**EKSAMEN**

**1008 oblig-Idretts fysiologi**

**Anatomi**

**21 mai 2015**

Tid : 2 timer (9-11)

Målform : Bokmål/Nynorsk

Sidetall : 10 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. I hvilket ledd finner vi meniscus lateralis og medialis?

* Art. genus
* Art. humeri
* Art. coxae
* Art. cubitii

2. Os sacrum

* Er en del av columna vertrebralis
* Er hoftebenet
* Er albuebenet
* Er skulderbladet

3. Synovial membran (synovialhinnen)

* Er væsken i et synovialledd
* Er det innerste lag av leddkapselen i et synovialledd
* Omkranser musklene
* Er den membran som omkranser disciintervertebralis

4. I hvilket plan beveges benet ved adduksjon i hofteleddet

* I det profunde plan
* I det frontale plan
* I det sagitale plan
* I det tranversale plan

5. Lig. cruciatum Anterius

* Ligger i art. humeri
* Ligger i art. cubiti
* Ligger i art. coxae
* Ligger i art. genus

6. En supinasjon i albueleddet

* Er en strekning i albueleddet
* Er en bøyning i albueleddet
* Er en medial rotasjon av underarmen
* Er en lateral rotasjon av underarmen

7. Caput humeri

* Er øverste kant av os ilium
* Er hode av humerus knoklen
* Er m.biceps brachii lange hode
* Er distale del av humerus

8. Acetabulum

* Er hulrummet på humerus
* Er hoftens leddskål til caput femur
* Er kneets feste for korsbåndet
* Er distale del av humerus

9. Discus intervertebrale

* Er en fibrøs leddskive i kneet
* Er fibrøse leddskiver i ryggsøylen
* Er en hyalinsk discus mellom skulderbladet og nøglebenet
* Er en fibrøs leddskive i scapula

10. Art. humeri

* Har et lig. Glenohumerale i forreste del av leddet
* Har et lig.cruciatum anterius
* Er et uekte ledd
* Er et hengselledd

11. Spongiøst ben

* Er senevev
* Er kompakt knokkelvev
* Er trabekulært benvev i knokkelen
* Er brusken på knokkelen

12. Sternum

* Er en del av columna vertebralis
* Er knokkelen som ligger i underarmen
* Er brystbenet
* Er kragebenet

13. Fleksion i art. genus

* Er å strekke i albuleddet
* Er å bøye i kneleddet
* Er å bøye i albueleddet
* Er å strekke i kneleddet

14. Diafyse

* Er knokkelens ender
* Er den trabekulære del av knokkelen
* Er hulrommet i enden av knokkelen
* Er den midtre del av en rørknokkel

15. Et ekte ledd

* Er et ledd som ikke kan beveges
* Er et ledd som disci intervertebrales
* Er et ledd som kun kan glide
* Er et ledd med synovialveske

16. Clavicula

* Er skulderbladet
* Er s-formet
* Er en del av underbeinet
* Er den lengste knokkel i kroppen

17. Os Scapula

* Har et fremspring som heter tuberculum major
* Har et fremspring som heter trochanter minor
* Har en flate som heter os pubis
* Har et fremspring som heter processus coracoideus

18. Labrum glenoidale

* Er leddleppe i skulderleddet
* Er nederste del av sternum
* Er kneleddets menisk
* Er hoftens leddkapsel

19. ”Rotatorcuffen”

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

20. Akillessenen

* Er den sene som m.triceps surae samler seg i
* Er den store sene i art. cubiti
* Er den sene som går over kneet
* Er den sene som stabiliserer art. genus

21. Olecranon

* Er en del av underbeinet
* Er overarmknokkelen
* Er en del av underarmen
* Er ulnas proximale ende

22. Sagittalplanet

* Er det plan som rotasjon i kneleddet foregår i
* Deler kroppen opp i en distal og en proksimal del
* Er det plan som deler kroppen i en posterior og en anterior del
* Er parallell med median planet

23. m. deltoideus

* Posteriore del kan flektere i art. coxae
* Er den muskel vi bruker når vi senker benet under 30 grader
* Utspringer fra clavicula, acromion og spina scapulae
* Fester på humerus epicondyl lateralis

24. m. levator scapulae

* Pronere foten
* Er den muskel vi bruker når elevere skulderbladet
* Fester på clavicula
* Fester på sternum

25. m. Latissimus dorsi

* Arbeider eksentrisk når armen ekstenderes
* Er en hofteledds fleksor
* Arbeider konsentrisk når armen ekstenderes
* Er den lille setemuskel

26. m. iliopsoas

* Utspringer fra os coccygis
* Fester på trochanter major på femur
* Fester på femur under trochanter minor
* Er en hofteekstensor

27. Er utspring for m. triceps brachii

* Tuberculum infraglenoidale (lange hode) og dorsal flate av humerus
* Clavicula distale 1/3
* Fascie anterior scapula
* Proc.coracoideus på scapula

28. m. coracobrachialis

* Utspring fra acromion
* Clavicula distale 1/3
* Utspringer fra Proc. coracoideus
* Fester på ulna

29. m. rhomboideus

* Utspringer fra costae 1-6
* Stabilisere clavicula
* Utspringer fra margo lateralis av scapula
* Fester på margo medialis scapula

30. 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

31. m. soleus

* Fester på ulna proximale 1/3 del
* Utspringer fra radius anteriore flate
* Utspringer fra fibulahodet og øvre del av fibula og fra senebuen i underbeinet
* Fester i patella

32. m. tensor fascia latae

* Utspringer fra ankelleddet
* Utspringer fra Spina iliaca anterior superior
* Utspringer fra crista iliaca posterior
* Fester I sacrums dorsale flate

33. m. teres minor

* Kan ekstendere i skulderleddet
* Kan flektere i skulderleddet
* Kan adduserer i albueleddet
* Kan flekterer i hofteleddet

34. m. gracillis

* Kan ekstendere art. cubiti
* Kan flekterer art. humeri
* Kan lateral flekterer ankelleddet
* Kan flekterer i art. genus

35. m. transversus abdominis

* Kan abduksere os femoris
* Inserere i linea alba
* Er passiv under ”push ups”
* Utspringer fra os femur

36. m. obliquus externus abdominis

* Kan flektere i skulderleddet
* Er en av de skrå bukmuskler
* Er muskulaturen i øvre del av ryggen
* Utspringer fra sacrum

37. m.biceps brachii longus

* Holder scapula stabilt under ”push-ups”
* Er en ekstensor i albueleddet
* Utspringer fra tubercule supraglenoidale
* Løfter scapula

38. Art. acromioclavicularis

* Er leddforbindelsen mellom acromion og scapulae
* Er leddforbindelsen mellom ulna og clavicula
* Er en leddforbindelse i underbenet
* Er en del av skulderbæltet/ skulderbuen

39. En kontraksjon i m. quadriceps femoris.

* Er en bevegelse i armens muskulatur når vi flekterer art. cubiti
* Er en bevegelse i ankelleddet
* Er en bevegelse i lårets muskulatur når vi ekstendere art. genus
* Er en ekstensjon av muskulaturen i armen

40. m. quadratus lumborum

* Er en del av columna vertrebralis
* Er den muskel som ligger i korsryggen
* Er en skuldermuskel
* Er en hoftemuskel

41. lig. Inguinale

* Er en del av kneleddet
* Er et ledbånd i skulderleddet
* Er lyskebåndet
* Er albuens kraftigste ligament

42. m. serratus anterior

* Kan medial rotere underarmen
* Kan flektere albuen
* Utspringer fra columna vertebralis
* Utspringer fra de ni øverste costae

43. m. satorius

* Utspringer fra symfysen
* Fester seg i tibias mediale skaft
* Er en muskel som kan flektere art. humeri
* Utspringer fra caput humeri

44. m. pectoralis minor

* Utspringer fra costae 3-5
* Utspringer fra clavicula
* Fester på humerus distale flate
* Kan elevere clavicula

45. m. subscapularis

* Kan rotere overarmen
* Har utspring fra claviculas distale 2/3
* Har utspring fra costae
* Har utspring fra humerus distale ende

46. Spina scapula

* Er en del av clavicula
* Er øverste kant av humerus
* Er det kraftige utspring som deler dorsale del av scapula
* Er fremspringet på halebeinet

47. m. supraspinatus

* Er et leddbånd i skulderen
* Er en del av underarmens muskler
* Kan abducere i skulderleddet
* Fester i scapulaes distale kant

48. m.biceps brachii

* Holder scapula stabilt under ”push-ups”
* Flektere i art. humeri
* Utspringer fra acromion
* Rotere i art. genus

49. En ekstensjon i art. humeri

* Kan utføres av m. adductor magnus
* Kan utføres av m. gluteus minimus
* Kan utføres av m. triceps brachii
* Kan utføres av m. quadriceps femoris

50. Abduksjon i art. Coxae utføres av

* m. adductor magnus
* m. gluteus medius
* m. adductor brevis
* m. quadriceps femoris

51. I øvelsen push ups

* Arbeider m. gluteus maximus eksentrisk og konsentrisk
* Arbeider m. pectoralis major statisk
* Arbeider m. vastus medialis konsentrisk
* Arbeider m. triceps brachii dynamisk

52. I knebøy øvelsen

* Vil m. gluteus maximus arbeide isometrisk
* Vil m. triceps surae jobbe dynamisk
* Vil art. coxae være passiv
* Vil art. cubiti flektere benet

53. I øvelsen benkpress (liggende press med arme)

* Vil m. serratus anterius være aktiv
* Flektere m. tricps brachialis albueleddet
* Arbeider m. pectoralis major statisk
* Ekstendere m. biceps brachialis albueleddet

54. Når vi gjør øvelsen ”sit ups”

* Vil m. illiopsoas jobbe eksentrisk og konsentrisk
* Jobber m. quadriceps femoris kun eksentrisk
* Jobber m. erector spina statisk
* Jobber m. trapezius med abduksjon av scapula

55. I øvelsen ”planken”

* Arbeider m. triceps brachii dynamisk
* Arbeider m. serratus anterior eksentrisk
* Arbeider m. quadriceps femoris statisk
* Arbeider m. biceps brachii konsentrisk

56. Fleksjon av columna vertebralis i stående anatomisk utgangsstilling

* Aktiverer m. erector spinae
* Aktiverer m. psoas major
* Aktiverer m. pectoralis minor
* Aktiverer m. satorius

57. Ved fleksion i art. genus

* Vil m. vastus medialis obliqus kontrahere
* Jobber m. biceps femoris konsentrisk
* Vil m. vastus intermedius ekstendere
* Jobber m. triceps surae eksentrisk

58. I sats-bevegelsen ved hopp jobber

* m. gluteus maximus ved å flektere i hofteleddet
* m. gluteus maximus, m.quadriceps og m.triceps surae dynamisk
* m. quadriceps statisk
* m.gluteus maximus, m.quadriceps og m.triceps surae statisk

59. Ved tå hev øvelsen

* Ekstendere m. gastrocnemius art. genus
* Jobber m. soleus dynamisk
* Flekteres art. humeri
* Ekstendere m. triceps brachii ankelleddet

60. Hamstrings musklene

* Kan adduserer i art. coxae
* Kan flekterer i art. genus
* Kan flekterer i art. cubiti
* Kan medial roter art. coxae