Anatomi og fysiologi: Seminar 3: Bevegelsesapparatet

Læreplanmål:

***Etter gjennomført emne er det forventet at studenten kan:***

* *Forklare hvordan musklene og knokler er oppbygd og fungerer*
* *Beskrive hvordan ekte ledd (synovialledd) er oppbygd og fungerer*
* *Forklare hvordan muskelkraften kan endres*
* *Kjenne til kroppens viktigste knokler og muskler med navn og funksjon*

Legg merke til her at det både er «forståelsesmål» og «kunnskapsmål».

* Forståelsesmål: Å kunne forstå noe, som for eksempel prinsipper, og kunne anvende disse/dette i andre situasjoner.
* Kunnskapsmål: Å kunne gjengi noe, faktakunnskap. En vil sjelden kunne resonnere seg til navn på muskler, de må en rett og slett pugge.

Forelesningsmaterialet denne gangen vil neppe være nok til å dekke behovet deres. Dette er relevant kunnskap for yrkesutførelsen deres så egeninnsats og investering i bevegelsesapparatet vil aldri være «bortkastet».

Oppgaver:

1. Hvilke to komponenter består benvev av?
2. Hvilke to hovedtyper benvev har vi snakket om?
3. Hvor finner vi periost, og hva består denne av?
4. Kan du nevne tre oppgaver skjelettet har?
5. Hva er en osteoblast?
6. Hva er en osteoklast?
7. Hva er en osteocytt?
8. Hva er en epifyse, og hvordan skiller den seg fra en diafyse?
9. Benvev brytes ned og bygges opp til enhver tid. Hvor mye av benmassen i kroppen skiftes ut hvert år?
10. Hvilken sammenheng har aktivitet/trening med benmassen vår?
11. Hva skjer med benmassen når vi er sengeliggende eller har sedat livsstil?
12. Er det sammenheng mellom overgangsalder og benmasse? (ja/nei spm, men fint om du vet hvorfor)
13. Knokler kan deles i mange grupper. Hvilke fire har vi snakket om i dag?
14. Hvilke hovedtyper ledd kjenner du? (totalt 3)
15. Hva vil det si at noe er et «ekte ledd» og andre er «uekte ledd»?
16. De ekte leddene kan deles i flere undertyper basert på hvordan de ser ut. Vi har snakket om fire typer i dag. Hvilke fire typer snakker vi om?
17. Kan du nevne et eksempel på hvor vi finner de fire typene fra spm 16?
18. Hva er et ligament?
19. Hva er oppgaven til et ligament?