

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: آسیب شناسی ورزشی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی) ۱۳۱۵۰۳۳

۱- مدت زمان لازم بین پارگی عضله و بهبود ورزشکار متغیر بوده و بین ..... تا ..... هفته می باشد که بسته به وسعت و نوع ضایعه متفاوت است؟

۱. ۶-۴      ۲. ۱۶-۳      ۳. ۱۲-۶      ۴. ۱۶-۱۰

۲- کدام مورد زیر، دلیل اصلی و پس کشیدن دست یا پا در هنگام تماس با یک جسم تیز و برنده یا داغ می باشد؟

۱. پاسخ ارادی      ۲. انقباض عضلانی      ۳. دستور از قشر مغز      ۴. رفلکس عضلانی

۳- در کدام پارگی انقباض همراه با درد خواهد بود؟

۱. پارگی ناکامل      ۲. پارگی جزئی      ۳. پارگی خفیف      ۴. پارگی متوسط

۴- کدام فاکتور در پارگی عضله تاثیر ندارد؟

 ۱. عضله خسته      ۲. عضله ای که دچار بافت فیبروز شده است  
 ۳. عضله ای که دارای دامنه حرکتی زیاد است      ۴. عضله در معرض سرما

۵- کدام ویژگی تاندون به مرور زمان کاهش یافته و سبب ایجاد ضایعه می شود؟

۱. قدرت الاستیسیته      ۲. فیبر کلاژن      ۳. عروق خونی      ۴. متابولیسم

۶- در کدام هماتوم فشار و تورم به سرعت در منطقه بالا می رود و باعث درد و محدودیت حرکتی می شود؟

۱. هماتوم داخل عضله      ۲. هماتوم بین عضله      ۳. هماتوم تاندون      ۴. خونمردگی

۷- کدام تاندون از جمله تاندونهایی است که دچار هر دو نوع پارگی کامل و ناکامل حاد و مزمن می شود؟

۱. فوق خاری      ۲. سه سر      ۳. کشکک      ۴. آشیل

۸- بیشترین صدمه در رشته ورزشی کاراته کدام است؟

 ۱. ضرب دیدگی و کوفتگی      ۲. زخم و جراحت  
 ۳. شکستگی و ترک خوردگی      ۴. کشیدگی و پارگی

۹- تورم شانه پرتاب کننده ها بعلت ..... است.

 ۱. دررفتگی شانه      ۲. کشیدگی چرخش دهنده های بازو  
 ۳. پارگی عضلات شانه ای      ۴. کوفتگی چرخش دهنده های شانه

۱۰- ورزشکاران به هنگام تمرینات پیش از فصل مسابقات روزانه به چه میزان انرژی نیاز دارند؟

۱. ۵۰۰۰-۳۰۰۰ کالری      ۲. ۵۰۰۰-۴۰۰۰ کالری      ۳. ۶۰۰۰-۴۰۰۰ کالری      ۴. ۶۰۰۰-۳۰۰۰ کالری

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: آسیب شناسی ورزشی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی) ۱۳۱۵۰۳۳

۱۱- مشخص ترین علامت التهاب عضله فوق خاری در کدام وضعیت، بین زاویه ۱۲۰-۸۰ درجه باز می باشد؟

۱. چرخش داخلی      ۲. چرخش خارجی      ۳. آبداکشن      ۴. آداکشن

۱۲- اولین مرحله در احیای قلبی-ریوی کدام است؟

۱. شروع ماساژ قلبی      ۲. شروع احیای تنفسی      ۳. لمس نبض کاروتید      ۴. باز بودن راه هوایی

۱۳- شایع ترین دررفتگی در کدام مفصل اتفاق می افتد؟

۱. مفصل مچ پا      ۲. مفصل شانه      ۳. مفصل مچ دست      ۴. مفصل زانو

۱۴- پارگی کدام مینیسک شایع تر است و علت اصلی پارگی در هنگام خم شدن و باز شدن زانو چیست؟

۱. مینیسک داخلی - حرکات پیچشی      ۲. مینیسک خارجی - حرکات پیچشی  
۳. مینیسک داخلی - ضربات مستقیم      ۴. مینیسک خارجی - ضربات مستقیم

۱۵- در کدام استخوانهای مچ دست، دررفتگی هم به سمت جلو و هم به سمت پشت می تواند اتفاق بیافتد؟

۱. ناوی      ۲. هلالی      ۳. هرمی      ۴. چنگکی

۱۶- کدامیک از موارد زیر در ساعات اولیه بروز صدمه نباید مورد استفاده قرار گیرد؟

۱. سرما درمانی      ۲. آتل      ۳. گرما درمانی      ۴. بانداژ

۱۷- علت اصلی کوفتگی حاد در عضلات فعال چیست؟

۱. فقدان جریان خون      ۲. فقدان اکسیژن      ۳. فقدان آب کافی      ۴. فقدان قدرت

۱۸- شرط اصلی درمان شکستگی، در کدامیک از استخوانهای زیر؛ بی حرکت نگهداشتن عضو است؟

۱. ترقوه      ۲. دنده های فوقانی قفسه سینه      ۳. ساعد      ۴. جناغ سینه

۱۹- کدام گزینه بیان کننده اصطلاح Intramuscular Hematom می باشد؟

۱. تجمع خون در حد فواصل بین دستجات عضلانی و خون از فاسیای عضله خارج شده است  
۲. تجمع خون در حد فواصل تارهای عضلانی یک عضله واحد  
۳. تجمع خون بصورت یک کیسه در عضله  
۴. خروج هموگلوبین از سطح عروق خونی

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: آسیب شناسی ورزشی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی) ۱۳۱۵۰۳۳

۲۰- حرکت آبداکشن زانو باعث آسیب دیدگی کدام لیگامنت می شود؟

- ۰۱ پارگی لیگامنت داخلی  
۰۲ پارگی لیگامنت خارجی  
۰۳ پارگی لیگامنت ACL  
۰۴ پارگی لیگامنت PCL

۲۱- پارگی کدام لیگامنت همراه با پارگی کپسول مفصلی و رباطهای متقاطع می باشد؟

- ۰۱ پارگی لیگامنت خارجی  
۰۲ پارگی لیگامنت ACL  
۰۳ پارگی لیگامنت داخلی  
۰۴ پارگی لیگامنت PCL

۲۲- لیگامنت متقاطع خلفی در زانو از چه حرکتی جلوگیری می کند؟

- ۰۱ جلوگیری از حرکت آبداکشن  
۰۲ جلوگیری از حرکت آداکشن  
۰۳ جلوگیری از حرکت لغزش خلفی درشت نی و ران  
۰۴ جلوگیری از حرکت لغزش قدامی درشت نی و ران

۲۳- حالتی که آسیب تمام اجزاء و عناصر تشکیل دهنده یک مفصل را تحت الشعاع قرار می دهد، کدام است؟

- ۰۱ پارگی  
۰۲ له بیدگی  
۰۳ دررفتگی  
۰۴ خونمردگی

۲۴- التهاب عضله فوق خاری در محل چسبندگی، بین ورزشکاران کدام رشته شایعتر است؟

- ۰۱ شنا  
۰۲ وزنه برداری  
۰۳ فوتبال  
۰۴ گلف

۲۵- منبع انرژی در فعالیتهایی مثل جاکینگ که حرکات و انقباض ها در زیر سطح تحمل و قدرت عضله است، چیست؟

- ۰۱ قند و چربی  
۰۲ قند و پروتئین  
۰۳ چربی و پروتئین  
۰۴ قند

۲۶- کشیدگی تاندون ها و عضلات در دختران نسبت به پسران ..... و در اندام تحتانی نسبت به اندام فوقانی .....

- ۰۱ بیشتر - کمتر  
۰۲ بیشتر - بیشتر  
۰۳ کمتر - کمتر  
۰۴ کمتر - بیشتر

۲۷- از بین انگشتان دست، کدام انگشت بیشتر مستعد اسپرین می باشد؟

- ۰۱ انگشت اول  
۰۲ انگشت میانی  
۰۳ انگشت سیابه  
۰۴ انگشت شست

۲۸- در انجام تمرینات قدرتی، وزنه ای را باید انتخاب کرد که بتوان چند بار تکرار کرد؟

- ۰۱ ۸-۱۰ بار  
۰۲ ۸-۱۲ بار  
۰۳ ۶-۸ بار  
۰۴ ۴-۸ بار

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: آسیب شناسی ورزشی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی) ۱۲۱۵۰۳۳

۲۹- کدام نوع شکستگی در استخوانهای اطفال رخ می دهد؟

- |                |                         |
|----------------|-------------------------|
| ۰۱ شکستگی باز  | ۰۲ شکستگی ترکه ای       |
| ۰۳ شکستگی مرکب | ۰۴ شکستگی ناشی از استرس |

۳۰- علت اصلی بروز عارضه Tennis Elbow کدام است؟

- |                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| ۰۱ التهاب تاندون های خم کننده ساعد  | ۰۲ تجمع بافت فیبروز در عضله خم کننده مچ دستی کوتاه |
| ۰۳ التهاب عضله راست کننده بزرگ ساعد | ۰۴ التهاب در منشاء عضلات راست کننده مشترک دست      |