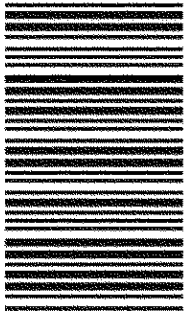


کد کنترل

311

F



311F

آزمون (نیمه متمرکز) ورود به دوره های دکتری - سال ۱۴۰۲

دفترچه شماره (۱)

صبح پنجشنبه

۱۴۰۱/۱۲/۱۱

«اگر دانشگاه اصلاح شود مملکت اصلاح می شود.»

امام خمینی (ره)



جمهوری اسلامی ایران
وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
سازمان سنجش آموزش کشور

علوم ورزشی - آسیب شناسی ورزشی (کد ۲۱۱۷)

زمان پاسخ گویی: ۱۰۵ دقیقه

تعداد سؤال: ۷۰

عنوان مواد امتحانی، تعداد و شماره سؤالات

ردیف	مواد امتحانی	تعداد سؤال	از شماره	تا شماره
۱	مجموعه دروس تخصصی: - آمار - سنجش و اندازه گیری در تربیت بدنی - حرکات اصلاحی پیشرفته - آسیب شناسی ورزشی پیشرفته	۷۰	۱	۷۰

این آزمون نمره منفی دارد.

استفاده از ماشین حساب مجاز نیست.

حق چاپ تکثیر و انتشار سؤالات به هر روش (الکترونیکی و...) پس از برگزاری آزمون، برای تمامی اشخاص حقیقی و حقوقی تنها با مجوز این سازمان مجاز می باشد و با متخلفین برابر مقررات رفتار می شود.

* داوطلب گرامی، عدم درج مشخصات و امضا در مندرجات جدول زیر، به منزله عدم حضور شما در جلسه آزمون است.

اینجانب با شماره داوطلبی با آگاهی کامل، یکسان بودن شماره صندلی خود با شماره داوطلبی مندرج در بالای کارت ورود به جلسه، بالای پاسخ نامه و دفترچه سوالات، نوع و کد کنترل درج شده بر روی جلد دفترچه سوالات و پایین پاسخ نامه ام را تأیید می نمایم.

امضا:

مجموعه دروس تخصصی (آمار - سنجش و اندازه گیری در تربیت بدنی - حرکات اصلاحی پیشرفته - آسیب شناسی ورزشی پیشرفته):

- ۱- اگر ضریب تمیز یک امتحان صفر شده باشد، سطح دشواری چه وضعیتی می تواند داشته باشد؟
 (۱) از صفر تا صد متغیر است.
 (۲) حتماً ۵۰ درصد است.
 (۳) حتماً صفر است.
 (۴) حتماً صد است.
- ۲- در جامعه ای نرمال برای برآورد میانگین جامعه از روی نمونه، اگر میانگین وزن در نمونه تصادفی ۲۵ تایی برابر با ۶۷ کیلوگرم و ضریب تغییرات وزن ۱۵ درصد باشد، با احتمال ۶۸ درصد میانگین نمونه به طور تقریبی در چه دامنه ای از میانگین جامعه قرار دارد؟
 (۱) ۶۳ - ۷۱
 (۲) ۶۴ - ۷۰
 (۳) ۶۵ - ۶۹
 (۴) ۶۶ - ۶۸
- ۳- مجموع حاصل ضرب نمرات استاندارد طول قد ایستاده (Z_x) و رکورد پرش ارتفاع (Z_y) ۱۰ نفر از برترین های جهان ($\sum Z_x Z_y = ۷/۵۵$) است، میزان همپوشانی این دو متغیر چند درصد است؟
 (۱) ۷۰
 (۲) ۷۵
 (۳) ۸۰
 (۴) ۸۵
- ۴- میانگین نمرات آزمون میان ترم درس فیزیولوژی دانشجویان ۱۶ است. در صورتی که در آزمون ماه بعد نمره ثلث کلاس ۰/۶ میانگین افزایش و نیمی از کلاس ۰/۲ میانگین کاهش یابد، میانگین جدید کدام است؟
 (۱) ۱۷/۳
 (۲) ۱۷
 (۳) ۱۶/۳
 (۴) ۱۶/۱

۵- میانگین وزن داوطلبان ورود به رشته تربیت بدنی در یک نمونه آماری ۱۰۰ نفری برابر با ۷۰ کیلوگرم و میانگین رکورد بارفیکس آنها ۲۴ تکرار است. اگر ضریب همبستگی بین وزن و بارفیکس -0.45 و مقدار شیب خط $b = -0.6$ باشد، رکورد بارفیکس داوطلبی که وزنش ۸۰ کیلوگرم است، چقدر پیش بینی می شود؟

(۱) ۲۱

(۲) ۲۰

(۳) ۱۹

(۴) ۱۸

۶- یک گروه ۱۰ نفری در آزمون چابکی دو مرتبه شرکت کردند. اگر مجموع تفاضل رکوردهای دو مرتبه ۵۰ و خطای استاندارد تفاضل ۵ باشد، ارزش t وابسته چند است؟

(۱) ۱۰

(۲) ۵

(۳) ۱

(۴) ۰.۵

۷- در استفاده از آزمون آماری آنوای دوراهه، در چه صورتی مفروضه متعامد بودن برقرار خواهد شد؟

(۱) نمونه باید وابسته باشد

(۲) واریانس های جامعه باید متفاوت باشد.

(۳) اندازه نمونه در همه خانه ها برابر باشد.

(۴) جامعه هایی که نمونه ها از آن انتخاب شده اند باید توزیع دو جمله ای داشته باشند.

۸- اگر برای آزمون زمان واکنش ۱۶ ژیمناست و ۱۴ دوندۀ از نسبت t استفاده شود، درجه آزادی آن کدام است؟

(۱) ۲

(۲) ۲۸

(۳) ۲۹

(۴) ۳۰

۹- در یک گروه ۲۰۰ نفری با فرض طبیعی بودن توزیع متغیر در جامعه، حدوداً چند نفر در محدوده یک واحد بالاتر از میانگین و دو واحد پایین تر از میانگین قرار دارند؟

(۱) ۸۴

(۲) ۹۵

(۳) ۱۶۴

(۴) ۱۹۶

۱۰- اگر پاسخ ها در قالب تکرار در یک مقیاس ۷ ارزشی به دست آیند، کدام آزمون برای مقایسه پاسخ های زنان و مردان در مورد اینکه «آیا تمرینات اسپارک برای کودکان مفید است.» استفاده می شود؟

(۱) خی دو (۲) تی زوجی (۳) آنوا یک راهه (۴) تی دو نمونه مستقل

۱۱- در توزیع اعداد فرد بین ۲۰ تا ۹۰، عدد ۵۵ سه بار و مابقی اعداد یک بار، تکرار شده است. میانگین، میانه و نما به ترتیب (از راست به چپ)، کدام است؟

(۲) ۵۵ - ۵۵/۵ - ۵۵

(۱) ۵۵ - ۵۵ - ۵۵

(۴) ۵۵ - ۵۵/۵ - نداریم

(۳) ۵۵ - ۵۵ - نداریم

- ۱۲- قبل از برگزاری مسابقات شیرجه، برای داوران کلاس‌های آموزشی برای تعیین روش دقیق نمره‌دهی برگزار می‌شود. این کار برای بالا بردن کدام ویژگی آزمون است؟
(۱) روایی (۲) عینیت (۳) هنجار (۴) پایایی
- ۱۳- در معادله پیش‌بینی قدرت بدنی از روی وزن دانش‌آموزان، عرض از مبدأ برابر با ۱۲ و شیب خط برابر با ۲ است. در صورتی که وزن یک دانش‌آموز برابر ۶۰ باشد، قدرت بدنی او چقدر است؟
(۱) ۷۴ (۲) ۸۴ (۳) ۱۲۰ (۴) ۱۳۲
- ۱۴- اگر در درس سنجش و اندازه‌گیری با فرض طبیعی بودن توزیع نمرات، میانگین نمرات ۱۴ و واریانس ۴ باشد، دامنه نمرات یک واحد پایین‌تر از میانگین تا ۱/۵ واحد بالاتر از میانگین کدام است؟
(۱) ۹-۱۱/۵ (۲) ۱۲-۱۷ (۳) ۱۳-۱۵/۵ (۴) ۱۰-۲۰
- ۱۵- متغیری که میزان و یا جهت رابطه بین متغیر مستقل و وابسته را تحت تأثیر قرار می‌دهد، چه نام دارد؟
(۱) پیش‌بین (۲) کنترل (۳) تعدیل‌کننده (۴) میانجی
- ۱۶- اگر ضریب پایایی (reliability) یک پرسشنامه برابر با ۰/۷۵ باشد، ضریب همبستگی بین دو نیمه پرسشنامه کدام است؟
(۱) ۰/۳۸ (۲) ۰/۵۶ (۳) ۰/۶۰ (۴) ۰/۷۵
- ۱۷- خطای استاندارد میانگین به صورت تعریف می‌شود.
(۱) خطا در محاسبه میانگین
(۲) تفاوت در میانگین نمونه و جمعیت
(۳) خطا در اندازه‌گیری داده‌هایی که میانگین از آن به دست می‌آید
(۴) اختلاف در میانگین بین نمونه‌های گرفته شده از جمعیت مشابه
- ۱۸- همبستگی جزئی (تفکیکی) با داده‌هایی محاسبه می‌شوند که در اندازه‌گیری شده باشند.
(۱) مقیاس فاصله‌ای (۲) مقیاس ترتیبی (۳) مقیاس اسمی (۴) در هر مقیاسی
- ۱۹- میانگین رکورد دوی سرعت در یک گروه ۳۰ نفره با توزیع طبیعی برابر با ۲۰ ثانیه و واریانس برابر با ۴ است. علی با رکورد ۲۲ ثانیه، از چند درصد گروه عملکرد بهتری داشته است؟
(۱) ۲/۲۸ (۲) ۱۵/۸۷ (۳) ۸۴/۱۳ (۴) ۹۷/۷۲

۲۰- در آزمون میدانی «رست» (RASTw) برای سنجش و برآورد توان، به ترتیب (از راست به چپ) تعداد تکرارها و طول مسافت دویدن چند متر است؟

- (۱) ۳۰ ، ۶ (۲) ۳۵ ، ۶
(۳) ۴۰ ، ۴ (۴) ۴۵ ، ۴

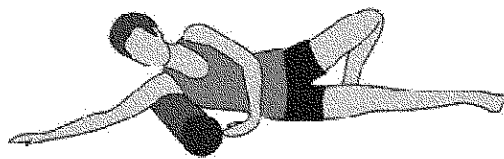
۲۱- ضعف کدام عضله، سبب می شود تا هنگام راه رفتن در مرحله برخورد اولیه پاشنه پا با زمین، تنه به سمت عقب متمایل شود؟

- (۱) گلتوس ماکزیموس (۲) گلتوس مدیوس (۳) کواردیسیس (۴) همسترینگ

۲۲- اگر هنگام ارزیابی اسکات بالای سر از نمای جانبی، لوردوز افزایش یافته کمر مشاهده شود و با اصلاح حرکت، یعنی گذاشتن دست ها روی ران، لوردوز کمری طبیعی بود، در گام اول تمرینات اصلاحی چه اقدامی مهم تر است؟

- (۱) رهاسازی عضلات دومفصله فلكسور ران (۲) رهاسازی عضلات سینه ای و پشتی بزرگ
(۳) فعال سازی عضلات رومبوئید و تراپزیوس فوقانی (۴) فعال سازی عضله عرضی شکم

۲۳- مطابق شکل، تمرین رهاسازی نشان داده شده است، برای کدام عضله و ناهنجاری توصیه می شود؟



- (۱) عضلات دوزخه ای تحتانی، هایپرکایفوزیس
(۲) عضلات مورب شکمی، اسکولیوزیس
(۳) عضله پشتی بزرگ، هایپرلوردوزیس
(۴) عضلات متوازی الاضلاع، شانه گرد

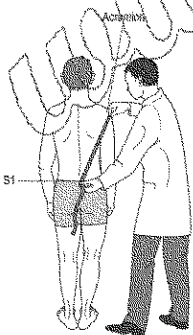
۲۴- براساس عکس العمل های زنجیره ای، به ترتیب کدام تغییرات در ناهنجاری پشت تابدار، بروز می کند؟

- (۱) جابه جایی خلفی لگن، افزایش زاویه کمری خارجی، جابه جایی قدامی ستون فقرات سینه ای
(۲) جابه جایی قدامی لگن، اکستنشن مفصل ران، جابه جایی قدامی ستون فقرات سینه ای
(۳) جابه جایی خلفی لگن، کاهش لوردوز کمر، جابه جایی خلفی ستون فقرات سینه ای
(۴) جابه جایی قدامی لگن، اکستنشن ران، جابه جایی خلفی ستون فقرات سینه ای

۲۵- در زیر سیستم طولی عمقی، تنش و انقباض کدام عضله، باعث تنش لیگامنت خارجی نشیمنگاهی و پایداری مفصل خارجی خاصه ای و انتقال نیروی تولید شده به تنه می شود؟

- (۱) سرینی بزرگ (۲) دوسر رانی (۳) سرینی میانی (۴) کشنده پهن نیام

۲۶- مطابق شکل، اندازه گیری فاصله بین زائده آخرومی دو طرف، با مهره S1 و مقایسه آن به شناسایی کدام ناهنجاری کمک می کند؟



- (۱) گردن کج
(۲) لوردوز
(۳) اسکولیوز
(۴) کایفوز

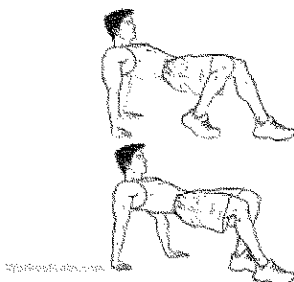
۲۷- مشاهده Upper Cross Syndrome بدون وجود درد و محدودیت حرکتی در مفصل گلنوهومرال، به معنی وجود مشکل در کدام بخش مدل کینزیوپاتولوژیک است؟

- (۱) Movement impairment (۲) Impairment in component
(۳) Functional limitation (۴) Participation restriction

- ۲۸- کدام دسته از عضلات در تمام طول حرکات مفصلی، فعالیت پیوسته دارند و مستقل از جهت حرکت مفصلی عمل می کنند؟
(۱) local stabilizers
(۲) global stabilizers
(۳) multi task muscles
(۴) global mobility mudcles
- ۲۹- در صورت مهار عضله سרینی بزرگ، به دلیل دیسفانکشن مفصل خاجی خاصرهای، انقباض جبرانی در کدام عضله رخ می دهد؟
(۱) همسترینگ همان سمت
(۲) پشتی بزرگ سمت مقابل
(۳) سרینی بزرگ سمت مقابل
(۴) سרینی میانی همان سمت
- ۳۰- راهبرد یا استراتژی مچ پا چه زمانی مؤثر است؟
(۱) سطح اتکا و محدوده سطح اتکا در یک راستا قرار دارد.
(۲) سطح اتکا و محدوده سطح اتکا در یک راستا قرار ندارند.
(۳) سطح اتکا لغزان است و مرکز ثقل در اطراف محدوده سطح اتکا قرار دارد.
(۴) سطح اتکا سفت است و مرکز ثقل در داخل محدوده با ثبات قرار گرفته است.
- ۳۱- علت وانگوس زانو در حرکت اسکات بالای سر، کدام است؟
(۱) افزایش فعالیت عضلات دور کننده ران همراه با ضعف در نزدیک کننده های ران و محدودیت در پلاتنار فلکشن مچ پا
(۲) افزایش قدرت عضلات دور کننده و کاهش فعالیت عضلات نزدیک کننده ران و محدودیت پلاتنار فلکشن مچ پا
(۳) کاهش قدرت عضلات دور کننده و افزایش فعالیت عضلات نزدیک کننده ران و محدودیت دورسی فلکشن مچ پا
(۴) افزایش قدرت عضلات چرخاننده خارجی و کاهش قدرت عضلات پلاتنار فلکسور مچ پا و محدودیت دورسی فلکشن مچ پا
- ۳۲- براساس اصل «منل»، اجرای کدام تکنیک حرکات اصلاحی، ضرورت پیدا می کند؟
(۱) مهارت - افزایش طول
(۲) مهارت - افزایش قدرت
(۳) افزایش قدرت - انسجام
(۴) افزایش طول - انسجام
- ۳۳- در رابطه با سندرم عضله پریفورمیس، کدام مورد درست است؟
(۱) سندرم پریفورمیس همراه با کشیدگی عضله گلابی است.
(۲) سندرم پریفورمیس کوتاه معمولاً در میان دوندگان سرعت دیده می شود.
(۳) دائمی شدن سندرم پریفورمیس کوتاه به دلیل جبران ضعف عضله سרینی میانی ایجاد می شود.
(۴) دائمی شدن سندرم پریفورمیس بلند، در اثر ایستادن با ران های دور شده و چرخش خارجی ایجاد می شود.
- ۳۴- یک درمانگر، به منظور اصلاح سندرم انحراف پرونیشن، اقدام به طراحی و اجرای برنامه تمرینی اصلاحی بر روی افراد مبتلا به این سندرم می کند. مشاهده کدام مورد، در میزان فعالیت الکترومیوگرافی عضلات پس از پایان اجرای برنامه تمرینی، می تواند نشان دهنده اثرگذاری برنامه تمرینی باشد؟
(۱) کاهش فعالیت عضله درشت نئی خلفی و افزایش فعالیت عضله سרینی میانی
(۲) افزایش فعالیت عضله درشت نئی خلفی و کاهش فعالیت عضله سרینی میانی
(۳) کاهش فعالیت عضله درشت نئی قدامی و افزایش فعالیت عضله نازک نئی بلند
(۴) افزایش فعالیت عضله درشت نئی قدامی و کاهش فعالیت عضله نازک نئی بلند
- ۳۵- در یک مرکز حرکات اصلاحی، به منظور ارزیابی وضعیت کف پا، مراجعین از چندین آزمون استفاده می شود. مشاهده کدام مورد، می تواند نشان دهنده وجود صافی کف پا در مراجعین باشد؟
(۱) شاخص استاهلی کمتر از ۸/۰
(۲) افت ناوی بیشتر از ۱۲ میلی متر
(۳) امتیاز سه تا پنج در آزمون شاخص پاسچر پا FPI-6
(۴) امتیاز منفی یک تا منفی پنج در آزمون شاخص پاسچر پا FPI-6

- ۳۶- کدام مورد در خصوص عملکرد سیستم وستبولار، درست است؟
 (۱) سیستم وستبولار در ایجاد استراتژی ران نقش مهمی ندارد.
 (۲) سیستم وستبولار در ایجاد استراتژی میج پا نقش مهمی ندارد.
 (۳) حس عمقی گردن به عنوان بخشی از سیستم وستبولار عمل می کند.
 (۴) در افرادی که دچار بیماری سیستم وستبولار به صورت یک طرفه هستند سر به طرف مقابل سمت آسیب دیده متمایل می شود.

- ۳۷- کدام مورد، باعث افزایش عملکردی طول اندام تحتانی در همان طرف می شود؟
 (۱) کوتاهی پریفورمیس
 (۲) ضعف پریفورمیس
 (۳) کوتاهی عضله عرضی شکم
 (۴) ضعف عضله عرضی شکم
 ۳۸- مطابق شکل، از تمرین های CRAB WALK، به طور متداول در تقویت کدام عضله استفاده می شود؟

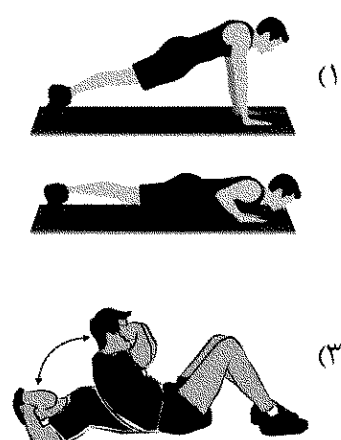
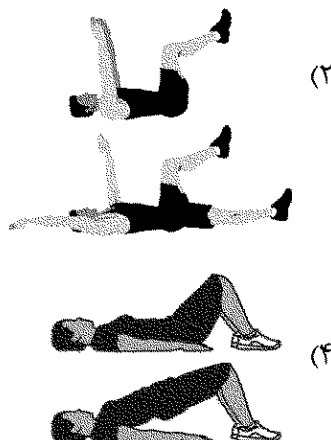


- (۱) دو سر رانی
 (۲) ساقی خلفی
 (۳) پیریانی میانی
 (۴) ساقی قدامی

- ۳۹- ضعف یا مهار عضله تحت کتفی، منجر به بروز کدام سندرم در مفصل شانه می شود؟
 (۱) لغزش تحتانی مفصل شانه
 (۲) لغزش خلفی سر استخوان بازو
 (۳) لغزش قدامی سر استخوان بازو
 (۴) لغزش فوقانی مفصل شانه
 ۴۰- هدف از انجام Modified Schober Test، ارزیابی کدام مورد است؟
 (۱) استقامت عضلات پاراسپینال
 (۲) استقامت عضلات فلکسور گردنی
 (۳) دامنه حرکتی فلکشن ناحیه سرویکال فوقانی
 (۴) دامنه حرکتی فلکشن ناحیه لومبار
 ۴۱- در درمان اسکولیوزیس، در کدام راهبرد تمرینی، بدن را به بلوک های (قطعات) آناتومیکال تقسیم و بر آن اساس اقدام به اصلاح می کند؟

- (۱) SEAS
 (۲) Schroth Method
 (۳) Klapp Exercises
 (۴) Lyon Method

- ۴۲- مطابق شکل، کدام تمرین، زیر با تقویت عضلات مرکزی بدن، در اصلاح ناهنجاری پشت تابدار مؤثرتر است؟



- ۴۳- کدام ساختارها، در ناهنجاری انحراف جانبی لگن، دچار کوتاهی می شوند؟
 (۱) تنسور فاشیالاتا و عضلات اداکتور ران طرف مقابل
 (۲) عضله سرینی میانی و عضله اداکتور ران همان طرف
 (۳) لومبیدورسال فاشیا طرف مقابل و سرینی میانی همان طرف
 (۴) لومبیدورسال فاشیا همان طرف و عضله سرینی میانی طرف مقابل
- ۴۴- کدام الگوهای حرکتی اصلی در سندرم متقاطع فوقانی پیشرفته، به ترتیب دچار اختلال می شوند؟
 (۱) ریتم اسکاپولاهومرال، الگوی اکستنشن گردن، الگوی فلکشن گردن
 (۲) الگوی تنفس، الگوی فلکشن بازو، الگوی حرکات چرخشی گردن
 (۳) ریتم اسکاپولاهومرال، الگوی فلکشن گردن، الگوی تنفس
 (۴) الگوی تنفس، الگوی فلکشن بازو، الگوی اکستنشن گردن
- ۴۵- آزمونگر از دونده استقامتی می خواهد به حالت دمر بخوابد و حرکت اکستنشن ران کامل را انجام دهد. در حین این حرکت، آزمونگر با لمس متوجه حرکت تروکانتر بزرگ به سمت قدام می شود. عضله غالب اکستنشن ران در این دونده، کدام است؟
 (۱) سرینی میانی (۲) پیرفورمیس (۳) همسترینگ (۴) سرینی بزرگ
- ۴۶- کوهنوردی با سابقه حمل کوله بستی های سنگین در مدت طولانی، از درد بخش خلفی فوقانی شانه گلایه دارد. در بررسی های اولیه، ضعف و آتروفی عضلات فوق خاری و تحت خاری، تشخیص داده می شود. احتمال کدام آسیب در وی بیشتر است؟
 (۱) ایمپینجمنت سندرم (۲) آسیب عصب سوپراسکاپولار
 (۳) آسیب عصب آگزیلاری (۴) سندرم توراسیک اوت لت یا TOS
- ۴۷- دونده ای در حالی که زانویش در وضعیت هایپر فلکشن قرار داشته و میج پای وی در وضعیت حداکثر دورسی فلکشن است، زمین می خورد، امکان آسیب ایزوله کدام لیگامان بیشتر است؟
 (۱) PCL (۲) ACL (۳) MCL (۴) LCL
- ۴۸- کدام مورد، وجه افتراق مدل پیشگیری از آسیب TRIPP و مدل Van Mechelen است؟
 (۱) ارزیابی مکانیسم آسیب با روش های میدانی
 (۲) برآورد اولیه شیوع و بروز آسیب در جامعه مورد نظر
 (۳) ارزیابی اثربخشی برنامه پیشگیری از آسیب در شرایط واقعی
 (۴) ارزیابی اثربخشی برنامه پیشگیری از آسیب در شرایط آزمایشگاهی
- ۴۹- مطابق مدل پیچیدگی حرکتی لدرمن، عامل اصلی بی ثباتی عملکردی میج پا، ناتوانی در توانایی های کدام مورد است؟
 (۱) مرکب (۲) پایه (۳) پارامتریک (۴) سینرژیک
- ۵۰- درمانگری برای معاینه ورزشکار پرتابگر بیسبال از وی می خواهد مطابق شکل در حالی که آرنج در وضعیت اکستنشن است، فلکشن مفصل گلوئوهومرال همراه با مقاومت انجام دهد. بروز درد در این حرکت، بیانگر التهاب تاندون در کدام آسیب ورزشی است؟
 (۱) سربلند عضله دوسر بازویی
 (۲) عضله سینه ای بزرگ
 (۳) عضله فوق خاری
 (۴) عضله براکیالیس



- ۵۱- در روند بهبود بافت آسیب دیده و در فاز ترمیم فیبروبلاستیک، کدام پدیده اتفاق می افتد؟
(۱) واکنش های عروقی شامل اسپاسم، انقباض دیواره های عروقی و تشکیل پلاکت ها برای لخته کردن خون می شود.
(۲) تجزیه و سنتز مجدد کلاژن که باعث افزایش استحکام ماتریکس سلول می گردد.
(۳) شروع واکنش های التهابی مانند قرمزی، تورم، حساسیت و افزایش دمای بافت می شود.
(۴) فعالیت تکثیر و بازسازی که منجر به تولید بافت اسکار می شود.
- ۵۲- بازیکن فوتبالی در اثر ضربه آرنج حریف به سر خود، دچار بیهوشی کمتر از یک دقیقه می شود. چند روز پس از گذشت این آسیب، وی می تواند به فعالیت بازگردد؟
(۱) ۱۴ (۲) ۱۰ (۳) ۷ (۴) ۳
- ۵۳- آزمونگر، روبه روی ورزشکار می نشیند و انگشت اشاره خود را مقابل صورت وی می گیرد، سپس از ورزشکار می خواهد چشمان خود را ببندد و ابتدا بینی خود را لمس نماید و سپس انگشت اشاره آزمونگر را لمس کند. این آزمون کدام توانایی حسی را می سنجد؟
(۱) وضعیت (۲) جهت یابی فضایی (۳) حرکت (۴) نیرو
- ۵۴- مردی ۵۵ ساله کم تحرک، با سابقه خانوادگی سیگار کشیدن و دیابت در ارزیابی سابقه سلامت خود اظهار می کند که هیچ علامت یا نشانه ای از بیماری قلبی عروقی ندارد. وی برای شروع تمرینات ورزشی مراجعه می کند. او در کدام گروه خطر بیماری قلبی عروقی قرار می گیرد؟
(۱) بسیار زیاد (۲) زیاد (۳) متوسط (۴) کم
- ۵۵- چرخش های خارجی مکرر در مفصل ران می تواند باعث گیر افتادن عضله و بروز Ischiofemoral Impingement Syndrome شود.
(۱) توأمی تحتانی (۲) پریفورمیس (۳) توأمی فوقانی (۴) مربع رانی
- ۵۶- Askling L-protocol که ۳ تمرین (Extender, Diver, Glider) دارد، در باز توانی استرین کدام عضلات، استفاده می شود؟
(۱) چهارسر رانی (۲) همسترینگ (۳) کشاله ران (۴) گاستروسولئوس
- ۵۷- کدام مورد، سه حرکت بزرگ و اصلی آزمون اف ام اس است؟
(۱) ثبات چرخشی - شنا سوئدی - لانچ خطی
(۲) اسکوات - ثبات چرخشی - شنا سوئدی
(۳) اسکوات - گام برداشتن از روی مانع - لانچ خطی
(۴) بالابردن یک پا - گام برداشتن از روی مانع - دامنه حرکتی شانه
- ۵۸- در کدام یک از فازهای حرکت پرتاب از بالای سر، Internal Impingement Syndrome در کمپلکس شانه اتفاق می افتد؟
(۱) Late coking - Acceleration (۲) Wind up - Deceleration
(۳) Wind up - Acceleration (۴) Follow through - Acceleration
- ۵۹- یک تیم والیبال به منظور پیشگیری از وقوع آسیب های مچ پا اقدام به ارزیابی تعادل بازیکنان در معاینات پیش از شروع فصل مسابقات کرده است. مشاهده کدام مورد، می تواند به شناسایی بازیکنان در معرض خطر پیچ خوردگی مچ پا کمک کند؟
(۱) اختلاف نمره یک تا سه سانتی متری بین پای چپ و راست ورزشکار در امتیاز جهت خلفی - داخلی آزمون وای (Y)
(۲) مقادیر کمتر و برابر با ۷۷/۵ درصد طول پا در جهت خلفی - داخلی آزمون وای (Y)
(۳) نمره بالاتر در یکی از جهت های آزمون وای (Y) نسبت به نمره کلی این آزمون
(۴) نمره کمتر از ۲۰ ثانیه در آزمون ایستادن روی یک پا با چشمان بسته

۶۰- هدف کدام مجموعه آزمون، ارزیابی الگوهای حرکتی ایجادکننده درد است؟

(۱) McGill Test

(۲) Functional Movement Screen

(۳) Fundamental Capacity Screen

(۴) Selective Functional Movement Assessment

۶۱- در کدام تکنیک PNF، که معمولاً در تمرینات بازتوانی ورزشی استفاده می‌شود، از انقباضات ایزومتریک مکرر برای عضلات آنتاگونیست و آگونیست استفاده می‌شود؟

(۱) انقباضات مکرر (۲) معکوس سازی آر (۳) ثبات‌دهی ریتمیک (۴) راه‌اندازی ریتمیک

۶۲- چرخه تجمعی آسیب، به ترتیب با چه فرایندی منجر به نقص در عملکرد و بافت همبند سیستم حرکت انسان می‌شود؟

(۱) اسپاسم عضله، کنترل عصبی عضلانی تغییر یافته، عدم تعادل عضلانی

(۲) اسپاسم عضله، کنترل عصبی عضلانی تغییر یافته، چسبندگی‌ها

(۳) التهاب، عدم تعادل عضلانی، کنترل عصبی عضلانی تغییر یافته

(۴) التهاب، کنترل عصبی عضلانی تغییر یافته، اسپاسم عضلانی

۶۳- کدام مورد در خصوص تاندون‌ها، درست است؟

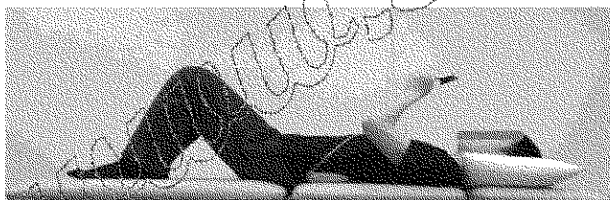
(۱) تندینوپاتی بیشتر در محلی اتفاق می‌افتد که کمترین سطح مقطع را دارد.

(۲) تندینوپاتی بیشتر در پیوندگاه تاندون با عضله اتفاق می‌افتد.

(۳) سازگاری تاندون به تمرین بیشتر از عضله است

(۴) قدرت کششی یک تاندون کمتر از عضله است

۶۴- آزمونگر از ورزشکار می‌خواهد در وضعیت خوابیده به پشت قرار گیرد. سپس دستگاه Biofeedback Pressure در ناحیه گودی کمر قرار می‌دهد، سپس فشار دستگاه را ۷۰ میلی‌متر جیوه افزایش می‌یابد و از ورزشکار درخواست می‌شود، که شکم خود را در جهت ستون فقرات به داخل بکشد و سعی کند فشار دستگاه را حفظ کند. پس از ۸ ثانیه، دستگاه فشار ۵۸ را نشان می‌دهد. عملکرد کدام عضله دچار اختلال شده است؟



(۱) راست‌کننده ستون فقرات کمری

(۲) مربع کمری

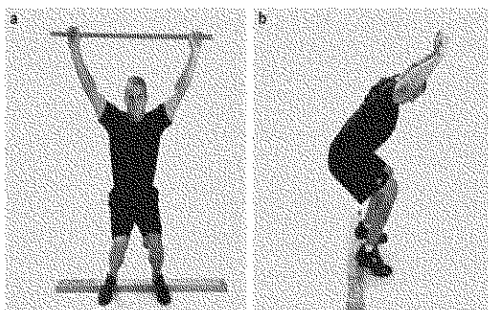
(۳) راست شکمی

(۴) عرضی شکمی

۶۵- در ارزیابی دستی قدرت (معیار ویلیامز)، اگر فرد بتواند با حذف نیروی جاذبه، حرکت را در دامنه حرکتی طبیعی انجام دهد، در چه درجه‌ای قرار می‌گیرد؟

(۱) یک (۲) دو (۳) سه (۴) چهار

۶۶- مطابق دستورالعمل آزمون FMS، ورزشکار زیر چه امتیازی برای اجرای آزمون دیپ اسکات دریافت می‌کند؟



(۱) صفر

(۲) یک

(۳) دو

(۴) سه

۶۷- کدام مورد در خصوص توانایی حرکتی افراد دارای کمر درد، درست است؟

- (۱) سرعت قدم زدن در بیماران کمردرد مزمن افزایش می یابد.
 - (۲) انقباض همزمان عضلات تنه در بیماران کمردرد مزمن کاهش می یابد.
 - (۳) در بیماران دارای کمردرد مزمن زمان واکنش عضلات تنه کاهش می یابد.
 - (۴) پدیده فلکشن ریلکسیشن در عضلات ستون فقرات در هنگام فلکشن حذف می شود.
- ۶۸- کدام مورد در خصوص آسیب های همسترینگ که در فعالیت های سرعتی اتفاق می افتد، درست است؟

- (۱) بیشتر در عضله نیم غشایی و در انتهای فاز نوسان رخ می دهد.
 - (۲) بیشتر در سربلند عضله دوسرانی و در انتهای فاز نوسان رخ می دهد.
 - (۳) بیشتر در عضله نیم غشایی و در زمان جدا شدن پنجه از زمین رخ می دهد.
 - (۴) بیشتر در سربلند عضله دوسرانی و در زمان جدا شدن پنجه از زمین رخ می دهد.
- ۶۹- کدام پرسشنامه، وسیله معتبری برای ارزیابی ورزشکار آسیب دیده مشکوک به ضربه مغزی (Concussion) است؟

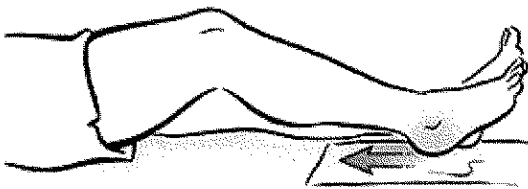
(۲) FADI

(۱) Oswestry

(۴) DASH

(۳) SCAT3

۷۰- مطابق شکل، هدف اصلی تمرین سر دادن باشنه که در مراحل اولیه بازتوانی پس از جراحی بازسازی ACL استفاده می شود، کدام است؟



- (۱) تقویت عضلات چهارسر رانی
- (۲) افزایش دامنه حرکتی زانو
- (۳) تقویت عضلات دوقلو
- (۴) بهبود حس عمقی زانو