

سری سوال: یک ۱

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰: تشریحی: ۰:

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

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

- ۱- کدام تار، ظرفیت هر دو نوع سوخت و ساز هوازی و بی هوازی را دارد؟  
 ۱. نوع II ۲. نوع I ۳. IIa ۴. 1/2 IIb
- ۲- کدام نوع تار عضلانی در هنگام انقباض به میزان بیشتری کوتاه می شود؟  
 ۱. اکتین ۲. میوزین ۳. صفحات Z ۴. صفحات T
- ۳- کدام هورمون سنتز پروتئین در سلولها را زیاد می کند؟  
 ۱. گلوکوکورتیکوئیدها ۲. مینرالو کورتیکوئیدها  
 ۳. کاتکولامینها ۴. عوامل رشدی شبه انسولین
- ۴- کدام غده، با ترشح هورمون محرک تیروئیدی، تولید هورمون تیروئیدی از غده تیروئید را تحریک می کند؟  
 ۱. غده پارا تیروئید ۲. غده تیروئید ۳. غده هیپوفیز خلفی ۴. غده هیپوفیز قدامی
- ۵- کدام یک نقش فیزیولوژیکی تستوسترون را شرح نمی دهد؟  
 ۱. کنترل اسپرماتوزون ۲. گسترش مردانه شدن صدا  
 ۳. تهاجمی نشدن رفتار ۴. رشد عضله
- ۶- اعمال فیزیولوژیکی اصلی GH کدام است؟  
 ۱. کاهش سنتز گلیکوژن ۲. افزایش مصرف گلوکز  
 ۳. کاهش لیپولیز ۴. کاهش سنتز پروتئین
- ۷- پس از فعالیتهای ورزشی هوازی شدید مقدار IGF چه تغییری می کند؟  
 ۱. خیلی زیاد افزایش می یابد ۲. هم افزایش هم عدم تغییر  
 ۳. کاهش می یابد و تغییر کمی دارد ۴. خیلی کم افزایش می یابد
- ۸- انسولین در کدام اندام متابولیسم گلوکز را تنظیم نمی کند؟  
 ۱. عضله ۲. مغز ۳. شش ۴. قلب
- ۹- کدام گزینه عمل اصلی و فیزیولوژیکی کورتیزول را نشان می دهد؟  
 ۱. تحریک سنتز پروتئین ۲. مهار روند گلوکونئوزونز  
 ۳. کاهش تحلیل پروتئین در عضله ۴. تحریک روند گلیکولیز

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

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

۱۰- هنگام فعالیت ورزشی با شدت زیربیشینه، در ۱۵ دقیقه اول غلظت کدام هورمون افزایش بیشتری می یابد؟

۰۱. اپی نفرین      ۰۲. نور اپی نفرین      ۰۳. دوپامین      ۰۴. رشد

۱۱- کدام یک از موارد زیر به افزایش حساسیت و تحریک رهایش ADH منجر می شود؟

۰۱. کاهش حجم و کاهش اسمولاریته      ۰۲. کاهش حجم و افزایش اسمولاریته  
۰۳. افزایش حجم و افزایش اسمولاریته      ۰۴. افزایش حجم و کاهش اسمولاریته

۱۲- سنتز مجدد PC در ابتدا چه باز یافتی دارد؟

۰۱. باز یافت سریع      ۰۲. باز یافت آهسته تر      ۰۳. باز یافت متوسط      ۰۴. هیچ باز یافتی ندارد

۱۳- اگر گلیکولیز با تجزیه گلوکز آغاز شود، چند مولکول خالص تولید می شود؟

۰۱. ۲ مولکول خالص      ۰۲. ۱ مولکول خالص      ۰۳. ۳ مولکول خالص      ۰۴. ۴ مولکول خالص

۱۴- کدام یک از آنزیم های زیر، جز آنزیم های گلیکولیتیک نمی باشد؟

۰۱. لاکتات دهیدروژناز      ۰۲. فسفوریلاز  
۰۳. سوکسینات دهیدروژناز      ۰۴. فسفوفروکتوکیناز

۱۵- در مرحله دیاستازیس چه مقدار خون به درون بطن وارد می شود؟

۰۱.  $\frac{1}{3}$       ۰۲.  $\frac{1}{5}$       ۰۳.  $\frac{2}{3}$       ۰۴. کامل

۱۶- حجم پایان دیاستولی در سازگاری های ورزشی در تمرینات استقامتی و مقاومتی به ترتیب چه تغییری می کند؟

۰۱. کاهش، بدون تغییر      ۰۲. افزایش، کاهش      ۰۳. افزایش، بدون تغییر      ۰۴. کاهش، کاهش

۱۷- هورمون های عصبی با افزایش فعالیت چه بخشی تواتر قلبی را زیاد می کند؟

۰۱. مسیرهای بین گره ای      ۰۲. رشته پورکنژ  
۰۳. گره سینوسی دهلیزی      ۰۴. گره دهلیزی بطنی

۱۸- این که در مخلوط گاز، هر گاز فشاری متناسب با غلظت خودش اعمال می کند را چه گویند؟

۰۱. فشار هوای درون ریه      ۰۲. فشار سهمی      ۰۳. فشار سینوسی      ۰۴. فشار بارومتریک

۱۹- هنگام فعالیت ورزشی مقاومتی، فشار های سیستول و دیاستول چه تغییری می کنند؟

۰۱. هردو زیاد می شوند      ۰۲. هردو خیلی کم می شوند  
۰۳. سیستول زیاد، دیاستول کم می شود      ۰۴. سیستول کم، دیاستول زیاد می شود

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰: تشریحی: ۰:

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

رشته تحصیلی/گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۳۱۵۰۵۱

۲۰- تواتر قلبی در ورزشکاران استقامتی در زمان استراحت و تمرین بیشینه به ترتیب چه تغییری می کند؟

۱. کاهش می یابد، تغییری نمی کند  
 ۲. افزایش می یابد، تغییری نمی کند  
 ۳. کاهش می یابد، کاهش می یابد  
 ۴. افزایش می یابد، افزایش می یابد

۲۱- قطر بطن چپ در سازگارهای ریختی در تمرینات استقامتی و مقاومتی به ترتیب چه تغییری می کند؟

۱. کاهش، بدون تغییر  
 ۲. افزایش، افزایش  
 ۳. افزایش، کاهش  
 ۴. بدون تغییر، کاهش می یابد

۲۲- هنگام فعالیت‌های ورزشی بیشینه ای ظرفیت حیاتی و حجم باقی مانده به ترتیب چه تغییری می کند؟

۱. افزایش، کاهش  
 ۲. کاهش، کاهش  
 ۳. افزایش، افزایش  
 ۴. افزایش، افزایش

۲۳- افزایش پروتئین‌های پلاسما در خون باعث چه چیز می شود؟

۱. کمتر شدن فشار اسمزی، آزاد شدن مایعات در خون  
 ۲. بیشتر شدن فشار اسمزی، آزاد شدن مایعات در خون  
 ۳. کمتر شدن فشار اسمزی، احتباس مایعات در خون  
 ۴. بیشتر شدن فشار اسمزی، احتباس مایعات در خون

۲۴- در کدام نوع فعالیت ورزشی عفونت دستگاه تنفسی فوقانی شایع تر است؟

۱. جاگینگ  
 ۲. اسب سواری  
 ۳. شنا  
 ۴. ماراتون

۲۵- کدام یک از ایموگلوبین های زیر، عمدتاً در ترشحات موکوسی یافت می شود؟

۱. IgE  
 ۲. IgD  
 ۳. IgM  
 ۴. IgG

۲۶- با افزایش میزان تعریق به ترتیب حجم خون و تونیسیت پلاسما چه تغییری می کند؟

۱. کاهش- افزایش  
 ۲. افزایش- افزایش  
 ۳. افزایش- کاهش  
 ۴. کاهش- کاهش

۲۷- کدام مورد زیر، از مشخصات سرمازخم نمی باشد؟

۱. انقباض عروق خونی  
 ۲. تورم زیر جلدی  
 ۳. انبساط عروق خونی  
 ۴. خیز

۲۸- فردی که به ورزش در ارتفاعات می پردازد، به ترتیب بنا به آهنگ تهویه، دهیدراسیون چه می شود؟

۱. کمتر- زیادت  
 ۲. بیشتر- زیادت  
 ۳. کمتر- کمتر  
 ۴. بیشتر- کمتر

۲۹- کدام اصل به این معنا است که در جریان یک برنامه تمرینی، سازگارهایی به وجود می آید که متناسب با شدت یا حجم

تمرین تغییر می کند؟

۱. اصل اضافه بار  
 ۲. اصل پیشرفت  
 ۳. اصل ویژگی  
 ۴. اصل کاهش بازده



سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

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

۳۰- کدام یک از ترکیبات دارویی، گیرنده های بتا-آدرنرژیک را مسدود می کند؟

۴. بتا-هیدروکسی

۳. بتا-متیل بوتیرات

۲. افدرین

۱. بتا-بلاکرها