



402D

402

D

نام

نام خانوادگی

محل اقامت



عصر پنج شنبه  
۹۱/۱۱/۱۹

اگر دانشگاه اصلاح شود مملکت اصلاح می شود.  
امام خمینی (ره)

جمهوری اسلامی ایران  
وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
سازمان سنجش اموزش کشور

## آزمون ورودی دوره‌های کارشناسی ارشد نایبیوسته داخل – سال ۱۳۹۲

مجموعه تربیت بدنی و علوم ورزشی – کد ۱۱۰۶

تعداد سوال: ۱۵۰

مدت پاسخگویی: ۱۲۰ دقیقه

عنوان مواد امتحانی، تعداد و شماره سوالات

ردیف	مواد امتحانی	تعداد سوال	از شماره	تا شماره
۱	زبان عمومی و تخصصی	۲۰	۱	۲۰
۲	فیزیولوژی و تغذیه ورزش	۲۰	۲۱	۴۱
۳	آمار، سنجش و اندازه‌گیری در تربیت بدنی	۲۰	۵۱	۷۱
۴	حرکت‌شناسی و بیومکانیک ورزشی	۲۰	۷۱	۹۱
۵	روشد و یادگیری حرکتی	۲۰	۹۱	۱۱۱
۶	حرکات اصلاحی و اسیب‌شناسی ورزشی	۲۰	۱۱۱	۱۳۱
۷	مدیریت سازمان‌ها و مسابقات ورزشی	۲۰	۱۳۱	۱۵۱

پیمن ماه سال ۱۳۹۱

استفاده از عاشقین حساب مجاز نمی‌باشد.



## Part A: Vocabulary

**Directions:** Choose the word or phrase (1), (2), (3), or (4) that best completes each sentence. Then mark the correct choice on your answer sheet.

- 1- We can ----- the power of the wind to generate electricity.  
 1) harness      2) justify      3) engender      4) obey
- 2- The discovery of DNA's double-helix structure by James D. Watson and Francis H. Crick reduced genetics to chemistry and laid the ----- for the next half a century of biology.  
 1) resources      2) spheres      3) distributions      4) foundations
- 3- Does some fine madness plague great artists? Several studies show that creativity and mood ----- are linked.  
 1) distinctions      2) disorders      3) encounters      4) violations
- 4- The teacher told Ted's mother that her son did not ----- as much interest in math as was expected of him.  
 1) fascinate      2) emphasize      3) manifest      4) incline
- 5- Blood vessels snake through our bodies, literally ----- our life's blood, their courses visible through our skin only as faint bluish tracks orropy cords.  
 1) revive      2) eroding      3) revolving      4) conveying
- 6- The remarkable physical transformation children undergo as they grow up is matched only by the ----- of their minds.  
 1) metamorphosis      2) illustration      3) presumption      4) reversion
- 7- The third basic theory of moral development puts the emphasis on intellectual growth, arguing that ----- and vice are ultimately a matter of conscious choice.  
 1) incentive      2) virtue      3) elegy      4) diagnosis
- 8- The court will require clear, ----- evidence before its decision can be changed.  
 1) widespread      2) eventual      3) flexible      4) cogent
- 9- They accused that European countries of ----- in their country's internal affairs.  
 1) exploiting      2) meddling      3) persisting      4) culminating
- 10- The first meeting will be in the City Hall, but all ----- meetings will be held in the school.  
 1) sufficient      2) former      3) subsequent      4) incipient

## Part B: Cloze Test

**Directions:** Read the following passage and decide which choice (1), (2), (3), or (4) best fits each space. Then mark the correct choice on your answer sheet.

How long can humans stay awake? The quick answer is 264 hours, or 11 days. In 1965 Randy Gardner,

a (11) -----, set this apparent world record as a science-fair project. Several other research subjects have remained awake for eight to 10 days in (12) -----. None experienced serious medical or psychiatric problems, but all showed progressive and significant deficits in concentration, motivation, (13) ----- and other higher mental processes. (14) -----, all returned to relative normalcy after one or two nights of sleep. Other anecdotal reports describe soldiers (15) ----- awake for four days in battle and unmedicated patients with mania going without sleep for three to four days.

- |  |  |
|--|--|
| 11- 1) high school 17-year-old student<br>3) student of high school aging 17       | 2) 17-year-old high school student<br>4) student in a 17-years-old high school |
| 12- 1) carefully monitored experiments<br>3) experiments with monitoring carefully | 2) monitored careful experiments<br>4) carefully monitoring experiments        |
| 13- 1) the way to perceive      2) perceiving                                      | 3) perception      4) to perceive  |
| 14- 1) Conversely      2) Accordingly  | 3) Nevertheless      4) Whereas  |
| 15- 1) staying      2) stayed  | 3) whose staying      4) those staying   |



## Reading Comprehension

**Directions:** Read the following passages and decide which choice (1), (2), (3) or (4) best fits each space. Then mark the correct choice on your answer sheet.

### PASSAGE 1:

Women's competition in sports has been frowned upon by many societies in the past. The English public-school background of organized sport in the 19th and early 20th century led to a paternalism that tended to discourage women's involvement in sports, with, for example, no women officially competing in the 1896 Olympic Games. The 20th century saw major advances in the participation of women in sports, although women's participation as fans, administrators, officials, coaches, journalists, and athletes remains in general less than men's. Mass involvement tends to favor sports such as swimming and aerobics, and tends to stress the competitive aspects less than men. The increase has been partly related to the drive for more women's rights. In the United States, female students participation in sports was significantly boosted by the Title 9 Act in 1972, preventing gender discrimination and equal opportunity for women to participate in sport at all levels. Pressure from sports funding bodies has also improved gender equality in sports. For example the Marylebone Cricket Club (MCC) and the Leander Rowing Club in England had both been male-only establishments since their founding in 1787 and 1818, respectively, but both opened their doors to female members at the end of the 20th century at least partially due to the requirements of the United Kingdom Lottery Sports Fund.

16- What does the passage mainly discuss?

- 1) Improved Gender Equality      2) Drive for More Women's Rights  
3) Women's Sports History      4) Sports Funding Bodies

17- According to the passage, many societies have formerly ----- women's rivalry in sports.

- 1) supported      2) disapproved      3) advocated      4) comprehended

18- One can infer from the passage that women's involvement in sports was ----- in the 19<sup>th</sup> century.

- 1) disastrous      2) supported      3) encouraged      4) hopeful

19- What was the cause for women's mass involvement in sports?

- 1) Attention to more women's rights  
2) Gender discrimination in the United States  
3) Giving unfair and unequal opportunity to women

4) Participating in sports such as swimming and aerobics

20- If the author is right, then female students' participation in sports in the US was ----- by the Title 9 Act in 1972.

- 1) ignored      2) discouraged      3) stopped      4) raised

21- What made MCC and LRC open their doors to female members at the end of the 20<sup>th</sup> century?

- 1) Funding bodies outside the Great Britain  
2) United Kingdom Lottery Sports Fund  
3) Cricket and Rowing clubs in England  
4) female-only establishments in and outside the country



**PASSAGE 2:**

The tradition of sports reporting attracting some of the finest writers in journalism can be traced to the coverage of sport in Victorian England, where several modern sports - such as association football, cricket, athletics and rugby - were first organized and codified into something resembling what we would recognize today.

Cricket, possibly because of its esteemed place in society, has regularly attracted the most elegant of writers. The Manchester Guardian, in the first half of the 20th Century, employed Neville Cardus as its cricket correspondent as well as its music critic. Cardus was later knighted for his services to journalism. One of his successors, John Arlott, who became a worldwide favorite because of his radio commentaries, was also known for his poetry.

The first London Olympic Games in 1908 attracted such widespread public interest that many newspapers assigned their very best-known writers to the event. The Daily Mail even had Sir Arthur Conan Doyle at the White City Stadium to cover the finish of the Marathon.

**22- What would the possible topic be for the above passage?**

- 1) Sports Journalism in England
- 2) London Olympic Games in 1908
- 3) Sport in Victorian England
- 4) Neville Cardus as Cricket Correspondent

**23- One can infer from the passage that the finest writers in journalism has \_\_\_\_\_ since Victorian England.**

- 1) engaged in sports reporting
- 2) engaged in several modern sports
- 3) been repelled by sports reporting
- 4) been repelled by several modern sports

**24- It is mentioned in the passage that sports such as association football, cricket, athletics and rugby were first \_\_\_\_\_ in Victorian England.**

- 1) started in schools
- 2) established
- 3) occupied by women
- 4) codified by children

**25- According to the passage, cricket has usually attracted the most elegant of writers possibly \_\_\_\_\_ in society.**

- 1) because of its regularity
- 2) because of its popularity
- 3) due to its degraded position
- 4) due to its respected position

**26- Why did many newspapers assign their best-known writers to the first London Olympic Games in 1908?**

- 1) Because the Daily Mail attracted the people's interest vastly.
- 2) Because Sir Arthur Conan Doyle covered the finish of the Marathon.
- 3) Because the event attracted the people's interest vastly.
- 4) Because the Daily Mail appointed Sir Arthur Conan Doyle as its correspondent.

**PASSAGE 3:**

The rise of the radio made sports journalism more focused on the live coverage of the sporting events. The first sports reporter in Great Britain, and one of the first sports reporters in the World, was an English writer Edgar Wallace, who made a report on the Epsom Derby on June 6, 1923 for the British Broadcasting Company.

In France, L'Auto, the predecessor of L'Equipe, had already played an equally influential part in the sporting fabric of society when it announced in 1903 that it would stage an annual bicycle race around the country. The Tour de France was born, and sports journalism's role in its foundation is still reflected today in the leading rider wearing a yellow jersey - the color of the paper on which L'Auto was published (in Italy, the Giro d'Italia established a similar tradition, with the leading rider wearing a jersey the same pink color as the sponsoring newspaper, La Gazzetta).



27- What does the passage mainly discuss?

- 1) World Sports Reporters      2) Role of Radio in Sports  
 3) Live Coverage of Sports      4) British Broadcasting Company

28- Which of the following is NOT mentioned about Edgar Derby in the passage?

- 1) He was an English writer.  
 2) He is one of the first reporters in the World.  
 3) He made a report on the Epsom Derby on June 6, 1923.  
 4) He focused on the live coverage of the sporting events.

29- According to the passage, L'Auto, the \_\_\_\_\_ of L'Equipe, had already played an equally influential part in the sporting fabric of society.

- 1) successor      2) inheritor      3) forerunner      4) descendent

30- One can infer from the passage that \_\_\_\_\_ the Tour de France.

- 1) the riders all wear a yellow jersey in  
 2) the riders all like the color of the paper in  
 3) sports journalism took the responsibility of  
 4) sports journalism had a part in the establishment of

## فیزیولوژی و تغذیه ورزش

در چرخه انتقالی، در چه صورتی واحدهای  $S_1$  میوزین به قطع و وصل دوره‌ای خود به آکتین ادامه می‌دهند؟(۱) خروج کلسم از سیتوزول به کیسه‌های انتهایی      (۲) فعالیت بین از حد  $Ca^{+2} - ATPase$ 

(۳) ادامه یافتن افزایش غلظت کلسم درون سلولی      (۴) ورود کلسم از مایع برون سلولی به درون سلول با افزایش فعالیت پایه‌ی عصب پاراسینهاتیک در ورزشکاران استقامتی، کدام تغییر امکان دارد؟

(۱) زمان پر شدن بطن‌ها کاهش می‌باید.      (۲) نوادر ایمپالس‌ها در گره AV کاهش می‌باید.

(۳) تأخیر هدایت ایمپالس‌ها در گره AV کاهش می‌باید.      (۴) سرعت تخلیه الکتریکی در گره SA افزایش می‌باید.

در کدام وضعیت RER را می‌توان با RQ برابر (معادل) گرفت؟

(۱) ورزش دراز مدت کمتر از ۹۰ دقیقه      (۲) اسیدوز متابولیک

(۳) بر تهیه‌ای      (۴) EPOC

علت کاهش غلظت هموگلوبین در ورزشکاران تمرین کرده چیست؟

(۱) کاهش آهن مصرفی      (۲) کاهش مصرف ویتامین C      (۳) افزایش کافری مصرفی      (۴) احتباس سدیم و آب

دفسفوریل‌اسیون کدام یورین توکلتوتید باعث الحاق RNA ناقل به مجموعه RNA بیک ریبوزومی می‌شود؟

(۱) ATP      (۲) GTP      (۳) ADP      (۴) GDP

قوی ترین محرك تهويه هنگام حبس نفس چیست؟

(۱) افزایش فشار سهمی اکسیژن حبابچهای      (۲) افزایش فشار سهمی دی‌اکسید کربن شریانی

(۳) افزایش فشار سهمی دی‌اکسید کربن حبابچهای      (۴) کاهش فشار سهمی اکسیژن حبابچهای

کدام جمله درباره میزان اوج نیترو در یک تکانه عضلانی صحیح است؟

(۱) با افزایش فعالیت پمپ کلسم افزایش می‌باید.

(۲) با افزایش فعالیت آنزیم استیل کولین استرار افزایش می‌باید.

(۳) با افزایش رهایش کلسم از شبکه سارکوپلاسمی افزایش می‌باید.

(۴) با طولانی‌تر شدن زمان پتانسیل عمل افزایش می‌باید.

عامل اصلی افزایش سریع ابعاد قلبی پس از سازگاری به تمرینات استقامتی کدام است؟

(۱) افزایش حجم بلاسما      (۲) افزایش کسر تزریقی      (۳) افزایش آلومین بلاسما      (۴) افزایش حجم بایان دیاستولی

نشانگر دقیق کاهش کراتین فسفات در فعالیت ورزشی شدید چیست؟

(۱) افزایش کراتین      (۲) افزایش فسفات‌های غیر الی ازاد

(۳) افزایش آدنوزین دی فسفات      (۴) افزایش آدنوزین منو فسفات

برای به حد اکثر رساندن سنتز گلیکوزن در ۲ ساعت اولیه دوره بازیافت، خوردن کدام غذا بهتر است؟

(۱) غذاهای با شاخص قندی زیاد      (۲) غذاهای آلومینیمی

(۳) غذاهای با شاخص قندی متوسط به همراه فیبر زیاد      (۴) غذاهای با شاخص قندی زیاد به همراه فیبر زیاد





- ۴۱ کدام آنژیم باعث افزایش تحریک کاتاپولیسم کربوهیدرات برای بازسازی ATP می‌شود؟  
 ۱) فسفوریلаз ۲) سوکسینات دهیدروژناز ۳) اندیلات سیکلار ۴) کراتین کیناز
- ۴۲ کدام پروتئین‌ها در ناحیه‌ی روشن سارکوم وجود دارند؟  
 ۱) ترولین، تیتن، تروپونین، تیتن، بروتونین ۲) ترودومیوزین، تیتن، بروتونین M  
 ۳) آتنین، تروپونین، بروتونین M ۴) میوزین، آکتین، بروتونین M  
 در یک فعالیت ورزشی استقامتی، حداقل محرک تمرینی اضافه بار جه زمانی به دست می‌آید؟  
 ۱) ص.ت زمان فعالیت ورزشی بیشتر از ۶۰ دقیقه + شدت فعالیت ورزشی بیشتر از ۶۰ درصد ضربان قلب ذخیره  
 ۲) ص.ت زمان فعالیت ورزشی بیشتر از ۶۰ دقیقه + شدت فعالیت ورزشی بیشتر از ۹۰ درصد  $V_{O_{2\text{max}}}$   
 ۳) ص.ت زمان فعالیت ورزشی بیشتر از ۱۵ دقیقه + شدت فعالیت ورزشی بیشتر از ۵۰ درصد  $HR_{\text{max}}$   
 ۴) ص.ت زمان فعالیت ورزشی بیشتر از ۱۵ دقیقه + شدت فعالیت ورزشی بیشتر از ۵۰ درصد  $V_{O_{2\text{max}}}$
- ۴۳ هنگام انجام یک آزمون ورزشی استقامتی، ۱۰ مولکول اکسیژن همراه با کربوهیدرات و ۵ مولکول اکسیژن همراه با جریبی مصرف شده است. میزان ATP مصروفی در این فعالیت حدوداً چه تعداد بوده است؟  
 ۱) ۷/۵ ۲) ۷۵ ۳) ۹۱ ۴) ۲۳۶
- ۴۴ کدام عامل سبب رهایش بیشتر ADH می‌شود؟  
 ۱) توقف رهایش پیشید سدیمی دهلیزی ۲) افزایش اسمولاریته و کاهش حجم بلاسم  
 ۳) افزایش آب و گسترش حجم بلاسم ۴) در ارتفاعات، شبک مؤثر انتشار اکسیژن و ضربان قلب ..... می‌باید.
- ۴۵ کدام ترکیب غذایی در ۱۰۰ گرم از یک ماده غذایی می‌تواند رزیم غذایی مناسب‌تری برای بازیکنان بسکتبال بعد از مسابقه باشد؟  
 ۱) ۴۰ گرم کربوهیدرات، ۲۰ گرم چربی، ۲۰ گرم بروتونین ۲) ۷۰ گرم کربوهیدرات، بدون چربی، ۴۰ گرم بروتونین  
 ۳) ۶۰ گرم کربوهیدرات، ۳۰ گرم چربی، ۱۰ گرم بروتونین ۴) ۶۰ گرم کربوهیدرات، ۱۰ گرم چربی، ۳۰ گرم بروتونین
- ۴۶ هنگام عمل بروونکوگرامی عضله، میزان جریان خون به سوی عضله ..... می‌باید که عامل اصلی آن را ..... می‌دانند.  
 ۱) کاهش - افزایش فشار درون عضلانی ۲) افزایش - کاهش فشار درون عضلانی  
 ۳) افزایش - افزایش بروون ده فلزی ۴) کاهش - افزایش انقباض عضلانی
- ۴۷ مقدار مطلق اکسیژن مصروفی اضافی پس از ورزش (EPOC) در کدام حالت بیشتر است؟  
 ۱) پس از دوی ماراثون ۲) پس از دوی ۸۰۰ متر ۳) پس از دوی ۱۰۰ متر ۴) پس از یک نوبت پرش طول
- ۴۸ عامل اولیه افزایش EDV هنگام فعالیت ورزشی کدام است?  
 ۱) تحریک کاتکولامینی میوکارد ۲) قانون لایлас  
 ۳) افزایش بیش بار ۴) قانون فرانک - استارلینگ

### آمار، سنجش و اندازه‌گیری در تربیت بدنی

- ۴۹ در صورتی که طبیعی بودن توزیع نظری نصرات یک گروه ۳۰ نفری توسط آزمون اکتشافی کلوموگروف - اس‌سی‌برنوف اثبات نشده باشد: از کدام آماره گرایش موكزی و پراکنده‌ی بیان و توصیف آماری داده‌ها استفاده می‌شود؟  
 ۱) مانگین - انحراف معیار ۲) میانگین - انحراف جارکی ۳) میانه - انحراف جارکی ۴) میانه - انحراف معیار
- ۵۰ در کدام آزمون برای برآورد اوج یا حداکثر اکسیژن مصروفی (آمادگی هوایی) نیاز به تعیین مولفه‌های وزن بدن، سن، جنسیت، ضربان قلب، زمان مسافت پیموده شده است؟  
 ۱) پل، هاروارد ۲) پله کونیتز ۳) دویدن ۱۲ دقیقه کوبیر ۴) یک مایل راه رفتن راکپورت
- ۵۱ پیوژنگری قصد دارد از یک تست میدانی سنجش توان غیرهوایی به جای تست آزمایشگاهی توان غیرهوایی دوچرخه وینگست استفاده کند: کدام تست میدانی پیشنهاد می‌شود؟  
 ۱) کاکائی ۲) مارگاریا - کلامن ۳) پرش سارجنت ۴) رست
- ۵۲ آزمور ایلی نویز برای اندازه‌گیری کدام متغیر آمادگی حرکتی از روایی محتواه پیشتری بروخوردار است؟  
 ۱) جیکی ۲) توان انفجاری ۳) سرعت عکس العمل ۴) تعادل ایستا





-۵۵

کدام یک از اندازه‌گیری‌ها و ارزیابی‌ها در حیطه علم آنتروپومتری (Anthropometry) قرار دارد؟

(۱) اندازه‌گیری و ارزیابی ترکیب، ابعاد و ساختار بدن

(۲) اندازه‌گیری و ارزیابی ترکیب، ابعاد بدنی و قابلیت‌های حرکتی و جسمانی

(۳) اندازه‌گیری و ارزیابی ترکیب، ابعاد بدنی و توانایی‌های حرکتی

(۴) اندازه‌گیری و ارزیابی ترکیب، ابعاد بدنی و قابلیت‌های جسمانی

ضریب همبستگی اسپرسون و ضریب تعیین بین دو متغیر کشش از میله بارفیکس و وزن بدن ۵ دانش‌آموز کلاس پنجم دبستان کدام است؟

(۱) ۱۰۰ و ۱۰۰ درصد همبشوشانی متغیرها

(۲) ۱۰۰ و ۱۰۰ درصد تاهمبشوشانی متغیرها

(۳) ۱۰۰ و ۱۰۰ درصد ناهمبشوشانی متغیرها

(۴) ۱۰۰ و ۱۰۰ درصد همبشوشانی متغیرها

-۵۶

وزن بدن	بارفیکس
۲۴	۸
۲۲	۹
۲۲	۱۰
۲۱	۱۱
۲۰	۱۲

-۵۷

در صورتی که مجموع نمرات ۲۲۸ و انحراف استاندارد نتایج آزمون مهارت پنالتی تیم ۱۷ نفری مدرسه بسکتبال برابر با ۱/۵ باشد به طور تقریبی جمع مجدورات انحراف نمرات از میانگین آزمون چند است؟

(۱) ۲۵ (۲) ۲۸ (۳) ۳۰ (۴) ۳۵

اگر میانگین نمرات آزمون درازونشت یک کلاس ۲۵ نفری ۳۷ و انحراف استاندارد آن ۵ باشد؛ با احتمال یک انحراف خطای معیار میانگین، به طور تقریبی دامنه میانگین جامعه، کدام است؟

(۱) ۲۲ - ۴۲ (۲) ۲۴ - ۴۰ (۳) ۲۵ - ۳۹ (۴) ۲۶ - ۳۸

-۵۸

هدف اصلی آزمون محیط اندام‌های بدن چیست؟

(۱) تعیین قطر عضلات بدن

(۲) تعیین اندازه و ترکیب بدن

(۳) تعیین حجم توده عضلانی

(۴) تعیین اندازه و ترکیب بدن

-۵۹

با توجه به متغیرهای ارائه شده، کدام گزینه برای تعییش تصویری آنها مناسب‌تر است؟

(۱) متغیر گستته کیفی، (۲) متغیر گستته کمی، (۳) متغیر پیوسته درصدی، (۴) متغیر پیوسته کمی

(۱) نمودار میله‌ای، (۲) نمودار میله‌ای، (۳) نمودار دایره‌ای، (۴) نمودار هیستوگرام

(۱) نمودار ستونی، (۲) نمودار ستونی، (۳) نمودار هیستوگرام، (۴) نمودار دایره‌ای

(۱) نمودار چندضلعی، (۲) نمودار میله‌ای، (۳) نمودار ستونی، (۴) نمودار دایره‌ای

(۱) نمودار میله‌ای، (۲) نمودار ستونی، (۳) نمودار دایره‌ای، (۴) نمودار چندضلعی

براساس ویژگی‌های ارایه شده به ترتیب فوارغ‌گیری مقیاس‌های اندازه‌گیری در کدام گزینه صحیح است؟

(۱) فواصل مساوی بین درجات، (۲) کدبندی، (۳) وجود اعداد مثبت و منفی، (۴) بیان وجود یا عدم وجود یک پدیده

(۱) مقیاس رتبه‌ای، (۲) مقیاس مرتبه‌ای، (۳) مقیاس فاصله‌ای، (۴) مقیاس تسبی

(۱) مقیاس درجه‌ای، (۲) مقیاس رتبه‌ای، (۳) مقیاس فاصله‌ای، (۴) مقیاس تسبی

(۱) مقیاس فاصله‌ای، (۲) مقیاس رتبه‌ای، (۳) مقیاس نسبی، (۴) مقیاس اسمنی

(۱) مقیاس فاصله‌ای، (۲) مقیاس اسمنی، (۳) مقیاس فاصله‌ای، (۴) مقیاس نسبی

برای تعیین کدام یک از انواع روابی از نظر متخصصان، ارزشیابان، داوران و نویسنده‌گان استقاده می‌شود؟

(۱) سازه (۲) همزن (۳) محظوظ (۴) ملاک

-۶۱

«آزمون روفیه» کدام فاکتور آمادگی جسمانی را می‌ستجد؟

(۱) جایگزین (۲) آمادگی قلبی تنفسی (۳) استقامت عضلانی (۴) نیرو

در یک کلاس ۴۸ نفری، تعداد دانشجویان پسر ۳ برابر دختران می‌باشد؛ تعداد دانشجویان دختر چند نفر خواهد بود؟

(۱) ۹ (۲) ۲۶ (۳) ۱۸ (۴) ۱۲

-۶۲

انحراف چارکی اعداد ۱ تا ۵۰۰ چقدر می‌باشد؟

(۱) ۱۲۵ (۲) ۲۵۰ (۳) ۳۷۵ (۴) ۵۰۰

-۶۳

در مسابقات بین‌المللی والبال، علیرغم وجود تابلوی امتیازات، یک شماره انداز کوچک نیز جلوی میز داور وجود دارد. این مسئله بر کدام یک از روش‌های افزایش اعتبار دلالت دارد؟

(۱) دو نیمه کردن (۲) کودر ریچاردسون (۳) پایابی مصحح (۴) فرم‌های هم ارز

-۶۴

آخرین اخبار و اطلاعات کارشناسی ارشد در وب سایت مستر قست

(۱) دو نیمه کردن (۲) کودر ریچاردسون (۳) پایابی مصحح (۴) فرم‌های هم ارز

-۶۵

آخرين اخبار و اطلاعات کارشناسی ارشد در وب سایت مستر قست

(۱) دو نیمه کردن (۲) کودر ریچاردسون (۳) پایابی مصحح (۴) فرم‌های هم ارز

-۶۶

آخرين اخبار و اطلاعات کارشناسی ارشد در وب سایت مستر قست

(۱) دو نیمه کردن (۲) کودر ریچاردسون (۳) پایابی مصحح (۴) فرم‌های هم ارز

-۶۷

در مسابقات شنا قورباغه، میانگین رکوردها ۴۲,۵ ثانیه و واریانس رکوردها ۱۲,۲۵ ثانیه شده است. اگر بخواهیم از میان این رکوردها فقط ۶۸ درصد وسط را انتخاب کنیم، رکوردهای انتخاب شده باید در کدام یک از بازه‌های زمانی قرار گرفته باشند؟

(۱) ۴۹,۱ - ۴۹,۵ - ۳۵,۵ - ۳۹ ثانیه      (۲) ۴۲,۵ - ۴۶ - ۴۶,۵ ثانیه      (۳) ۴۶ - ۴۶,۵ ثانیه      (۴) ۴۶,۵ - ۴۷ ثانیه

-۶۸  
اگر فریب دشواری اولین سوال امتحان سنجش در یک کلاس ۹۲ نفری برابر با ۲۵ باشد و تعداد ۱۰ نفر از گروه قوی به این سوال پاسخ صحیح داده باشند. چند نفر از گروه ضعیف به این سوال پاسخ صحیح داده‌اند؟

(۱) ۱۵      (۲) ۱۰      (۳) ۲      (۴) ۱

-۶۹  
اگر استاد درس آناتومی بخواهد به نمرات امتحانی  $\frac{1}{3}$  از دانشجویان خود ۷۵٪ اضافه نماید و از نصف دانشجویان نیز ۵٪ نمره کم کند، میانگین نمرات امتحانی این دانشجویان چه تغییری خواهد کرد؟

(۱) ۴۳,۰ کم می‌شود.      (۲) ۴۵,۰ زیاد می‌شود.      (۳) ۴۵,۵ زیاد می‌شود.      (۴) تغییری نمی‌کند.

-۷۰  
با توجه به جدول رویدرو، احمد به طور تقریبی از چند درصد میانگین افراد شوکت گشته در مسابقات مهارت روپایی، بیشتر توب ۵۵٪ است؟

نمره	T	S	میانگین	رکورد احمد
۹۸ (۲)	۲	۱۳	۱۰۲	۱۲۸

## حرکت‌شناسی و بیومکانیک ورزشی

-۷۱  
 محل اتصال عضله **Sterno-mastoideus** کجاست و عمل انقباض یک طرفی آن چیست؟

(۱) به سطح فوقانی و دسته جناغ و نوک برجستگی ماستوئیدی می‌چسبد و عمل انقباض یک طرفی آن خم شدن جانبی و چرخش به سمت عضله‌ای که منقبض شده می‌باشد.

(۲) به سطح قدامی دسته جناغ و برجستگی ماستوئیدی می‌چسبد و انقباض یک طرفی آن موجب اکستنژن + چرخش سر به سمت موافق می‌شود.

(۳) به سطح قدامی دسته جناغ و سطح جانبی برجستگی ماستوئیدی می‌چسبد و عمل آن در انقباض یک طرفه چرخش سر به سمت مخالف عضله منقبض شده است.

(۴) به لبه داخلی اولین دندنه و دسته جناغ و بخش تحتانی - خلفی استخوان بس سری می‌چسبد و انقباض یک طرفی آن موجب چرخش خارجی و خم شدن به سمت عضله منقبض شده می‌شود.

کار عضله ذوزنقه‌ای فوقانی بخش یک چه مواردی است؟

(۱) آدکشن کتف، اکستنژن سر

(۲) اکستنژن سر و مهره‌های قوقلی گردن، خم شدن جانبی سمت موافق و چرخش به سمت مخالف

(۳) اکستنژن گردن، آبدآکشن کتف، خم شدن جانبی تنہ

(۴) آکشن کتف، چرخش فوقانی کتف، چرخش سر و گردن به سمت موافق عضله کدام عضله‌ها در چرخش سر به سمت راست مؤثر هستند؟

(۱) Trapezius superior (بخش یک) سمت چپ

(۲) Trapezius superior (بخش یک) سمت راست

(۳) Sternoclidomastoideus سمت چپ

خم گشته اصلی مفصل آرنج کدام است؟

(۱) Brachialis (۲) Coraco Brachialis (۳) Braco Radialis (۴) Biceps Brachialis

سر استخوان رادیوس چگونه در کنار استخوان اولنا فیکس شده و امکان چرخش پیدا می‌کند؟

(۱) توسط طناب مایل oblique cord

(۲) به وسیله رباط‌های بین استخوانی

(۳) توسط رباط حلقوی Radial notch

کدام عضله چرخاننده داخلی استخوان درشت نی می‌باشد؟

(۱) پین داخلي (۲) دو سر رانی (۳) خباطه (۴) آدکتور بلند

در مورد عضله نعلی می‌توان گفت:

(۱) در وضعیت ایستاده آناتومیکی که زانو در حالت اکستنژن کامل باشد سهم پلاتر فلکسوری نعلی بیش از موقعی است که زانو خمیده باشد.

(۲) فاکشن زانو تأثیری در عملکرد پلاتر فلکشنی عضله نعلی ندارد.

(۳) فررت پلاتر فلکشن آن با عضله دوقلو مساوی است.

(۴) پلاتر فلکشن مچ پا هنگامی که زانو خم شده باشد سهم عضله نعلی بیش از زمانی است که زانو در حالت اکستنژن باشد.



- کدام گزینه عملکرد عضله خیاطه را کامل تر بیان می‌کند؟
- (۱) قابلیت آبدامکش و چرخش خارجی آن قوی‌تر از فلکشن ران است.
  - (۲) فلکشن، آبدامکش و چرخش خارجی ران و زانی فلکشن زانو
  - (۳) فلکشن آبدامکش و چرخش خارجی ران
  - (۴) قوی‌ترین حالت آن زمانی است که ران در حالت آبدامکش بوده و در هر دو مفصل ران و زانو هم زمان کار انجام دهد.

-۷۸

عمل عضلات شکمی هنگام شتابی سوتندی چیست؟

- (۱) تثبیت‌کننده تنه با همکاری تگهدارنده‌های ستون مهره‌ای
- (۲) جلوگیری از تبلت خلفی لگن و آنتاگونیست عضلات سریشی
- (۳) آنتا گونیست عضلات سینه‌ای بزرگ و چهار سر رانی
- (۴) تسهیل کننده تنفس و کمک به دیافراگم و جلوگیری از خم شدن هیب

-۷۹

در حرکت فلکشن آرینج با گرفتن یک وزنه ۱۵ کیلوگرمی در دست، عمل عضله **Brachio Radialis** از فلکشن  $90^\circ$  تا  $145^\circ$  چه نوع اهرمی است؟

- (۱) از  $90^\circ$  تا  $100^\circ$  درجه نوع سوم و سپس به نوع دوم تبدیل می‌شود.
- (۲) در تمام طول مسیر نوع سوم است.
- (۳) در تمام طول مسیر نوع دوم است.
- (۴) از  $90^\circ$  تا  $100^\circ$  درجه نوع دوم و سپس به نوع سوم تبدیل می‌شود.

-۸۰

انجام گرفتن کار منفی در یک مفصل به این معنا است که:

- (۱) انقباض عضله نمی‌تواند بر گشتاور ناشی از نیروی خارجی غلبه کند.
- (۲) مقدار گشتاور خارجی با مقدار گشتاور تولیدی عضله برابر است.
- (۳) جهت خط کش عضله و مسیر حرکت اندام مشابه می‌باشد.
- (۴) همراه با افزایش سرعت کوتاه شدن در عضله، نیروی تولیدی آن کاهش می‌یابد.

-۸۱

در شکل زیر مقدار نیروی کششی **ACL** و **PCL** برابر و در یک زاویه  $60^\circ$  درجه نسبت به خط عمود قوار دارند. اگر نیروی وزن زیر پا  $40$  نیوتن و جرم ساق و یا رُوی هم  $3$  کیلوگرم باشد و سیستم در همین حال در تعادل باشد، **ACL** چند نیوتن نیروی کششی تحمل می‌کند؟

-۸۲

- (۱)  $70$
- (۲)  $60/2$
- (۳)  $30/1$
- (۴)  $140$



تفاوت بین تحلیل کمی و تجزیه و تحلیل کیفی حرکت، چیست؟

-۸۳

- (۱) تحلیل کمی مبتنی بر داده‌های بدست آمده از اندازه‌گیری حرکت است؛ اما تحلیل کیفی بدون دسترسی به اندازه‌های کمی و صرفاً براساس مشاهده چشمی است.
- (۲) تحلیل کمی مبتنی بر اندازه‌های بدست آمده از دوربین‌های پر سرعت و بیشترته است؛ اما تحلیل کیفی مبتنی بر ابزار اندازه‌گیری دو بعدی مکانیکی است.
- (۳) تحلیل کمی مختص حرکات دینامیک و سه بعدی است اما تحلیل کیفی معمولاً مختص شرایط استاتیک و یک بعدی است.
- (۴) تحلیل کمی شامل بررسی دامنه حرکتی در سطوح ساجیتال، فرونال و هوریزونال است در حالی که تحلیل کیفی مربوط به متغیرهای مشتق شده از تحلیل کمی مثل سرعت و شتاب حرکت است.



-۸۴

منحنی استرس - استرسن چه چیزی را نشان می‌دهد؟

- (۱) در مورد توان عضلانی تحت استرس است که طی مراحل مختلف یک انقباض حداکثری آن را نشان می‌دهد.
- (۲) تغلوت انقباض‌های کاستنتریک و اکسنتریک و ایزومتریک یک عضله را تحت استرس حداکثری نشان می‌دهد.
- (۳) وززان تنفس عضلانی در طول‌های مختلف آن را نشان می‌دهد.
- (۴) در مورد رفتار یک ساختار تحت اعمال نیرو است و محدوده الاستیک و پلاستیک را نشان می‌دهد.

-۸۵

ویژگی‌های فیبرهای نوع اول (آ) عبارتند از:

- (۱) سفید رنگ، دارای میوگلوبین کم، سرعت انقباض بالا، تولید نیروی بالا و سرعتی
- (۲) قرمز رنگ، دارای میوگلوبین زیاد، سرعت انقباض کند، تولید نیروی کوچک‌تر و استقاماتی
- (۳) قرمز رنگ، تولید نیروی انفجری قوی، غیر مقاوم در برابر خستگی، مناسب برای حرکات سرعتی
- (۴) قرمز رنگ، دارای میوگلوبین کم، قابلیت انقضای در زمان کوتاه، تولید نیروی انفجری، مقاوم در برابر خستگی با قرون ثابت بودن وزنه در یک فعالیت ایزوتوپیک گشتاور عضلانی یک مفصل در مراحل مختلف دامنه حرکتی آن تغییر می‌کند، زیرا

-۸۶

(۱) تأثیر نیروی جاذبه که در بالاتر از  $90^{\circ}$  درجه بیشتر می‌شود و رابطه طول تنفس در دامنه‌های مختلف نیز تغییر می‌کند.

(۲) نیروی انقباضی خود عضله و رابطه طول تنفس در دامنه‌های مختلف حرکت مفصل تغییر می‌کند.

(۳) رابطه طول - تنفس در درجات مختلف دامنه حرکتی تغییر می‌کند

- (۴) نیروی انقباضی خود عضله، قابلیه خط کش تا مرکز جرخش و شدت فعالیت عضلات آنتاگونیست و سرعت انقباضی در بخش‌های مختلف دامنه حرکتی تغییر می‌کند.

-۸۷

با افزایش مقدار فلکشن بازو تا  $90^{\circ}$  درجه قدرت

- (۱) اکسنتوری کاهش می‌یابد.
- (۲) فلکسوری مفصل بازو افزایش می‌یابد.
- (۳) اکسنتوری مفصل بازو افزایش می‌یابد.

در شدت فعالیت یکسان علت بیشتر بودن نیروی تولید شده در انقباض اکسنتریک چیست؟

-۸۸

(۱) استفاده بیشتر از منابع فسفوکراتین در انقباض اکسنتریک

(۲) در گیر شدن نیروی ناشی از کشش بافت الاستیک در انقباض اکسنتریک

(۳) استفاده از نیروی جاذبه به دلیل هم جهت بودن با کشش انقباضی

(۴) تغییر معکوس زاویه کشش در انقباض اکسنتریک

در عملات دو مفصله به شرط قرار داشتن در زنجیره یا ز اولین اثر انقباض عضله چیست؟

-۸۹

(۱) در هر دو مفصل تأثیر یکسانی دارد.

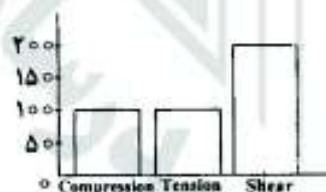
(۲) حرکت در مفصل پروگزیمال

(۳) حرکت در مفصل دیستال

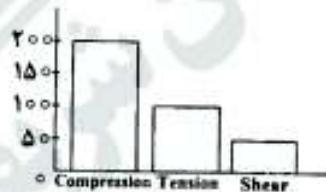
- (۴) حرکت در مفصلی که گشتاور ایجاد شده عضله بر مقاومت نیروی خارجی غلبه بیشتری دارد.

-۹۰

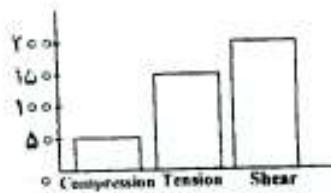
کدام گزینه آستانه مقاومت استخوان در برابر نیروهای Shear و Tension و Compression را به طور شماتیک بهتر نشان می‌دهد؟



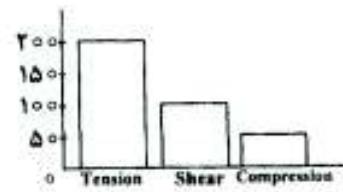
(T)



(I)



(F)



(C)

کدام گزینه در خصوص حرکات قالبی موزون صحیح است؟

- (۱) حرکات قالبی نه دیرتر از حرکات اندام تحتانی و فوقانی آغاز می‌شود.
- (۲) تحقیقات نشان داده است که این حرکات از طریق نقلبد آموخته می‌شوند.
- (۳) حرکات قالبی اندام تحتانی بسیار کمتر از سایر حرکات است.

کدام گزینه در خصوص حرکات قالبی اندام تحتانی شروع شده و زودتر به اوج می‌رسد.  
کدام گزینه اعتقاد برخی محققین درباره برنامه‌های زود هنگام است؟

- (۱) حرکتی بودن افراطی
- (۲) تعقلی بودن افراطی
- (۳) اجتماعی بودن افراطی
- (۴) عاطفی بودن افراطی

کدام جمله در خصوص رشد مولقه ادراکی - حرکتی آگاهی فضایی صحیح است؟  
کدام اگاهی از حرکات کارآمد هر بخش بدن سی از آگاهی از فضای خود کسب می‌شود.

- (۱) کودکان مکان‌بایی فاعلی را قبل از مکان‌بایی شیش نشان می‌دهند.
- (۲) کودکان ابتدا فضای عمومی و بعد فضای خود را ادراک می‌کنند.

برتری جانبی یا آگاهی درونی از ابعاد مختلف بدن طی دوران کودکی توسعه می‌باید.  
در رشد حرکتی کدام گزینه معیار پیشرفت از یک مرحله به مرحله دیگر است؟

- (۱) نظام توالی مرحمله‌ای تغییر کند.
- (۲) عملکرد حرکت فرد افزایش باید.

حرکت از نظر نیرو محركه تغییر کند.  
حرکت از نظر بیومکانیکی تغییر مثبت گند.

- (۱) کدام مورد توالی ظهور و رشد ادراک لامسه را برآسانس سن کودک نشان می‌دهد؟

(۱) شکل - وزن - حرارت (۲) حرارت - شکل - وزن (۳) حرارت - وزن - شکل (۴) شکل - حرارت - وزن

- (۱) تلن (۱۹۸۵) با مشاهده کاهش پاسخ‌های بازتابی با بستن وزنه به پای اطفال در آزمایش خود چه نتیجه‌های گرفت؟

(۱) فراهم‌سازی حرکات در دوره طفولیت به مقیاس بدن بستگی ندارد.

- (۲) تنها محدود کننده سرعت رشد بالیدگی عصبی است.

(۳) مقیاس‌بندی بدن تنها عامل رشد حرکتی است.

- (۴) بالیدگی عصبی فقط یکی از محدود کننده‌های سرعت رشد است.

کدام گزینه عمل نهایی پیشرفتی در مرحله پرواز - فرود پوش طول جفت را نشان می‌دهد؟

- (۱) نه کمتر از ۳۰ درجه به جلو خم می‌شود، گردن با نه در یک راستا فرار می‌گیرد یا اندکی باز می‌شود.

(۲) نه خم شدن خود به جلو را به اندازه کمتر از ۳۰ درجه حفظ می‌کند، سپس برای فرود خم می‌شود.

- (۳) نه خم شدن ۳۰ درجه‌ای یا بیشتر خود را از مرحله خیز تا اواسط پرواز حفظ می‌کند و در فرود به جلو خم می‌شود.

(۴) نه خم شدن ۳۰ درجه یا بیشتر خود به جلو را با انجام پیش بازشدن گنجایش می‌کند، سپس برای فرود خم می‌شود.

- کدام گزینه عمل دست پیشرفتی را در مهارت دریافت کردن نشان می‌دهد؟

- (۱) کف دستها با وزن توب سازگار می‌شود.

(۲) کف دستها روپروری هم فرار می‌گیرد.

- (۳) کف دستها به طرف بالا است.

(۴) انگشت شست یا کوچک بسته به ارتقای مسیر پرواز نزدیک به همدیگر قرار می‌گیرد.

- کدام گزینه در مورد عمل پا در مرحله پیشرفتی پوش طول صحیح است؟

(۱) جدا شدن پاشنه‌ها از زمین همزمان با باز شدن زانوها (۲) باز شدن زانوها قبل از جدا شدن پاشنه‌ها از زمین

- (۳) جدا شدن پاشنه‌ها از زمین قبل از باز شدن زانوها (۴) جدا شدن یک پا از زمین

در کدام گزینه فرآیند و محصول حرکت پیکسان هستند؟

- (۱) ضربه زدن (۲) گرفتن (۳) بزیدن (۴) پرتاب کردن

کدام گزینه نظریه فرآتوانایی را تایید می‌کند؟

- (۱) عدم همیستگی بین مهارت‌های یک دسته

(۲) تغییر اهمیت نسبی توانایی‌ها در طول یادگیری مهارت

- (۳) وجود یک توانایی عمومی حرکتی قوی در افراد

(۴) وجود همیستگی ضعیف بین مهارت‌های مشابه

یکی از فواید مهم مشاهده مدل غیر ماهر (در حال یادگیری) کدام است؟

- (۱) تشویق برای تقلید از مدل (۲) جایگزینی با باز خورد

(۳) ایجاد تأثیرگذاری (۴) در گیر شدن فعل در حل مسئله

هر یادگیرنده روش خاصی را برای دریافت و پردازش اطلاعات جدید ترجیح می‌دهد که آنرا ..... می‌نامند.

- (۱) تمرین یذیری (۲) سبک یادگیری (۳) مدل یادگیری (۴) توانایی‌های فردی
- 
- ## آخرین اخبار و اطلاعات کارشناسی ارشد در وب سایت مستر قست



- در رویکرد ادراک مستقیم (بوم شناختی) امکانات عملی محیط و تکلیف در ارتباط با ..... ادراک گشته است.
- ۱) مهارت‌های  
۲) اعمال  
۳) قابلیت‌های  
۴) بازنمایی‌های
- در گدامیک از مداخل بردازش اطلاعات، نقش حافظه برجسته‌تر است؟
- ۱) نتایج پاسخ  
۲) شناسایی محرك  
۳) پیش دوره  
۴) برنامه‌ریزی پاسخ
- در ورزش‌های زیمناستیک، دو سرعت و وزن‌برداری به ترتیب گدام گزینه در مورد منحنی‌های اجرا صحیح است؟
- ۱) شتاب منیت - شتاب منفی - شتاب منفی  
۲) شتاب منیت - شتاب منیت - شتاب منفی  
۳) شتاب منفی - شتاب منیت - شتاب منفی - شتاب منیت  
۴) شتاب منیت
- گدام نوع خطایکی از ویژگی‌های عمومی اجرا هنگام یادگیری را می‌سنجد؟
- ۱) بعلق  
۲) منغیر  
۳) ثابت  
۴) شعاعی یا منشعب
- در سیستم کنترل حلقه باز:
- ۱) بازخورد پایانی در آن نقش چندانی ایفا نمی‌کند.  
۲) بازخورد هم‌زمان در آن موثر است.  
۳) حساسیت به بازخورد وجود ندارد.  
۴) یازهای بازخورد از اجرا به اجرای دیگر منغیر است.
- آخر بخشی تمرین ذهنی در چه شرایطی بیشتر است؟
- ۱) مرحله استراحت بین تمرینات بدنه.  
۲) موقعی که زمان برای تمرین بدنه کم است.  
۳) هنگامی که انگیختگی برای اجرا کم می‌باشد.  
۴) وقتی که این نوع مهارت به تهابی و مکرر انجام شود.
- پارامتریندی الگوی حرکت در گدام مرحله از مدل مداخل یادگیری نیوول صورت می‌گیرد؟
- ۱) بالایش  
۲) کنترل  
۳) هماهنگی  
۴) تثبیت/انغیز

## حرکات اصلاحی و آسیب‌شناسی ورزشی

- مثبت بودن آزمون توندلنبرگ نشانه اختلال در عملکرد گدام عوامل است؟
- ۱) عضلات دور کشته ران طرف سالم و افت لگن به طرف پای مبتلا  
۲) عضلات دور کشته ران طرف مبتلا و افت لگن به طرف پای سالم  
۳) عضلات دور کشته و نزدیک کشته یای مبتلا و افت لگن به همان سمت  
۴) عضلات نزدیک کشته ران طرف مبتلا و افت لگن به طرف پای سالم
- دردهای مفصل فکی - گیج گاهی بیشتر یا کدام یک از عوارض زیر مشاهده می‌شود؟
- ۱) لوردوز  
۲) تورنیکولی  
۳) کیفولوردوز  
۴) سر به جلو
- زاویه افزایش یافته پیچش استخوان ران (زاویه آنتی وزن افزایش یافته)، ..... موجب راه رفتن به صورت پنجه به خارج می‌باشد.
- ۱) موجب راه رفتن به صورت پنجه به داخل می‌باشد.  
۲) موجب راه رفتن اردکوار می‌شود.  
۳) موجب راه رفتن کف پای صاف گدام تعریف پیشنهاد می‌شود.
- در عارضه کف پای صاف گدام تعریف پیشنهاد می‌شود؟
- ۱) تقویت عضلات ایتورنور مچ با .....  
۲) تقویت عضلات هاز کشته اندگستان  
۳) تقویت عضلات پلانتار فلکسور
- شاخ ترین کیفیت دوران نوجوانی چه تام دارد و به چه دلیل بروز می‌گند؟
- ۱) شوئمن - به دلیل بیماری سل فقرات  
۲) کیفور کامل یا C شکل - به دلیل تشنج‌های نامناسب  
۳) سوئمن - به دلیل اختلال در خون‌رسانی مرآکز استخوان‌سازی مهره‌ها  
۴) کیفوز زیبوس - به دلیل جوش خودگی مهره‌های پشتی
- تمثیلات هماهنگی چگونه به اصلاح و نگهداری وضعیت بدنه کمک می‌کنند؟
- ۱) با بهبود عملکرد حس عمقی  
۲) با بالابردن استقامت عضلانی  
۳) با بالابردن انعطاف‌بندی‌های عضلات
- غارصه افتادگی گتف بیش از هر موردی نشان‌دهنده چیست؟
- ۱) ضعف بخش فوقانی عضله متوازی‌الاصلع  
۲) کوتاهی بخش فوقانی عضله متوازی‌الاصلع  
۳) کشیدگی بیش از حد عضلات پشتی بزرگ



کدام یک درباره عبور خط قرضی نقل صحیح است؟

- (۱) از قدم زانو و خلف کشک می‌گذرد و برای خنثی کردن گشتاور اکستشن عضلات چهار سر رانی کفایت می‌کند.
- (۲) از قدم کشک می‌گذرد و برای خنثی کردن گشتاور فلکشن آن کپسول قدامی و لیگامنت‌های ACL کفایت می‌کند.
- (۳) از قدم زانو و خلف کشک می‌گذرد و برای خنثی کردن گشتاور اکستشن آن کپسول خلفی مفصل و لیگامان‌ها کفایت می‌کند.
- (۴) از قدم زانو و خلف کشک می‌گذرد و برای خنثی کردن گشتاور اکستشن آن عضلات همترینگ به تنهایی کفایت می‌کند.

-۱۱۸

زاویه طبیعی لوردوуз و محل عبور خطوط تلاقي آن کدام است؟

- (۱) ۳۰ درجه و دو خط که یکی از بالای مهره پنجم کمری و دیگری از میان مفصل ران عبور می‌کند.
- (۲) ۴۰ درجه و دو خط که یکی از سطح زیرین مهره پنجم کمری و دیگری از انتهای حاجی می‌گذرد.
- (۳) ۴۵ درجه و دو خط که یکی از بالای مهره پنجم کمری و دیگری از میان مفصل ران عبور می‌کند.
- (۴) ۴۰ درجه و دو خط که یکی از سطح فوقانی مهره پنجم کمری و دیگری از سطح زیرین همان مهره می‌گذرد.

-۱۱۹

گیرندهای فشاری که در تعادل آنمی مؤثر هستند، در کدام وضعیت نقش کمتری دارند؟

- (۱) هنگام جابه‌جایی سریع
- (۲) هنگام ایستادن بر روی یک پا
- (۳) هنگام ایستادن‌های متد و استایکی
- (۴) هنگام راه رفتن‌های اهسته

-۱۲۰

چه تفاوتی بین استرین حاد و مزمن وجود دارد؟

- (۱) محل بروز آسیب
- (۲) اندازه و شدت آسیب
- (۳) تغییر شکل و ظاهر آسیب
- (۴) مکانیزم بروز آسیب

-۱۲۱

**Tarsal Tunnel Syndrome** کدام است؟

- (۱) خم شدن بیش از حد مچ با
- (۲) چرخش خارجی شدید مچ با
- (۳) چرخش داخلی شدید مچ با
- (۴) باز شدن بیش از حد مچ با

-۱۲۲

ناتوانی و درد در ناحیه جلویی پا و فلکسورهای پیتجه در دویند و پریند به ویژه زمان جدا شدن از سطح (تیک آف) احتمال بروز کدام عارضه را تشخیص می‌کند؟

- (۱) کمبارتمن مدامی
- (۲) کمبارتمن سطوحی خلفی
- (۳) کمبارتمن جانبی خارجی
- (۴) کمبارتمن عمقی خلفی

-۱۲۳

شیوع کدام یک در زنان بیشتر از مردان است؟

- (۱) از گود شلتر

- (۲) پارگی‌های ACL

- (۳) استرین عضلات همترینگ

- (۴) آسیب هینپیک داخلی

-۱۲۴

با مشاهده علائمی چون درد توام با قابلیت عضله، تورم و سفتی نسبی عضلات ساق پا در مقایسه با پای طرف مقابل، تشدید درد هنگام کشش دادن غیر فعال عضلات ناحیه ساق، احتمال وجود کدام یک را می‌دهید؟

- (۱) درد جلوی ساق با (shin splints)
- (۲) سندروم کمبارتمن حاد
- (۳) استرس فرکاچر یک سوم نتهایی نازک تری
- (۴) التهاب ضریع استخوانی (التهاب ضریع درشت نی)

-۱۲۵

**Impingement Syndrome** در شانه با کدام مکانیزم پدید می‌آید؟

- (۱) التهاب تاندون دو سر بازویی به دلیل حرکات نکراری

- (۲) پارگی‌های کامل تاندونی و لیگامنتی در انر میکرو تروما

- (۳) گیرافتادگی عصب مدین به دلیل افزایش حجم عضلات و تنگی مجرای عبور عصب

- (۴) برخورد بافت نرم با زانه آخرخونی و استخوان بازو در انر حرکات نکراری و شدید

-۱۲۶

فتق ورزشکاران (sport man's Hernia) به چه دلیل و با چه علامتی قابل تشخیص است؟

- (۱) ضعف عضلات کف لگن - دردهای اطراف ناف و سکم

- (۲) ضعف دیواره شکمی - با دردهای ناحیه کشاله ران

- (۳) کوناهی عضلات عمقی ناحیه شکم - دردهای ناحیه باسن

- (۴) تقویت بیش از حد عضلات خم کشنه ران و ننه - دردهای تیر کشنه ناحیه کشاله

- آسیب به عضله فوق خاری (سوپرا اسپیناپوس) در چه حرکتی در شانه اتفاق می‌افتد؟

- (۱) دور کردن افقی + چرخش به خارج

- (۲) دور کردن افقی + چرخش به داخل

- (۳) دور کردن + چرخش به خارج

- (۴) دور کردن + چرخش به داخل

کدام یک در مورد سندروم مورتون صحیح است؟

- (۱) احساس درد در هنگام راه رفتن با پای برهنه و بدون کفش

- (۲) وجود عارضه معمولاً بین چهار و پنجمین استخوان کف پایی

- (۳) شکایت از درد متناوب در کنار داخلی یک انگشت و سطح خارجی انگشت کناری (انگشت دوم و سوم)

-۱۲۷

- (۴) شکایت از درد متناوب در کناره خارجی یک انگشت و سطح داخلی انگشت کناری

-۱۲۸

-۱۲۹



- به چه دلیل استخوان در ناحیه دیستال و قدامی درشت نی بیش از حد رشد می‌کند؟  
 ۱۱ اینورشن‌های ناگهانی  
 ۱۲ دورسی فلکشن بیش از حد و مکرر  
 ۱۳ پلاتار فلکشن بیش از حد و مکرر

## مدیریت سازمان‌ها و مسابقات ورزشی

- در مرحله  $\frac{1}{8}$  مسابقات جام جهانی فوتبال، ترکیب کدام تیم‌های زیر صحیح است؟  
 ۱۱ اول گروه ۵ با دوم گروه ۶  
 ۱۲ اول گروه ۵ با دوم گروه ۷  
 ۱۳ اول گروه ۵ با دوم گروه ۸  
 ۱۴ پلاتار فلکشن بیش از حد و مکرر
- در یک جدول ۱۶ تیمی فیزو برای رده‌بندی ۷ تیم اول، حداقل چند مسابقه لازم است؟  
 ۱۵ ۲۶ (۴) ۲۵ (۳) ۳۴ (۲)
- در، پلیط فروشی مسابقات، منظور از TST چیست؟  
 ۱۶ نظام پکارچه و جامع فروش پلیط  
 ۱۷ پست‌های پلیط قابل آبونه شدن توسط طرفداران تیم‌ها  
 ۱۸ شرکت استرالیایی مسئول پلیط رسانی بازی‌های سیدنی  
 ۱۹ تفاوت تعداد مسابقات جداول ترکیبی ۱۶ تیمی ۴ گروهی، به روش فیزو و روش جام جهانی چقدر است?  
 ۲۰ ۱۶ (۳) ۱۴ (۲) ۲۰ (۴)
- در یک جدول هفده تیمی به روش دوره‌ای مجموعاً چند استراحت در دوره‌ای مسابقات وارد می‌شود؟  
 ۲۱ ۱۸ (۴) ۱۷ (۳) ۱۶ (۲) ۱۵ (۱)
- در یک جدول ۱۲ تیمی دوره‌ای، به ترتیب تعداد بازی‌های هر تیم، تعداد بازی‌های هر دور، تعداد دورها و تعداد کل بازی‌ها چقدر است؟  
 ۲۲ ۱۱ (۱) ۱۲ (۵) ۱۳ (۳) ۶۶ (۲) ۱۱ (۱) ۱۲ (۴) ۶۶ (۳) ۱۱ (۲) ۱۲ (۴) ۶۶ (۱) ۱۱ (۱)
- نحویات مدیریت علمی، ۸ و ۹. مدیریت کیفیت جامع به ترتیب توسط چه کسانی ارائه شده است؟  
 ۲۳ تبلور، مک گریکور، دمینگ  
 ۲۴ تبلور، هرزبرگ، فیدلر  
 ۲۵ فیدلر، دمینگ، هرزبرگ
- براساس مفروضات تنوری لا یک مریب یا مدیر، به چه نوع مدیریتی تعامل پیدا می‌کند؟  
 ۲۶ ۱۱ (۴) ۱۰ (۳) ۹ (۲) ۸ (۱) ۷ (۱) ۶ (۱) ۵ (۱) ۴ (۱) ۳ (۱) ۲ (۱) ۱ (۱) ۰ (۱)
- در برجزاری یک رویداد ورزشی، پیش‌بینی پژوهش و تجهیزات پژوهشکی بر عهده‌ی کدام کمیته می‌باشد؟  
 ۲۷ ۱۱ امور اجرایی (۲) ۱۰ روابط عمومی (۳) ۹ امور فنی (۴)
- سودجده دولت باید به صورت مشروح و به تفصیل باشد» مربوط به کدام اصل است؟  
 ۲۸ ۱۰ شاملیت (۲) جامعیت (۳) وحدت (۴) تخصیص
- کدام مورد، پیش نیاز سایر وظایف مدیریتی مدیران محسوب می‌شود؟  
 ۲۹ ۱۱ برنامه‌ریزی (۲) سازماندهی (۳) تضمیم گیری (۴) بودجه ریزی
- کدام یک از تنوری‌های مدیریت به احساسات و عواطف کارکنان توجه و بزه می‌شود؟  
 ۳۰ ۱۰ اداری (۲) بوروکراسی (۳) تنوکلاسیک (۴) علمی
- شماره‌های کدام استراحت‌ها و چیدمان تیم‌های سرگروه‌ها در یک جدول ۱۶ تیمی به روش یک حذفی، مشابه است؟  
 ۳۱ ۱۱ اول و دومی (۲) سومی و چهارمی (۳) هفتمنی و هشتمی (۴) پنجمنی و ششمی
- تعداد کل بازی‌های حذفی جام جهانی فوتبال تا پایان مرحله نیمه نهایی چقدر می‌باشد؟  
 ۳۲ ۱۰ ۶۴ (۴) ۱۶ (۲) ۶۲ (۳)
- تایید بر قوانین و مقررات، مربوط به کدام یک از نظریه‌های سازمان و مدیریت می‌باشد؟  
 ۳۳ ۱۱ اداری (۲) علمی (۳) بوروکراسی (۴) همه موارد
- با کدام ایزار می‌توان، استراتژی‌های تنوریکی کمیته ملی المپیک را به عملیات قابل اجرا تبدیل کرد؟  
 ۳۴ ۱۰ SWOT (۴) BSC (۳) SPP (۲) KP (۱)
- TQM با مینا قراردادن ..... فلسفه خود را آغاز کرد.  
 ۳۵ ۱۱ اثربخشی (۲) تولید بیشتر (۳) احترام به کارکنان (۴) رضایت مشتری
- شرح وظایف مسؤولین یک مسابقه ورزشی بر مبنای کدام وظیفه مدیریتی انجام می‌شود؟  
 ۳۶ ۱۰ ۱۰ هماهنگی (۲) رهبری (۳) سازماندهی (۴) برنامه‌ریزی
- تبلور بهترین روش را جهت افزایش بازده کار در چه می‌داند؟  
 ۳۷ ۱۰ پاداش کارکنان (۲) رهبری هوشمندانه (۳) بهبود فنون و روش کار (۴) همکاری و تفاهمنامه



- در مراحل اجرای بودجه، پس از مرحله تشخیص، کدام مرحله انجام می‌شود؟
- (۴) تعهد
  - (۳) تأمین اعتبار
  - (۲) حواله
  - (۱) تسجيل

