



تعداد سوالات: تست: ۳۰ تشرییع: --

نام درس: فیزیولوژی ورزشی ۲

رشته تحصیلی / گذ دوس: کارشناسی تربیت بدنی و علوم ورزشی - (برادران) - (خواهان)

کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش) / ۱۴۰۵۰۲۶

نام سوال: یک (۱)

پیام نور

دانشجویان
پایگاه خبریPNUNA.COM
PNU News Agency

کارشناسی و کارشناسی ارشد

حضرت علی (ع): ارزش هر کس به میزان دانایی و تخصص اوست.



۱. کدامیک از گزینه‌های زیر صحیح است؟
- الف. در حالت استراحت، کانال‌های پتانسیم نفوذ‌پذیرتر از کانال‌های سدیم است.
 ب. پروتئین‌ها و فسفات‌ها و نوکلئوتیدها دارای بار منفی‌اند که در خارج غشاء وجود دارند.
 ج. در زمان استراحت بخش خارجی غشاء یک نرون نسبت به بخش داخلی آن بار منفی بیشتری دارد.
 د. اختلاف پتانسیل ۷۰-میلی ولت در زمان دپلاریزاسیون حادث می‌شود.
۲. کدامیک از گزینه‌های زیر جزء «گیرنده‌های عمقی» نمی‌باشند؟
- الف. پایانه‌های عصبی آزاد
 ب. دوک عضلانی
 ج. اندام و تری گلزاری
 د. گیرنده‌های مفصلی
۳. «سازماندهی حرکات پیچیده» از وظایف کدامیک از بخش‌های C.N.S است؟
- الف. پایه مغز
 ب. قشر مخ
 ج. مخچه
 د. نخاع
۴. در اجرای حرکات ارادی، کدام مورد زیر، مهمترین مسئول برای حرکات آهسته و ظریف است؟
- الف. مخچه
 ب. قشر حرکتی
 ج. عقده‌های قاعده‌ای
 د. نخاع
۵. علت اصلی متلاشی نشدن کیسه‌های هوایی نازک چیست؟
- الف. فشار کمتر پرده‌های جنب از اتمسفر
 ب. فشار مساوی بین پرده جنب احساسی و جنب جداری
 ج. فشار بیشتر پرده‌های جنب از اتمسفر
 د. فشار کمتر پرده جنب احساسی از پرده جنب جداری
۶. کدامیک از عضلات زیر در عمل بازدم نقشی ندارد؟
- الف. بین دندای خارجی
 ج. مایل داخل شکمی
 ب. راست شکمی
 د. بین دندای داخلی
۷. تهویه حبابچه‌ای مرد ۸۰ کیلوگرمی که حجم جاری آن برابر ۵۰۰ میلی لیتر و حجم فضای مرده آن ۱۵۰ میلی متر است و در یک دقیقه ۱۰ بار تنفس می‌کند، چند لیتر در دقیقه است؟
- الف. ۲/۵
 ب. ۳
 ج. ۳/۵
 د. ۴/۵
۸. مجموع سه حجم جاری، ذخیره دمی و ذخیره بازدمی، کدامیک از ظرفیت‌های زیر را می‌سازند؟
- الف. ظرفیت حیاتی
 ب. ظرفیت دمی
 ج. ظرفیت کل
 د. ظرفیت باقی‌مانده
۹. مقدار O_2 و CO_2 محلول در خون از کدام قانون پیروی می‌کند؟
- الف. هنری
 ب. فیک
 ج. بویل
 د. فیشر
۱۰. مرکز اصلی برای تنظیم تنفس کدام بخش است؟
- الف. آپنوستیک
 ب. پنوموتاکسیک
 ج. بصل النخاع
 د. پل مغز

۱۱. کدامیک از گزینه های زیر نادرست است؟

الف. به اسیدهایی که تمایل دارند یون H^+ بیشتری از دست بدنه اسیدهای قوی گویند.

ب. تغییر تراکم یون H^+ می تواند آنزیمه های کنترل کننده واکنش های متابولیک را تغییر دهد.

ج. بازهایی که به طور کامل یونیزه می شوند، بازهای قوی نامیده می شوند.

د. یون بی کربنات با یون H^+ ترکیب می شود و اسید قوی به نام اسید سولفوریک می سازد.

۱۲. کدامیک از گزینه های زیر جزء اسیدهای آلی است؟

الف. اسید استیک ب. اسید کربنیک ج. اسید سولفوریک

۱۳. افزایش H^+ کدامیک از اختلالات زیر را باعث نمی شود؟

الف. از کار انداختن آنزیمه ها

ب. رقابت با Ca^{2+} برای اتصال به تروپومیوزین

ج. کاهش توانایی عضله در تولید ATP

د. به تأخیر انداختن انقباض

۱۴. کدام یک از گزینه های زیر جزء تامپون های داخل سلولی نیست؟

الف. پروتئین ها ب. گروه های فسفات

ج. بی کربنات د. هموگلوبین

۱۵. دومین مرحله جلوگیری از افت PH هنگام ورزش کدام است؟

الف. تهویه جبرانی ب. سیستم تامپونی خون

ج. سیستم تامپونی سلولی د. کلیه ها

۱۶. کاهش دما به سطح پایین تر از درجه سانتی گراد باعث کاهش سوخت و ساز و فعالیت غیرطبیعی قلب (آریتمی) خواهد شد.

الف. ۳۰ ج. ۳۲ ب. ۳۴ ۳۵

۱۷. در زمان استراحت مهمترین روش دفع گرمای کدام گزینه است؟

الف. انتقال ب. تبخیر ج. تشعشع

۱۸. در مواجهه با محیط گرم اولین فرمان هیپوتالاموس برای کاهش دمای بدن کدام است؟

الف. جلوگیری از انقباض عروقی پوستی ب. افزایش جریان خون پوستی

ج. تحریک غدد عرق د. دفع گرمای طریق تبخیر

۱۹. سومین و آخرین سازگاری فیزیولوژیکی به هوای سرد، کدام گزینه است؟

الف. افزایش توانایی خوابیدن در هوای سرد

ب. افزایش در قابلیت بالا بردن دمای بدن، بدون لرزش

ج. افزایش گردش خون محیطی برای حفظ دمای دست و پا در سطح بالا

د. افزایش حجم پلاسمای

تعداد سوالات: تست: ۳۰ تشرییعی: --

نام درس: فیزیولوژی ورزشی ۲

رشته تحصیلی/ گذ دوس: کارشناسی تربیت بدنی و علوم ورزشی- (برادران)- (خواهان)

کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش) / ۱۲۱۵۰۲۶



پیام نور

دانشجویان
پایگاه خبری

PNUNA.COM
PNU News Agency

۲۰. برای تأثیرگذاری تمرین استقاماتی معمولاً شدت تمرین چند درصد $V_{O_2\max}$ است؟

- الف. ۵۰-۶۰ ب. ۶۰-۷۵ ج. ۷۵-۸۰ د. ۸۵-۹۰

۲۱. کدامیک از گزینه های زیر باعث افزایش حجم پایان دیاستولی(پیش بار) می شود؟

- الف. کاهش حجم پلاسمای

ج. افزایش مقاومت کل محیطی

۲۲. در اثر تمرین استقاماتی، کدامیک از سازگاری های زیر حادث نمی شود؟

- الف. افزایش تعداد میتوکندری

ج. افزایش دانسیته مویرگی

۲۳. کدامیک از تغییرات زیر به عنوان سازگاری تمرین استقاماتی شمرده می شود؟

- الف. وام اکسیژن بیشتر

ج. کاهش یون $[H^+]$

۲۴. در سازگاری های ایجاد شده در تمرین استقاماتی، برای سوختن بیشتر FFA کدام تغییر زیر بوجود می آید؟

- الف. کاهش آنزیم کارنیتین ترانسفراز

ج. افزایش تولید لاکتات

۲۵. در سازگاری های ایجاد شده در تمرین استقاماتی، برای حفظ هموستانز کدام تغییر زیر بوجود نمی آید؟

- الف. افزایش تهویه

ج. کاهش ضربان قلب

۲۶. «برنامه ریزی خانوادگی» جزء کدامیک از اهداف استراتژی بهداشت می باشد؟

- الف. خدمات بهداشتی پیش گیرنده

ج. اشاعه بهداشت عمومی

۲۷. در شرایط نامساعد محیطی مثل درجه حرارت بالا، رطوبت و ارتفاع بالا به عنوان یک راهنمای برای تنظیم شدت تمرین به کار می آید.

الف. CHD

ب. CRF

ج. THR

د. HRR

۲۸. بیشترین فواید فعالیت بدنی زمانی آشکار می شود که فعالیت بتواند حداقل روزی تا کیلوکالری از دست بدهد.

- الف. ۲۰۰-۱۵۰

- ج. ۳۰۰-۲۰۰

ب. ۲۰۰-۲۵۰

د. ۳۰۰-۳۵۰

۲۹. طبق آمارهای مربوطه در ایالات متحده، پس از بیماری های قلبی - عروقی، مهمترین علت مرگ و میر کدام گزینه زیر است؟

- الف. حوادث

ج. سرطان

ب. ذاتالریه و آنفولانزا

د. بیماری های ریبوی

۳۰. در بازتاب های رفلکسی عصبی در اثر فعل شدن یک پیام حسی در نخاع شوکی چند پیام حرکتی ایجاد می شود؟ (به طور مثال

اصابت کردن دست راست به یک جسم تیز)

الف. ۱

ب. ۲

ج. ۳

د. ۴