

اصل سوالات رایگان آزمون استخدامی دبیر تربیت بدنی ۱۴۰۴
(با پاسخنامه تستی)

ایران استخدام

سرویس خصوصی خدمات عام المنفعه اخبار شغل و استخدام

Www.IranEstekhdam.Ir

خواننده گرامی؛ در جهت بهبود کیفیت این فایل؛ لطفاً هرگونه انتقاد و پیشنهاد خود در مورد مطالب آن
و یا گزارش مشکل را به آدرس ایمیل و یا با شماره تلفن زیر مطرح نمایید:

آدرس ایمیل: soal@iranestekhdam.ir

شماره تلفن تماس: ۰۲۱-۹۱۳۰۰۰۱۳

توجه مهم!!!



این فایل به صورت ویژه برای کاربران ایران استخدام منتشر شده است و هرگونه فروش و استفاده تجاری از آن ممنوع می باشد.

انتشار این فایل به شرط عدم تغییر در محتوای آن و عدم حذف لوگو بلامانع می باشد.

« محصولات مرتبط دانلودی »

دانلود سایر نمونه سوالات استخدامی آموزش و پرورش

خرید و دانلود

دانلود در سنامه‌های آموزشی برای آمادگی در آزمون‌های استخدامی

خرید و دانلود

« محصولات مرتبط چاپ شده »

سفارش کتاب‌های چاپ شده برای آمادگی در آزمون‌های استخدامی

ثبت و سفارش

اصل سوالات تایپ شده آزمون استخدامی دبیر تربیت بدنی ۱۴۰۴

۱- اثر افزایش تعداد محرک بر زمان واکنش چگونه است؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) کاهش زمان
(۲) افزایش دقت
(۳) افزایش زمان
(۴) بی تأثیر
-

۲- یکی از نشانه‌های یادگیری پایدار حرکتی چیست؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) اجرای سریع در جلسه تمرین
(۲) بهبود عملکرد در آزمون یادسپاری
(۳) خستگی کمتر
(۴) افزایش زمان واکنش
-

۳- تمرین ثابت برای چه مهارت‌هایی مناسب‌تر است؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) مهارت‌های باز
(۲) مهارت‌های بسته
(۳) مهارت‌های تیمی
(۴) مهارت‌های ذهنی
-

۴- قانون هیک بیان می‌کند که ... (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) با افزایش انتخاب‌ها، زمان واکنش به صورت لگاریتمی افزایش می‌یابد.
(۲) پاسخ‌ها در هر حال ثابت‌اند.
(۳) محیط در انتخاب بی تأثیر است.
(۴) زمان واکنش به تعداد انتخاب‌ها وابسته نیست.
-

۵- پدیده تأخیر در پاسخ دوم در پاسخ‌های متوالی به چه دلیل رخ می‌دهد؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) خستگی عضلانی
(۲) افزایش انگیختگی
(۳) توقف شناختی
(۴) حافظه بلندمدت
-

۶- مهارت‌های پیوسته چگونه مهارت‌هایی هستند؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) دارای نقطه شروع و پایان مشخص
(۲) بدون ساختار حرکتی
(۳) دارای تکرار متوالی و یکنواخت
(۴) مربوط به حرکات ظریف
-

۷- کدام معیار نشان‌دهنده یادگیری واقعی است؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) عملکرد بهتر در جلسه تمرین
(۲) حفظ عملکرد پس از فاصله زمانی
(۳) افزایش بازخورد کلامی
(۴) استفاده از بازخورد خارجی
-

۸- تمرین تصادفی نسبت به بلوکی چه ویژگی دارد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) یادگیری سریع‌تر
(۲) یادگیری پایدارتر
(۳) تمرین راحت‌تر
(۴) کاهش انگیزه
-

۹- اثر استروپ چه چیزی را درباره پردازش اطلاعات نشان می‌دهد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) پردازش حرکتی مستقل از توجه است.
(۲) رنگ و واژه مستقل پردازش می‌شوند.
(۳) تداخل شناختی باعث کاهش سرعت می‌شود.
(۴) واکنش به رنگ سریع‌تر از کلمه است.
-

۱۰- برای بررسی یادگیری بلندمدت آزمون یادسپاری چگونه باید طراحی شود؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) بلافاصله پس از تمرین
(۲) در حضور مربی
(۳) پس از یک وقفه زمانی
(۴) بازخورد دقیق
-

۱۱- ارائه بازخورد به صورت خلاصه چه اثری دارد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) وابستگی را افزایش می‌دهد.
(۲) حافظه حرکتی را تقویت می‌کند.
(۳) دقت را کاهش می‌دهد.
(۴) زمان تمرین را افزایش می‌دهد.
-

۱۲- وقتی بازخورد مکرر و دقیق داده شود، چه پدیده‌ای محتمل است؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) وابستگی به بازخورد
(۲) افزایش انگیزه
(۳) کاهش فشار روانی
(۴) خودتنظیمی حرکتی بهتر
-

آسیب‌شناسی ورزشی

۱۳- بعد از آسیب کدام اقدام را نباید انجام داد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) یخ‌درمانی
(۲) گرم کردن
(۳) بانداژ کردن
(۴) استراحت
-

۱۴- شایع‌ترین پیچ‌خوردگی که برای مچ پا اتفاق می‌افتد کدام است؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) اینورشن یا چرخش پا به داخل
(۲) پرونیشن یا چرخش پا به خارج
(۳) اینورشن یا چرخش پا به خارج
(۴) پرونیشن یا چرخش پا به داخل
-

۱۵- مراحل RICE را به ترتیب نام ببرید؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) استراحت - سرما - فشردن یا بانداژ - بالا نگه داشتن عضو
(۲) استراحت - فشردن - سرما - بالا نگه داشتن عضو
(۳) سرما - فشردن - استراحت - بالا نگه داشتن عضو
(۴) سرما - فشردن - استراحت - بالا نگه داشتن عضو
-

۱۶- شایع‌ترین دررفتگی ناقص در کدام عضو اتفاق می‌افتد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) زانو
(۲) ران
(۳) شانه
(۴) کشکک
-

۱۷- آسیب رباط دلتوئید در اثر همراه شکستگی‌ها ناشی از ضربه به استخوان‌های مچ پا و چرخش به سمت داخل همراه هست. (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) پرونیشن
(۲) اینورشن
(۳) فلکشن
(۴) این گزینه ناخوانا است.

۱۸- در اثر قوس یا گودی زیاد کف پا چه عارضه‌ای شایع است؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) نورومای مورتون
(۲) استخوان چنگالی یا چکشی
(۳) این گزینه ناخوانا است.
(۴) این گزینه ناخوانا است.

۱۹- در عضلات همسترینگ که در سطح خلفی ران قرار دارند و شامل سه عضله هست و عضله بیشتر در معرض آسیب قرار می‌گیرد. (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) دوسر رانی
(۲) نیموتتری
(۳) نیم‌غشایی
(۴) این گزینه ناخوانا است.

مدیریت و طرز اجرای مسابقات

۲۰- راهنمای کلی و عمومی در یک سازمان را چه می‌گویند؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) خط‌مشی
(۲) روش
(۳) استراتژی
(۴) برنامه‌ریزی

۲۱- داوطلب برای ارتقای شادی، سلامت و سطح رفاه دیگران به هدف کمک مردم؛ این توضیح مربوط به کدام محرک می‌باشد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) محرک عاطفی
(۲) محرک هنجاری
(۳) محرک اجتماعی
(۴) محرک فایده‌نگر

۲۲- تقویم ورزشی مسابقات آسیایی و جهانی برای چه مدتی می باشد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- | | |
|-------------|--------------|
| (۱) یک ساله | (۲) دو ساله |
| (۳) سه ساله | (۴) چهار سال |

۲۳- با حضور ۱۶ تیم حداکثر بازی جدول دوره‌ای و دو حذفی چه تعداد می باشد؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) ۱۲۰ بازی در جدول دوره‌ای - ۳۱ بازی در جدول دو حذفی
- (۲) ۱۰۰ بازی در جدول دوره‌ای - ۲۰ بازی در جدول دو حذفی
- (۳) ۱۳۰ بازی در جدول دوره‌ای - ۳۵ بازی در جدول دو حذفی
- (۴) ۱۵۰ بازی در جدول دوره‌ای - ۳۰ بازی در جدول دو حذفی

۲۴- در یک جدول ۱۶ تیمی یک حذفی، استراحت هشتم بروی کدام شاخک قرار داده می شود؟

(www.iranestekhdam.ir)

- | | |
|--------------|----------------|
| (۱) چارک اول | (۲) چارک دوم |
| (۳) چارک سوم | (۴) چارک چهارم |

۲۵- جدول فیزو ترکیبی از کدام جداول می باشد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| (۱) دوره‌ای - آسیایی | (۲) آسیایی - المپیک |
| (۳) دوره‌ای - یک حذفی | (۴) دوره‌ای - دو حذفی |

۲۶- کدام کمیته وظیفه آماده‌سازی و مهیا کردن اسکان ورزشکاران میهمان را به عهده دارد؟

(www.iranestekhdam.ir)

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| (۱) کمیته امور فنی | (۲) کمیته اسکان |
| (۳) کمیته فوق برنامه و امور اجتماعی | (۴) کمیته اردوگاه‌های تدارکاتی |

ارزشیابی و سنجش در تربیت بدنی

۲۷- اگر میانگین ۳۰ عدد برابر ۱۴ و انحراف معیار آن‌ها ۳ باشد، با کم کردن ۲ واحد از هر عدد، میانگین و انحراف معیار جدید چه خواهد بود؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) میانگین جدید مساوی ۱۸ و انحراف معیار جدید مساوی ۹
- (۲) میانگین جدید مساوی ۹ و انحراف معیار جدید مساوی ۱۸
- (۳) میانگین جدید مساوی ۳ و انحراف معیار جدید مساوی ۱۲
- (۴) میانگین جدید مساوی ۱۲ و انحراف معیار جدید مساوی ۳

۲۸- سه مربی یک آزمون را اجرا کردند و نتایج به دست آمده را با آزمون سارجنت مقایسه نمودند و هر سه مربی نتیجه‌ای یکسان گزارش کردند. این وضعیت نشان‌دهنده کدام ویژگی آزمون است؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) پایایی
- (۲) روایی
- (۳) عینیت
- (۴) توان

۲۹- در یک جامعه آماری با دامنه قدی بین ۱۵۵ تا ۱۹۰ سانتی‌متر، تعداد افراد ۳۰۰ نفر است. اگر ۲۲۰ نفر از این افراد دارای قدی بین ۱۵۵ تا ۱۷۵ باشند، توزیع قدها چگونه است؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) متقارن
- (۲) کجی منفی
- (۳) کجی مثبت
- (۴) نرمال و استاندارد

۳۰- آزمون تی چه فاکتوری را اندازه‌گیری می‌کند؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) استقامت قلبی و تنفسی
- (۲) قدرت
- (۳) چابکی
- (۴) استقامت عضلانی

۳۱- آزمون ایلی نویز از آزمون های کدام فاکتور می باشد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) تعادل ایستا
(۲) توان انفجاری
(۳) چابکی
(۴) سرعت عکس العمل
-

۳۲- تنسیومتر کدام یک از فاکتورهای آمادگی جسمانی را می سنجد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) قدرت عضلانی پویا
(۲) قدرت عضلانی ایستا
(۳) استقامت عضلانی پویا
(۴) استقامت عضلانی ایستا
-

۳۳- آزمون پرش سارجنت کدام قابلیت را می سنجد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) عکس العمل
(۲) چابکی
(۳) هماهنگی
(۴) توان
-

۳۴- مقیاس برای رتبه بندی اضطراب از ۱ تا ۵ چیست؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) رتبه بندی
(۲) نسبی
(۳) فاصله ای
(۴) اسمی
-

۳۵- زمانی که تعداد کل آزمون شوندگان ۱۰۰ نفر باشد و انتخاب های درست در گروه قوی و گروه ضعیف به ترتیب ۲۲ و ۸ باشد، ضریب دشواری و ضریب تمیز تقریباً چند درصد است؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) ضریب دشواری مساوی ۲۰ و ضریب تمیز مساوی ۴۰
(۲) ضریب دشواری مساوی ۵۶ و ضریب تمیز مساوی ۵۲
(۳) ضریب دشواری مساوی ۹۰ و ضریب تمیز مساوی ۳۰
(۴) ضریب دشواری مساوی ۳۵ و ضریب تمیز مساوی ۲۳
-

درس تربیت بدنی در مدارس

۳۶- آزمون دوی ۳۰ متر - آزمون بلند کردن شانه - آزمون تی - آزمون پرش جفت - آزمون ۲۰ متر کدام یک از ویژگی‌ها را اندازه‌گیری می‌کند؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) استقامت قلبی - تنفسی، قدرت عضلانی، چابکی، توان، سرعت
- (۲) سرعت، قدرت عضلانی، توان، چابکی، استقامت قلبی - تنفسی
- (۳) سرعت، انعطاف‌پذیری، چابکی، توان، استقامت قلبی - تنفسی
- (۴) استقامت قلبی - تنفسی، توان، چابکی، قدرت عضلانی، سرعت

۳۷- از کابل تنسیومتر برای اندازه‌گیری کدام فاکتور استفاده می‌شود؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) قدرت عضلانی ایستا
- (۲) قدرت عضلانی پویا
- (۳) استقامت عضلانی پویا
- (۴) استقامت عضلانی ایستا

۳۸- در کدام نوع تمرین، معلم به وقت کمتری نیاز دارد و دانش‌آموزان فرصت کسب تجربه موفق نسبت به تمرین را دارند؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) ایستگاهی
- (۲) دایره‌ای
- (۳) مستقل
- (۴) مشارکتی

۳۹- حداکثر کاری که فرد بتواند به‌طور مستمر و به وسیله گروه عضلانی بزرگ انجام دهد؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) استقامت عضلانی
- (۲) استقامت قلبی - تنفسی
- (۳) قدرت عضلانی
- (۴) توان

۴۰- مراحل آموزش مهارت حرکتی به ترتیب کدام است؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) نمایش - توضیح - تکرار - هدایت
- (۲) توضیح - نمایش - تکرار - هدایت
- (۳) نمایش - تکرار - توضیح - هدایت
- (۴) توضیح - نمایش - هدایت - تکرار

۴۱- ارتفاع حلقه از سطح زمین در بستکبال دوره متوسط دوم چقدر است؟

(www.iranestekhdam.ir)

- | | |
|----------|----------|
| ۲.۷۰ (۲) | ۳.۰۵ (۱) |
| ۲.۸۵ (۴) | ۲.۹۰ (۳) |

۴۲- کدام یک در مورد ایمنی در زنگ ورزش صحیح است؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) از خوردن آب در هنگام فعالیت ورزشی پرهیز شود.
- (۲) در هوای گرم از لباس پلاستیکی استفاده شود.
- (۳) در هوای سرد از لباس‌های سفید رنگ استفاده شود.
- (۴) در محیط سرباز در تابستان از لباس آستین کوتاه استفاده شود.

۴۳- اصطلاح RICE در درمان آسیب دیدگی ورزشی کدام است؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) استراحت - یخ - فشار - بالا نگه داشتن عضو
- (۲) بانداژ - آتل - پانسمان - پزشک
- (۳) استراحت - یخ - پانسمان - پزشک
- (۴) بانداژ - آتل - فشار - بالا نگه داشتن عضو

۴۴- آمادگی جسمانی و اجزای مرتبط به سلامت و چابکی مربوط به کدام پایه است؟

(www.iranestekhdam.ir)

- | | |
|--------|--------|
| ۲ دهم | ۱ هشتم |
| ۴ هفتم | ۳ نهم |

۴۵- چنانچه فردی بتواند از طریق گیرنده‌های عمقی در عضلات، تاندون‌ها و مفاصل وضعیت خود را در فضا و ارتباط اجزای آن را تشخیص دهد مربوط به کدام توانایی حرکتی است؟

(www.iranestekhdam.ir)

- | | |
|------------------|-------------------|
| ۲ تعادل ایستا | ۱ ادراک حس و حرکت |
| ۴ قدرت ایزوتونیک | ۳ تعادل پویا |

۴۶- در تمرینات مقاومتی اگر تعداد تکرار بین ۶ تا ۱۲ تکرار در نظر گرفته شود تمرین و اگر تعداد تکرار ۱۵ و بیشتر در نظر گرفته شود فعالیت خواهد بود. (www.iranestekhdam.ir)

(۱) قدرتی - استقامتی

(۲) استقامتی - قدرتی

(۳) قدرتی - هوازی

(۴) هوازی - استقامتی

۴۷- کدام مورد بهترین ویژگی برای اجرای مهارت ریباند در ورزش بستکبال است که معلمان ورزش باید حین آموزش این رشته در نظر بگیرند؟ (www.iranestekhdam.ir)

(۱) تفکر اینکه هیچ تویی وارد سبد نمی شود.

(۲) پرش پر قدرت و بلند

(۳) چابکی و سرعت عکس العمل

(۴) حالت تعادلی

پاسخنامه تستی سوالات دبیر تربیت بدنی

شماره سوال	گزینه صحیح	شماره سوال	گزینه صحیح
سوال ۱	۳	سوال ۲۵	۱
سوال ۲	۲	سوال ۲۶	۲
سوال ۳	۲	سوال ۲۷	۴
سوال ۴	۱	سوال ۲۸	۳
سوال ۵	۳	سوال ۲۹	۳
سوال ۶	۳	سوال ۳۰	۳
سوال ۷	۲	سوال ۳۱	۳
سوال ۸	۲	سوال ۳۲	۲
سوال ۹	۳	سوال ۳۳	۴
سوال ۱۰	۳	سوال ۳۴	۱
سوال ۱۱	۲	سوال ۳۵	۲
سوال ۱۲	۱	سوال ۳۶	۳
سوال ۱۳	۲	سوال ۳۷	۱
سوال ۱۴	۱	سوال ۳۸	۳
سوال ۱۵	۱	سوال ۳۹	۲
سوال ۱۶	۱	سوال ۴۰	۲
سوال ۱۷	۱	سوال ۴۱	۱
سوال ۱۸	۲	سوال ۴۲	۴
سوال ۱۹	۱	سوال ۴۳	۱
سوال ۲۰	۱	سوال ۴۴	۴

۱	سوال ۴۵	۲	سوال ۲۱
۱	سوال ۴۶	۴	سوال ۲۲
۱	سوال ۴۷	۱	سوال ۲۳
-	-	۲	سوال ۲۴



« محصولات مرتبط دانلودی »

دانلود سایر نمونه سوالات استخدامی آموزش و پرورش

خرید و دانلود

دانلود در سنامه های آموزشی برای آمادگی در آزمون های استخدامی

خرید و دانلود

« محصولات مرتبط چاپ شده »

سفارش کتاب های چاپ شده برای آمادگی در آزمون های استخدامی

ثبت و سفارش



ایران استخدا

سرویس خصوصی خدمات عام المنفعه اخبار شغل و استخدام

[Www.IranEstekhdam.Ir](http://www.IranEstekhdam.Ir)

خواننده گرامی؛ در جهت بهبود کیفیت این فایل؛ لطفاً هرگونه انتقاد و پیشنهاد خود در مورد مطالب آن

و یا گزارش مشکل را به آدرس ایمیل و یا با شماره تلفن زیر مطرح نمایید:

آدرس ایمیل: soal@iranestekhdam.ir

شماره تلفن تماس: ۰۲۱-۹۱۳۰۰۱۱۳

[Www.IranEstekhdam.Ir](http://www.IranEstekhdam.Ir)