

☑ **IDR138 generell informasjon**

Emnekode: ldr138

Emnenavn: Arbeidsfysiologi og grunnleggende idrettsernæring

Dato: 20 des 2018

Varighet: 3 timer

Tillatte hjelpemidler: ingen

Merknader:

Arbeidsfysiologi teller 50%, Idrettsernæring 30% og Fysisk aktivitet og helse 20%

Det forekommer av og til spørsmål om bruk av eksamensbesvarelser til undervisnings- og læringsformål. Universitetet trenger kandidatens tillatelse til at besvarelsen kan benyttes til dette. Besvarelsen vil være anonym.

Tillater du at din eksamensbesvarelse blir brukt til slikt formål?

Velg et alternativ

Ja

Nei

Knytte håndtegninger til denne oppgaven?










Bruk følgende kode:

XXXXXXXX

1 Arbeidsfysiologi

Oppgave 1. Redegjør for eksitasjon kontraksjons-koblingen

Skriv ditt svar her...

Format | **B** | *I* | U | x_2 | x^2 | I_x |  |  |  |  |  |  | Ω |  |  | Σ | 

Words: 0

Maks poeng: 10

Knytte håndtegninger til denne oppgaven?

Bruk følgende kode:










XXXXXXXX

2 Arbeidsfysiologi

Oppgave 2. Redegjør for følgende begrep:

- a) Nerveimpuls
- b) Refleksbue
- c) Sarkomer

Skriv ditt svar her...

Format | **B** | *I* | U | x_2 | x^2 | I_x |  |  |  |  |  |  |  |  | Σ | ABC | 

Words: 0

Maks poeng: 10

Knytte håndtegninger til denne oppgaven?










Bruk følgende kode:

XXXXXXXX

3 **Idrettsernæring**

Oppgave 3. Angi hvilke funksjoner makronæringsstoffene har i kroppen. Angi funksjoner for hvert makronæringsstoff.

Skriv ditt svar her...

Format | **B** | *I* | U | x_2 | x^2 | I_x |  |  |  |  |  |  | Ω |  |  | Σ | ABC | 

Words: 0

Maks poeng: 10

Knytte håndtegninger til denne oppgaven?









Bruk følgende kode:

XXXXXXXXXX

4 Idrettsernæring

Oppgave 4. Gjør rede for konsekvensene av utilstrekkelig væskeinntak unner trening og konkurranse.

Skriv ditt svar her...

Format | **B** | *I* | U | x_2 | x^2 | I_x |  |  |  |  |  | Ω |  |  | Σ | ABC | 

Words: 0

Maks poeng: 10

Knytte håndtegninger til denne oppgaven?

Bruk følgende kode:

XXXXXXXX

5 Fysisk aktivitet og helse

Oppgave 5. Gjør rede for følgende begreper ved hjelp av etablerte definisjoner; fysisk aktivitet, fysisk inaktivitet, sedat adferd, fysisk form og trening.

Skriv ditt svar her...

Format | **B** | *I* | U | x_2 | x^2 | I_x | | | | | | | | | | | ABC |

Words: 0

Maks poeng: 10

Knytte håndtegninger til denne oppgaven?

Bruk følgende kode:

XXXXXXXX