

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: فیزیولوژی ورزش کودکان

رشته تحصیلی/کد درس: علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۸۰

۱- کدام نوع بازی در رشد نوزادان و کودکان نقش مهمی داشته که الگو برداری از فعالیت بزرگسالان می باشد؟

- ۰۱ بازی نمایشی ۰۲ بازی تخیلی ۰۳ بازی تقلیدی ۰۴ بازی نمادین

۲- وسایلی مانند پازل ها یا ابزار ساختمان سازی جزء کدام نوع از بازی های آموزشی محسوب می شود؟

- ۰۱ بازی بدنی ۰۲ بازی دستی ۰۳ بازی نمایشی ۰۴ بازی سرگرم کننده

۳- کدام یک از افراد در بازی های آموزشی نقش کلیدی دارد؟

- ۰۱ پدر ۰۲ مادر ۰۳ معلم ۰۴ دوست صمیمی

۴- فرآیند تقلید و الگو برداری از همسالان در چه دوره ای اتفاق می افتد؟

- ۰۱ کودک دبستانی ۰۲ در فاصله یک تا پنج سالگی

- ۰۳ در فاصله پنج تا هفت سالگی ۰۴ نوجوانی

۵- کدام گزینه علاوه بر ایجاد سرگرمی مناسب، سبب افزایش تجارب و آشنایی با مشکلات و راه حل ها می باشد؟

- ۰۱ سرود خوانی ۰۲ موسیقی ۰۳ قصه گویی ۰۴ شعر خوانی

۶- بهترین زمان برای قصه گویی کودکان چه زمانی است ؟

- ۰۱ هنگام شب ۰۲ بیداری روزانه ۰۳ هنگام عصر ۰۴ بعد از ظهر

۷- بهترین راه حل برای آرام کردن کودکان پرخاشگر و بیش فعال کدام است؟

- ۰۱ بازی ۰۲ موسیقی ۰۳ ورزش های نرم و آهسته ۰۴ دادن دارو های آرام بخش

۸- کدامیک از موارد زیر با تربیت موسیقایی مرتبط می باشد؟

- ۰۱ هوش بین فردی ۰۲ هوش درون فردی ۰۳ هوش بدنی-جنبشی ۰۴ هوش کلامی

۹- حداکثر رشد سلول های عصبی و حرکتی در چه سنی صورت می گیرد؟

- ۰۱ ۴ تا ۶ سال ۰۲ ۷ تا ۹ سال ۰۳ ۵ تا ۱۱ سال ۰۴ ۱۰ تا ۱۲ سال

۱۰- قضاوت شخصی فرد از توانایی اهمیت، موفقیت و ارزشمند بودن خود که توسط گفتار و اعمال به دیگران منتقل می شود چه نام دارد؟

- ۰۱ خود پنداره ۰۲ خود ارزشی ۰۳ عزت نفس ۰۴ اعتماد بنفس

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: فیزیولوژی ورزش کودکان

رشته تحصیلی/کد درس: علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۸۰

۱۱- حرکاتی که طفل به صورت غیر ارادی و خودکار و با اهدافی چون جستجوی غذا و محافظت از بدن انجام می دهد چه نام دارد؟

۱. حرکات مقدماتی ۲. حرکات بازتابی ۳. حرکات بنیادی ۴. حرکات تخصصی

۱۲- عامل وابسته به فعالیت ورزشی که مستقل از تغییرات اندازه بدن در زمان بلوغ تغییر می کند، کدام است؟

۱. ساختار عضله ۲. توده حجم عضله ۳. اندازه بدن ۴. آمادگی بی هوازی

۱۳- کدام گزینه از رفتارهای کودکان فاقد اعتماد به نفس در همسالان است؟

۱. در برابر هم سالان با فروتنی رفتار می کنند. ۲. در برابر ناآشنایان عادی برخورد می کنند.
۳. در هدایت و رهبری گروه داوطلب می شود. ۴. برای بچه های کوچکتر شاخ و شانه می کشند.

۱۴- مدل حرکتی گالا هو بر اساس کدامیک از عوامل زیر شکل گرفته است؟

۱. وراثت ۲. سلامتی ۳. شیوه زندگی ۴. تکلیف

۱۵- محدوده سنی تقریبی آغاز تمرینات اختصاصی رشته ی ژیمناستیک دختران چه زمانی است؟

۱. ۱۰-۱۱ سال ۲. ۱۳-۱۴ سال ۳. ۱۲-۱۳ سال ۴. ۹-۱۰ سال

۱۶- نسبت (B S A) سطح مقطع بدن به وزن در ۵ سالگی چه مقداری می باشد؟

۱. ۷/۲ ۲. ۴ ۳. ۱ ۴. ۲

۱۷- مهم ترین عامل گسترش پاسخ های بدنی به فعالیت در سال های کودکی کدام است؟

۱. رشد سطحی ۲. رشد جنسی ۳. رشد بدنی ۴. رشد خطی

۱۸- تعیین کننده اصلی بالیدگی طبیعی استخوان در مردان و زنان چیست؟

۱. استروژن ۲. سروتونین ۳. پروژسترون ۴. آندروفین

۱۹- عامل اصلی تحریک تغییرات در فیزیولوژی ورزشی و عملکرد سال های کودکی کدام است؟

۱. افزایش ضریب همبستگی ۲. افزایش اندازه بدنی
۳. کاهش هورمون تیروئیدی ۴. کاهش انسولین خون

۲۰- عامل اصلی توجیه کننده واریانس در قدرت کدام است؟

۱. قد ۲. سن ۳. جنسیت ۴. وزن

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: فیزیولوژی ورزش کودکان

رشته تحصیلی/کد درس: علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۸۰

۲۱- کدام عامل تأثیری بر تغییرات بلوغی عملکرد بی هوازی ندارد؟

۱. فعالیت ورزشی
۲. هورمون های جنسی
۳. اندازه بدن
۴. میزان اکسیژن مصرفی

۲۲- پاسخ هورمون رشد (GH) به شکل خطی در فعالیت های ورزشی، به کدام عامل بستگی دارد؟

۱. مدت ورزش
۲. شدت ورزش
۳. تکرار فعالیت
۴. سرعت فعالیت

۲۳- فعال ترین خانواده هورمون های استروژنی در زنان چه نام دارد؟

۱. استرادیول
۲. پروژسترون
۳. تستوسترون
۴. هورمون رشد

۲۴- متوسط افزایش سرعت قد در پسران تا چه سنی تحقق می یابد؟

۱. ۱۵ سالگی
۲. ۱۷ سالگی
۳. ۱۲ سالگی
۴. ۲۰ سالگی

۲۵- در کدامیک از ورزش ها انحراف پیشرفت طبیعی بلوغ در صفات ثانویه جنسی دیده می شود؟

۱. بسکتبال
۲. دو
۳. ژیمناستیک
۴. شنا

۲۶- کدام گزینه به عنوان حلقه ارتباطی میان تمرین ورزشی، موقعیت های تغذیه ای و عملکرد تولید مثلی؛ نقش کلیدی دارد؟

۱. انسولین
۲. لپتین
۳. LH
۴. FSH

۲۷- یکی از عوامل محدود کننده عملکرد ورزشی استقامتی که موجب خستگی می شود؟

۱. کاهش استروژن
۲. افزایش تستوسترون
۳. افزایش اکسیژن مصرفی
۴. تخلیه ذخایر گلیکوژن

۲۸- به هنگام فعالیت ورزشی بیشینه مقادیر لاکتات در کدام یک از موارد بیشتر می باشد؟

۱. کودکان
۲. مردان
۳. زنان
۴. نوجوانان

۲۹- تغییراتی که هنگام تکامل فرد از وضعیت نابالغ تا وضعیت زیستی بالغ شده رخ می دهد، چه می گویند؟

۱. فیزیولوژی
۲. تبار زایی
۳. هستی زایی
۴. رشد

۳۰- آنزیم مهم زنجیره انتقال الکترونی در فرآیند سوخت و ساز چه نام دارد؟

۱. سیترات سنتاز
۲. دی هیدروژناز
۳. اپی نفرین
۴. سیتو کروم اکسیداز

شماره سوال	پاسخ صحيح	وضعيت كليد
1	ج	عادي
2	ب	عادي
3	ج	عادي
4	د	عادي
5	ج	عادي
6	ب	عادي
7	ب	عادي
8	ج	عادي
9	ج	عادي
10	ج	عادي
11	ب	عادي
12	الف	عادي
13	د	عادي
14	د	عادي
15	د	عادي
16	ب	عادي
17	ج	عادي
18	الف	عادي
19	ب	عادي
20	د	عادي
21	ج	عادي
22	ب	عادي
23	الف	عادي
24	ج	عادي
25	ج	عادي
26	ب	عادي
27	د	عادي
28	ج	عادي
29	ج	عادي
30	د	عادي