

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۵۱

۱- افزایش در اندازه عضله را چه می نامند؟

- ۰۱ هیپوتروفی ۰۲ هایپر ترومی ۰۳ میوفیبریل ۰۴ هیپر تروفی

۲- کدام گزینه از سیستم های انرژی زا زیستی نمی باشند؟

- ۰۱ فسفاژن ۰۲ گلیکولیتیک ۰۳ اکسایشی ۰۴ میتوکندریایی

۳- کدام یک از یون ها به پروتئین تروپونین متصل می شود و باعث تغییر آرایش در مولکول تروپومیوزین می شود؟

- ۰۱ کلسیم ۰۲ پتاسیم ۰۳ سدیم ۰۴ منیزیم

۴- در تارهای عضلانی نوع IIa، کدام یک از موارد به مقدار زیادی حادث می گردد؟

- ۰۱ فعالیت اکسیداتیو ۰۲ تراکم میتوکندریایی ۰۳ فعالیت گلیکولیتیک ۰۴ محتوای میوگلوبین

۵- ترشح کدام یک از هورمون های ذیل بر اثر سازوکار بازخورد مثبت صورت می گیرد؟

- ۰۱ انسولین ۰۲ گلوکاگن ۰۳ رشد ۰۴ اکسی توسین

۶- تولید AMP حلقوی از ATP، توسط کدام آنزیم کاتالیز می شود؟

- ۰۱ آدنوزین تری فسفاتاز ۰۲ آدنیلات سیکلاز

- ۰۳ هگزوکیناز ۰۴ گلیکوژن سنتتاز

۷- هورمون تستوسترون تحت تاثیر چه هورمونی از سن ۱۰ تا ۱۳ سالگی به یکباره افزایش می یابد؟

- ۰۱ محرک تیروئیدی ۰۲ اکسی توسین ۰۳ اپی نفرین ۰۴ لوتئینی

۸- کدام یک مربوط به اعمال فیزیولوژیک اصلی هورمون رشد می باشد؟

- ۰۱ کاهش سنتز پروتئین ۰۲ افزایش مصرف گلوکز

- ۰۳ افزایش مصرف اسیدهای چرب ۰۴ کاهش تحریک رشد غضروف

۹- غلظت کاتکولامین ها هنگام فعالیت های ورزشی استقامتی و مقاومتی به ترتیب چه تغییری می کنند؟

- ۰۱ افزایش- کاهش ۰۲ افزایش- افزایش ۰۳ کاهش- افزایش ۰۴ کاهش- کاهش

۱۰- قوی ترین منقبض کننده عضلات صاف عروقی کدام یک از هورمون های ذیل است؟

- ۰۱ آلدسترون ۰۲ آنژیوتانسین ۰۳ تیروکسین ۰۴ آنتی دیورتیک

۱۱- بتا اکسیداسیون مربوط به فرآیندهای سوخت و سازی کدام یک از مواد مغذی است؟

- ۰۱ کربوهیدرات ۰۲ چربی ۰۳ پروتئین ۰۴ ویتامین

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۵۱

۱۲- تفاوت بین حجم پایان دیاستولی و حجم پایان سیستولی چه نام دارد؟

۱. برون ده قلبی ۲. کسر تزریقی ۳. حجم ضربه ای ۴. دیاستازیس

۱۳- گره پیش آهنگ مربوط به کدام یک از بخش های سیستم هدایتی قلب می باشد؟

۱. گره سینوسی دهلیزی ۲. گره دهلیزی بطنی
۳. مسیره های بین گره ای ۴. رشته های پورکنژ

۱۴- بیشترین میزان حمل CO₂ در خون، توسط کدام یک از موارد زیر می باشد؟

۱. کربامینو هموگلوبین ۲. محلول در پلاسما ۳. یون بی کربنات ۴. میوگلوبین

۱۵- کدام یک از موارد در خصوص مانور والسالوا صحیح است؟

۱. افزایش EDV ۲. افزایش پس بار
۳. افزایش فشار ترا دیواره ای عروق مغزی ۴. افزایش فشار درون آنورتی

۱۶- ائوزینوفیلها جزء کدام دسته از سلول های سیستم ایمنی به حساب می آیند؟

۱. سلول های T ۲. سلول های B ۳. لکوسیت ها ۴. لیزوزوم

۱۷- کدام یک از سلول ها را مولکول های مجموعه بافت سازگاری اصلی می نامند؟

۱. سلول های B ۲. سلول های T ۳. سلول های NK ۴. سلول های CD

۱۸- عامل نکروز توموری (TNF) توسط کدام یک از موارد تولید می شود؟

۱. ماکروفاژها و سلول های T ۲. سلول های B و سلول های NK
۳. سلول های B و CD4 ۴. سلول های NK و سلول های T انتهایی

۱۹- URTI در کدام یک از رویدادهای ورزشی شیوع بیشتری دارد؟

۱. وزنه برداران ۲. دوهای ۱۰۰ متر ۳. کشتی گیران ۴. دوی فوق ماراتون

۲۰- هنگام فعالیت ورزشی در یک محیط داغ و مرطوب دفع گرما به چه طریقی به شدت کاهش می یابد؟

۱. هدایت ۲. تشعشع ۳. انتقال ۴. تبخیر

۲۱- کدام یک از بیماری های گرمایی به ندرت در ورزشکاران آماده رخ می دهد و علت آن نیز به وجود آمدن یک حوضچه خون

در رگ های اندام ها و پوست است؟

۱. گرمزدگی فعالیتی ۲. سنکوب گرمایی ۳. گرما درماندگی ۴. گرماگرفتگی ها

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۵۱

۲۲- پوشیدن جوراب های ضخیم یا استفاده از پوتین یا کفش کاملاً چفت پا، موثرترین اقدام پیشگیرانه ویژه کدام یک از آسیب های سرمایی می باشد؟

۱. کم گرمایی ۰۲. یخ زدگی ۰۳. پای غوطه ور ۰۴. سرما زدگی

۲۳- کاهش حجم ضربه ای هنگام فعالیت ورزشی در ارتفاع ناشی از چه چیزی می باشد؟

۱. کاهش حجم پلاسما ۰۲. کاهش تواتر قلبی
۳. کاهش برون ده قلبی ۰۴. کاهش دفع ادرار

۲۴- در شرایط هایپوکسی میزان ترشح کدام یک از هورمون ها افزایش می یابد؟

۱. لوئین ۰۲. تستسترون ۰۳. گلوکاگن ۰۴. اریتروپویتین

۲۵- افزایش چگالی مویرگی ناشی از قرار گرفتن در معرض ارتفاع ناشی از چه چیزی است؟

۱. افزایش تعداد مویرگ های موجود در تار ۰۲. هایپرتروفی عضله
۳. افزایش میزان آنزیم های اکسیداتیو ۰۴. آتروفی عضله

۲۶- کدام یک از اصول تمرینی به افزایش عملکردی گفته می شود که با میزان تجربه تمرینی فرد در ارتباط است؟

۱. اصل ویژگی ۰۲. اصل اضافه بار ۰۳. اصل فردیت ۰۴. اصل کاهش بازده

۲۷- کدام یک از تمرینات شامل انقباضات عضلانی در سرعت زاویه ای ثابت می باشد؟

۱. تمرینات ایزومتریک ۰۲. تمرینات مقاومتی متغیر
۳. تمرینات استنریک ۰۴. تمرینات ایزوکنیتیک

۲۸- کدام دسته از تمرینات، احتمالاً موثرترین روش تمرینی در گسترش عملکرد توانی می باشد؟

۱. تمرینات استقامتی ۰۲. تمرینات پلايومتریك
۳. تمرینات مقاومتی سنتی ۰۴. تمرینات بالستیک

۲۹- کدام ماده نیروزا از اسید آمینه لوسین مشتق می شود و در میان اندام پروران مشهور به آثار آنابولیکی و لیپولیتیکی می باشد؟

۱. کلن بوتترول ۰۲. کافئین
۳. بتا هیدروکسی - بتا متیل بوتیرات ۰۴. بی کربنات سدیم



سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۵۱

۳۰- کدام یک از خطرهای بهداشتی وابسته به مصرف آنابولیک استروئیدها می باشد؟

۲. کاهش فشار خون

۱. افزایش HDL

۴. افزایش کلسترول

۳. افزایش تعداد اسپرم ها

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