

بانک سوالات مهارت های رشدی و حرکتی

- ۱- اندازه کسب شده توسط بخشهای ویژه ای از سلول تعریف کدام عبارت است؟
- الف- نمو ب- رشد ج- بالیدگی د- حرکت
- ۲- افزایش در اندازه بدن به عنوان یک کل نتیجه کدام فرایندهای بنایی سلولی است؟
- الف- افزایش در تعداد سلول - افزایش در اندازه سلول ب- افزایش در تعداد سلول - افزایش در مواد داخل سلول
- ب- افزایش در تعداد و اندازه سلول افزایش در مواد داخلی سلول د- افزایش در مواد داخل سلول - افزایش اندازه سلول
- ۳- کدام مورد به پختگی و ضعف ظرفیت کارکردی دستگاههای بدن دلالت دارد؟
- الف- نمو ب- بالیدگی ج- الگوی حرکتی د- رشد
- ۴- تمایز سلول ها در جهت اختصاصی شدن کارکرد و یا فرایند مستقیم تغییر ، تعریف کدام گزینه است؟
- الف- نمو ب- بالیدگی ج- الگوی حرکتی د- رشد
- ۵- حالت بهینه یکپارچه شدن سیستم های مختلف بدن یک فرد و توانایی برای تولید مثل ، توضیح کدام مورد است؟
- الف- بالیدگی ب- نمو ج- رشد د- عملکرد
- ۶- در موضوع " رشد و تکامل حرکتی " حرکت به کدام موضوع اشاره می کند؟
- الف- راهی برای انجام دادن روش کار ب- عملکرد نتیجه حرکت ج- عمل و تغییر د- حالت بهینه یکپارچه شدن سیستمهای مختلف بدن
- ۷- " ترکیبی از عناصر مشترک در شکل مهارت " در مورد کدام گزینه است
- الف- مهارت حرکتی پایه ب- الگوی حرکتی پیشرفته ج- الگوی حرکتی تکاملی د- مهارت ورزشی
- ۸- کدام گزینه در مورد مهارت های اساسی صحیح می باشد؟
- الف- الگوی های حرکتی که در ابتدای کودکی فراگرفته می شود. ب- نسخه های پیشرفته مهارتهای بنیادی
- ج- ترکیبی از عناصر مشترک در شکل مهارت د- حداقل مهارت در اجرای یک مهارت بنیادی
- ۹- کدام علم به نقش نیروهای درونی و بیرونی در بدن انسان و نیز اثرات به وجود آمده از طریق این نیروها را بررسی می کند؟
- الف- علم مکانیک ب- علم بیو مکانیک ج- علم بیوشیمی د- علم فیزیک
- ۱۰- در مورد "جهت رشد سری- دمی یا سری - پایی" کدام گزینه نادرست است؟
- الف- نمو جسمانی و کنش یا کارکرد بدنی از طرف سر به پا جریان دارد ب- در مراحل نخست رشد ، ابتدا سر شکل می گیرد ج- جوانه های دست بعد از پا بوجود می آید د- دستگاه عصبی نیز از مغز به طرف پایین رشد می کند

۱۱- کدام جهت رشد مشخص می کند که بازوی کودک پیش از کف دست او ارادی می شود؟

الف- جهت سری-دمی ب- جهت عمومی-اختصاصی ج- جهت سری - پایی د- جهت مرکزی- پیرامونی

۱۲- کدام جهت رشد مشخص کننده این است که کودک یک قسمت از بدنش را بدون درگیری قسمت های دیگر به حرکت در آورد؟

الف- جهت سری-دمی ب- جهت عمومی-اختصاصی ج- جهت سری - پایی د- جهت مرکزی- پیرامونی

۱۳- کدام گزینه در مورد زیگوت صحیح می باشد؟

الف- منشا پیدایش ارگانسیم انسان ب- دارای توده داخلی و توده خارجی می باشد.

ج- لایه های بنیادین جنین را تشکیل می دهد د- دارای سه لایه میانی، خارجی و داخلی است.

۱۴- کدام سلول ها سه لایه بنیادین جنین را بوجود می آورد؟

الف- آمیوبلاست ب- زیگوت ج- سلولهای اپی تلیال د- تروفوبلاست

۱۵- کمبود کدامیک اثر عمومی بر کلیه جوانب نمو و رشد و کاهش وزن جنین دارد؟

الف- کمبود ویتامین D ب- کمبود اسیدهای چرب ج- کمبود ویتامین A,E د- کمبود قندها

۱۶- کمبود کدام یک در احتمالاً منجر به نواقص قلبی و عقب ماندگی ذهنی در جنین می شود؟

الف- کمبود ویتامین D ب- کمبود اسیدهای چرب و قندها ج- کمبود ویتامین A د- کمبود ویتامین A

۱۷- کدام مورد احتمال عقب ماندگی نمو، کاهش وزن، سقط خود به خودی و تولد زودرس می شود؟

الف- تتراسیکلین ب- تالی دومید ج- ال اس دی د- سیگار و نیکوتین

۱۸- اثر احتمالی مصرف آنتی بیوتیک توسط مادر بر روی جنین کدام می باشد؟

الف- اختلال در نمو ب- ناهنجاری اندام ها ج- اختلالات حس و ناشنوایی د- صدمات کروموزومی

۱۹- مصرف ال اس دی توسط مادر چه اثر احتمالی بر روی جنین می گذارد؟

الف- اختلال در نمو ب- ناهنجاری اندام ها ج- اختلالات حس و ناشنوایی د- صدمات کروموزومی

۲۰- کدام گزینه از طریق دستگاه تغذیه ای بر روی جنین اثر می گذارد؟

الف- کمبود اسیدهای چرب و قند ب- کمبود اکسیژن برای جنین ج- درجه حرارت د- اشعه گاما

۲۱- سریعترین دوره توسعه نمو مربوط به کدام مرحله زندگی انسان است؟

الف- دوره جنین ب- دوره نوجوانی و اوایل جوانی ج- دوره نوباوگی و اوایل نوجوانی د- دوره نوباوگی و اوایل جوانی

۲۲- علم تن سنجی به چه موارد می پردازد؟

الف- میزان رشد بدن ب- اندازه گیری اندام های بدن و نمو انسان ج- اندازه گیری میزان حرکتهای بدن د- مقایسه رشد در دوره های مختلف

۲۳- مقیاسهای نموی شامل چه موارد می شود؟

الف- قد و وزن ب- قد و وزن و پهنا و طول ج- سن استخوانی، ظهور دندانها، ظهور ویژگی های جنسی ثانویه
د- قد و وزن، محیط اعضا، پهنا و طول

۲۴- مقیاسهای بالندگی شامل کدام موارد است؟

الف- قد و وزن ب- قد و وزن و پهنا و طول ج- سن استخوانی، ظهور دندانها، ظهور ویژگی های جنسی ثانویه
د- قد و وزن، محیط اعضا، پهنا و طول

۲۵- مراکز استخوان سازی جنین دوماهه در کدام قسمت است؟

الف- بخش میانی استخوان های بلند مانند ران و بازو ب- بخش بیرونی استخوانهای بازو د- بخش درونی استخوانها
زانو د- بخش میانی استخوانهای زانو

۲۶- صفحات اپی فیزیال در چه سنی از بین می رود؟

الف- سن ۷ تا ۹ سالگی ب- پس از تولد ج- سن ۲۵ سالگی د- سن ۱۸ تا ۱۹ سالگی

۲۷- نمو بدلی اشاره به چه چیز دارد؟

الف- رشد طولی استخوان ها ب- رشد عرضی استخوانها در کنار رشد طولی آنها ج- رشد و نمو استخوانهای بلند د- رشد غضروفها در کنار رشد استخوانها

۲۸- کدام گزینه در مورد پوکی استخوان صحیح نیست؟

الف - از ناهنجاریهایی است که به بافت استخوان صدمه می رسد. ب- بر اثر تحلیل توده ی استخوانی بوجود می آید.
ج- استخوان پوک شده به طور طبیعی منفذ و خلل پیدا می کند. د- باعث کوچک شدن مجاری استخوانی می شود.

۲۹- کدام گزینه از عوامل پوکی استخوان نیست /

الف- ضعف کلسیم در رژیم غذایی ب- افزایش میزان فسفر ج- کمبود ویتامین د- بر هم خوردن میزان استروژن

۳۰- تکثیر و تغییر اکثر نواحی دستگاه عصبی غالباً در زمان و اکثر سلولها شاخه زدن و میلینی شدن را در زمان آغاز می کنند.

الف- قبل از تولد - بعد از تولد ب- بعد از تولد - بعد از شش ماهگی ج- قبل از تولد - بعد از شش ماهگی د- بعد از تولد - بعد از شیرخوارگی

۳۱- در چه زمانی قشر مغز به کارکرد طبیعی خود رسیده و کنترل بر روی حرکات دارد؟

الف- بعد از تولد ب- پایان یک سالگی ج- پایان دوره شیرخوارگی د- ۴ یا ۵ ماهگی

۳۲- در رشد و نمو قبل از تولد، دوره رویانی د رکدام هفته ها به طول می انجامد؟

الف- زمان تشکیل تخم تا لانه گزینی ب- هفته دوم تا هفته هشتم ج- هفته نهم تا تولد د- هفته سی و دوم تا سی و ششم

۳۳- کدام دوره رشد و نمو قبل از تولد منجر به ایجاد ظرفیت کارکردی می گردد؟

الف- دوره پیش رویانی ب- دوره رویانی ج- دوره جنینی د- دوره رویانی و جنینی

۳۴- کدام گزینه جزو حداقل توانایی ها جهت پیشرفت در راه رفتن در نوزاد نیست؟

الف- حداقل تعادل ب- حداقل قدرت ج- ایجاد بازتابهای خنثی کننده نیروی جاذبه د- ویژگی های محیطی

۳۵- روش الکترومیوگرافی جهت پیشرفت کدام عامل در کودکان به شمار می آید؟

الف- مهارت در راه رفتن ب- رشد قدی ج- افزایش وزن د- اندازه دور سر

۳۶- در تحقیقات انجام شده مهمترین دوره برای انتقال به الگوی بزرگسالی حدود..... سالگی است و ممکن است انقباضات غیر ضروری عضلات تا سالگی ادامه داشته باشد.

الف- ۲-۳ ب- ۲-۶ ج- ۳-۶ د- ۱۵-۳

۳۷- کدام گزینه در مورد نقش عوامل جنسیتی در راه رفتن صحیح نیست؟

الف- مردان وزنان بزرگسال در شکل الگوهای گام زدن مشابه اند. ب- طول دو گام متوالی مردان ۱۰۶ درصد قدشان است

ج- طول دو گام متوالی مردان ۹۳ درصد قدشان است. د- طول دو گام متوالی زنان ۹۳ درصد قدشان است.

۳۸- "افزایش عرض گام و به طرف خارج گذاشتن انگشتان" جزو الگوهای راه رفتن کدام دوره است؟

الف- کودکی ب- نوجوانی ج- جوانی د- مسنی

۳۹- کدامیک از تغییرات ایجاد شده در راه رفتن افراد مسن نیست؟

الف- افزایش طول گام ب- کاهش چرخش های سهمی ران- زانو و قوزک ج- کاهش سرعت حرکت د- افزایش عرض گام و به طرف خارج گذاشتن انگشتان

۴۰- چرا افراد مسن از الگوی خارج گذاشتن انگشتان در موقع راه رفتن استفاده می کنند؟

الف- افزایش سرعت حرکت ب- افزایش تعادل بدن ج- افزایش طول گام د- افزایش اتکا و تعادل

۴۱- در کدام الگو مفصل زانو از حالت کشیده با یک ضربه پا خارج می شود و تا میانه گام خم شده و مجدداً به حالت

کشیده در می آید؟

الف- واپس روی ب- پای نوسان ج- قفل شدن مضاعف زانو د- طول گام

۴۲- "واپس روی" به کدام موضوع اشاره دارد؟

الف- ظهور یک الگو یا فن حرکتی که قبلاً تقویت یا سرکوب شده ب- بخشی از حرکت جابجایی بین مقاطع پرواز

ج- الگوی جابجایی که طی آن یک پا از وضعیت باز شدن برای جلو بردن بدن استفاده می کند

د- فاصله افقی هنگام اجرای مهارت جابجایی

۴۳- عمل پا از لحظه جدا شدن از زمین تا تماس مجدد آن را گویند؟

الف- مرحله نوسان ب- جدا شدن پنجه ج- پای نوسان د- طول گام

۴۴- به فاصله افقی که هنگام اجرای مهارت جابجایی یا یک گام در طول مسیر حرکت به جلو طی میشود گفته میشود؟

الف- مرحله نوسان ب- جدا شدن پنجه ج- واپس روی د- طول گام

۴۵- چه عواملی در پیشرفت دویدن دارای اهمیت است؟

الف- رشد و یادگیری ب- رشد و نمو ج- وجود عضلات قوی د- تمرین و نمو

۴۶- در دویدن زمان صرف شده در مرحله اتکا و زمان معلق بودن در فضا می یابد.

الف- کاهش - کاهش ب- کاهش - افزایش ج- افزایش - کاهش د- افزایش - افزایش

۴۷- بالا آمدن بدن با سرعت دویدن ارتباط داد و کاهش در نوسان عمودی مرکز ثقل عامل موثری در سرعت است.

الف- مستقیم - افزایش ب- معکوس - کاهش ج- مستقیم - کاهش د- معکوس - افزایش

۴۸- در حالت پای اتکا در جلوی مرکز ثقل بدن و در حالت ----- پای اتکا زیر مرکز ثقل بدن فرود می آید؟

الف- دوی استقامت- دوی سرعت ب- دوی استقامت- پیاده روی ج- دوی سرعت- دوی استقامت د- پیاده روی - دوی سرعت

۴۹- شتاب حرکت با نیرویی که آن را ایجاد می کند نسبت و با جرم نسبت دارد.

الف- مستقیم- مستقیم ب- مستقیم - عکس ج- عکس - مستقیم د- عکس - عکس

۵۰- در هنگام دویدن در مسافتهای قوس دار چه چیز باعث افزایش سرعت چرخش می شود.

الف- افزایش طول گام ب- کوتاه کردن طول گام ج- کوتاه کردن شعاع بدن د- افزایش شعاع بدن

۵۱- در هنگام حرکت جهت برای توقف سریع یا تغییر مسیر باید سطح اتکا را داده و مرکز ثقل را بیاوریم.

الف- کاهش- پایین ب- افزایش- پایین ج- کاهش - بالا د- افزایش - بالا

۵۲- حرکتی که طی آن بدن در فضا به وسیله فشار یک پا یا هر دو پا به جلو رانده می شود و سپس به روی یکپا یا دوپا فرود می آید چه نامیده می شود؟

الف- ضربه زدن ب- دوی استقامت د- دوی سرعت ج- پرش مهارتی

۵۳- در کدام دوره الگوهای حرکتی پایه در انسان پیشرفت کرده و با تمرین و آموزش قابل پالایش است؟

الف- در سنین ۳ تا ۴ سال ب- ۶ یا ۷ سالگی ج- ۱۰ تا ۱۲ سالگی د- اوایل جوانی

۵۴- کدام آزمون تشخیص سطح عملکرد حرکتی در کودکان توصیفی از نیروی عضلانی یا ظرفیت انفرادی تنش عضلانی در برابر یک مقاومت خارجی است؟

الف- آزمون قدرت ب- استقامت عضلانی ج- آزمون چابکی د- آزمون انعطاف پذیری

۵۵- کدام آزمون تشخیص سطح عملکرد حرکتی در کودکان دامنه ای از حرکت قسمت های مختلف در مفاصل گوناگون است؟

الف- آزمون قدرت ب- استقامت عضلانی ج- آزمون چابکی د- آزمون انعطاف پذیری

۵۶- بهترین حالت اندازه گیری انعطاف بدن کدام می باشد؟

الف- میزان باز شدن پاها ب- نشستن و رساندن دست به جلو ج- ایستادن و رساندن دست به انگشتان پا د- کشش دست ها به سمت پشت

۵۷- دختران در کدام آزمون در سن ۶ سالگی عملکرد بهتری نسبت به پسران دارند؟

الف- آزمون تعادل ب- آزمون چابکی ج- آزمون انعطاف پذیری د- آزمون عضلانی

۵۸- دختران در کدام یک از موارد زیر نسبت به پسران عملکرد بهتری دارند؟

الف- پریدن ب- پرتاب کردن ج- دویدن د- لی لی کردن

۵۹- قدرت ایستا در پسران در سن ۱۳ و ۱۴ سالگی به صورت و در سن ۱۶ و ۱۷ سالگی به صورت افزایش می یابد

الف- خطی- معکوس ب- خطی - جهش ناگهانی ج- جهشی - خطی د- جهشی- معکوس

۶۰- قدرت ایستا در دختران در چه سنی پیشرفت می کند؟

الف- ۶ و ۷ سالگی ب- ۱۰ الی ۱۲ سالگی ج- ۱۳ و ۱۴ سالگی د- ۱۶ و ۱۷ سالگی

۶۱- کدام عملکرد های حرکتی در پسران پیشرفت داشته و در نوجوانی یک جهش ناگهانی داشته اما در دختران بعد از ۱۲ سالگی به فلات می رسد؟

الف- استقامت عضلانی ب- پریدن ج- قدرت ایستا د- پرتاب کردن

۶۲- کدام عملکرد حرکتی در دختران تا سن ۱۱ تا ۱۲ سالگی پیشرفت نشان داده و بعد از ۱۷ سالگی تغییرات کمی نشان می دهد؟

الف- دویدن ب- چابکی ج- پریدن د- پرتاب کردن

۶۳- کدام عملکرد حرکتی در دختران نسبت به پسران افزایش دارد؟

الف- دويدن ب- چابكي ج- انعطاف پذيري د- پرتاب كردن

۶۴- به دليل کدام کاهش کدام عملکرد حرکتی دوره نوجوانی دوره ناشیگری خوانده شده است؟

الف- چابكي ب- تعادل ج - استقامت عضلانی د- قدرت ایستا

۶۵- در کدام دوره زندگی انسان ناهماهنگی رشد عضلانی واستخوانی بوده و دوره ناشیگری خوانده شده است؟

الف- دوره نوزادی ب- دوره کودکی ج- دوره پیش دبستانی د- دوره نوجوانی