



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: حرکات اصلاحی

رشته 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، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۳۱۵۰۱۱

۱- کدام گزینه تخمین افراد با وضعیت طبیعی نسبت به غیر طبیعی را نشان می دهد؟

- ۰۱ یک پنجم ۰۲ چهار پنجم ۰۳ ۶۰ درصد ۰۴ ۹۰ درصد

۲- کدام مورد به صورت مقطعی وضعیت کلی بدن را تحت تاثیر قرار می دهد؟

- ۰۱ ناهنجاریهای مادرزادی ۰۲ معلولیت قطع عضو
۰۳ بیماری و خستگی ۰۴ نژاد و سنت

۳- چه نوع از اختلالات با حرکات اصلاحی قابل درمان نیست؟

- ۰۱ کارکردی ۰۲ ساختمانی ۰۳ اختلال مقطعی ۰۴ اختلالات موقتی

۴- بیماری کاهش حجم عضله و کاهش قدرت عضلانی، پیامد کدام گزینه می باشد؟

- ۰۱ فعالیت بیش از حد ۰۲ پرخوری بیش از نیاز
۰۳ کمبود حرکت ۰۴ عدم هماهنگی عصب و عضله

۵- در چه سنی میزان کاهش انعطاف بدنی مشهودتر است؟

- ۰۱ ۱-۲ سالگی ۰۲ ۱۱-۱۴ سالگی ۰۳ ۱۹-۲۱ سالگی ۰۴ ۳۲-۳۶ سالگی

۶- کدام گزینه را با رعایت بهداشت حرکتی و روانی حتی تا ۳۰ سال می توان کاهش داد؟

- ۰۱ سن فیزیولوژیکی ۰۲ سن تقویمی ۰۳ قدرت بدنی ۰۴ افزایش چربی

۷- در کدام عارضه استخوان های دوم و سوم و چهارم کف پا پائین می افتند؟

- ۰۱ هالوکس والگوس ۰۲ کف پای گود ۰۳ واروس ۰۴ پای پهن

۸- علت کاهش قد در کهن سالی چیست؟

- ۰۱ خمیدگی استخوان ها ۰۲ درهم فرورفتگی استخوان ها
۰۳ فشردگی دیسک بین مهره ها ۰۴ کاهش ضخامت عضله ها

۹- هنگام تولد ستون فقرات چند انحنا دارد؟

- ۰۱ یک ۰۲ دو ۰۳ سه ۰۴ چهار

۱۰- نقش کدام گزینه در ماههای اول تولد در شکل گیری صحیح ستون فقرات کودک بسیار مهم است؟

- ۰۱ نوع نژاد ۰۲ نوع جنسیت ۰۳ نوع پوشش نوزادی ۰۴ نوع فعالیت کودک



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: حرکات اصلاحی

رشته 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، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۳۱۵۰۱۱

۱۱- در بررسی ستون فقرات از نمای جانبی یا کناری، کدام قوس ها قابل مشاهده می باشد؟

- ۰۱ گردن - پشت
۰۲ سر - سینه - دم
۰۳ سینه - کمر - پشت - دم
۰۴ گردن - پشت - کمر - خاجی

۱۲- کدام مورد روشهای بررسی ستون فقرات می باشد؟

- ۰۱ مشاهده - لمس - استفاده از خط شاقولی
۰۲ علامتگذاری - استفاده از پاندول - استانداردسازی
۰۳ ایجاد کشش و انعطاف و اندازه گیری زاویه ها
۰۴ رادیوگرافی - ام آر آی - سی تی اسکن

۱۳- در بررسی ستون فقرات از پهلو به کدام مورد پرداخته می شود؟

- ۰۱ فاصله مهره ها
۰۲ ناهنجاری های طرفی
۰۳ قوس های ستون فقرات
۰۴ فشردگی دیسک ها

۱۴- دامنه حرکتی طبیعی ستون فقرات در خم شدن به عقب (هایپر اکستنشن) چند درجه می باشد؟

- ۰۱ ۹۵ درجه
۰۲ ۳۰ درجه
۰۳ ۵ درجه
۰۴ ۱ درجه

۱۵- انحنای بیش از حد طبیعی گردن چه نامیده می شود؟

- ۰۱ کیفوز
۰۲ سیتروز گردنی
۰۳ لوردوز گردنی
۰۴ کانفورماتیس

۱۶- نوع شدید پشت گرد یا کیفوز چه نام دارد؟

- ۰۱ گوژپشت برگشت پذیر
۰۲ قوز
۰۳ لوردوز
۰۴ پشت کاسه ای

۱۷- استفاده از سندلیهای پایه بلند در درازمدت، منجر به کدام عارضه می شود؟

- ۰۱ افزایش قوس کمر
۰۲ خستگی عضلات شانه
۰۳ قوس داخلی پا
۰۴ کیفوز سینه ای

۱۸- اسکولیوز چیست؟

- ۰۱ کاهش قوس کمری
۰۲ افزایش قوس کمری
۰۳ انحنای ستون فقرات به طرفین
۰۴ افتادگی گردن و چانه



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: حرکات اصلاحی

رشته 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، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۳۱۵۰۱۱

۱۹- برای تشخیص کدام عارضه از خط شاقولی استفاده می شود؟

۰۱. لوردوز ۰۲. کیفوز ۰۳. اسکولیوز ۰۴. گردپشتی

۲۰- ناهنجاری اسکولیوز بین ورزشکاران کدام رشته ورزشی شایعتر است؟

۰۱. شنا ۰۲. پرتاب نیزه ۰۳. کشتی ۰۴. تکواندو

۲۱- خوابیدن روی شکم چه عارضه ای ایجاد می کند؟

۰۱. انحنای طرفی ستون مهره ها ۰۲. افزایش گودی کمر
۰۳. مشکلات گوارشی ۰۴. محدودیت تنفس

۲۲- ارتفاع استاندارد صندلی برای هر فرد چقدر است؟

۰۱. یک سوم قد فرد ۰۲. یک چهارم قد فرد ۰۳. یک دوم قد فرد ۰۴. ارتباطی به قد ندارد

۲۳- زاویه بین پستی صندلی و نشیمنگاه فرد چقدر باید باشد؟

۰۱. ۲۵ درجه ۰۲. ۵۰ درجه ۰۳. حداکثر ۱۰۰ درجه ۰۴. حداقل ۱۸۰ درجه

۲۴- کدام عضله در اثر استفاده طولانی مدت کفش پاشنه بلند دچار کوتاهی و ضعف می شود؟

۰۱. کف پایي ۰۲. نعلی ۰۳. ساقی قدامی ۰۴. دوقلو

۲۵- در ناهنجاری پای کمائی کدام عضله کوتاه می شود؟

۰۱. کشنده پهن نیام ۰۲. دوسر رانی
۰۳. نزدیک کننده های ران ۰۴. پهن خارجی

۲۶- برخورد پنجه ها و قوزک پاها در حین دویدن، از عوارض کدام ناهنجاری است؟

۰۱. شست کج ۰۲. پای کمائی ۰۳. پشت صاف ۰۴. والگوم زانو

۲۷- علت ایجاد عارضه کف پای صاف در حرفه هایی مثل آرایشگری و دندانپزشکی چیست؟

۰۱. کاهش قوس عرضی پا ۰۲. ارث از والدین
۰۳. سرپا ایستادن طولانی و ثابت ۰۴. پوشیدن کفش های پاشنه بلند و تنگ



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: حرکات اصلاحی

رشته 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، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۳۱۵۰۱۱

۲۸- در تشخیص کدام عارضه از روش پدوگرافی استفاده می شود؟

۰۱ کف پای صاف ۰۲ کیفوز ۰۳ والگوم ۰۴ کف پای گود

۲۹- در عارضه کف پای صاف ارتفاع پاشنه کفش چقدر باید باشد؟

۰۱ زیر ۱۰-۸ سانتی متر ۰۲ بیش از ۵ سانتی متر ۰۳ بدون پاشنه ۰۴ ۲ تا ۴ سانتی متر

۳۰- در حالت طبیعی کدام گزینه متحمل وزن بدن است؟

۰۱ استخوان های ۴ و ۵ کف پا ۰۲ سر قدامی استخوان های ۱ و ۵ کف پا
۰۳ پاشنه ، پنجه و مچ ۰۴ انگشتان شست ، کنار خارجی پا و پاشنه