



Høgskolen i Telemark

EKSAMEN
1004-1001 Idretts fysiologi
Anatomi

24.MAI 2012

Tid :	2 timer (9-11)
Målform :	Bokmål/Nynorsk
Sidetall :	7 sider med forsiden
Hjelpemiddel :	Ingen
Merknader :	
Vedlegg :	Ingen

Eksamensresultata blir offentliggjort på nettet via Studentweb



OPPGAVEN SKAL BESVARES PÅ FØLGENDE MÅTE:

Hvert spørsmål har kun ett riktig svar. Sett kun ett kryss i hvert spørsmål, for den setningen dere mener er riktig. Flere kryss i samme spørsmål fører til at dere får registret feil svar på spørsmålet.

1. m. tensor fasciae latae

- Kan flektare art. cubiti
- Kan flektare kneledd
- Kan abduksere hoftelddet
- Kan ekstendere hoftelddet

2. m. adductor longus

- Utspringer fra os pubis
- Utspringer fra os illum
- Utspringer fra os sacrum
- Utspringer fra os sternum

3. m. obliquus externus abdominis

- Kan abduksere os femoris
- Utspringer fra linea aspera
- Utspringer fra utsiden av de 8 nederste costae
- Utspringer fra os pubis

4. Columna vertebrales består av

- Os coccygis, os coxae, os vertebra lumbalis og os sternum
- 7 cervical, 12 thoracal, 5 lumballed, os sacrum og os coccygis
- 20 ledd
- 7 cervical, 12 lumbal, 5 thoracal og 5 sacral hvivler

5. m. subscapularis

- Arbeider eksentrisk ved en albueekstensjon
- Abduksere i art. humeri
- Har utspring fra femoris distale ende
- Er en del av rotatormansjetten

6. m. triceps brachii

- Består av caput longum, caput intermedius og caput breve
- Består av tre hoder caput laterale og caput mediale samt caput longum
- Kan flektare art. cubiti
- Utspringer fra processus coracoideus



7. I øvelsen ”planken”

- Arbeider m. quadriceps statisk
- Arbeider m. serratus eksentrisk
- Arbeider m. triceps brachii dynamisk
- Arbeider m. biceps brachii konsentrisk

8. I hvilket ledd finner vi ligament cruciatum anterius?

- Art. humeri
- Art. coxae
- Art. cubitii
- Art. genus

9. I hvilket plan beveges benet ved adduksjon i hoftelrådet

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

10. I en stående knebøy øvelse

- Er det kun konsentrisk muskelarbeid
- Trenes m. iliopsoas
- Trenes m. tibialis anterior
- Trenes m. rectus femoris

11. Abduksjon i art. Coxae utføres av

- m. adductor magnus
- m. gluteus minimus
- m. adductor brevis
- m. quadriceps femoris

12. m. iliopsoas

- Er en hoftelrådsbøyer
- Er en hoftelrådsstrekker
- Kan ekstendere art. coxae
- Er en stabilisator i skulderlrådet

13. Fleksjon i art. humeri

- Utføres av m. triceps brachii
- Utføres av m. serratus anterior
- Er en bøyning i skulderlrådet
- Er en bøyning i albuelrådet



14. m. popliteus
- Utspringer fra femoris anteriore flate
 - Kan medialrottere art. genus
 - Kan flekttere art. cubiti
 - Kan ekstendere art. humeri
15. I hoppe-bevegelsen jobber
- m. gluteus maximus ved å flekttere i hoftelrådet
 - m. gluteus maximus, m. quadriceps og m. triceps surae dynamisk
 - m. quadriceps statisk
 - m. gluteus maximus, m. quadriceps og m. triceps surae statisk
16. Under en ekstensjon i art. genus
- Jobber m. biceps femoris og m. semimembranosus
 - Jobber m. rectus femoris konsentrisk
 - Jobber m. biceps femoris konsentrisk
 - Ekstenderes m. iliopsoas
17. Albuen ekstenderes av
- m. triceps surae
 - m. triceps brachii
 - m. biceps brachii
 - m. latissimus dorsi
18. m. erector spinae
- Lateral-flekterer columna vertebralis
 - Flekterer columna vertebralis
 - Flekterer hoftelrådet
 - Roterer hoftelrådet
19. m. triceps surae
- Kan flekttere albuelrådet
 - Kan supinere ankelledet
 - m. soleus er en del av denne muskel
 - Kan flekttere albuelrådet
20. Når vi gjør øvelsen "sit ups"
- Jobber m. obliquus eksternus, m. obliquus internus og rectus abdominis
 - Jobber bare m. iliopsoas
 - Jobber ryggmuskulaturen med å bremse bevegelsen
 - Jobber bare m. quadriceps



21. m. trapezius
- Består av to deler en medial del og en lateral del
 - Kan rotere femur
 - Kan ekstendere femur
 - Består av tre deler en øvre del, en midtre del og en nedre del
22. m. deltoideus
- Kan flektare art. genus
 - Utspringer fra sternum og humerus distale del
 - Utspringer fra sternum og costae 1-6
 - Utspringer fra clavícula, acromion og spina scapulae
23. Synovialmembran
- Er væsken i leddet
 - Omkranser musklene
 - Er en del av seneapparatet
 - Er det innerste lag av leddkapselen
24. Caput humeri
- Er hode av humerus knoklen
 - Er m. biceps brachii lange hode
 - Er øverste kant av os ilium
 - Er distale del av humerus
25. Når vi løper
- Jobber m. quadriceps og m. triceps surae støtdempende når foten settes ned
 - Jobber m. erector spinae statisk
 - Jobber m. serratus og m. rectus spinae støtdempende i ankelleddet
 - Vil fleksjonen i kneleddet minskes når farten økes
26. Akillessenen
- Er den sene som adductor magnus og adductor brevis samler seg i
 - Er en sene som går gjennom art. humeri
 - Er den sene som m. triceps surae samler seg i
 - Er den sene som stabiliserer art. genus
27. 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



28. Sagittalplanet

- Er det plan som er parallelt med median planet
- Er det plan som deler kroppen i en anterior og en posterior del
- Er et vannrett plan
- Er det plan som abduksjon foregår i

29. Art. acromioclavicularis

- Er leddforbindelsen mellom acromion og scapulae
- Er leddforbindelsen mellom ulna og clavícula
- Er en leddforbindelse i skulderbæltet/ skulderbuen
- Er en leddforbindelse i underbenet

30. Ved tåhev øvelsen

- Ekstenderer m. gastrocnemius art. cubiti
- Plantarflekterer ankelleddet
- Flekteres art. humeri
- Lateral-flekterer ankelleddet

31. m. biceps brachii longus

- Holder scapula stabilt under "push-ups"
- Utspringer fra tubercule supraglenoidale
- Er en supinator i albueleddet
- Løfter scapula

32. Fleksjon av columna vertebralis

- Er en bevegelse vi gjør i øvelsen "push-ups"
- Er bevegelsen vi gjør når vi strekker overkroppen
- Er bevegelsen vi gjør når vi bøyer overkroppen
- Er kun mulig i thoracaldelen av columna vertebralis

33. m. teres major

- Er en muskel som kan flektere art. humeri
- Utspringer fra det distale hjørne av scapula
- Kan rotere femur
- Utspringer fra caput femur

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. I kastebevegelsen

- Addukteres art. genus
- Flekterer m.biceps brachii art.coxae
- Abdukerer og rotere art. humeri
- Roterer m.supinator art. humeri

36. Art. genus

- Har et lig. Coracoacromiale som stabiliserer dette leddet
- Har to korsbånd
- Har kun et korsbånd
- Består av to knokler; humerus og ulna

37. "Rotatorcuffen/rotatormanchetten"

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

38. Acromion

- Er et fremspring på scapula
- Er et utspring på clavícula
- Er leddet mellom femur og pelvis
- Er en muskel i underbenet

39. m. gluteus maximus

- Er antagonist til m.pectoralis minor
- Har insersjon i tuberositas gluta under trochanter major og i tractus iliotibialis
- Består av gluteus minimus og gluteus medius
- Utspringer fra femurs distale flate

40. m. gracillis

- Ekstenderer art. cubiti
- Kan adduksere hofteleddet
- Flekteres art. humeri
- Lateralflektare ankelleddet