

نام درس: حرکت شناسی ورزشی
رشته تحصیلی/گد درس: تربیت بدنی - (۱۲۱۵۰۰۸)
تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: —
زمان آزمون: تستی: ۵۵ تشریحی: — دقیقه
آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

گد سری سوال: یک (۱) استفاده از: — مجاز است. منبع: —

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

۱. سر متحرک عضله جناغی - چنبری به متصل است.

الف. استخوان چنبر

ب. زائده عرضی مهره های گردنی

ج. زائده پهناتی

د. زائده آخرومی

۲. کدامیک از اجزای زیر نادرست است؟

الف. دامنه حرکت سر به طرف عقب نسبت به سه جهت دیگر محدودتر است.

ب. دامنه حرکت سر به طرف عقب نسبت به سه جهت دیگر وسیع تر است.

ج. عضله ساقی قدامی در حرکت درسی فلکشن دخالت دارد.

د. عضله ساقی قدامی در حرکت پلانتر فلکشن دخالت ندارد.

۳. در حرکت خم شدن مفصل آرنج کدامیک از عضلات زیر نقش اصلی تری را به عهده دارند.

الف. درون گرداننده مدور

ب. دو سر بازویی (سر بلند)

ج. دو سر بازویی

د. بازویی قدامی

۴. عملکرد عضله دو سر در فلکشن بازو چه نوع اهرمی می باشد؟

الف. اول

ب. دوم

ج. سوم

د. برخی مواقع دوم

۵. کدام یک از عضلات زیر در حرکت دراز و نشست نقش دارند؟

الف. راست کننده ستون فقرات

ب. سینه ای کوچک

ج. پسواس

د. مورب جانبی

۶. کدام یک از عبارات زیر نادرست است؟

الف. در اهرم نوع اول نیروی محرک در وسط قرار دارد.

ب. مقدار نیروی اصطکاک به جنس و نوع سطح دو شیء بستگی دارد.

ج. محل تلاقی سه سطح اصلی بدن را مرکز ثقل می نامند.

د. عمل اصلی عضله گوشه ای نزدیک کردن کتف است.

۷. کدام یک از گزینه های زیر جزء اعمال عضله تاکننده دراز انگشتان پا نمی باشد؟

الف. پلانتر فلکشن

ب. حرکت اینورشن

ج. چرخش خارجی

د. خم شدن بند انگشتان کف پا

۸. کدام عضله در قسمت خلفی تنه قرار دارد، از تاج خاصره ای و زائده عرضی چهار مهره پائینی شروع شده و به دنده دوازدهم و زائده عرضی دو مهره بالائی کمر متصل است؟

الف. پسواس

ب. مربع کمری

ج. عرضی شکم

د. مورب خارجی

نام درس: حرکت شناسی ورزشی
رشته تحصیلی/ گد درس: تربیت بدنی - (۱۲۱۵۰۰۸)
تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: —
زمان آزمون: تستی: ۵۵ تشریحی: — دقیقه
آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

گد سری سؤال: یک (۱) استفاده از: — مجاز است. — منبع:

۹. کدام یک از عبارات زیر صحیح است؟
الف. عضله نعلی به استخوانهای درشت نی - نازک نی و پاشنه اتصال دارد.
ب. عضله نعلی به استخوانهای درشت نی و پاشنه اتصال دارد.
ج. عمل عضله ساقی قدامی فقط فلکشن آرنج است.
د. عضله ساقی قدامی در تمام حرکات ساق پا نقش دارد.
۱۰. در حرکت پور شدن (آبداکشن) بازو کدامیک از عضلات زیر نقش مهمتری را به عهده دارند؟
الف. عضله پشت بازو
ب. عضله فوق خاری
ج. دو سر بازویی
د. دلتوئید (دالی)
۱۱. عضله نیم وتری از کدامینشا می گیرد؟
الف. برجستگی ورکی
ب. برجستگی بزرگ ران
ج. برجستگی کوچک ران
د. خط خشن ران
۱۲. کدامیک از عضلات زیر در هیچ یک از اندامها تولید حرکت نمی کند؟
الف. مورب داخلی
ب. مورب خارجی
ج. عضله عرضی شکمی
د. عضله سوئز
۱۳. سر متحرک کدامیک از عضلات زیر به لبه داخلی کف متصل است؟
الف. متوازی الاضلاع
ب. گوشه ای
ج. تحت خاری
د. دوزنقه
۱۴. سطحی که بدن را به دو نیمه مساوی جلویی و عقبی تقسیم می کند کدام است؟
الف. سهمی
ب. قدامی - خلفی
ج. عرضی
د. افقی
۱۵. سطح افقی:
الف. بدن را به دو نیمه مساوی جلویی و عقبی تقسیم می کند.
ب. بدن را به دو نیمه مساوی بالایی و پایینی تقسیم می کند.
ج. بدن را به دو نیمه مساوی چپ و راست تقسیم می کند.
د. در مطالعات حرکت شناسی کاربردی ندارد.
۱۶. کدام یک از عضلات زیر در زمره چرخش دهنده های خارجی ران محسوب می شوند؟
الف. دو سر رانی
ب. کشنده پهن نیام
ج. راست داخلی
د. مربع رانی
۱۷. کدام یک از عضلات زیر در چرخش خارجی بازو نقش دارد؟
الف. فوق خاری
ب. تحت خاری
ج. گرد بزرگ
د. دو سر بازویی
۱۸. کدامیک از حرکات زیر جزء وظایف سر بلند عضله دو سر بازویی می باشد؟
الف. آبداکشن بازو
ب. فلکشن افقی بازو
ج. آداکشن بازو
د. چرخش داخلی بازو
۱۹. کدام گروه از حرکات زیر حول محور عمودی انجام می شود؟
الف. سوپینیشن و پرونیشن
ب. آبداکشن و آداکشن
ج. چرخش داخلی و آبداکشن
د. آبداکشن، آداکشن و فلکشن

نام درس: حرکت شناسی ورزشی

رشته تحصیلی / گد درس: تربیت بدنی - (۱۲۱۵۰۰۸)

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: —

زمان آزمون: تستی: ۵۵ تشریحی: — دقیقه

آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

گد سری سؤال:

یک (۱) استفاده از:

مجاز است. — منع: —

۲۰. کدام عبارت زیر صحیح است؟

الف. شناسایی مرکز ثقل در یک جسم متقارن مشکل است.

ب. عضله راست رانی در سطح داخلی ران قرار دارد.

ج. سم متحرک عضله خاصرهای به برجستگی کوچک استخوان ران متصل است.

د. سر متحرک عضله خاصرهای به برجستگی بزرگ استخوان ران متصل است.

۲۱. منشاء (سر ثابت) عضله متوازی الاضلاع به کدام بخش سیستم اسکلتی ران متصل است؟

الف. پنج مهره پشتی ب. زائده عرضی دو مهره گردنی و سه مهره پشتی

ج. مهره های پشتی د. زائده شوکل آخرین مهره گردنی و پنج مهره اول پشتی

۲۲. عضله متوازی الاضلاع می تواند :

الف. کتف را فقط دور کند ب. کتف را فقط نزدیک کند.

ج. کتف را بالا و نزدیک خط میانی بدن بکشد. د. به تنهایی در تعداد زیادی از حرکات کتف اثر بگذارد.

۲۳. کدام یک از سطوح زیر موازی با سطح زمین است و موقعیت فرضی آن روی بدن به صورتی است که بدن را به دو نیمه فوقانی و تحتانی تقسیم می کند؟

الف. سهمی ب. میانی ج. آهیانه ای د. افقی

۲۴. کدامیک از حرکات زیر حول محور افقی - عرضی انجام می شود؟

الف. آداکشن ب. چرخش داخلی و خارجی

ج. فلکشن د. خم شدن جانبی تنه

۲۵. حرکت آداکشن حول کدام محور انجام می شود؟

الف. افقی - عرضی ب. عمودی ج. افقی - سهمی د. افقی

۲۶. چرخش پا حول محور سهمی به طرف داخل را چه می نامند؟

الف. دورسی فلکشن ب. پلانتر فلکشن ج. اینورژن د. اورژن

۲۷. کدامیک از عضلات زیر در حرکت آداکشن بازو دخالت ندارند؟

الف. دلتوئید ب. فوق خاری ج. دو سر بازویی د. پشتی بزرگ

۲۸. عضله نعلی موجب در مفصل مچ پا می شود.

الف. اورژن ب. دورسی فلکشن ج. پلانتر فلکشن د. کلیه حرکات

۲۹. کدامیک از عضلات زیر در حرکت فلکشن جانبی گردن موثرند؟

الف. عضله طویل گردنی ب. انقباض دو عضله گوشه ای

ج. انقباض یکی از عضلات جناغی چنبری د. انقباض دو عضله جناغی چنبری با هم

۳۰. انقباض دو طرفه این عضله باعث ثابت شدن مهره های کمری و انقباض یک طرفه آن باعث اکستنشن (باز شدن) جانبی می شود.

الف. خاصرهای پسواس ب. مربع کمری ج. راست کننده ستون مهره ها د. راست شکمی