

سری سوال: یک ۱

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

## wWw.Pnudaneshjo.ir

رشته تحصیلی/ گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۳۳ - علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۸۱

۱- کدام قسمت استخوان، در دوره های جهش رشدی و بلوغ، با افزایش سریع قدرت عضلات، در معرض آسیب قرار می گیرد؟

۴. اپی فیز

۳. آپوفیز

۲. دیافیز

۱. متافیز

۲- در کدام بافت، در پاسخ به تمرین، میزان افزایش قدرت، سریع تر رخ می دهد؟

۴. تاندون

۳. غضروف

۲. استخوان

۱. عضله

۳- در جلسات اول تمرین، درد عضلانی تاخیری بیشتر پس از کدام نوع انقباض بروز می کند؟

۲. برونگرا مانند پایین آمدن از پله یا کوه

۱. ایزومتریک مانند نگه داشتن شی سنگین

۴. درونگرا مانند بالا رفتن از پله یا کوه

۳. برونگرا و درونگرا

۴- در کودکان، کدام شکستگی بیشتر بروز می کند؟

۴. شکستگی مارپیچ

۳. شکستگی فشاری

۲. شکستگی عرضی

۱. شکستگی ترکه ای

۵- تراوش های پلاسمایی و خونریزی در آسیب بافت نرم، تا چه زمانی طول می کشد؟

۴. ۲۴ ساعت

۳. ۹۶ ساعت

۲. ۷۲ ساعت

۱. ۴۸ ساعت

۶- برای جلوگیری از خونریزی و تجمع آن در خارج از بافت، اساسی ترین اقدام در درمان های اولیه، چیست؟

۴. محافظت

۳. بالا قرار دادن

۲. سرد کردن

۱. اعمال فشار

۷- کدام یک از موارد زیر، برای تشخیص نوع و میزان تمرین در طول بازتوانی، تعیین کننده هست؟

۴. تورم و درد

۳. دامنه حرکتی و قدرت

۲. نوع ورزش فرد

۱. نوع آسیب فرد

۸- در مراحل اولیه ی درمان بافت آسیب دیده، مناسب ترین زمان سرما درمانی، چقدر است؟

۴. ۳۵ تا ۴۵ دقیقه

۳. ۱۵ تا ۲۰ دقیقه

۲. ۱۰ تا ۱۵ دقیقه

۱. ۲۰ تا ۳۰ دقیقه

۹- کدامیک از موارد زیر، شایع ترین آسیب حاد گردن و پشت است؟

۲. کوفتگی و کشیدگی عضلات

۱. شکستگی زواید عرضی و شوکی

۴. شکستگی های ثابت مهره ها

۳. شکستگی متحرک

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: آسیب شناسی ورزشی

رشته تحصیلی/گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) - علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۴۵۲۸۱

wWw.Pnudaneshjo.ir

۱۰- ساختارهای عصبی و عروقی بین گردن و زیر بغل، در کدام عارضه تحت فشار قرار می گیرد؟

- ۱. گردن پیچه
- ۲. سندروم خروجی قفسه سینه
- ۳. استئوکندروز
- ۴. لنگی نورولوژیک

۱۱- کدام سازوکار می تواند در ورزش های پرتابی و ژیمناستیک، منجر به بروز کمربرد شود؟

- ۱. اعمال بار تکراری
- ۲. برخورد
- ۳. فرابازشدن و یا پیچش
- ۴. بلند کردن جسم

۱۲- در کدام گروه سنی، میزان شیوع کمربرد بیش تراست؟

- ۱. ۵ تا ۱۰ سال
- ۲. ۱۰ تا ۱۵ سال
- ۳. ۲۰ تا ۵۵ سال
- ۴. ۶۰ تا ۷۵ سال

۱۳- بیرون زدگی صفحه‌ی بین مهره‌های چهارم و پنجم کمری، نشانگر کدام عارضه در فرد مبتلا است؟

- ۱. اسپوندیلویز
- ۲. استئوپروز
- ۳. سندروم خروجی سینه
- ۴. سیاتیک مزمن

۱۴- کدام آزمون، برای ارزیابی صدف دوری و مفصل آخرمی - ترقوه‌ای، مناسب است؟

- ۱. لازگ
- ۲. مک موری
- ۳. اوبرین
- ۴. توماس

۱۵- علائم کدامیک از موارد زیر سستی و آسیب عمقدهنده‌ی حفره‌ی دوری، است؟

- ۱. شوئمن
- ۲. اپی کنديليت
- ۳. سندروم گيرافتادگي
- ۴. بنكارت

۱۶- ضعف کدامیک از عضلات زیر، در نتیجه گیرافتادگی و ضایعه عصب فوق کتفی ایجاد خواهد شد؟

- ۱. تحت کتفی و دندانه‌ای قدامی
- ۲. تحت خاری و فوق خاری
- ۳. دلتوئید
- ۴. گرد کوچک و گرد بزرگ

۱۷- آزمون ترس و سپس آزمون تغییر مکان برای تشخیص کدام آسیب انجام می شود؟

- ۱. ناپایداری خلفی شانه
- ۲. ناپایداری قدامی شانه
- ۳. سندروم گیرافتادگی شانه
- ۴. آسیب صدف دوری

۱۸- کدامیک از موارد زیر مسبب عارضه آرنج در واژه بانان هندبال است که در پرتاب نیزه نیز رخ می دهد؟

- ۱. شکستگی آپوفیزی
- ۲. پارگی رباط جانب داخلی آرنج
- ۳. پارگی رباط جانب خارجی آرنج
- ۴. درفتگی کامل آرنج

wWw.Pnudaneshjo.ir

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

## wWw.Pnudaneshjo.ir

عنوان درس: آسیب شناسی ورزشی

و شته تحصیلی/ گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) - علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۴۰۳ - ۱۴۰۲

- ۱۹- کدام آسیبهای مزمن آرنج، ممکن است در یک گلف باز چپ دست، بروز کند؟

۱. آرنج گلف بازان هر دو دست
۲. آرنج تنیس بازان دست چپ و آرنج گلف بازان دست راست
۳. آرنج گلف بازان دست راست
۴. آرنج تنیس بازان دست راست و آرنج گلف بازان دست چپ

- ۲۰- کدامیک از موارد زیر در شکستگی مونته ژیا، ایجاد می شود؟

۱. شکستگی زند زیرین توام با دررفتگی پروگریمال مفصل زند زیرین - زند زیرین
۲. شکستگی زند زیرین توام با دررفتگی دیستال مفصل زند زیرین - زند زیرین
۳. شکستگی دیستال زند زیرین و دررفتگی دیستال زند زیرین
۴. دررفتگی دیستال زند زیرین و شکستگی دیستال زند زیرین

- ۲۱- کشیدگی عضلات همسترینگ، در کدام یک از ورزشکاران زیر شایع تر است؟

۱. دوندگان نیمه استقامت
۲. دوندگان ماراتن
۳. دوندگان سرعت

- ۲۲- کدام آسیب با نشانه های درد و تورم، کاهش دامنه حرکتی زانو تا ۴۸ ساعت، و مشاهده نشدن کبودی و خونمردگی پس از دو روز از ضربه، همراه است؟

۱. کشیدگی همسترینگ و پارگی نیام
۲. استرین یا کوفتگی درون عضلانی ران

- ۲۳- انتشار خون به درون فضای سینوویال نشانه کدام عارضه زیر است؟

۱. بنکارت
۲. آپوفیزیت
۳. همارتروز
۴. کندرومالزیا

- ۲۴- برای تشخیص کدام آسیب آزمون مک ماری، بکار می رود؟

۱. آسیب مینیسک داخلی و خارجی زانو
۲. پارگی رباط ضربدری قدامی
۳. آسیب بافت های پیچیده جانب خارج زانو
۴. دررفتگی کشک

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

## wWw.Pnudaneshjo.ir

عنوان درس: آسیب شناسی ورزشی

روش تحصیلی/گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) - علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۴۰۳-۱۴۱۵

۲۵- تمرينات قدرتی در آسیب سندروم درد کشكکی رانی باید بیشتر بر کدام عضله متمرکز شود؟

۱. سرینی میانی
۲. نزدیک کننده های ران
۳. پهن خارجی
۴. سرینی بزرگ

۲۶- در کدامیک از موارد زیر، بند خاصره ای درشت نئی با سر خوردن به عقب و جلو روی لقمه خارجی ران هنگام دویدن، به همراه بورسای بین آنها ملتهد و دردناک می شوند؟

۱. زانوی پرش کننده ها
۲. زانوی دونده ها
۳. سندروم درد جلوی زانو
۴. التهاب تاندون رکبی

۲۷- کدامیک از موارد زیر به پارگی ناکامل محل اتصال تاندون - عضله در دوقلوی داخلی اطلاق می شود؟

۱. سندروم حاد جداره ساق
۲. هماتوم زیر ضریعی
۳. ساق تنیس بازان
۴. ساق اسکی بازان

۲۸- در کدامیک از استخوان های زیر، شکستگی پایک رخ می دهد؟

۱. زند اعلاه و زند اسفل
۲. درشت نئی و نازک نئی
۳. کف دست
۴. کف پا

۲۹- احتمال پارگی تاندون آشیل در کدام ناحیه، بیشتر است؟

۱. اولین نقطه ای اتصال عضله به تاندون
۲. اولین نقطه ای اتصال تاندون به استخوان پاشنه
۳. ۲ تا ۶ سانتیمتری بالای محل اتصال تاندون به استخوان پاشنه
۴. ۲ تا ۶ سانتیمتری بالای محل اتصال تاندون به عضله

۳۰- بیشترین میزان شکستگی های فشاری پسaran در کدام ناحیه رخ می دهد؟

۱. ران
۲. لگن
۳. ساعد دست
۴. ساق پا

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