraspinatus, m. deltoideus, m. trapezius, m. latissimus dorsi
- ☐ Er viktig for stabiliteten i hofteleddet

15. Knokler

- ☐ Osteoblaster bygger opp knoklene
- ☐ Periost ligger som en hinne rundt margen
- ☐ Lengdeveksten skjer i diafysen
- ☐ Knoklene består av myosin

16. Knokler

- ☐ Scapula er en rørknokkel
- ☐ Tibia er en rørknokkel
- ☐ Coxae er en rørknokkel
- ☐ Sternum er en rørknokkel

17. I en kastebevegelse ekstenderes albueleddet av

- ☐ m. triceps brachii
- ☐ m. piriformis
- ☐ m. biceps brachii
- ☐ m. latissimus dorsi

18. I øvelsen push ups

- ☐ Arbeider m. gluteus maximus eksentrisk og konsentrisk
- ☐ Arbeider m. pectoralis major statisk
- ☐ Arbeider m. triceps brachii eksentrisk og konsentrisk
- ☐ Arbeider m. vastus medialis konsentrisk

19. m.gluteus minimus

- ☐ Kan ekstendere kneleddet
- ☐ Kan flektre hofteleddet
- ☐ Kan abducere hofteleddet
- ☐ Kan addusere hofteleddet

20. m. tensor fasciae latae

- ☐ Kan skape rotasjon i kneleddet
- ☐ Kan flektre kneledd
- ☐ Kan abducere hofteleddet
- ☐ Kan flektre albueleddet

21. Beinspark i bryst svømning

- ☐ m. adductor magnus er viktig i bevegelsen
- ☐ m. serratus anterior er viktig i bevegelsen
- ☐ m. soleus arbeider statisk
- ☐ m. rectus abdominis arbeider konsentrisk

22. Nucleus pulposus

- ☐ Finner vi i kneleddet
- ☐ Finner vi i disci intervertebralis (mellomvirvelskiver)
- ☐ Finner vi i benmargen
- ☐ Finner vi i skulderleddet

23. m. erector spinae

- ☐ Lateral flekterer columna vertebralis
- ☐ Flekterer columna vertebralis
- ☐ Flekterer hofteleddet
- ☐ Roterer hofteleddet

24. m. trapezius

- ☐ Kan rotere femur
- ☐ Kan flektere kneledd
- ☐ Kan ekstendere hofteledd
- ☐ Kan heve og addusere scapula

25. En motorisk enhet er

- ☐ En motorisk forhorncelle, med dens utløper, samt de muskelfibre den har kontakt med.
- ☐ Muskelfibre av samme type
- ☐ En nerve som løper fra et leddbånd til en muskel
- ☐ En muskelgruppe

26. Hofteleddets adductorgruppe består av:

- ☐ m. adductor longus, m. adductor magnus, m. adductor brevis, m. pectineus, m. gracilis
- ☐ m. adductor longus, m. adductor magnus, m. adductor brevis, m. vastus lateralis
- ☐ m. rectus femoris, m. vastus medialis, m. vastus lateralis, m. vastus intermedius
- ☐ m. gluteus maximus, m. gluteus medius, m. gluteus minimus

27. Hvor finner vi m.vastus intermedius?

- ☐ Distalt for albueleddet
- ☐ Profund for m. rectus femoris
- ☐ Posterior for tibia
- ☐ Lateralt for tibia

28. m. vastus lateralis

- ☐ Går over to ledd
- ☐ Arbeider eksentrisk ved en kneekstensjon
- ☐ Kan flektre kneleddet
- ☐ Utspringer fra trochanter major

29. m. iliacus

- ☐ Er en hofteleddsstrekker
- ☐ Kan ekstendere art.cubiti
- ☐ Er en stabilisator i skulderleddet
- ☐ Er en hofteleddsbøyer

30. Sternum er en

- ☐ Rør knokkel
- ☐ Flat knokkel
- ☐ Uregelmessig knokkel
- ☐ Sesam knokkel

31. I hvilket plan beveges benet ved en abduksjon i hofteleddet

- ☐ I det frontale plan
- ☐ I det sagitale plan
- ☐ I det transversale plan
- ☐ I det profunde plan

32. I øvelsen squat

- ☐ Er det kun konsentrisk muskelarbeid
- ☐ Trenes m. gluteus maximus
- ☐ Trenes m. pectoralis major
- ☐ Trenes m. teres major

33. m.transversus abdominis

- ☐ Kan ekstendere columna vertebralis
- ☐ Trenes i øvelsen "planke"
- ☐ Er den viktigste respirasjonsmuskel
- ☐ Kan ekstendere hofteleddet

34. I øvelsen benkpress

- ☐ Arbeider m. pectoralis major eksentrisk og konsentrisk
- ☐ Arbeider m. pectoralis major statisk
- ☐ Arbeider m. biceps brachii eksentrisk og konsentrisk
- ☐ Arbeider m. vastus medialis konsentrisk

35. Synovialmembranen

- ☐ Avgrenser muskelbuken
- ☐ Dekker knoklene
- ☐ Avgrenser leddhulen/ligger på innsiden av leddkapselen
- ☐ Finnes i benproduserende celler

36. Ved en adduksjon av scapula

- ☐ Arbeider m. rhomboideus eksentrisk
- ☐ Arbeider m. pectoralis minor eksentrisk
- ☐ Arbeider m. trapezius konsentrisk
- ☐ Arbeider m. pectineus konsentrisk

37. Under sykling utføres bevegelsene i underekstremiteten hovedsakelig ved hjelp av

- ☐ Konsentrisk arbeid
- ☐ Eksentrisk arbeid
- ☐ Statisk arbeid
- ☐ Plyometrisk arbeid

38. Når man går ned i en knebøy jobber Quadriceps

- ☐ Konsentrisk
- ☐ Plyometrisk
- ☐ Statisk
- ☐ Eksentrisk

39. Lig. cruciatum anterius

- ☐ Finner vi i art. genus
- ☐ Finner vi i art. cubiti
- ☐ Finner vi i art. sternoclavicularis
- ☐ Finner vi i art. coxae

40. Hvilke muskler er viktigst i svømmestilen crawl

- ☐ m. triceps brachii og m. latissimus dorsi
- ☐ m. soleus og tibialis anterior
- ☐ m. deltoideus og m. trapezius
- ☐ m. biceps brachii og m. pronator teres