

سری سوال: یک ۱

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰



عنوان درس: فیزیولوژی ورزش I، فیزیولوژی ورزشی I

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش)، فیزیولوژی ورزشی-فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی، فیزیولوژی ورزشی-فیزیولوژی ورزشی کاربردی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۱۵ -، علوم ورزشی، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش، علوم ورزشی، علوم ورزشی، گرایش علوم انسانی ورزش ۱۲۱۵۲۳۰

۱- از کدام واژه برای بیان شرایط داخلی بدن به هنگام فعالیت استفاده می شود؟

۱. هومئوستاز ۲. فیدبک مثبت ۳. حالت پایدار ۴. فیدبک بیرونی

۲- مواد شیمیایی که از غدد درون ریز اصلی مستقیماً به خون ریخته می شود چه نام دارد؟

۱. هورمون ۲. گلیکوژن ۳. گلوکز ۴. لیپید

۳- تبدیل مواد غذایی به انرژی زیستی مفید را ..... گویند.

۱. گرما پویایی ۲. انرژی زایی زیستی ۳. واکنش ۴. آنزیم

۴- کدام بخش از سلول در ساخت پروتئین نقش دارد؟

۱. هسته ۲. غشا ۳. سیتوپلاسم ۴. سارکوپلاسم

۵- سرعت واکنشهای شیمیایی داخل بدن به وسیله کدام گزینه تنظیم می گردد؟

۱. الکترولیتها ۲. گرما پویایی ۳. آدنوزین تری فسفات ۴. کاتالیزورها

۶- پیوستن مولکولهای گلوکز به یکدیگر را چه می گویند؟

۱. گلیکولیز ۲. گلیکونئوز ۳. گلیکوز ۴. گلیکولیپولیز

۷- کدام ماده در تشکیل هورمون های استروژن و پروژسترون مورد استفاده قرار می گیرد؟

۱. فسفولیپید ۲. کلسترول ۳. تری گلیسرید ۴. اسید فسفریک

۸- واحد ساختاری پروتئینها را چه می نامند؟

۱. اسید آمینه ۲. اسید سولفوریک ۳. اسید فسفریک ۴. گلیسرول

۹- در فعالیتهای ورزشی که اجرای آنها فقط چند ثانیه به طول می انجامد کدام سیستم اهمیت بیشتری دارد؟

۱. گلیکولیز ۲. هوازی ۳. ADP-Pi ۴. فسفاژن

۱۰- تولید ATP از طریق هوازی در داخل ..... صورت می گیرد.

۱. ریبوزوم ۲. اندام گلزی ۳. هسته ۴. میتوکندری

۱۱- آنزیم تنظیم کننده ی تجزیه کراتین فسفات کدم گزینه است؟

۱. کراتین کیناز ۲. فسفوریلاز ۳. فروکتوکیناز ۴. دهیدروژیناز

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰



عنوان درس: فیزیولوژی ورزش I، فیزیولوژی ورزشی I

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش)، فیزیولوژی ورزشی-فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی، فیزیولوژی ورزشی-فیزیولوژی ورزشی کاربردی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۱۵ -، علوم ورزشی، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش ۱۲۱۵۲۳۰

۱۲- در هنگام انتقال از حالت استراحت به یک ورزش سبک یا متوسط چه تغییری در اکسیژن مصرفی ایجاد می شود؟

۱. تغییری ایجاد نمی شود
۲. به حالت یکنواخت کم می شود
۳. به کندی افزایش می یابد
۴. به سرعت افزایش پیدا می کند

۱۳- حداکثر ظرفیت انتقال و مصرف اکسیژن به هنگام فعالیت از معتبرترین شاخص های ..... است.

۱. استقامت عضلانی
۲. قدرت عضلانی
۳. آمادگی قلبی و عروقی
۴. قدرت عمومی

۱۴- عامل اصلی که نقش چربی را به عنوان یک ماده اولیه انرژی را به هنگام فعالیت ورزشی تعیین می کند، کدام گزینه است؟

۱. حضور چربی محلول در خون
۲. حضور چربی در داخل کبد برای تجزیه گلوکز
۳. حضور قند در داخل سلول های عضلات فعال
۴. حضور چربی در داخل سلولهای عضلاتی

۱۵- هورمون انسولین از کدام غده ترشح می شود؟

۱. لوزالمعده
۲. هیپوفیز
۳. تیروئید
۴. فوق کلیوی

۱۶- کدام هورمون ممکن است به هنگام فعالیت ورزشی، فعالیت آنزیم فسفوریلاز را کنترل کند؟

۱. اپی نفرین
۲. نوراپی نفرین
۳. هورمون رشد
۴. تیروکسین

۱۷- EOPC واژه ای است که برای ..... عنوان می گردد.

۱. مصرف مواد غذایی مازاد پس از فعالیت ورزشی
۲. مصرف اکسیژن مازاد پس از فعالیت ورزشی
۳. مصرف اکسیژن مازاد پس از فعالیت ورزشی
۴. مصرف مواد غذایی مازاد قبل از فعالیت ورزشی

۱۸- کدام گزینه آنزیم می باشد؟

۱. لیپولیز
۲. گلیکولیز
۳. لیپاز
۴. گلیکوزنولیز

۱۹- افزایش تراکم گلوکز و اسیدهای آمینه در پلاسما سبب افزایش آزاد شدن کدام هورمون می شود؟

۱. گلوکاگن
۲. اپی نفرین
۳. نوراپی نفرین
۴. انسولین

۲۰- هورمون رشد از کدام بخش ترشح می گردد؟

۱. بخش سفید مغز
۲. بخش خاکستری مغز
۳. بخش خلفی هیپوفیز
۴. بخش قدامی هیپوفیز

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰



عنوان درس: فیزیولوژی ورزش I، فیزیولوژی ورزشی I

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش)، فیزیولوژی ورزشی-فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی، فیزیولوژی ورزشی-فیزیولوژی ورزشی کاربردی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۵۰۱۵-۱۲، علوم ورزشی، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش ۱۲۱۵۲۳۰

۲۱- ترشح بیش از حد هورمون رشد در کدام دوران زندگی سبب غول پیکری می شود؟

۱. نوجوانی ۲. جوانی ۳. میانسالی ۴. خردسالی

۲۲- کدام هورمون از بخش خلفی هیپوفیز ترشح می شود؟

۱. رشد ۲. هورمون ضد ادراری ۳. پرولاکتین ۴. محرک تیروئید

۲۳- اختلال در عملکرد کدام هورمون باعث بروز مشکلاتی در کنترل وزن می شود؟

۱. تیروئید ۲. هیپوفیز ۳. فوق کلیوی ۴. پاراتیروئید

۲۴- کدام هورمون از بخش قشری غدد فوق کلیوی ترشح شده و در حفظ تعادل گلوکز خون موثر است؟

۱. انسولین ۲. گلوکاگن ۳. کورتیزول ۴. پرولاکتین

۲۵- در افراد تمرین کرده، پس از اجرای یک برنامه تمرینی، واکنش گلوکاگن نسبت به اجرای یک فعالیت ورزشی مشخص چگونه است؟

۱. کاهش می یابد ۲. کمی افزایش می یابد ۳. افزایش معناداری دارد ۴. ثابت باقی می ماند

۲۶- جذب گلوکز به هنگام اجرای فعالیت نسبت به زمان استراحت تا چند برابری بیشتر می شود؟

۱. ۷ تا ۲۰ ۲. ۲۰ تا ۲۵ ۳. ۱۰ تا ۱۳ ۴. ۱۷ تا ۲۰

۲۷- نسبت کار انجام شده به انرژی مصرف شده را چه می گویند؟

۱. توان ۲. بازده انرژی ۳. سرعت حرکت ۴. قدرت

۲۸- تنظیم روند انقباض نتیجه عمل دو پروتئین تنظیمی، به نام های ..... و ..... است؟

۱. تروپونین - تروپومیوزین ۲. اکتین - میوزین ۳. میوزین - تروپونین ۴. اکتین - تروپومیوزین

۲۹- کدام گزینه از ویژگی های تارهای تند انقباض می باشد؟

۱. مقاوم در برابر خستگی ۲. شبکه مویرگی گسترده ۳. تعداد میتوکندری کم ۴. تراکم زیاد میوگلوبین

سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰



عنوان درس: فیزیولوژی ورزش I، فیزیولوژی ورزشی I

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش)، فیزیولوژی ورزشی-فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی، فیزیولوژی ورزشی-فیزیولوژی ورزشی کاربردی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۱۵ -، علوم ورزشی، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش ۱۲۱۵۲۳۰

۳۰- کنترل تنش حاصله از انقباض عضله وظیفه ی کدام بخش است؟

۱. اندامهای تاندونی- گلزی

۲. دوکهای عضلانی

۳. گیرنده های شیمیایی

۴. نرونها



دانلود رایگان نمونه سوالات پیام نور با پاسخنامه

۱۳۹۵-۹۶		۹۶-۲
وضعیت کلید پاسخ صحیح		وضعیت کلید پاسخ صحیح
ردیف	پاسخ	وضعیت
۱	ج	عادی
۲	الف	عادی
۳	ب	عادی
۴	الف	عادی
۵	د	عادی
۶	ج	عادی
۷	ب	عادی
۸	الف	عادی
۹	د	عادی
۱۰	د	عادی
۱۱	الف	عادی
۱۲	د	عادی
۱۳	ج	عادی
۱۴	د	عادی
۱۵	الف	عادی
۱۶	الف	عادی
۱۷	ج	عادی
۱۸	ج	عادی
۱۹	د	عادی
۲۰	د	عادی
۲۱	د	عادی
۲۲	ب	عادی
۲۳	الف	عادی
۲۴	ج	عادی
۲۵	د	عادی
۲۶	الف	عادی
۲۷	ب	عادی
۲۸	الف	عادی
۲۹	ج	عادی
۳۰	ب	عادی