



## بخشی از محصول:

# سوالات تخصصی آزمون‌های استخدامی دبیر تربیت بدنی

(به همراه اصل سوالات – با پاسخ تشریحی)

# ایران استخدام

سرویس خصوصی خدمات عام المنفعه اخبار شغل و استخدام

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

کاربران گرامی لطفاً توجه فرمایید: همان طور که در توضیحات پیش از خرید محصول ذکر شده است این بسته حاوی بخشی از سوالات تخصصی دبیر تربیت بدنی آزمون استخدامی آموزش و پرورش می‌باشد.

## اخطار مهم

این فایل بخشی از محصول سوالات تخصصی دبیر تربیت بدنی آزمون استخدامی آموزش و پرورش می‌باشد که به صورت رایگان و برای آشنایی شما عزیزان از کیفیت و محتوای فایل معرفی شده ارائه شده است. هرگونه سوء استفاده از این فایل همانند استفاده از محتوا در تهیه کتب و یا قرار دادن تمام یا بخشی از آن در وب سایت‌های دیگر، چه برای فروش و چه به صورت رایگان شرعاً حرام و قانوناً خلاف مقررات و قوانین کشورمان می‌باشد. با توجه به هزینه‌های صرف شده و تلاش صورت گرفته برای تهیه این بسته، در صورت مشاهده یا گزارش هرگونه کپی برداری از آن؛ بدون هیچ گونه تماس قبلی و هشدار اقدام به پیگیری حقوقی خواهیم نمود.

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

کاربران گرامی لطفا دقت فرمایید، این فایل بخشی از محصول سوالات تخصصی دبیر تربیت بدنی آزمون استخدامی آموزش و پرورش می باشد که به صورت رایگان جهت آشنایی و اطمینان شما کاربران گرامی از کیفیت محتوای این محصول ارائه گردیده است. شما میتوانید در صورت تمایل برای خرید و دانلود کامل سوالات تخصصی دبیر تربیت بدنی آزمون استخدامی آموزش و پرورش، روی لینک زیر کلیک فرمایید.

**لینک دانلود و خرید بسته کامل**

**بخشی از:**

**اصل سوالات تخصصی آزمون استخدامی دبیر تربیت بدنی ۱۴۰۴  
(با پاسخ تشریحی)**

۱- یکی از نشانه‌های یادگیری پایدار حرکتی چیست؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

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

پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۲

نشانه‌ی «یادگیری پایدار حرکتی» این است که مهارت پس از گذشت زمان و بدون تمرین مجدد هم حفظ شود؛ بنابراین بهبود/ثبات عملکرد در آزمون یادسپاری معیار اصلی یادگیری پایدار است، نه صرفاً اجرای سریع در همان جلسه تمرین.

۲- ارائه بازخورد به صورت خلاصه چه اثری دارد؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://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.

پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۲

بازخورد «خلاصه» یعنی به جای اینکه بعد از هر کوشش بازخورد بدهیم، آن را پس از چند کوشش یکجا ارائه کنیم. این کار معمولاً وابستگی به بازخورد خارجی را کم می‌کند و باعث می‌شود یادگیرنده بیشتر به بازخورد درونی و پردازش خود متکی شود؛ در نتیجه یادگیری پایدارتر و نگهداری بهتر (تقویت الگوی حافظه حرکتی) شکل می‌گیرد.

### آسیب‌شناسی ورزشی

۳- شایع‌ترین دررفتگی ناقص در کدام عضو اتفاق می‌افتد؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

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

پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۱

تغییر محل استخوان‌هایی که در مجاورت هم قرار گرفته و ایجاد مفصل کرده‌اند را دررفتگی می‌نامند. دررفتگی کامل: دو سطح مفصلی استخوان‌ها کاملاً از هم جدا شوند (شانه، آرنج، انگشتان، کشکک).

دررفتگی ناقص: دو سطح مفصلی استخوان‌ها کاملاً از هم جدا نشده‌اند اما تقابل آنها طبیعی نیست (زانو، مچ پا، مفصل آخرمی، ترقوه‌ای).

## مدیریت و طرز اجرای مسابقات

۴- با حضور ۱۶ تیم حداکثر بازی جدول دوره‌ای و دو حذفی چه تعداد می‌باشد؟

(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

پاسخ کارشناس ایران استکدام: **گزینه ۱**

جدول دوره‌ای:

$$\frac{n(n-1)}{2} = \frac{16 \times 15}{2} = 120$$

جدول دو حذفی: در دو حذفی هر بازی یک باخت تولید می‌کند. برای حذف شدن، هر تیم باید ۲ باخت بگیرد. حداکثر تعداد بازی وقتی است که فینال دو بازیه شود (تیم جدول بازنده‌ها در فینال، تیم بدون باخت را یکبار شکست دهد و مسابقه‌ی اضافه برگزار شود).

$$2(n-1) + 1 = 2(16-1) + 1 = 31$$

## ارزشیابی و سنجش در تربیت بدنی

۵- 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)

(۲) کجی منفی

(۱) متقارن

(۴) نرمال و استاندارد

(۳) کجی مثبت

### پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۳

چون بخش زیادی از افراد (۲۲۰ نفر از ۳۰۰ نفر) در بازه‌ی قدهای پایین‌تر (۱۵۵ تا ۱۷۵) قرار دارند و تعداد کمتری در قدهای بالاتر (۱۷۵ تا ۱۹۰) هستند، پس تجمع داده‌ها در سمت چپ است و دنباله (دم) توزیع به سمت راست کشیده می‌شود. این یعنی کجی مثبت.

### درس تربیت بدنی در مدارس

۶- 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](http://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

### پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۳

- دوی ۳۰ متر ← سرعت
- بلند کردن شانه ← انعطاف‌پذیری
- آزمون T ← چابکی
- پرش جفت ← توان
- آزمون ۲۰ متر ← استقامت قلبی - تنفسی

۷- 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](http://www.iranestekhdam.ir))

- ۱) قدرتی - استقامتی
- ۲) استقامتی - قدرتی
- ۳) قدرتی - هوازی
- ۴) هوازی - استقامتی

### پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۱

در تمرینات مقاومتی، اگر تعداد تکرار بین ۶ تا ۱۲ بار در نظر گرفته شود، فعالیت قدرتی و اگر تعداد تکرار ۱۵ بار یا بیشتر انجام شود، فعالیت استقامتی خواهد بود.

**بخشی از:**

**اصل سوالات تخصصی آزمون استخدامی دبیر تربیت بدنی ۱۴۰۳  
(با پاسخ تشریحی)**

## راهنمای معلم تربیت بدنی و سلامت پایه‌های هفتم، هشتم و نهم دوره اول متوسطه

۱- رئیس موضوعات آمادگی جسمانی در پایه نهم کدام است؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) اجزای مرتبط با سلامت و چابکی  
(۲) اجزای مرتبط با سلامت و سرعت  
(۳) اجزای مرتبط با سلامت و توان  
(۴) اجزای مرتبط با سلامت و تعادل

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۲

رئوس موضوعات آمادگی جسمانی در هر پایه عبارتند از:

پایه هفتم: اجزای مرتبط با سلامت و چابکی پایه

پایه هشتم: اجزای مرتبط با سلامت و توان انفجاری پاها

پایه نهم: اجزای مرتبط با سلامت و سرعت

## راهنمای معلم تربیت بدنی و سلامت پایه‌های دهم، یازدهم و دوازدهم دوره دوم متوسطه

۲- در پایان یادگیری موضوع انعطاف‌پذیری در پایه یازدهم از دانش‌آموزان چه انتظاری می‌رود؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

(۱) با شناخت نحوه ارزیابی انعطاف‌پذیری را ارزیابی کند.

(۲) با درک مفهوم انعطاف‌پذیری، دستورالعمل انجام تمرینات برای بهبود آن را شرح دهد.

(۳) با درک روش صحیح حفظ و ارتقای انعطاف‌پذیری یک برنامه تمرینی را طراحی کند.

(۴) با برنامه تشخیصی خود و شرکت مستقل در تمرینات کشش خارج از مدرسه سطح انعطاف‌پذیری خود را افزایش دهد.

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۱

پایه یازدهم:

با شناخت نحوه ارزیابی انعطاف‌پذیری، آن را ارزیابی کند.

با کنترل سطح پیشرفت خود و شرکت منظم در تمرینات کششی داخل و خارج مدرسه، سطح انعطاف‌پذیری خود را ارتقا دهد.

## یادگیری و کنترل حرکتی

۳- بازیکن تنیس روی میز سعی در اجرای متنوع سرویس، دارد براساس کدام مولفه زمان واکنش حریف افزایش می‌یابد؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

(۱) اثر سایمون (۲) اثر استروپ

(۳) سازگاری محرک و پاسخ (۴) تعداد محرک و پاسخ

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۴

بعدها هیک (۱۹۵۲) و نیز هیمن (۱۹۵۳) چنین کشف کردند که رابطه زمان واکنش انتخابی و لگاریتم تعداد محرک - پاسخ یک رابطه خطی است. این رابطه به نام قانون هیک معروف شده است و در موقعیت‌های متنوع آزمودنی‌های متفاوت، محرک‌های گوناگون و پاسخ‌های مختلف کاربرد دارد. قانون هیک یکی از مهمترین قوانین مربوط به حرکات انسان است. این رابطه بر این مطلب اشاره دارد که هر بار تعداد محرک - پاسخ دو برابر شود، زمان واکنش انتخابی با میزان ثابتی افزایش پیدا می‌کند این امر به تفسیر مهمی از قانون هیک منجر می‌شود. زمان واکنش انتخابی به طور خطی به مقدار اطلاعاتی وابسته است که برای از بین بردن تردید درباره تعداد محرک - پاسخ باید پردازش شود.

۴- برای اجرای مهارت‌های حرکتی در کدام مورد فرصت اصلاح فقط برای کوشش بعدی وجود دارد؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

(۱) مهارت‌های زنجیره‌ای (۲) مهارت مداوم

(۳) کنترل حلقه بسته (۴) کنترل حلقه باز

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۴

در کنترل حلقه باز، چون بازخورد در حین اجرا وارد تصمیم‌گیری نمی‌شود، فقط در تلاش‌های بعدی می‌توان اصلاح انجام داد.

## آسیب‌شناسی ورزشی

۵- استفاده از کوله‌پشتی سنگین موجب آسیب رساندن به کدامین عصب می‌شود؟

(www.iranestekhdam.ir)

(۱) عصب سوپرااسکاپولار

(۲) عصب سینه‌ای طویل

(۳) عصب لانگ توراسیک

(۴) عصب آگزیلاری

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۱

آسیب عصب سوپرااسکاپولار (فوق کتفی): این عصب عضله‌ی فوق خاری و تحت خاری را عصب دهی می‌کند و در شیاری در لبه‌ی فوقانی استخوان کتف قرار گرفته که به‌وسیله یک رباط در محل خود تثبیت می‌شود. این آسیب بیشتر در والیبالیست‌ها رخ می‌دهد.

علل: هنگام در رفتگی شانه به جلو و عقب - برخورد و ضربه مستقیم با استخوان کتف ناشی از فشار خارجی (مثلاً به‌وسیله کوله‌پشتی) یا حرکات تکراری و عمل یک‌طرفه

علائم: دردی در جهت خلفی فوقانی شانه انتشار می‌یابد، ضعف عضله‌های فوق خاری و تحت خاری که با اختلال در عمل دور شدن مفصل شانه در زوایای ۸۰-۱۲۰ درجه، کاهش حجم عضلات فوق خاری و تحت خاری

درمان: استراحت فعال - تمرین انعطاف‌پذیری - تزریق استروئید موضعی

۶- دلیل قفل شدن زانو کدام‌یک از آسیب‌های زیر می‌باشد؟ (www.iranestekhdam.ir)

(۱) پارگی ACL

(۲) زانوی پرندگان

(۳) کندرومالاسی زانو

(۴) استئوکندریت دیسیکان زانو

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۴

رهایه‌ی قطعه‌های استخوان و غضروف در مفصل (استئوکندریت دیسیکان):

نام‌های دیگر این عارضه: التهاب خردکننده استخوان و غضروف، موش مفصلی، یا استئوکندرال فراکچر

رهایه‌ی قطعه‌های استخوانی و غضروفی (استئوکندرال فراکچر) در داخل مفصل زانو، اغلب در جوانان ۱۲ تا ۱۶ ساله دیده می‌شود و سطح مفصلی استخوان ران را در بر می‌گیرد. علل آن شامل ضربات شدید یا مکرر به مفصل

زانو است که می‌تواند باعث شود استخوان جدا شده به صورت جسم آزاد در مفصل رها شده و موجب قفل شدن آن گردد.

علائم: قفل شدن زانو، تجمع مایع در مفصل، درد هنگام حرکت زانو. بررسی از طریق تصویربرداری با اشعه X انجام می‌شود.

## اندازه‌گیری، سنجش و ارزشیابی در تربیت بدنی

۷- بارفیکس کلاسیک بیشتر ..... و بارفیکس اصلاح شده بیشتر ..... را می‌سنجد.

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) استقامت عضلانی - قدرت ایزومتریک  
(۲) قدرت ایزومتریک - قدرت ایزومتریک  
(۳) قدرت عضلانی - استقامت عضلانی  
(۴) استقامت عضلانی - استقامت عضلانی

### پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۳

اندازه‌گیری قدرت عضلانی (آزمون کشش بارفیکس):

آزمون کشش بارفیکس جهت اندازه‌گیری استقامت کمر بند شانه‌ای و بازوی افراد در سال و پیش به کار می‌رود. «جانسون» در سال ۱۹۶۴ آزمون کشش بارفیکس را در قالب بیشترین تلاش در یک تکرار ارائه داد، بدین گونه که آزمون کشش بارفیکس از نوع آزمون‌های قدرت عضلانی قرار گرفت. بنابراین کشش از بارفیکس با حداکثر وزنه‌ای که شخص می‌تواند با خود حمل کند و در حرکت دیپ پارالل (بالا و پایین رفتن روی پارالل) با حداکثر وزنه‌ای که شخص می‌تواند با خود جابه‌جا کند در زمره آزمون‌های قدرت عضلانی حرکتی زمانی است.

اندازه‌گیری استقامت عضلانی (آزمون اصلاح شده کشش بارفیکس):

در سال ۱۹۷۸ «بویکارتز» شیوه‌ی جدیدی از آزمون کشش بارفیکس را برای سنین مختلف از هر دو جنس ابداع نمود که تا حد زیادی مشکلات مربوط به سنجش قدرت و استقامت عضلانی کمر بند شانه‌ای و بازو را با روش‌های قبلی کم می‌کرد. در آزمون اصلاح شده کشش بارفیکس، بایستی آزمونی بر روی یک سطح شیب‌دار دراز بکشد و میله بارفیکسی را طوری بگیرد که دست‌ها رو به صورت و فاصله دست‌ها به اندازه عرض شانه باشد سپس عمل کشش را انجام دهد. در سال ۱۹۸۴ جداولی مخصوص مردان و زنان تنظیم و ارائه شد؛ برای مثال نقطه ۵۰ درصدی برای مردان در آزمون اصلاح شده ۲۵ کشش است و برای زنان ۱۱ کشش می‌باشد.

۸- کدام مورد در خصوص آمادگی جسمانی مرتبط با تندرستی صحیح است؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- ۱) کالیبر برای سنجش چربی در خصوص آمادگی جسمانی مرتبط با حرکت استفاده می‌شود.
- ۲) WHR برای اندازه‌گیری محیط اندام استفاده می‌شود.
- ۳) از کولیس برای اندازه‌گیری محیط اندام استفاده می‌شود.
- ۴) کالیبر دقیق‌ترین روش برای برآورد چربی بدن است.

**پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۴**

کالیبر یکی از ابزارهای رایج و نسبتاً دقیق برای برآورد درصد چربی بدن است که با اندازه‌گیری ضخامت چین‌های پوستی در نقاط خاصی از بدن، میزان چربی زیرجلدی تخمین زده می‌شود.

### مدیریت و طرز اجرای مسابقات ورزشی

۹- تنظیم جدول برقراری مسابقات و قرعه‌کشی ورزشی وظیفه کدام کمیته است؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- ۱) کمیته نظارت مسابقات
- ۲) کمیته فنی مسابقات
- ۳) کمیته ارزشیابی مسابقات
- ۴) کمیته تدارکات و پشتیبانی

**پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۲**

کمیته امور فنی مسابقات:

تنظیم برنامه ایام مسابقات هر رشته.

تهیه و تدوین آیین‌نامه‌های عمومی، فنی و انضباطی.

پیشنهاد مدیران و سرپرستان تیم‌های ملی دانشجویی به ستاد برگزاری.

نظارت بر تنظیم جدول مسابقات رشته‌های مختلف ورزشی.

نظارت بر انتخاب کادر فنی هر رشته.

تهیه و تدوین کتاب راهنمای مسابقات ورزشی دختران و پسران.

تهیه دستورالعمل اختصاص مدال به قهرمانان رشته‌های مختلف ورزشی و نحوه محاسبه امتیازات و تعیین کشورهای برتر.

ارائه گزارش نهایی به معاونت فنی برای ارائه در مراسم اختتام و انعکاس به رسانه‌های گروهی.

هماهنگی با اعضای کمیته اختتام هر یک از رشته‌های ورزشی.

ارائه آخرین برگ‌های داوری و منشی‌گری هر رشته به کمیته تبلیغات و انتشارات.

ثبت و ضبط کلیه سوابق فنی مربوط به بازیکنان رشته‌های مختلف ورزشی.



**بخشی از:**

**نمونه سوالات طبقه‌بندی شده نکته به نکته دیر تربیت بدنی**

**(با پاسخ تشریحی)**

## راهنمای معلم تربیت بدنی و سلامت پایه‌های هفتم، هشتم و نهم دوره اول متوسطه

۱- کدام ویژگی در گرم کردن اختصاصی وجود دارد که آن را از گرم کردن عمومی متمایز می‌سازد؟

(www.iranestekhdam.ir)

(۱) تمرینات کششی و سوئدی

(۲) مرور فنون مورد استفاده در رشته خاص ورزشی

(۳) حرکات مربوط به عضلات بزرگ

(۴) استفاده از دویدن و پیاده‌روی نرم به‌عنوان آماده‌سازی

### پاسخ کارشناس ایران استخدا: گزینه ۲

گرم کردن عمومی: شامل حرکاتی است که کل بدن را به طور عمومی دربر می‌گیرد و هدف همه حرکات در تمامی رشته‌های ورزشی مشترک است و با فنون و مهارت‌های مورد استفاده در یک رشته خاص ورزشی به‌طور مستقیم ارتباط ندارد. در گرم کردن عمومی، سه مرحله زیر قابل استفاده است:

۱- راه رفتن و دویدن نرم، ۲- نرمش‌های عمومی معروف به سوئدی، ۳- تمرینات کششی.

گرم کردن اختصاصی: گرم کردن اختصاصی شامل انجام حرکات، مرور تکنیک و مهارت‌هایی است که ورزشکار در تمرین یا مسابقه، آنها را انجام خواهد داد. برای مثال، در رشته والیبال بازیکنان پس از گرم کردن عمومی، چند حرکت پاس پنجه و ساعد و اسپیک را انجام می‌دهند یا در بازی بسکتبال، بازیکنان چند بار انواع دریبل و پاس و شوت و زیباند و ضد حمله را تمرین می‌کنند.

۲- کدام ابزار زیر بیشترین دقت و پایداری را در سنجش مهارت‌های حرکتی دارد؟

(www.iranestekhdam.ir)

(۱) آزمون‌های مهارتی استاندارد

(۲) چک‌لیست‌های رفتاری

(۳) مشاهده روزمره معلم

(۴) دفتر گزارش سرگروه‌ها

### پاسخ کارشناس ایران استخدا: گزینه ۱

آزمون‌های مهارتی معیارهای خوبی برای سنجش عملکرد در اجرای مهارت‌های حرکتی و ورزشی هستند و عموماً آزمون‌های مهارتی، نسبت به ابزارهای مشاهده‌ای معیارهای پایاتری هستند و استفاده از آنها توسط معلم، هم

بازی‌ها یا خود دانش‌آموز خیلی آسان است. معلمان می‌توانند از انواع آزمون‌های مهارتی استاندارد و معلم ساخته استفاده کنند

### ۳- کدام گزینه درباره ورزش و قاعدگی صحیح است؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) ورزش در دوران قاعدگی باید کاملاً متوقف شود.
- (۲) تمرینات کششی ایستا می‌تواند باعث تشدید درد قاعدگی شوند.
- (۳) دوره قاعدگی تأثیر منفی بر عملکرد ورزشی ندارد.
- (۴) قاعدگی در دختران ورزشکار زودتر از سایر دختران آغاز می‌شود.

#### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۳

دوره قاعدگی بر عملکرد ورزشی اثر منفی ندارد و در این دوره می‌توان مانند همیشه به فعالیت جسمانی و تمرین پرداخت.

### ۴- چابکی یکی از مؤلفه‌های کدام دسته از آمادگی جسمانی است؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) مرتبط با سلامت
- (۲) مرتبط با استراحت
- (۳) مرتبط با اجرا
- (۴) مرتبط با استقامت

#### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۳

چابکی یکی از قابلیت‌های آمادگی جسمانی مرتبط با اجراست. این قابلیت در بسیاری از رشته‌های ورزشی به صورت آشکار و نهان کاربرد دارد و حتی در بسیاری از ورزش‌ها عامل موفقیت فرد تلقی می‌گردد. زمانی که فرد نیاز به توقف ناگهانی، تغییر مسیر و شتاب‌گیری مجدد داشته باشد، نقش مهم و اساسی چابکی کاملاً مشهود است.

### ۵- کدام یک از گزینه‌های زیر نشان‌دهنده سرعتی است که برای یک پیاده‌روی سالم توصیه می‌شود؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) ۳۰ قدم در ۲۰ ثانیه
- (۲) ۴۰ قدم در ۲۰ ثانیه
- (۳) ۴۵ قدم در ۲۰ ثانیه
- (۴) ۵۰ قدم در ۲۰ ثانیه

## پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۲

۴۰ قدم در ۲۰ ثانیه، یعنی یک پیاده‌روی سالم، ۴۵ قدم در ۲۰ ثانیه یعنی پیاده‌روی با شدت متناسب و ۵۰ قدم در ۲۰ ثانیه، یعنی پیاده‌روی با شدت بالا. اگر می‌خواهید وزن کم کنید، بهترین حالت ۴۵ قدم در ۲۰ ثانیه و بالا بردن تدریجی آن است.

۶- کدام یک از اصول زیر جزو سه اصل مهم در آموزش مهارت‌های ورزشی به دانش‌آموزان است؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) تمرکز بر بازی گروهی، رعایت قوانین، پیشرفت فنی
- (۲) لذت بردن از بازی، احساس موفقیت، پیروز شدن
- (۳) یادگیری فردی، تمرین هدفمند، رقابت سالم
- (۴) تمرین مستمر، انگیزه‌بخشی، کنترل فشار روانی

## پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۲

در آموزش مهارت‌های ورزشی به دانش‌آموزان، همواره سه اصل را مدنظر قرار دهید:

- چطور بازی کردن (انگیزه): لذت بردن از بازی با استفاده از آموزش روش‌ها و تکنیک‌های مختلف بازی کردن  
چطور یاد گرفتن: دادن احساس موفقیت و پیشرفت به دانش‌آموزان  
چطور پیروز شدن (تمرکز): دادن شور و هیجان از طریق پیروز شدن

## راهنمای معلم تربیت بدنی و سلامت پایه‌های دهم، یازدهم و دوازدهم دوره دوم متوسطه

۷- کدام مورد از عوارض احتمالی مصرف افراطی و نادرست مکمل‌هاست؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) بروز تومورهای بدخیم
- (۲) اختلال شدید در ریتم طبیعی خواب
- (۳) مشکلات جدی در عملکرد کبد و کلیه
- (۴) فرسودگی زودرس عضلات و مفاصل

## پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۳

مشکلات کبدی و کلیوی از شایع ترین عوارض مصرف مکمل ها به شمار می روند و چنانچه مکمل ها آلوده به استروئید و هورمون باشند، عوارض جبران ناپذیر بیشتری مانند تأثیر بر سیستم جنسی به جا می گذارند. فرد مصرف کننده به تدریج با کاهش ترشح هورمون مردانه در بدن، دچار ناتوانی جنسی و حتی عقیمی، ریزش مو، آکنه، تومور، تغییرات سطح کلسترول، خشم عاطفی، رفتارهای تهاجمی و پرخاشگری می شود. استفاده نادرست از مکمل ها، به خصوص در ترکیب با داروها، می تواند حتی تهدیدکننده حیات باشد.

۸- کدام بازیکن در حمله هندبال در پست پخش بازی می کند؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- |        |         |
|--------|---------|
| CB (۲) | RB (۱)  |
| RW (۴) | PIV (۳) |

پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۲

نام گذاری پست های حمله و دفاع در بازی هندبال

(Attacking Positions): موقعیت های حمله

RW: Right Wing (گوش راست)

RB: Right Back (بغل راست)

CB: Centre Back (پخش)

PIV: Pivot (خطزن)

LB: Left Back (بغل چپ)

LW: Left Wing (گوش چپ)

۹- مهم ترین کارکرد المپیادهای ورزشی درون مدرسه ای چیست؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- |                          |                                    |
|--------------------------|------------------------------------|
| (۱) افزایش قدرت بدنی     | (۲) تقویت تمرین فردی               |
| (۳) ارتقای رتبه در مدرسه | (۴) ایجاد انگیزه برای مشارکت ورزشی |

پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۴

رویدادهای رقابتی (المپیاد ورزشی درون مدرسه‌ای) یکی از روش‌های مؤثر ایجاد انگیزه در دانش‌آموزان است تا برنامه‌های آموزشی درس تربیت بدنی را از طریق بازی‌های ورزشی و رقابت با رغبت بیشتر دنبال کنند.

---

۱۰- مهم‌ترین اصل ذهنی برای موفقیت در ریباند چیست؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) پیش‌بینی نتیجه پرتاب  
(۲) آمادگی برای دریافت توپ پس از گل  
(۳) فرض اینکه هر شوت ممکن است گل نشود.  
(۴) تمرکز بر دفاع منطقه‌ای

**پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۳**

برای اجرای مهارت ریباند بهتر است در ابتدا این موضوع از سوی معلم کلاس مطرح شود که بازیکن همیشه باید این تفکر را در ذهن داشته باشد که هیچ توپی گل نمی‌شود و با این تفکر بازیکن همواره قبل از آگاه شدن از نتیجه یک شوت به سمت سید هجوم می‌برد و خود را برای دریافت توپ از سید آماده می‌سازد.

---

۱۱- در کدام بخش از سیستم حمله، بازیکن منطقه ۶ وظیفه دارد به خط حمله نزدیک شود؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) هنگام دریافت توپ آزاد  
(۲) هنگام اجرای پاس پشت  
(۳) هنگام دریافت سرویس  
(۴) هنگام حمایت از مهاجم در منطقه ۲

**پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۱**

در جریان بازی، وقتی تیم مقابل توپ را بدون ضربه تهاجمی به زمین تیم ما بازمی‌گرداند (توپ آزاد)، آرایش دفاعی به حالت W تغییر می‌کند. در این وضعیت، بازیکن منطقه ۶ (وسط عقب) باید به سمت خط حمله (جلوی زمین) حرکت کند تا در کنار سایر بازیکنان، خط اول دفاعی آرایش W را تکمیل کند و آمادگی برای دریافت توپ را داشته باشد. این جابه‌جایی باعث پوشش بهتر فضاهای زمین و فراهم کردن فرصت مناسب برای ضدحمله خواهد شد.

## یادگیری و کنترل حرکتی

۱۲- در مهارت حرکتی برخلاف مهارت شناختی، کدام عامل نقش اصلی در موفقیت دارد؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) کیفیت اجرای حرکت
- (۲) تصمیم‌گیری سریع
- (۳) پیش‌بینی حرکت
- (۴) تغییر موقعیت محیط

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۱

در مهارت‌های حرکتی، موفقیت به نحوه و کیفیت اجرای درست حرکات بستگی دارد، نه ادراک و تصمیم‌گیری درباره نوع حرکت.

۱۳- چه عاملی باعث می‌شود واکنش در زمان ازدیاد محرک - پاسخ کندتر افزایش یابد؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) تمرین مستمر
- (۲) افزایش تمرکز
- (۳) افزایش محرک‌ها
- (۴) کاهش خطا

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۱

وقتی تعداد محرک-پاسخ زیاد می‌شود، واکنش به طور طبیعی کندتر می‌شود، اما تمرین مستمر باعث می‌شود شیب افزایش زمان واکنش کاهش یابد. یعنی تمرین باعث کندتر شدن روند افت عملکرد در برابر ازدیاد محرک‌ها می‌شود.

۱۴- چرا تشبیه «گردن بطری» برای برنامه‌ریزی پاسخ مناسب است؟ (www.iranestekhdam.ir)

- (۱) چون برنامه‌ریزی چند پاسخ همزمان ممکن نیست.
- (۲) چون سرعت پردازش اطلاعات بسیار بالاست.
- (۳) چون ورودی‌های حسی محدود می‌شوند.
- (۴) چون اجرای پاسخ نیازی به سازماندهی ندارد.

## پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۱

مرحله برنامه‌ریزی پاسخ مانند گردن یک بطری خروجی باریکی دارد که می‌تواند در هر لحظه فقط یک حرکت را سازمان داده آغاز کند.

---

۱۵- کدام گزینه، ویژگی اصلی یک سیستم کنترل حلقه بسته را نشان می‌دهد؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) کنترل حرکت بدون استفاده از بازخورد  
(۲) تنظیم عملکرد براساس مقایسه بازخورد با هدف  
(۳) اجرای حرکت بدون نیاز به دستگاه عامل  
(۴) جلوگیری از ایجاد هرگونه خطا در سیستم

## پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۲

در سیستم کنترل حلقه بسته، بازخورد دریافت و با هدف مقایسه می‌شود. اگر خطا وجود داشته باشد، دستگاه عامل برای اصلاح آن اقدام می‌کند.

---

۱۶- در چه شرایطی سنجش یادگیری از طریق آزمون انتقال ارجحیت دارد؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) وقتی تمرکز فرد در آزمون بالا باشد.  
(۲) هنگامی که دامنه مهارت تمرینی محدود است.  
(۳) وقتی هدف آموزش، قابلیت سازگاری در شرایط جدید است.  
(۴) زمانی که عملکرد فوری مهم‌تر از دوام آن است.

## پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۳

هدف از تمرین، آمادگی برای شرایط متفاوت در آینده است، ارزیابی باید با آزمون انتقال انجام شود، نه فقط آزمون یادداری. این آزمون مهارت‌هایی را می‌سنجد که کمی متفاوت از تمرین‌های اصلی هستند و انتقال را نمایان می‌سازند.

۱۷- تفاوت اصلی بین جلسات تمرین و آزمون چیست؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- ۱) تمرکز آزمون بر تغییر حرکت و تمرین بر تثبیت آن
- ۲) تمرین برای اجرا و آزمون برای استراحت طراحی شده‌اند
- ۳) آزمون برای ارزیابی عملکرد پایدار است، تمرین برای اصلاح الگو
- ۴) آزمون بر سنجش خروجی و تمرین بر آزمون ورودی تأکید دارد

پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۳

جلسات آزمون فرصتی است برای مشاهده سطح فعلی مهارت با اجرای «بهترین تخمین»، در حالی که تمرین فرصتی برای «جستجوی آزاد و اصلاح» الگوهای حرکتی است.

### آسیب‌شناسی ورزشی

۱۸- بورسیت شیمیایی بیشتر در کدام گروه از ورزشکاران مشاهده می‌شود؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- ۱) نوجوانان در حال رشد
- ۲) دوچرخه‌سواران و دوندگان
- ۳) افراد مسن با سابقه ورزش‌های پرتابی یا راکتی
- ۴) ورزشکاران قدرتی مبتدی

پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۳

بورسیت شیمیایی اغلب در ورزشکاران ۳۰ ساله یا مسن‌تر که چندین سال در رشته‌های ورزشی راکتی یا پرتابی فعالیت داشته‌اند، مشاهده می‌شود.

۱۹- مفصل رادیوکارپال از اتصال کدام استخوان‌ها تشکیل می‌شود؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- ۱) زند اسفل و چهار استخوان مچ
- ۲) زند اعلا و سه استخوان مچ
- ۳) زند اعلا و زند اسفل
- ۴) ردیف دوم استخوان‌های کارپ

پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۲

مفصل مچ دست از مجموع استخوان زند زبرین (اعلا) و سه استخوان مچ دست تشکیل می‌شود که به این مفصل رادیوکارپال می‌گویند.

۲۰- درد ناشی از التهاب عضلات نزدیک‌کننده معمولاً در کدام ناحیه احساس می‌شود؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) ناحیه تحتانی شکم  
(۲) ناحیه مرکزی لگن  
(۳) روی برجستگی بزرگ استخوان ران  
(۴) ناحیه سر ثابت عضله روی استخوان عانه

پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۴

درد معمولاً در سر اصلی عضله نزدیک‌کننده، یعنی روی استخوان عانه، احساس می‌شود و به داخل کشاله ران سرایت می‌کند.

۲۱- افزایش کدام عامل، احتمال دررفتگی کشکک را در دختران نوجوان بیشتر می‌کند؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) زاویه Q  
(۲) رشد استخوان درشتنی  
(۳) قدرت عضلات همسترینگ  
(۴) ضخامت کپسول مفصلی

پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۱

بی‌ثباتی کشکک در خانم‌ها شایع‌تر است، زیرا لگن بزرگ‌تری دارند و در نتیجه زاویه Q در آن‌ها نسبت به مردان بزرگ‌تر است. این زاویه که به زاویه عضله چهارسر نیز معروف است، در حالت طبیعی کمتر از ۱۵ درجه است. زاویه Q در مردان بین ۱۰ تا ۱۴ درجه و در زنان بین ۱۵ تا ۱۸ درجه می‌باشد.

۲۲- درمان پیشنهادی در موارد مزمن و مقاوم به درمان التهاب درشتنی خلفی چیست؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) کشش فعال عضله سرینی  
(۲) تزریق استروئید به درون غلاف تاندون  
(۳) تمرینات دورسی فلکشن  
(۴) اصلاح کفش به کف صلب

## پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۲

در موارد مزمن و مقاوم به درمان، تزریق استروئید (ترجیحا به خود تاندون و نه غلاف) می‌تواند به کاهش التهاب کمک کند

### اندازه‌گیری، سنجش و ارزشیابی در تربیت بدنی

۲۳- کدام مورد بیشترین تأکید را در ارزشیابی تشخیصی دارد؟ ([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) ارزیابی مهارت‌های تازه آموخته شده  
(۲) تعیین سطح آمادگی پیشین فراگیران  
(۳) سنجش میزان یادگیری پس از تدریس  
(۴) اصلاح روش تدریس متناسب با تفاوت‌های فردی

## پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۲

مربی و یا معلم قبل از تدریس هر مطلب آموزشی جدید باید مشخص کند، آیا دانش‌آموزان و فراگیران برای یادگیری مطلب جدید آمادگی دارند یا نه؟ بنابراین در آغاز هر دوره آموزشی برای اطلاع از میزان مهارت‌ها و توانایی‌های دانش‌آموزان و فراگیران نوعی ارزشیابی لازم به نظر می‌رسد که به آن «ارزشیابی ورودی و یا آغازین (تشخیصی)» گویند.

ارزشیابی ورودی نه تنها میزان و سطح آمادگی و آگاهی‌های فراگیران را در ارتباط با مطالب و مهارت‌های مورد نظر برای آموزش نشان می‌دهد تا معلم و مربی بتواند براساس این یافته‌ها محتوا و سطح برنامه‌های آموزشی دوره را تعیین نماید بلکه پایه‌ای برای طبقه‌بندی افراد در گروه‌های هم‌تای نیز می‌باشد.

۲۴- کدام ویژگی برای استفاده از روش‌های پارامتریک ضروری نیست؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) توزیع بهنجار  
(۲) متغیر رتبه‌ای یا اسمی  
(۳) نمونه‌گیری تصادفی  
(۴) متغیر کمی و پیوسته

## پاسخ کارشناس ایران استخدام: گزینه ۲

برای برآورد پارامتر جامعه یکسری ویژگی‌ها لازم است که عبارتند از:

- الف) توزیع بهنجار  
ب) نمونه‌گیری تصادفی  
ج) متغیر کمی و پیوسته

در آمار پارامتریک بایستی پراکندگی متغیرهای جامعه به صورت نرمال باشد. در صورتی که توزیع به علت کمبود تعداد نمونه بهنجار نباشد و نمونه‌گیری همراه با سوگیری باشد (تصادفی نباشد) و نیز متغیر، رتبه‌ای یا اسمی باشد، آمار ناپارامتریک مورد استفاده قرار می‌گیرد.

## ۲۵- هدف اصلی از تبدیل جدول توزیع فراوانی به نمودارهای هندسی چیست؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) کاهش حجم داده‌ها
- (۲) تفسیر داده‌های به صورت عینی و ساده
- (۳) افزایش دقت محاسبات آماری
- (۴) تغییر ماهیت داده‌ها

### پاسخ کارشناس ایران استخدا: گزینه ۲

یکی از نقاط ضعف نمایش داده‌ها به وسیله‌ی جدول توزیع فراوانی این است که اطلاعات داخل جدول را نمی‌توان به سرعت درک کرد، مگر اینکه جدول به صورت جزء به جزء مورد مطالعه قرار گیرد. برای تفسیر داده‌ها به صورت ساده و عینی، آن‌ها را به شکل نمودار یا شکل هندسی تبدیل می‌کنند.

## ۲۶- در کدام حالت استفاده از دامنه تغییرات به عنوان شاخص پراکندگی مناسب‌تر است؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

- (۱) وقتی نمره‌ها پراکندگی اندکی دارند.
- (۲) وقتی نمره‌ها دارای توزیع نرمال هستند.
- (۳) وقتی نمره‌ها پراکندگی خیلی زیادی دارند.
- (۴) وقتی تعداد نمرات زیاد و فواصل مساوی بین آن‌ها وجود دارد.

### پاسخ کارشناس ایران استخدا: گزینه ۳

زمانی از دامنه تغییرات استفاده می‌شود که نمره‌های دارای پراکندگی خیلی زیادی هستند و یا هنگامی از این شاخص استفاده می‌شود که به اطلاعاتی کلی درباره پراکندگی نمره‌ها نیاز داریم.

## ۲۷- آمادگی حرکتی در تقسیم‌بندی قدیمی شامل چه نوع توانایی‌هایی می‌شود؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) ویژگی‌های ارثی و غیرقابل تغییر
- (۲) توانایی‌های ذاتی تقویت‌ناپذیر
- (۳) استعداد‌های پایه وابسته به ژنتیک
- (۴) مهارت‌های اکتسابی و قابل آموزش

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۴

برخی از محققان در گذشته آمادگی جسمانی را جزئی از آمادگی عمومی بدن معرفی کرده‌اند و آمادگی عمومی بدن را به دو بخش آمادگی جسمانی و آمادگی حرکتی تقسیم کرده‌اند. به نظر آن‌ها، آمادگی جسمانی به آن دسته از توانایی‌های پایه و بنیادی انسان گفته می‌شود که به خودی خود وجود داشته و آموزش‌پذیر نیستند، ولی در اثر تمرین پیشرفت می‌کنند، مانند قدرت، استقامت و انعطاف‌پذیری.

در مقابل، آمادگی حرکتی به توانایی‌هایی اطلاق می‌شود که در اثر آموزش ایجاد می‌شوند، اکتسابی هستند و از طریق آموزش و تمرین بهبود می‌یابند، مانند سرعت، توان و چابکی.

امروزه می‌دانیم با اثبات وراثتی بودن توانایی‌های آمادگی حرکتی، تقسیم‌بندی مذکور قابل قبول نیست.

## مدیریت و طرز اجرای مسابقات ورزشی

### ۲۸- کدام‌یک از گزینه‌های زیر در زمره‌ی شیوه‌های ترسیم نمودار سازمانی ذکر نشده است؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) بر اساس موقعیت جغرافیایی
- (۲) بر اساس نوع محصول یا خدمت
- (۳) بر اساس زمان‌بندی اجرا
- (۴) بر اساس نوع ارباب رجوع

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۳

شیوه‌های ترسیم نمودار سازمانی:

طبقه‌بندی و تقسیم کار براساس منطقه یا موقعیت جغرافیایی.

طبقه‌بندی و تقسیم کار براساس محصول تولید شده یا خدماتی که ارائه می‌شود.

طبقه‌بندی و تقسیم کار براساس نوع ارباب رجوع سازمان.

طبقه‌بندی و تقسیم کار براساس نوع وظیفه یا جریان عملیات.

۲۹- کدام نوع از سازمان‌های داوطلب بیشترین تأکید را بر اجتماعی کردن افراد منزوی دارد؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) سازمان‌های انتفاعی برای دیگران  
(۲) سازمان‌های اجتماعی  
(۳) سازمان‌های عملکردی لذت‌بخش  
(۴) سازمان‌های مذهبی

پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۲

سازمان‌های اجتماعی، برخی از سازمان‌های داوطلب بر روی ارضای نیازهای اجتماعی اعضای خود تمرکز دارند و فعالیت‌های آن‌ها وسیله‌ای برای توسعه مهارت‌های اجتماعی اعضاست. این سازمان‌ها به‌ویژه برای افرادی که احساس مفید بودن در آن‌ها ضعیف شده است یا از حس اعتمادبه‌نفس بالایی برخوردار نیستند و در چنبره فردیت فرو رفته‌اند و گوشه عزلت را اختیار کرده‌اند، اثرات مفید و سازنده‌ای در اجتماعی نمودن آن‌ها ایفا می‌نمایند.

۳۰- برای محاسبه تعداد بازی‌های جدول تک حذفی از چه فرمولی استفاده می‌شود؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱)  $X = N - 1$   
(۲)  $X = N \times 2$   
(۳)  $X = 2 N$   
(۴)  $X = N \div 2$

پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۱

برای به‌دست آوردن تعداد بازی‌های جدول تک حذفی از فرمول زیر استفاده می‌شود.

$$X = N - 1$$

در این فرمول N نشان‌دهنده تعداد تیم‌های شرکت‌کننده و X بیانگر تعداد کل بازی‌های جدول است. دانستن تعداد کل بازی‌ها به برگزارکنندگان مسابقات در تنظیم برنامه‌ها کمک می‌نماید.

۳۱- کدام یک از گزینه‌های زیر در رابطه با مزایای جداول چالشی صحیح نمی‌باشد؟

(www.iranestekhdam.ir)

- (۱) به‌راحتی سازماندهی و اجرا می‌شوند.  
(۲) به حداقل سرپرستی و نظارت، نیاز دارند.

۳) به حداکثر تعداد شرکت کننده تأکید دارند.

۴) شرط لازم برای ادامه مسابقات، برنده شدن است.

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۴

مزایای جداول جالشی:

به راحتی سازماندهی و اجرا می شوند.

به حداقل سرپرستی و نظارت، نیاز دارند.

بر حداکثر تعداد شرکت کننده تأکید دارند.

شرط لازم برای ادامه مسابقات، برنده شدن نیست.

در این جداول شرکت کنندگان حذف نمی شوند.

---

### ۳۲- اصلی ترین دلیل صدور کارت شناسایی موقت برای ورزشکاران در بدو ورود چیست؟

([www.iranestekhdam.ir](http://www.iranestekhdam.ir))

۲) تسریع در اسکان ورزشکاران خسته

۱) پیشگیری از تاخیر در شروع مسابقات

۴) کاهش هزینه های صدور کارت

۳) اطمینان از تطابق اطلاعات شناسایی

### پاسخ کارشناس ایران استکدام: گزینه ۲

کارت موقتی، که با سرعت بیشتری صادر می شود، کمک می کند شرکت کنندگانی، که مسافت طولانی ای را طی کرده و دچار خستگی مفرط شده اند، با سرعت بیشتری در محل اقامت و خوابگاه خود مستقر شوند.

کاربران گرامی لطفا دقت فرمایید، این فایل بخشی از محصول سوالات تخصصی دبیر تربیت بدنی آزمون استخدامی آموزش و پرورش می باشد که به صورت رایگان جهت آشنایی و اطمینان شما کاربران گرامی از کیفیت محتوای این محصول ارائه گردیده است. شما میتوانید در صورت تمایل برای خرید و دانلود کامل سوالات تخصصی دبیر تربیت بدنی آزمون استخدامی آموزش و پرورش، روی لینک زیر کلیک فرمایید.

**لینک دانلود و خرید بسته کامل**



# ایران استخدا

سرویس خصوصی خدمات عام المنفعه اخبار شغل و استخدام

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

کاربران گرامی لطفا توجه فرمایید: همان طور که در توضیحات پیش از خرید محصول ذکر شده است این بسته حاوی بخشی از سوالات تخصصی دبیر تربیت بدنی آزمون استخدامی آموزش و پرورش می باشد.

## اخطار مهم

این فایل بخشی از محصول سوالات تخصصی دبیر تربیت بدنی آزمون استخدامی آموزش و پرورش می باشد که به صورت رایگان و برای آشنایی شما عزیزان از کیفیت و محتوای فایل معرفی شده ارائه شده است. هرگونه سوء استفاده از این فایل همانند استفاده از محتوا در تهیه کتب و یا قرار دادن تمام یا بخشی از آن در وب سایت های دیگر، چه برای فروش و چه به صورت رایگان شرعاً حرام و قانوناً خلاف مقررات و قوانین کشورمان می باشد. با توجه به هزینه های صرف شده و تلاش صورت گرفته برای تهیه این بسته، در صورت مشاهده یا گزارش هرگونه کپی برداری از آن؛ بدون هیچ گونه تماس قبلی و هشدار اقدام به پیگیری حقوقی خواهیم نمود.

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