

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۲

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۲۶

۱- علت عمده مرگ و میر در ایالت متحده آمریکا کدام مورد می باشد؟

۱. سل و ذات الریه ۲. بیماریهای عفونی ۳. سرطان و حمله قلبی ۴. نوشیدن الکل

۲- پتانسیل استراحتی غشاء یک نورون چه نام دارد؟

۱. پلاریزاسیون ۲. دپلاریزاسیون ۳. هایپر پلاریزاسیون ۴. اپلاریزاسیون

۳- به ماده میانجی که هم اثر بازدارندگی و هم اثر تحریک کنندگی دارد چه می گویند؟

۱. اپی نفرین ۲. نوراپی نفرین ۳. استیل کولین ۴. کولین استراز

۴- کدام یک از گیرنده های درک حرکتی در اطراف رباط های مفصلی قرار دارند؟

۱. اندام های پاچینی ۲. پایانه های عصبی آزاد ۳. گیرنده های شبه گلژی ۴. دوک عضلانی

۵- کنترل حرکات ارادی بر عهده کدام گزینه می باشد؟

۱. قشر مخ ۲. پایه مغز ۳. پل مغزی ۴. پیاز مغز

۶- بروز آسیب در مخچه سبب چه مشکلاتی در بدن می شود؟

۱. کم شدن هوشیاری ۲. از بین رفتن تعادل ۳. لرزش عضلانی ۴. کم شدن بینایی

۷- بخش های اصلی تشکیل دهنده هر نورون عصبی چه نام دارد؟

۱. هسته، میلین، جسم سلولی ۲. دندریت، هستک، گره رانویه ۳. غلاف میلین، هسته، آکسون ۴. جسم سلولی، دندریت، آکسون

۸- در کنترل اجرای حرکات مهم ترین بخش مسئول برای حرکات آهسته و ظریف کدام است؟

۱. مخچه ۲. بصل النخاع ۳. مغز ۴. عقده های قاعده ای

۹- مهمترین عضله ی دمی چه نام دارد؟

۱. عضله بین دنده ای داخلی ۲. عضله بین دنده ای خارجی ۳. شکمی ۴. دیافراگم

زمان آزمون (دقیقه): ۶۰ :تشریحی: ۰

تعداد سوالات :تستی: ۳۰ :تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی 2

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۲۶

۱۰- هنگام صعود به ارتفاع و کم خونی کدام یک از عوامل زیر می تواند به طور مستقیم منحنی اکسی هموگلوبین را به سمت راست سوق دهد؟

۱. افزایش DPG 2-3
۲. کاهش PH
۳. افزایش درجه حرارت
۴. کاهش فشار اکسیژن

۱۱- کدام دستگاه مسئول حفظ تعادل عمومی بدن می باشد؟

۱. دستگاه گلژی
۲. دوک عضلانی
۳. CNS
۴. دستگاه دهلیزی

۱۲- به مقدار هوایی که در هر دم یا بازدم به ریه وارد یا از آن خارج می شود چه می گویند؟

۱. ظرفیت دمی
۲. حجم باقیمانده
۳. ظرفیت کل ریه
۴. حجم جاری

۱۳- بیشترین شکل انتقال CO2 در خون کدام است؟

۱. بصورت محلول
۲. بصورت پیوند با هموگلوبین
۳. بصورت بی کربنات
۴. بصورت پیوند با میوگلوبین

۱۴- مرکز کنترل تنفسی در کدام ناحیه قرار دارد؟

۱. مغز میانی
۲. پل مغزی
۳. ساقه مغز
۴. پیاز مغز تیره

۱۵- حداکثر هوایی که بتوان با یک دم بیشینه از ریه خارج کرد، چه نامیده می شود؟

۱. حجم ذخیره بازدمی
۲. ظرفیت دمی
۳. ظرفیت حیاتی
۴. حجم ذخیره دمی

۱۶- کدام پرده، سطح بیرونی ریه را می پوشاند؟

۱. نرم شامه
۲. جنب احشایی
۳. جنب جداری
۴. سخت شامه

۱۷- هنگام استراحت، اسید لاکتیک به چه صورت از بدن دفع می شود؟

۱. CO2
۲. O2
۳. مواد زائد و عرق
۴. اسید فسفوریک

۱۸- مقدار اسید لاکتیک هنگام ورزش به چه عاملی بستگی دارد؟

۱. شدت فعالیت و زمان فعالیت
۲. شدت فعالیت و توده عضلانی درگیر
۳. شدت فعالیت، زمان فعالیت و توده عضلانی درگیر
۴. زمان فعالیت و توده عضلانی درگیر

۱۹- مجموع سه حجم جاری، ذخیره دمی و ذخیره بازدمی کدام یک از موارد ذیل می باشد؟

۱. TV
۲. RV
۳. VC
۴. TLC

زمان آزمون (دقیقه): نستی: ۶۰ تشریحی: ۰

نعداد سوالات: نستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۲

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۲۶

۲۰- مهم ترین ابزار تنظیم تراکم یون هیدورژن چیست؟

۱. هموگلوبین ۲. میوگلوبین ۳. تامپون ۴. پروتئین ها

۲۱- رایج ترین قسمت بدن برای اندازه گیری حرارت مرکزی بدن کدام است؟

۱. شکم ۲. پیشانی ۳. دست ۴. مقعد

۲۲- هنگام فعالیت یکنواخت در محیط معتدل، کدام یک از موارد زیر مهم ترین نقش را در دفع گرما بر عهده دارد؟

۱. تشعشع ۲. هدایت ۳. تعریق ۴. تبخیر

۲۳- مقدار فشار بار تمرینی که یک عضو یا بافت باید تحمل کند تا اثر تمرین آشکار شود چه نام دارد؟

۱. اصل تمرین ۲. اصل ویژگی ۳. اصل اضافه بار ۴. اصل برگشت پذیری

۲۴- گرما زایی بدون لرزش چگونه به وجود می آید؟

۱. ترشح هورمون رشد و تیروکسین ۲. ترشح هورمون کورتیزول و تیروکسین
۳. ترشح یدوتیرونین و تیروکسین ۴. ترشح تیروکسین و کاتکولامین ها

۲۵- در هنگام شنا کردن در آب سرد از کدام روش دفع گرما استفاده می شود؟

۱. هدایت ۲. تصعید ۳. انتقال ۴. تشعشع

۲۶- تفاوت بین حجم پایان دیاستولی و حجم سیستولی را چه می نامند؟

۱. برون ده قلبی ۲. تواتر قلبی ۳. حداکثر برون ده قلبی ۴. حجم ضربه ای

۲۷- آمادگی جسمانی و ورزش جزء کدامیک از اهداف استراتژی بهداشت است؟

۱. اشاعه بهداشت عمومی ۲. خدمات بهداشتی
۳. تأمین بهداشت عمومی ۴. خدمات پیش گیرنده

۲۸- تنگ شدن تدریجی سرخرگ های خون رسان به قلب کدام است؟

۱. بیماری عروق شریانی ۲. رماتیسم قلبی ۳. بیماری عروق کرونری ۴. حمله قلبی

۲۹- مدت زمان فعالیت سرد کردن در پایان هر جلسه تمرین چقدر می باشد؟

۱. ۱۲ دقیقه ۲. ۵ دقیقه ۳. ۱۰ دقیقه ۴. ۳۰ ثانیه



زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی 2

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۲۶

۳۰- کدامیک از ورزش ها برای کسانی که چاق هستند یا از ناحیه مچ پا یا زانو و ران دچار مشکل هستند توصیه می شود؟

۴. اسکواش

۳. دوچرخه ثابت

۲. پدال بال

۱. راکت بال