

سوالات استخدامی

فیزیولوژی

ورزشی

آزمون استخدامی با پاسخنامه کلیدی و تشریحی

TSNA.ir

اخطار: هرگونه فروش و یا استفاده غیر قانونی از این فایل (مانند تغییر آرم و لوگو و...) غیر مجاز و پیگرد قانونی دارد.

توجه:

این نمونه سوالات استخدامی بصورت نمونه جهت آشنایی شما با سوالات این بسته بصورت رایگان ارائه شده است. برای تهیه بسته کامل این سوالات استخدامی به سایت تسنا مراجعه نمایید.

سوالات «فیزیولوژی ورزشی» در آزمون های استخدامی

۱. نکته صحیح درباره اثر هالداین، کاهش میل ترکیبی هموگلوبین با کدام مورد است؟

(آزمون استخدامی دبیری تربیت بدنی، سال ۱۳۹۶)

(۱) O_2 در اثر افزایش دما

(۲) O_2 بر اثر PCO_2

(۳) O_2 بر اثر اسیدوز

(۴) CO_2 بر اثر PO_2

پاسخ کارشناس TSNA.ir به سوال ۱: گزینه ۴ صحیح است.

۲. افزایش هورمون های کاتکول آمینی هنگام فعالیت ورزشی، کدام آنزیم را فعال می کند تا گلیکوژنولیز رخ

دهد؟ (آزمون استخدامی دبیری تربیت بدنی، سال ۱۳۹۶)

(۱) پیرووات دهیدروژناز

(۲) لاکتات دهیدروژناز

(۳) گلیکوژن فسفوریلاز

(۴) گلیکوژن سنتاز

پاسخ کارشناس TSNA.ir به سوال ۲: گزینه ۳ صحیح است.

۳. اختلالات احتمالی خواب، در کدام دسته از پارامترهای بیش تمرینی قرار می گیرد؟

(آزمون استخدامی دبیری تربیت بدنی، سال ۱۳۹۶)

(۱) حالت خلق و خو

(۲) عملکرد مهارتی

(۳) عملکرد بدنی

(۴) عملکرد بیولوژیکی

پاسخ کارشناس TSNA.ir به سوال ۳: گزینه ۴ صحیح است.

۴. اصل صحیح درباره تمرین تناوبی عبارت است از: «هرچه فعالیت ورزشی سریع تر یا شدیدتر باشد، تناوب استراحتی» (آزمون استخدامی دبیری تربیت بدنی، سال ۱۳۹۶)

- (۱) ثابت می ماند
(۲) نیز طولانی تر خواهد بود
(۳) به نصف کاهش می یابد
(۴) حتماً کوتاه تر می شود

پاسخ کارشناس TSNA.ir به سوال ۴: گزینه ۲ صحیح است.

اصل صحیح درباره تمرین تناوبی:

هرچه فعالیت ورزشی سریعتر یا شدیدتر باشد، تناوب استراحتی نیز طولانیتر خواهد بود.

دلایل:

- در فعالیت‌های ورزشی سریعتر یا شدیدتر، بدن به زمان بیشتری برای ریکاوری و بازیابی انرژی نیاز دارد.
- در این نوع فعالیت‌ها، عضلات با سرعت بیشتری خسته می‌شوند و نیاز به استراحت بیشتری دارند.
- عدم استراحت کافی بین ست‌ها یا دوره‌های فعالیت می‌تواند منجر به کاهش عملکرد و افزایش خطر آسیب دیدگی شود.

۵. در هنگام کدام نوع انقباض، عضله طویل می شود؟ (آزمون استخدامی دبیری تربیت بدنی، سال ۱۳۹۶)

- (۱) کانستریک
(۲) ایزوتونیک
(۳) استریک
(۴) استاتیک

پاسخ کارشناس TSNA.ir به سوال ۵: گزینه ۳ صحیح است.

در انقباض استریک، عضله در حالی که منقبض می‌شود، طویل می‌شود.

مثال:

- پایین آوردن وزنه در حرکت جلو بازو
- پایین آوردن بدن در حرکت اسکات
- خم کردن آرنج در حرکت بارفیکس

برای تهیه بسته کامل این
سوالات استخدامی به
سایت تسنا مراجعه نمائید.

TSNA.ir