

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

تعداد سوالات : تستی : ۳۰ تشریحی : ۰

عنوان درس : یادگیری حرکتی

رشته تحصیلی / گذ درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، رفتار حرکتی-رشد حرکتی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۵۰۱۶ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی ۱۲۵۲۳۷ گرایش علوم زیستی ورزش



۱۰- کدام یک از گزینه های زیر، هدف جلسات تمرین است؟

- ۱. تاکید بر اجرای کلی مهارت
- ۲. پایدار کردن الگوی حرکت
- ۳. استفاده از بهترین الگوی حرکتی قبلی
- ۴. جستجو برای الگوی حرکتی بهینه

۱۱- اصل یووارونه در مهارت های ساده با کنترل حرکتی عمدۀ چگونه است؟

- ۱. این مهارت ها به سطح انگیختگی بیشتری نیاز دارند.

- ۲. افزایش درانگیختگی، سطح اجرای این مهارت ها را پایین می آورد.

- ۳. این مهارت ها به سطح بهینه و مطلوبی از انگیختگی نیاز دارند.

- ۴. این مهارت ها با سطح برانگیختگی پایین تر، بهتر اجرا می شوند.

۱۲- کدام گزینه در رابطه با پردازش خودکار صحیح است؟

- ۱. آهسته است
- ۲. اختیاری است
- ۳. نیاز به توجه دارد
- ۴. موازی است

۱۳- بر اساس میزان و دامنه پایداری و ثبات وضعیت محیطی، طبقه بندی مهارت ها چگونه می باشد؟

- ۱. مهارت های باز و بسته

- ۲. مهارت های مجرد و مداوم

- ۳. مهارت های شناختی و حرکتی

۱۴- کدامیک به تفاوتهای یادگیری و اجرا اشاره می کند؟

- ۱. یادگیری مستقیماً قابل مشاهده است و اجرا قابل مشاهده نیست.

- ۲. اجرا و یادگیری هر دو قابل مشاهده اند.

- ۳. یادگیری مستقیماً قابل مشاهده نیست ولی رفتار قابل مشاهده است.

- ۴. یادگیری و اجرا مستقیماً قابل مشاهده نیستند.

۱۵- کدامیک از موارد زیر از معایب منحنی های اجرا نمی باشد؟

- ۱. منحنی اجرا یادگیری را نشان نمی دهد بلکه صرفا برای نشان دادن اجرا کاربرد دارد.

- ۲. پیشرفت افراد به آسانی قابل مشاهده است یعنی با یک نگاه ساده نحوه عملکرد یک نفر سنجیده می شود.

- ۳. تفاوتهای درون فردی نادیده گرفته می شود.

- ۴. تفاوتهای فردی پوشیده می شوند.

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

تعداد سوالات : تستی : ۳۰ تشریحی : ۰

عنوان درس : یادگیری حرکتی

رشته تحصیلی / گذ درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، رفتار حرکتی-رشد حرکتی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۱۶ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی ۱۲۱۵۲۳۷ گرایش علوم زیستی ورزش



۱۶- کدام گزینه تعریف آزمون یادداشت است؟

- ۱. آزمونی که جهت سنجش عملکرد است.
- ۲. آزمونی که جهت سنجش پیشرفت و همسانی است.
- ۳. آزمونی که فرد در مکان متفاوت با مکان تمرین باشد.
- ۴. آزمونی برای سنجش پایداری.

۱۷- افزایش یا کاهش تبحر در یک تکلیف در نتیجه تمرین یا تجربه در تکلیف دیگر چیست؟

- ۱. انتقال خنثی
- ۲. انتقال منفی
- ۳. انتقال مثبت
- ۴. انتقال دور

۱۸- در کدامیک از گزینه های زیر هدف اصلی با زمینه اصلی تمرین متفاوت است؟

- ۱. انتقال دور
- ۲. انتقال منفی
- ۳. انتقال نزدیک
- ۴. انتقال مثبت

۱۹- در کدام مرحله از یادگیری توجه بسیار کم می شود؟

- ۱. مرحله خودکاری
- ۲. مرحله کلامی شناختی
- ۳. مرحله حرکتی
- ۴. همه مراحل

۲۰- در مراحل اولیه تمرین کدام موارد کمترین فایده را دارد؟

- ۱. تشریح اصول اولیه مکانیکی ، فیزیک
- ۲. آموزش های کلامی
- ۳. دادن تصویرکلی از مهارت
- ۴. استفاده از هدف گزینی

۲۱- آموزش در کدامیک از مهارتهای زیر به صورت کلی موثرتر است؟

- ۱. سه گام بسکتبال
- ۲. پرس با نیزه
- ۳. ژیمناستیک
- ۴. پرتاب ساده بسکتبال

۲۲- براساس میزان تمرین و استراحت تمرینات در کدام گروه قرارمی گیرند؟

- ۱. بخش بخش و کلی
- ۲. تصادفی و مسدود
- ۳. متغیر و ثابت
- ۴. انبوه و فاصله دار

۲۳- در رابطه با استراحت بین نوبتهاي تمرین کدام گزینه نادرست است؟

- ۱. در تکالیف سریع و مجرد تقریباً اثری بر اجرا نمی گذارد.
- ۲. در تکالیف درازمدت مداوم اجرا را ضعیف می کند.
- ۳. در تکالیف مجرد تقریباً اثری بر یادگیری نمی گذارد.
- ۴. در تکالیف مداوم اثر مثبتی بر یادگیری دارد.

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

تعداد سوالات : تستی : ۳۰ تشریحی : ۰

عنوان درس : یادگیری حرکتی

رشته تحصیلی / گذ درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، رفتار حرکتی-رشد حرکتی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۱۶ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی ۱۲۱۵۲۳۷ گرایش علوم زیستی ورزش



۲۴- فرایند فراموشی - تولید مجدد در تمرين تصادفی:

۱. برای اجرای مهارت مفید است.
۲. موجب ضعف اجرا در مرحله تمرين می شود.
۳. موجب برتری دوره تمرين تصادفی در مرحله تمرين می شود.
۴. بریادگیری مهارت اثرگذار نمی باشد.

۲۵- در مرحله دوم یادگیری حرکتی (مرحله تداعی) بهتر است از کدام روش تمرين استفاده نمود؟

۱. تمرين مسدود
۲. تمرين ثابت
۳. تمرين تصادفی
۴. تمرين ذهنی

۲۶- کدام یک از گزینه های زیر در مورد تمرين مسدود تکراری صحیح نمی باشد؟

۱. شانسهاي بسيار برای موفقیت وجود دارد.
۲. راه حل در هر کوشش ایجاد می شود.
۳. در نوبت بعدی اصلاح امكان پذير است.
۴. در کوشش های متوالی تکرار می شود.

۲۷- کدامیک از موارد اولیه از اصول انتقال نمی باشد؟

۱. انتقال در مراحل اولیه یادگیری صورت می گیرد.
۲. انتقال همیشه مثبت است.
۳. انتقال ممکن است منفی باشد.
۴. انتقال به عناصر مشابه بستگی دارد.

۲۸- کدام گزینه صحیح نمی باشد؟

۱. آگاهی از اجرا(kp) کلامی یا قابل کلامی شدن بیرونی است.
۲. معمولاً از بازخورد درونی مجرزا است.
۳. خبرهایی درباره امتیاز یارسیدن به هدف می دهد.
۴. خبرهایی درباره انجام حرکت یا طرح یابی آن می دهد.

۲۹- کدام گزینه صحیح است؟

۱. در یادگیری بازخورد درباره جهت خطا از هر بازخوردی مفیدتر است.
۲. معمولاً بازخوردی که درباره مقدار خطاست زمانی مفید است که به میزان آن هم اشاره بشود.
۳. بازخورد باید ماهیت تجویزی نداشته باشد.
۴. افزودن دقت بازخورد بهره یادگیری را افزایش می دهد.

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

تعداد سوالات : تستی : ۳۰ تشریحی : ۰

عنوان درس : یادگیری حرکتی

رشته تحصیلی / گذ درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، رفتار حرکتی-رشد حرکتی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۱۶ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۳۷



-۳۰- کدام گزینه صحیح نیست؟

۱. کاهش تواتر نسبی یادگیری را کاهش می دهد.
۲. کاهش تواتر نسبی یادگیری را افزایش می دهد.
۳. در مرحله فراگیری بازخورد خلاصه نسبت به بازخورد ۱۰۰٪ باعث اجرای ضعیف تری می شود.
۴. در مرحله فراگیری بازخورد خلاصه نسبت به بازخورد ۱۰۰٪ در آزمون یادداشتی بهتری می انجامد.