

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی:
زمان آزمون: تستی: ۵۰ تشریحی: — دقیقه
آزمون نمره منفی دارد ندارد

نام درس: فیزیولوژی ورزشی ۲

رشته تحصیلی / گذ دوس: تربیت بدنی (۱۴۱۵۰۲۶)

۱. کدامیک از گزینه های زیر نادرست است؟
منبع: فیزیولوژی ورزشی ۲
متوجه است.

استفاده از:

۲. کسی سوال: یک (۱)

پیامبر اعظم (ص): روزه سپر آتش جهنم است.

۱. کدامیک از گزینه های زیر نادرست است؟

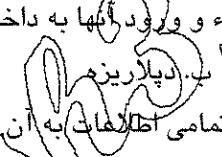
الف. PNS به دو بخش حسی و حرکتی تقسیم می شود.

ب. بخش حركتی PNS به دو بخش پیکری و غير ارادی تقسیم می شود.

ج. گروه پیکری بخش حرکتی عضلات صاف و قلب را عصب دهی می کند.

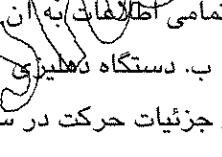
د. تارهای عصبی اطلاعات را از CNS دور می کند تارهای واپران است.

۲. باز شدن کانال های سدیم خنشاء و ورود آنها به داخل سلول عصبی را چه می گویند؟

الف. پلاریزه 
د. هایپرپلاریزه

ج. رپلاریزه

۳. مرکز حفظ توازن و تعادل که تمامی اطلاعات به آن ختم می شود، چه نام دارد؟

الف. مخچه 
ب. دستگاه دهليزی

ج. هسته های دهليزی

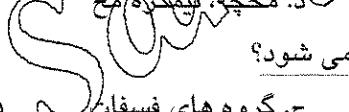
د. طناب نخاعی

۴. الگوهای حرکت توسط و جزئیات حرکت در سطح پالایش و اصلاح می شود.

الف. نیمکره مخ، مخچه

ج. مرکز بالای مغز، نخاع

۵. کدامیک از گزینه های زیر باعث بار منفی داخل نرون ها نمی شود؟

الف. یون های پتابسیم 
ب. نمکلئوتیدها

ج. گروه های فسفات

د. پروتئین ها

۶. کدامیک از گزینه های زیر، صحیح است؟

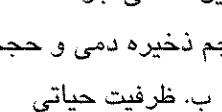
الف. مهمترین عضله در دم بین دنده ای خارجی است.

ب. نایزه و نایزکها جزء بخش تنفسی هستند.

ج. بازدم در هنگام فعالیت یک عمل غیر فعال است.

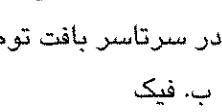
د. عضلات راست شکمی و مایل شکمی جزء عضلات بازدمی هستند.

۷. به مجموع سه حجم جاری، حجم ذخیره دمی و حجم ذخیره بازدمی چه می گویند؟

الف. ظرفیت کل ریه 
ب. ظرفیت حیاتی

ج. ظرفیت باقی مانده

۸. قانون انتشار گاز را در سرتاسر بافت توضیح می دهد.

الف. هنری 
ب. فیک

ج. دالتون

د. پروفوژیون

۹. کدامیک از گزینه های زیر صحیح است؟

الف. نسبت مطلوب تهویه به پروفوژیون برابر یک است.

ب. تمرین سبک اختلاف تهویه به پروفوژیون را زیاد می کند.

ج. تمرین سنگین اختلاف تهویه به پروفوژیون را کم می کند.

د. در رأس ریه نسبت تهویه به پروفوژیون کمتر از یک است.

استان:

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی:
زمان آزمون: تستی: ۵۰ تشریحی: — دقیقه
آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد

نام درس: فیزیولوژی ورزشی ۲

رشته تحصیلی / گذ دوس: تربیت بدنی (۱۲۱۵۰۲۶)

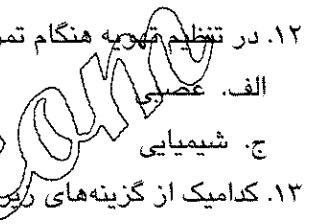
گذ سوی سوال: یک (۱) مجاز است. منبع: فیزیولوژی ورزشی ۲ استفاده از: —

۱۰. کدامیک از عوامل زیر منحنی تجزیه اکسی هموگلوبین را به سمت راست متمایل می کند؟

- P_{CO}₂ د. کاهش PH ب. کاهش حرارت ج. افزایش P_O₂

۱۱. چند درصد P_O₂ به صورت محلول در خون حمل می شود؟

- ۷۰ د. ۲۰ ب. ۲۰ ج. ۱۰ الف. عصبی

۱۲. در تنظیم  هنگام تمرین زیر بیشینه اولین حریکات از کدام مکانیسم زیر صورت می گیرد؟

- الف. هومرالی ب. عصبی - هومرالی

۱۳. کدامیک از گزینه های زیر نادرست است؟

- الف. افزایش PH حالت آکالوزی است.

ب. اسید لاتیک و اسید استیک جزء اندیشه های آئی اند.

ج. اسیدهای پایدار در هنگام ورزش نقشی ندارند.

د. به الکترولیت هایی که یون هیدروژن آزاد می کنند، مبنی می گویند.

۱۴. حد بهینه PH در سرخرگ ها چقدر است؟

- الف. ۰/۰۲ ب. ۰/۰۴ ۷/۰/۰۴ ۷/۰/۰۴

۱۵. کدامیک از گزینه های زیر جزء دستگاه تامپونی خون نیست؟

- الف. دستگاه فسفات د. دستگاه بی کربنات ب. پروتئین ها ج. هموگلوبین

۱۶. دوین خط دفاعی در مقابل تغییر PH در هنگام ورزش برای مقابله با حالت اسیدوز کاملاً است.

- الف. کلیه ها ب. تنفس جبرانی ج. بی کربنات د. پروتئین های عضله

۱۷. کدامیک از گزینه های زیر نادرست است؟

الف. تفاوت مطلوب دمای درونی و سطحی بدن ۳ درجه است.

ب. افزایش دمای بالاتر از ۴۵ درجه باعث مرگ می شود.

ج. لرزش یک روش غیر ارادی تولید دما در بدن است.

د. اندازه گیری حرارت پرده گوش برآورده از حرارت واقعی مغز است.

۱۸. در زمان استراحت، ۲۵٪ از دفع گرما را بر عهده دارد، اما در هنگام ورزش نقش مهمی در کاهش گرما ایفا می کند.

- الف. تشعشع د. انتقال ب. هدایت ج. تبخیر

۱۹. در مواجهه با گرما کدام گزینه نادرست است؟

الف. تحریک قسمت قدامی هیپوتalamوس

ج. انقباض عروق پوستی

۲۰. در مواجهه با سرما اولین مکانیسمی را که هیپوتalamوس فعال می کند، چیست؟

الف. انقباض رگ های محیطی

ب. لرزش غیر ارادی

د. افزایش آزاد شدن تیروکسین

استان:

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی:
زمان آزمون: تستی: ۵۰ تشریحی: — دقیقه
آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد

نام درس: فیزیولوژی ورزشی ۲

رشته تحصیلی / گذ دوس: تربیت بدنی (۱۲۱۵۰۲۶)

گذ سوی سوال: یک (۱) منبع: فیزیولوژی ورزشی ۲ مجاز است.

استفاده از:

۲۱. کدامیک از گزینه های زیر جزء سازگاری های ایجاد شده با گرما در بدن است؟

- ب. کاهش تعریق
- د. تعریق دیرهنگام
- الف. افزایش جریان خون پوستی
- ج. افزایش حجم پلاسمای

۲۲. کاهش کطم یک از عوامل زیر، باعث افزایش حجم ضربه ای و در نهایت افزایش در $VO_{\text{p}} \max$ می شود؟

- ب. انقباض پنیری
- د. حجم پلاسمای
- الف. مقاومت کل محیطی
- ج. حجم پایان ریستوای

۲۳. در افزایش اختلاف اکسیژن خون سرخمگی - سیاهرگی جهت افزایش $VO_{\text{p}} \max$ کدام عامل تأثیر ندارد؟

- ب. افزایش میوگلوبین
- د. افزایش تعداد میتوکندری
- الف. افزایش شبکه مویرکی
- ج. افزایش فعالیت عصبی سمپاتیک

۲۴. کدامیک از گزینه های زیر جزء سازگاری های ایجاد شده در اثر تمرین استقامتی نیست؟

- ب. افزایش کراتین فسفات
- د. کاهش کسر اکسیژن
- الف. افزایش وام اکسیژن
- ج. کاهش تشکیل لاكتات

۲۵. کدامیک از گزینه های زیر صحیح است؟

- ب. تمرین استقامتی باعث افزایش تراکم ADP و افزایش فعالیت آنزیم PFK می شود.
- الف. آنزیم کاربینتین ترانسفراز باعث انتقال قند به داخل میتوکندری می شود.

- د. غلظت لاكتات خون در زمان استراحت به میزان یک میلی مول در هر لیتر است.
- ب. تمرین استقامتی باعث کاهش آنزیم LDH از نوع H و کاهش تولید لاكتات می شود.

۲۶. کدامیک از گزینه های زیر جزء سازگاری های تمرین استقامتی نمی باشد؟

- ب. کاهش لاكتات
- د. افزایش فعالیت کاتکولامین ها
- الف. کاهش ضربان قلب
- ج. افزایش دانسیته مویرگی

۲۷. بارداری و بهداشت جنینی جزء کدامیک از اهداف استراتژی بهداشت است؟

- ب. تأمین بهداشت عمومی
- د. تأمین بهداشت فردی
- الف. اشاعه بهداشت
- ج. خدمات بهداشتی پیش گیرنده

۲۸. در شرایط نامساعد محیطی مثل درجه حرارت بالا، رطوبت و ارتفاع بالا کدامیک از گزینه های زیر به عنوان یک راهنمای برای تنظیم شدت تمرین به کار می آید؟

- | | | | |
|--------|--------|--------|---------|
| د. CHD | ج. THR | ب. HRR | الف. HR |
|--------|--------|--------|---------|

۲۹. کدامیک از گزینه های زیر جزء وظایف پایه مغز نیست؟

- | | | | |
|----------------------|--------------|-----------------------|----------------|
| الف. کنترل حرکات چشم | ب. حفظ تعادل | د. دریافت اطلاعات حسی | ج. تنفس عضلانی |
|----------------------|--------------|-----------------------|----------------|

۳۰. اگر شعاع عروق خونی $5/0$ واحد کاهش یابد، مقاومت در برابر جریان خون چند برابر می شود؟

- | | | | |
|-------|------|------|--------|
| د. ۱۶ | ج. ۸ | ب. ۴ | الف. ۲ |
|-------|------|------|--------|