

نام درس: بهداشت و ورزش - بهداشت ورزشی

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۵ دقیقه تشریحی -- دقیقه

کد درس: ۱۲۱۵۰۵۵ - ۱۲۱۵۰۰۷

تعداد کل صفحات: ۳

۱. به نظر شما کدامیک از عوامل زیر از جمله عوامل جانبی کندی رشد جمعیت می باشد؟  
الف. سل      ب. آبله      ج. سقط جنین      د. مالاریا
۲. در تاریخ کدام کشور تأسیس جذامخانه و مقررات بهداشتی چشمگیر بوده است؟  
الف. یونان      ب. مصر      ج. امپراتوری روم      د. چین باستان
۳. تکوین بهداشت عمومی در قرن نوزدهم بیشتر متأثر از کدام عامل بود؟  
الف. توجه حکام به بهداشت      ب. احساس مسئولیت اجتماعی  
ج. عملکرد خوب سازمان بهداشت جهانی      د. کاهش جنگهای بین المللی
۴. عبارت ( تعداد سالهایی که افراد یک اجتماع توقع دارند که زنده بمانند ) تعریف کدامیک از موارد زیر است؟  
الف. شاخص بهداشتی      ب. پیشرفت بهداشتی      ج. امید به زندگی      د. سنوات سلامتی
۵. کدامیک از موارد زیر نادرست است؟  
الف. فحشا به عنوان معیاری در ارزشیابی بهداشتی مورد استفاده قرار می گیرد.  
ب. هر شاخص بهداشتی به تنهایی وضع بهداشت جامعه را منعکس می کند.  
ج. حد متوسط امید به زندگی یک معیار مثبت ارزیابی بهداشتی است.  
د. عدم ابتلا به بیماری تعریف صحیحی از بهداشت نیست.
۶. ریختن آب گرم بر سر، رو و پاها هنگام داخل شدن در حمام سفارش کدامیک از بزرگان دین است؟  
الف. پیامبر اکرم (ص)      ب. امام علی (ع)      ج. امام صادق (ع)      د. امام محمد باقر (ع)
۷. از خصوصیات باکتری ..... می باشد.  
الف. ساختمان پیچیده ای دارند.  
ج. جزئیات هسته آنها قابل تشخیص است.  
د. پوسته خارجی آنها اکتوپلاسم نام دارد.  
ب. در پروتوپلاسم آنها حفره وجود دارد.
۸. ساپروفیتها چه ویژگی دارند؟  
الف. فاسدکننده نبات هستند.  
ج. از راه گوارش وارد می شوند.  
د. در زخم انسان و حیوان زندگی می کنند.  
ب. برای بدن بسیار مفیدند.
۹. کدامیک از باکتری های زیر عامل ایجاد بیماری ذات الریه هستند؟  
الف. مننگوکک      ب. پنموکک      ج. کولی باسیل      د. گونوکک
۱۰. کدامیک از موارد زیر از مشخصه های باسیل نیکلایر است؟  
الف. موجب بیماری وباست.  
ب. مولد بیماری اسهال است.  
ج. از راه خراش وارد بدن می شود و تشنج ایجاد می کند.  
د. پدیدآورنده بیماری باد سرخ و برخی گلو دردها و چرک و دمل است.
۱۱. بیماری گال متأثر از کدام انگل است؟  
الف. آسکاریس      ب. اکسپور      ج. تنیا      د. سارکوپت
۱۲. ایوانسکی برای اولین بار در سال ۱۸۹۲ کدامیک از موارد زیر را شناسایی کرد؟  
الف. ویروس      ب. انگل      ج. باکتری      د. سوزاک

نام درس: بهداشت و ورزش - بهداشت ورزشی

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۵ دقیقه تشریحی --

کد درس: ۱۲۱۵۰۵۵ - ۱۲۱۵۰۰۷

تعداد کل صفحات: ۳

۱۳. کدامیک از موارد زیر را نادرست می‌دانید؟

الف. بیماری آبله مرغان اکثراً در کودکان دیده می‌شود.

ب. بیماری دیابت در مردان بیشتر از زنان است.

ج. بیماری ریه در مردان بیشتر از زنان است.

د. سرطان معده در ژاپنی‌ها شیوع بیشتری دارد.

۱۴. تب راجعه ناشی از کدام بیماری است؟

الف. بثوری      ب. میکروبی      ج. انگلی      د. ویروسی

۱۵. به نظر شما برای اطمینان از پاک شدن وسایل چه درجه حرارتی و حداقل چه مدت زمانی لازم است؟

الف. ۶۰ درجه حداقل ۲ ساعت      ب. ۱۰۰ درجه حداقل ۱۰ دقیقه

ج. ۶۰ درجه حداقل نیم ساعت      د. ۱۰۰ درجه حداقل نیم ساعت

۱۶. دورانی که میکروب وارد بدن شود ولی قدرت بروز علائم بیماری کافی نیست، چه نام دارد؟

الف. کمون      ب. حمله      ج. انزوا      د. بروز

۱۷. بیماری آبله تا چند روز خطر سرایت دارد؟

الف. ۱۰ روز      ب. ۴۰ روز      ج. ۱۴ روز      د. ۲۱ روز

۱۸. گریپ ناشی از کمبود کدام ویتامین است؟

الف. B      ب. K      ج. C      د. D

۱۹. انتشار ویروس هپاتیت نوع A از کدام طریق و در چه دوره‌ای در بالاترین حد خود است؟

الف. سرفه - اختتام بیماری      ب. ریزش پوسته بدن بیمار - نقاقت

ج. زخم - نهایی بیماری      د. مدفوع - دوره اولیه

۲۰. اگر مغز استخوان نتواند گلبولهای حاوی هموگلوبین به اندازه طبیعی بسازد و گلبولهای قرمز ساخته شده فاقد هموگلوبین کافی باشد به آن..... گفته می‌شود.

الف. تالاسمی ماژور      ب. تالاسمی مینور      ج. هپاتیت نوع A      د. هپاتیت نوع B

۲۱. درصد مواد معدنی استخوان از ..... تشکیل شده است.

الف. فسفات کلسیم      ب. کربنات کلسیم      ج. فلوراید کلسیم      د. فسفات منیزیم

۲۲. اگر پرکاری غده هیپوفیز منجر به ازدیاد غیرعادی رشد در تمام استخوانها هم از نظر طول و هم از نظر عرض شود موجب چه عارضه‌ای می‌شود؟

الف. راشیتیزم      ب. استئومالاسی      ج. ژیگانتیزم      د. استئوپروز

۲۳. کلونوس چیست؟

الف. انقباض ناگهانی عضله      ب. تغییرات فیزیولوژیکی در استخوان

ج. انقباض و انبساط توام عضله      د. از دست رفتن مواد معدنی استخوان

۲۴. سهم کالری تولید شده توسط چربیها از چند درصد نباید تجاوز کند؟

الف. ۵ تا ۱۰ درصد      ب. ۴۰ تا ۴۵ درصد      ج. ۳۵ تا ۴۰ درصد      د. ۲۵ تا ۳۰ درصد

نام درس: بهداشت و ورزش - بهداشت ورزشی

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۵ دقیقه تشریحی -- دقیقه

کد درس: ۱۲۱۵۰۰۷ - ۱۲۱۵۰۵۵

تعداد کل صفحات: ۳

۲۵. کدامیک از موارد زیر از اثرات الکل بر دستگاه گوارش است؟

الف. تأثیرمختصری بر عمل هضم دارد.

ب. حرکات دودی روده را افزایش می‌دهد.

ج. ترشح بزاق را به میزان غیرمحسوسی کاهش می‌دهد.

د. نسبت اسیدکلریدریک به پپسین را کاهش می‌دهد.

۲۶. کدامیک از موارد زیر از اختلالات اولیه تأثیر مصرف الکل بر دستگاه عصبی نیستند؟

الف. دقت ب. واکنش عصبی عضلانی ج. حافظه د. همه موارد

۲۷. کدامیک از موارد زیر از آثار مصرف سیگار است؟

الف. افزایش حجم ضربه‌ای ب. گشاد شدن نایژکها

ج. وام اکسیژن بیشتر در ازای کار ثابت د. کاهش مصرف اکسیژن عضلات تنفسی

۲۸. هوای اطراف استخر چند درجه گرمتر و چند درجه سردتر از آب استخر باشد، مناسب است؟

الف. ۱۰ درجه گرمتر و ۶ درجه سردتر ب. ۸ درجه گرمتر و ۴ درجه سردتر

ج. ۱۵ درجه گرمتر و ۶ درجه سردتر د. ۴ درجه گرمتر و ۲ درجه سردتر

۲۹. مصرف کالری در دقیقه کدامیک از رشته‌های ورزشی زیر ۵ تا ۱۰ است؟

الف. بسکتبال ب. بولینگ ج. گلف د. والیبال

۳۰. علائم اولیه بیماری آبله چیست؟

الف. کچلی ب. ضایعه عصبی عضلانی

ج. کمر درد شدید د. اسهال