



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰ زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰ سری سوال: یک ۱

عنوان درس: بهداشت ورزش، بهداشت ورزشی، بهداشت ورزشی، بهداشت ورزش

رشته تحصیلی/کد درس: (تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۰۷ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۶۰ - ۱۲۱۵۰۵۵)

۱- کدام گزینه از عوامل مهم در بروز و ظهور بیماری های روانی محسوب نمی شود؟

- ۱. سازمان بهداشت
- ۲. مدرسه
- ۳. خانواده
- ۴. جامعه

۲- تزریق خون (دوپینگ خون) در ورزشکاران به چه منظور انجام می شود؟

- ۱. بهبود قدرت عمومی ورزشکار
- ۲. بهبود استقامت و کارایی ورزشکار
- ۳. بهبود قدرت عضلانی
- ۴. بهبود سرعت

۳- کدام یک از موارد زیر باید رکن اصلی و پایه اساسی هر نوع اقدام بهداشتی باشد؟

- ۱. امید به زندگی
- ۲. بهداشت در اجتماع
- ۳. آموزش
- ۴. هیچکدام

۴- باکتری کولی باسیل مولد کدام بیماری است؟

- ۱. اسهال و عفونت روده
- ۲. سیاه زخم
- ۳. حصه یا تیفوئید
- ۴. کزاز

۵- ایزولمان به چه معناست؟

- ۱. ضد عفونی کردن لوازم از طریق حرارت است.
- ۲. معدوم کردن عوامل بیماری زا.
- ۳. جدا و دور کردن بیمار از دیگران.
- ۴. از بین بردن کامل میکروب ها در یک محیط.

۶- نخستین نشانه ای که در بیماری کزاز ظاهر می شود کدام است؟

- ۱. تورم استخوان
- ۲. تریسموس
- ۳. کبودی
- ۴. ورم حنجره

۷- میکروب سل از چه راهی وارد بدن می شود؟

- ۱. تنفس
- ۲. خراش و زخم
- ۳. گوارش
- ۴. هر سه مورد

۸- کدام گزینه شایع ترین بیماری ها در زمینه اختلال در سوخت و ساز بدن می باشد؟

- ۱. ایدز
- ۲. گریپ
- ۳. دیابت
- ۴. تالاسمی

۹- ماده آلی استخوان چه نام داشته و بیشترین درصد مواد معدنی استخوان کدام است؟

- ۱. اوسئین - فسفات منیزیم
- ۲. استئوبلاست - فسفات کلسیم
- ۳. اوسئین - فسفات کلسیم
- ۴. اوسئین - فلورید کلسیم



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰ زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰ سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: بهداشت ورزش، بهداشت ورزشی، بهداشت ورزش و ورزش

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۰۷ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)
۱۲۱۵۰۵۵ - علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۶۰

۱۰- تکامل و نمو استخوان ها در چه سالی به پایان می رسد؟

- ۱. تا میانسالی
- ۲. ۲۱ سالگی
- ۳. ۱۸ سالگی
- ۴. پایان بلوغ

۱۱- کدام یک از موارد زیر باعث می شود که سوخت چربی در بدن بهتر صورت گیرد؟

- ۱. مصرف همزمان با قندها
- ۲. مصرف همزمان با ویتامین ها
- ۳. مصرف همزمان با پروتئین ها
- ۴. مصرف همزمان با کربوهیدرات و ویتامین

۱۲- توتون و حشیش جزو کدامیک از ترکیبات اعتیادآور می باشند؟

- ۱. محرک های روانی
- ۲. مسکن ها
- ۳. مواد مخدر
- ۴. مواد خواب آور

۱۳- دمای آب استخر باید چند درجه باشد؟

- ۱. ۳۱ درجه
- ۲. ۳۵ درجه
- ۳. ۳۷ درجه
- ۴. ۴۰ درجه

۱۴- تکوین بهداشت عمومی در کدام قرن ناشی از پیشرفت علم و احساس مسئولیت اجتماعی جوامع اروپایی بود؟

- ۱. قرن ۲۱
- ۲. قرن ۲۰
- ۳. قرن ۱۹
- ۴. قرن ۱۸

۱۵- اهداف آموزش بهداشت در کدام گزینه درست بیان شده است؟

- ۱. اجتماعی - اقتصادی - سیاسی
- ۲. دفاعی - سیاسی - اقتصادی
- ۳. دفاعی - اجتماعی - اقتصادی
- ۴. اقتصادی - فرهنگی - دفاعی

۱۶- کدام گزینه مربوط به کرم روده نیست؟

- ۱. اسکاریس
- ۲. پیوک
- ۳. اکسپور
- ۴. تنیا

۱۷- کدام گزینه جزو بیماری های ویروسی محسوب می شود؟

- ۱. دیفتری - مننژیت - وبا
- ۲. اریون - رماتیسم مفصلی - طاعون
- ۳. تب راجعه - تب ویروسی کبدی - اریون
- ۴. رماتیسم مفصلی حاد - فلج اطفال - اریون

۱۸- بهترین راه ضد عفونی کردن لباس ها و ظروف بیمار چیست؟

- ۱. سترون سازی
- ۲. استریلیزه کردن
- ۳. ضد عفونی به وسیله دارو
- ۴. جوشاندن در آب



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰ زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰ سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: بهداشت ورزش، بهداشت ورزشی، بهداشت ورزش

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۰۷ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)
۱۲۱۵۰۵۵ - علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۶۰

۱۹- کمبود ویتامین آ و ث باعث بوجود آمدن کدام بیماری در افراد می شوند؟

۱. سیاه سرفه ۲. گریپ ۳. سل ۴. آبله

۲۰- تغییر شکل جمجمه، بروز مشکلات روانی و بزرگی طحال از علائم کدام بیماری است؟

۱. تالاسمی ۲. هیپاتیت ۳. کزاز ۴. سیاه زخم

۲۱- التهاب لایه های قلبی به چه معناست؟

۱. تصلب شرایین ۲. آنژین صدری ۳. انفارکتوس ۴. سیفیلیس آئورت

۲۲- عامل مهم تداوم مصرف ترکیبات اعتیاد آور کدام است؟

۱. تمایل اجباری برای تکرار مصرف ۲. وابستگی بدنی
۳. ایجاد مقاومت ۴. وابستگی روانی

۲۳- اصلی ترین عامل کند بودن آهنگ رشد جمعیت در جوامع گذشته کدام است؟

۱. فقر فرهنگی ۲. کشتن نوزادان
۳. سقط های عمدی ۴. شیوع بیماری های همه گیر

۲۴- برای کدام بیماری واگیردار هیچ نوع واکسن یا سرم پیشگیری وجود ندارد؟

۱. سیاه سرفه ۲. آبله ۳. اریون ۴. سل

۲۵- راه سرایت کدام بیماری شبیه به بیماری ایدز (خون آلوده و تماس جنسی) می باشد؟

۱. هیپاتیت نوع A ۲. هیپاتیت نوع B ۳. گریپ ۴. سل استخوانی

۲۶- کدام گزینه از مشکلات و ضایعات دستگاه عضلانی اسکلتی نیست؟

۱. دیابت و انفارکتوس ۲. راشیتیزم و استئوپروز
۳. کنتراکچر و کرامپ ۴. آرتروز و آرتريت

۲۷- کدام گزینه از بیماری های شایع مربوط به ورزش های آبی بویژه در استخر نمی باشد؟

۱. حصبه و اسهال ۲. ایدز و سوزاک
۳. برخی بیماری های انگلی ۴. بیماری های پوستی و عفونت های چشم و گوش



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰ زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰ سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: بهداشت ورزش، بهداشت ورزشی، بهداشت ورزش و ورزش

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۲۱۵۰۰۷ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)
۱۲۱۵۰۵۵ - علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۶۰

۲۸- کدام یک از گزینه های زیر در خصوص ویژگیهای فیزیولوژیکی زنان و مردان صحیح می باشد؟

۱. زنان دارای ۱۵ درصد هموگلوبین بیشتر از مردان هستند
۲. قلب مردان برای خونرسانی سخت تر از زنان فعالیت می کند
۳. آستانه تعریق زنان ۲ تا ۳ درجه فارنهایت بالاتر از مردان است
۴. زنان دارای ضربان قلب کمتر در حالت استراحت نسبت به مردان هستند

۲۹- کدام گروه از مواد معدنی و ویتامین ها جهت استحکام استخوان ها و تامین رشد طبیعی آنها ضروری هستند؟

۱. پتاسیم، سدیم، ویتامین های E, B, D
۲. کلسیم، فسفر، ویتامین های A, D, C
۳. کلسیم، روی، ویتامین های B, E
۴. فسفر، پتاسیم، ویتامین های A, B

۳۰- اولین کنگره بین المللی عمومی بهداشت در چه سالی و در کجا تشکیل شد؟

۱. ۱۹۴۶. انگلستان
۲. ۱۸۴۰. فرانسه
۳. ۱۹۴۳. آمریکا
۴. ۱۸۵۱. پاریس

WWW.PNUNA.COM