

سری سوال: یک ۱

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: حرکت شناسی، حرکت شناسی ورزشی

و شته تحصیلی / کد درس: (آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی - حرکات اصلاحی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی

، تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران

تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۰۸ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی

ورزش ۱۲۱۵۲۴۳

۱- کدام یک از گزینه های زیر از عملکردهای مفاصل نیمه متحرک نیست؟

۱. کمک به حرکت اعضاء

۱. محافظت از عضو در برابر ضربه

۲. تحمل وزن بدن

۳. کمک کردن فشار واردہ به اندام

۲- کدام حرکات به ترتیب حول محور افقی سهمی و محور افقی عرضی انجام می شوند؟

۱. اکستنشن- چرخش داخلی

۱. آبداکشن- فلکشن

۲. آداکشن- چرخش

۳. آداکشن- فرا باز شدن

۳- حرکت خم شدن جانبی در کدام سطح و حول کدام محور حرکتی انجام می شود؟

۱. سطح سهمی- محور افقی سهمی

۱. سطح سهمی- محور افقی سهمی

۲. سطح عرضی- محور افقی عرضی

۳. سطح عرضی- محور افقی سهمی

۴- در حرکت دورانی ران چه مجموعه حرکاتی انجام می شود؟

۱. خم شدن، باز شدن، دور شدن، نزدیک شدن

۲. خم شدن، باز شدن، دور شدن، نزدیک شدن، چرخش داخلی، چرخش خارجی

۳. خم شدن، باز شدن، چرخش داخلی، چرخش خارجی

۴. دور شدن، نزدیک شدن، چرخش داخلی، چرخش خارجی

۵- کدام عضله توانایی خم کردن و چرخش خارجی زانو را دارد؟

۱. همسترینگ ۲. نیم غشایی ۳. نیم وتری ۴. دوسرانی

۶- کدام عضله باعث خم شدن و باز شدن ران را می شود؟

۱. سرینی بزرگ ۲. سرینی میانی ۳. سوئز ۴. کشنده پهنه نیام

۷- عضله خاصره ای از کجا شروع شده و به کجا وصل می شود؟

۱. از بخش فوقانی خلفی حفره خاصره ای درونی به برجستگی کوچک استخوان ران

۲. از کنار خارجی مهدهای کمری و تاج خاصره به برجستگی کوچک استخوان ران

۳. از بخش قدامی تحتانی حفره خاصره ای درونی به برجستگی بزرگ استخوان ران

۴. از بخش قدامی فوقانی حفره خاصره ای درونی به برجستگی بزرگ استخوان ران

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: حرکت شناسی، حرکت شناسی ورزشیو شته تحصیلی/**گد درس:** آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی - حرکات اصلاحی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی)،

تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)،

تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۰۸ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی

ورزش ۱۲۱۵۲۴۳

۸- کدام عضلات در پلانتار فلکشن مج پا نقش ندارند؟

۲. نازک نئی کوتاه-نازک نئی بلند

۱. کف پایی-دوقلو

۴. نازک نئی کوتاه-تاکننده دراز شست

۳. ساقی قدامی-ساقی نازک نئی طرفی

۹- سر کدام عضله به لقمه خارجی استخوان ران می چسبد؟

۴. رکبی

۳. نعلی

۲. دوغلو

۱. کف پایی

۱۰- در هنگام باز کردن نهایی زانو کدام عضله از فعال ترین عضلات است؟

۴. راست داخلی

۳. خیاطه

۲. پهن داخلی

۱. پهن خارجی

۱۱- کدام عضلات باعث چرخش داخلی مفصل زانو می شود؟

۲. راست رانی- دوسر رانی

۱. دو سر رانی- خیاطه

۴. دوغلو- رکبی

۳. نیم وتری- نیم غشایی

۱۲- کدام عضله به پنجمین استخوان کف پایی می چسبد؟

۴. ساقی خلفی

۳. ساقی قدامی

۲. نازک نئی بلند

۱. نازک نئی طرفی

۱۳- کدام عضله باعث اینورژن مج پا می شود؟

۱. ساقی قدامی

۳. باز کننده دراز انگشتان

۱۴- عمل اصلی کدام عضله بالا کشیدن کتف است؟

۴. تحت ترقوه ای

۳. ذوزنقه

۲. گوشه ای

۱. متوازی الاضلاع

۱۵- چند بخش از عضله ذوزنقه در نزدیک کردن کتف نقش دارد؟

۴. چهار بخش

۳. سه بخش

۲. دو بخش

۱. یک بخش

۱۶- عضله دندانه ای بزرگ به کدام قسمت کتف می چسبد؟

۴. حفره خاری

۳. لبه داخلی

۲. حفره تحت کتفی

۱. لبه خارجی

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: حرکت شناسی، حرکت شناسی ورزشی

و شته تحصیلی/گد درس: آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی - حرکات اصلاحی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی)،

تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)،

تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۰۸ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی

ورزش ۱۲۱۵۲۴۳

۱۷- کدام عضلات در دور کردن کتف نقش دارند؟

۱. دندانه ای بزرگ- فوق خاری
 ۲. سه سر بازوئی- سینه ای کوچک
 ۳. غرابی بازوئی- سینه ای بزرگ
 ۴. دندانه ای بزرگ- سینه ای کوچک

۱۸- کدام عضلات در هنگام هایپر فلکشن بازو فعال می شوند؟

۱. تحت کتفی - گرد بزرگ
 ۲. تحت خاری - گرد کوچک
 ۳. دلتوبید - فوق خاری
 ۴. تحت خاری - فوق خاری

۱۹- عملکرد عضله پشتی بزرگ چیست؟

۱. نزدیک کردن بازو- چرخش داخلی بازو - باز کردن بازو
 ۲. نزدیک کردن بازو- چرخش خارجی بازو - خم کردن بازو
 ۳. نزدیک کردن بازو- چرخش داخلی بازو - خم کردن بازو
 ۴. نزدیک کردن بازو- چرخش خارجی بازو - باز کردن بازو

۲۰- عمل عضله گرد بزرگ مشابه کدام عضله است؟

۱. گرد کوچک
 ۲. فوق خاری
 ۳. پشتی بزرگ
 ۴. تحت خاری

۲۱- کدام عضله از سطح خارجی بازو منشاء می گیرد؟

۱. بازوئی زند اعلائی
 ۲. بازوئی قدامی
 ۳. دوسر بازوئی
 ۴. سه سر بازوئی

۲۲- چند عضله در خم کردن آرنج موثر هستند؟

۱. یک عضله
 ۲. دو عضله
 ۳. سه عضله
 ۴. چهار عضله

۲۳- عضله گوشه ای باعث چه حرکتی در گردن می شود؟

۱. چرخش به طرف مقابل
 ۲. چرخش به طرف موافق
 ۳. خم شدن جانبی

۲۴- حرکت چرخشی ستون مهره ها به ترتیب در کدام مهره ها بیشتر است؟

۱. کمری- گردنی- پشتی
 ۲. گردنی- پشتی - کمری
 ۳. گردنی - کمری - پشتی
 ۴. پشتی - گردنی - کمری

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: حرکت شناسی، حرکت شناسی ورزشی

و شته تحصیلی / کد درس: آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی - حرکات اصلاحی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی)،

تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)،

تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۰۸ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی

ورزش ۱۲۱۵۲۴۳

۲۵- سرهای ثابت و متحرک عضله شکمی به کجا وصل می شوند؟

۱. سر ثابت: استخوان خاصره - سر متحرک: غضروف دندوهای ۵ تا ۸

۲. سر ثابت: استخوان عانه - سر متحرک: جناغ، دندنه ۷

۳. سر ثابت: استخوان خاصره عانه - سر متحرک: غضروف دندوهای ۵ تا ۷

۴. سر ثابت: استخوان خاصره - سر متحرک: جناغ، دندوهای ۵ و ۶

۲۶- در اهرم نوع سوم نیرو در کجا قرار دارد؟

۱. بین نقطه مقاوم و تکیه گاه

۲. در یک انتهای قرار دارد و بعد از آن تکیه گاه قرار دارد

۳. در یک انتهای قرار دارد و بعد از آن نقطه مقاوم قرار دارد

۴. در اهرم نوع سوم نقطه مقاوم در بین تکیه گاه و نیرو قرار دارد

۲۷- چه عاملی تعیین کننده حرکتی که نیروی عضله باعث آن می شود نیست؟

۱. تفاوت نیرو در سر ثابت و متحرک

۲. موقعیت سر ثابت و متحرک

۳. مرکز ثقل

۴. مسیر کشش عضله

۲۸- کدام عضله می تواند هم به صورت اهرم نوع اول و هم نوع دوم عمل کند؟

۱. ساقی قدامی

۲. سه سر بازوئی

۳. نعلی

۴. نازک نئی طرفی

۲۹- کدام حرکات در حرکت رو به بالا تا رسیدن چانه روی میله در کشش بارفیکس به ترتیب در مفاصل شانه، آرنج و مج دست رخ می دهدند؟

۱. خم شدن - خم شدن - کشش پائینی

۲. باز شدن - خم شدن - نزدیک شدن

۳. باز شدن - خم شدن - دور شدن

۴. باز شدن - باز شدن - نزدیک شدن

۳۰- در کدام حرکت عضله سینه ای فعال می شود؟

۱. بارفیکس

۲. شنا روی زمین با آرنج کشیده

۳. حرکت پرس (با دست)

۴. دراز و نشست