

سوی سوال: یک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

رشته تحصیلی / گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۴۰۵-۱۴۰۴



پایکاۀ خبری دانشجویان پیام نور

- ۱- کدام تار، ظرفیت هر دو نوع سوخت و ساز هوایی و بی هوایی را دارد؟
۱. نوع II
۲. نوع I
۳. IIa . ۳
۴. ۱/۳IIb . ۴
- ۲- کدام نوع تار عضلانی در هنگام انقباض به میزان بیشتری کوتاه می شود؟
۱. اکتنین
۲. میوزین
۳. صفحات Z
۴. صفحات T
- ۳- کدم هورمون سنتز پروتئین در سلولها را زیاد می کند؟
۱. گلوکورتیکوئیدها
۲. مینرالوکورتیکوئیدها
۳. کاتکولامینها
۴. عوامل رشدی شبه انسولین
- ۴- کدام غده، با ترشح هورمون محرک تیروئیدی، تولید هورمون تیروئیدی از غده تیروئید را تحریک می کند؟
۱. غده پارا تیروئید
۲. غده تیروئید
۳. غده هیپوفیز خلفی
۴. غده هیپوفیز قدامی
- ۵- کدام یک نقش فیزیولوژیکی تستوسترون را شرح نمی دهد؟
۱. کنترل اسپرماتوژن
۲. گسترش مردانه شدن صدا
۳. رشد عضله
۴. گسترش مردانه شدن صدا
- ۶- اعمال فیزیولوژیکی اصلی GH کدام است؟
۱. کاهش سنتز گلیکوژن
۲. افزایش مصرف گلوکز
۳. کاهش لیپولیز
- ۷- پس از فعالیتهای ورزشی هوایی شدید مقدار IGF چه تغییری می کند؟
۱. خیلی زیاد افزایش می یابد
۲. هم افزایش هم عدم تغییر
۳. کاهش می یابد و تغییر کمی دارد
۴. خیلی کم افزایش می یابد
- ۸- انسولین در کدام اندام متابولیسم گلوکز را تنظیم نمی کند؟
۱. عضله
۲. مغز
۳. شش
۴. قلب
- ۹- کدام گزینه عمل اصلی و فیزیولوژیکی کورتیزول را نشان می دهد؟
۱. تحریک سنتز پروتئین
۲. مهار روند گلوكونوژن
۳. کاهش تحلیل پروتئین در عضله

سوی سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

رشته تحصیلی / گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهان)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۵-۵۱

پایکاۀ خبری دانشجویان پیام نور



۱۰- هنگام فعالیت ورزشی با شدت زیربیشینه، در ۱۵ دقیقه اول غلظت کدام هورمون افزایش بیشتری می یابد؟

۱. اپی نفرین ۲. نور اپی نفرین ۳. دوبامین ۴. رشد

۱۱- کدام یک از موارد زیر به افزایش حساسیت و تحریک رهایش ADH منجر می شود؟

۱. کاهش حجم و کاهش اسمولاریته
۲. کاهش حجم و افزایش اسمولاریته
۳. افزایش حجم و کاهش اسمولاریته
۴. افزایش حجم و کاهش اسمولاریته

۱۲- سنتز مجدد PC در ابتدا چه بازیافتی دارد؟

۱. بازیافت سریع ۲. بازیافت آهسته تر ۳. بازیافت متوسط ۴. هیچ بازیافتی ندارد

۱۳- اگر گلیکولیز با تجزیه گلوکز آغاز شود، چند مولکول خالص تولید می شود؟

۱. ۲ مولکول خالص ۲. ۱ مولکول خالص ۳. ۳ مولکول خالص ۴. ۴ مولکول خالص

۱۴- کدام یک از آنزیم های زیر، جز آنزیم های گلیکولیتیک نمی باشد؟

۱. لاکتات دهیدروژناز
۲. فسفوریاز
۳. سوکسینات دهیدروژناز
۴. فسفوفروکتوکیناز

۱۵- در مرحله دیاستازیس چه مقدار خون به درون بطن وارد می شود؟

۱. $\frac{1}{3}$ ۲. $\frac{2}{3}$ ۳. $\frac{3}{5}$ ۴. $\frac{1}{5}$

۱۶- حجم پایان دیاستولی در سازگاری های ورزشی در تمرينات استقاماتی و مقاومتی به ترتیب چه تغییری می کند؟

۱. کاهش، بدون تغییر ۲. افزایش، کاهش ۳. افزایش، بدون تغییر ۴. کاهش، افزایش

۱۷- هورمون های عصبی با افزایش فعالیت چه بخشی تواتر قلبی را زیاد می کند؟

۱. مسیرهای بین گره ای
۲. رشته پورکنژ
۳. گره دهلیزی بطنی
۴. گره سینوسی دهلیزی

۱۸- این که در مخلوط گاز، هرگاز فشاری متناسب با غلظت خودش اعمال می کند را چه گویند؟

۱. فشار هوای درون ریه ۲. فشار سیستولی ۳. فشار سیستولی ۴. فشار بارومتریک

۱۹- هنگام فعالیت ورزشی مقاومتی، فشار های سیستول و دیاستول چه تغییری می کنند؟

۱. هردو خیلی کم می شوند
۲. هردو خیلی کم می شوند
۳. سیستول زیاد، دیاستول کم می شود
۴. سیستول کم، دیاستول زیاد می شود

سوی سوال: ۱ بک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

رشته تحصیلی/گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهان)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۵-۵۱

پایکا: خبری دانشجویان پیام نور



۲۰- تواتر قلبی در ورزشکاران استقامتی در زمان استراحت و تمرين بیشینه به ترتیب چه تغییری می کند؟

۱. کاهش می یابد، تغییری نمی کند
۲. افزایش می یابد، تغییر نمی کند
۳. کاهش می یابد، کاهش می یابد
۴. افزایش می یابد، افزایش می یابد

۲۱- قطر بطن چپ در سازگاریهای ریختی در تمرينات استقامتی و مقاومتی به ترتیب چه تغییری می کند؟

۱. کاهش، بدون تغییر
۲. افزایش، افزایش
۳. افزایش، کاهش
۴. بدون تغییر، کاهش می یابد

۲۲- هنگام فعالیتهای ورزشی بیشینه ای ظرفیت حیاتی و حجم باقی مانده به ترتیب چه تغییری می کند؟

۱. افزایش، کاهش
۲. کاهش، کاهش
۳. افزایش، افزایش
۴. کاهش، افزایش

۲۳- افزایش پروتئینهای پلاسمای خون باعث چه چیز می شود؟

۱. کمتر شدن فشار اسمزی، آزادشدن مایعات در خون
۲. بیشتر شدن فشار اسمزی، آزادشدن مایعات در خون
۳. کمتر شدن فشار اسمزی، احتباس مایعات در خون
۴. بیشتر شدن فشار اسمزی، احتباس مایعات در خون

۲۴- در کدام نوع فعالیت ورزشی عفونت دستگاه تنفسی فوقانی شایع تر است؟

۱. جاگینگ
۲. اسب سواری
۳. شنا
۴. ماراتون

۲۵- کدام یک از ایموگلوبین های زیر، عمدتاً در ترشحات موکوسی یافت می شود؟

۱. IgE
۲. IgD
۳. IgM
۴. IgG

۲۶- با افزایش میزان تعربیق به ترتیب حجم خون و تونیسیته پلاسمای چه تغییری می کند؟

۱. کاهش-افزایش
۲. افزایش-افزایش
۳. افزایش-کاهش
۴. کاهش-کاهش

۲۷- کدام مورد زیر، از مشخصات سرمایخ نمی باشد؟

۱. انقباض عروق خونی
۲. تورم زیر جلدی
۳. انبساط عروق خونی
۴. خیز

۲۸- فردی که به ورزش در ارتفاعات می پردازد، به ترتیب بنا به آهنگ تهويه، دهيدراسيون چه می شود؟

۱. کمتر- زیادتر
۲. بیشتر- زیادتر
۳. کمتر- کمتر
۴. بیشتر- کمتر

۲۹- کدام اصل به این معنا است که در جریان یک برنامه تمرينی، سازگاریهایی به وجود می آید که متناسب با شدت یا حجم تمرين تغییر می کند؟

۱. اصل اضافه بار
۲. اصل پیشرفت
۳. اصل ویژگی
۴. اصل کاهش بازده

سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: فیزیولوژی ورزشی ۳

رشته تحصیلی/گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهان)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۵۱



پایگاه خبری دانشجویان پیام نور

- ۳۰- کدام یک از ترکیبات دارویی، گیرنده های بتا-آدرنرژیک را مسدود می کند؟

۱. بتا بلکرها ۲. افدرین ۳. بتا-متیل بوتیرات ۴. بتا-هیدروکسی

پایگاه خبری دانشجویان پیام نور
www.PNUNA.COM
آخرین اخبار دانشگاه پیام نور
بانک نمونه سوالات پیام نور