



سوالات اختصاصی رشته کارشناس حرفه ای ورزش


ایران استخدام

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: ۰۴۱-۴۲۲۷۳۶۷۳ 

اخطار مهم

با توجه به ارائه اختصاصی این فایل توسط سایت ایران استخدام و تلاش همیشگی همکاران ما در تهیه و تنظیم این فایل ها؛ هرگونه تکثیر و فروش غیر مجاز و تغییر و دستکاری در محتوای آنها مانند حذف آرم یا لوگوی سایت ایران استخدام و یا اضافه کردن آرم؛ نوشته و محتوای دیگر از نظر سایت ایران استخدام غیر مجاز بوده و شرعاً حرام است و متخلفان بدون اخطار قبلی تحت پیگیری قانونی قرار خواهند گرفت.

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



«توجه مهم»

جهت تهیه کتابهای آموزشی و دانلود سایر نمونه سوالات استخدامی به همراه پاسخنامه
به آدرس زیر مراجعه بفرمایید:

اینجا کلیک نمایید



سوالات اختصاصی رشته کارشناس حرفه ای ورزش

فیزیولوژی انسانی و ورزشی

۱۰۱ - تنفس میتوکندریایی در کدام نوع فعالیت بیشترین نقش را در تولید انرژی دارد؟
الف - شنای ۲۰۰ متر
ب - وزنه برداری تناوبی
ج - مسابقه سه گانه
د - دوی سرعت ۲۰۰ متر

۱۰۲ - بیشترین کاهش کراتین فسفات حین دویدن سرعت در کدام مرحله است؟
الف - ۴۰ متر اول
ب - ۴۰ متر آخر
ج - ۲۰ متر وسط
د - ۲۰ متر پنجم

۱۰۳ - "صفحات اینترکاله" (Intercalated disks) در سلول‌های کدام بافت قرار دارند؟
الف - عضله قلب
ب - عضله اسکلتی
ج - بافت چربی
د - بافت همبند

۱۰۴ - افزایش غلظت خون (hemoconcentration) در کدام حالت بیشتر است؟
الف - استراحت ایستاده
ب - فعالیت راه رفتن طولانی مدت
ج - تمرین با وزنه نشسته
د - حالت طاق باز

۱۰۵ - پیدایش آستانه لاکتات خون و عضله مربوط است به:
الف - کاهش NADH نسبت به NAD
ب - افزایش دفع لاکتات از گردش خون
ج - افزایش فراخوانی واحدهای کند انقباض
د - ایسکمی عضله

۱۰۶ - سطح بالای آنزیمهای سوکسینات دهیدروژناز (SDH) و فسفو فروکتوکیناز (PFK) در کدام نوع تار مشاهده می‌شود؟
الف - I
ب - IIa
ج - IIb
د - IIc

۱۰۷ - میانجی استیل کولین روی عضله اسکلتی و قلب به ترتیب تاثیر و دارد؟
الف - مهاری - مهاری
ب - تحریکی - تحریکی
ج - مهاری - تحریکی
د - تحریکی - مهاری

۱۰۸ - زمانی که فرد در آب سرد احساس نفس نفس زدن غیر ارادی دارد کدام بخش مغز ابتدا تحریک می‌شود؟
الف - قشر مخ
ب - مخچه
ج - هیپوتالاموس
د - ساق

۱۰۹ - نقطه شکست تهویه ای نقطه ای است که:

- الف - ورزشکار به حداکثر اکسیژن مصرفی خود می‌رسد.
- ب - انرژی از طریق متابولیسم هوازی تامین می‌شود.
- ج - در آن VE/VO_2 به طور ناگهانی افزایش می‌یابد.
- د - بازتابی از واکنش تنفسی نسبت به کاهش دی اکسید کربن است.

۲۸۸۲۵۱۰۳۲۲

دفترچه سوالات اختصاصی کارشناس حرفه‌ای ورزش

۱۱۰ - درارتباط یا متابولیسم گلوکز عملکرد کدام هورمون با سایر هورمون‌ها متفاوت است؟

- الف - اپی نفرین
- ب - کورتیزول
- ج - انسولین
- د - گلوکاگن

از اینها بزرگتره
د - گلوتامین

۱۱۱ - کمبود کدام اسید آمینه در بدن با اختلال در سیستم ایمنی ورزشکار همراه است؟

- الف - تریتوفان
- ب - کرانین
- ج - اسپارات

۱۱۲ - قرار گیری در محیط کم جاذبه‌ای منجر به کدام حالت ذیل می‌شود؟

- الف - کاهش تروپیک عضلانی
- ب - فشار پر ادراری
- ج - افزایش مواد معدنی استخوان
- د - اضافه وزن چربی

۱۱۳ - هنگام قرار گرفتن ورزشکار در معرض ارتفاع احتمال ترشح کدام هورمون بالاتر است؟

- الف - تسترون
- ب - رشد
- ج - آرتروپوئیتین
- د - نوراپی نفرین

۱۱۴ - استفاده از اصطلاح VO2 MAX به جای "اکسیژن مصرفی اوج" در کدام گروه زیر کاربرد دارد؟

- الف - جوان بالغ
- ب - نوجوان نابالغ
- ج - بیمار قلبی عروقی
- د - بیمار عضلانی

۱۱۵ - چه کسی برای اولین بار ریاست آزمایشگاه خستگی هاروارد را برعهده داشت؟

- الف - فین مارتی کاروونن
- ب - لارنس جی هندرسون
- ج - آ. و. هیل
- د - دیوید بروس دیل

مدیریت اماکن و رویدادهای ورزشی

۱۱۶ - بهتر است که اماکن ورزشی در کدامیک از زمین‌ها ساخته شود؟

- الف - زمین‌هایی که استیجاری است.
- ب - زمین‌هایی که نزدیک مناطق مسکونی است.
- ج - زمین‌هایی که ارزانتر هستند.
- د - زمین‌هایی که متعلق به دولت است.

۱۱۷ - استفاده از کلاه ایمنی، کفش‌های ایمن و لباس مناسب برای کدامیک از افراد زیر مجموعه‌های ورزشی الزامی است؟

- الف - ورزشکاران
- ب - مربیان و معلمان ورزشی
- ج - کارگرانی که مشغول کارهای ساختمانی و تعمیراتی هستند.
- د - کارکنان خدماتی

۱۱۸ - در سازماندهی رویدادهای ورزشی، ایجاد ارتباط میان سطوح سازمانی را چه می‌نامند؟

- الف - تقسیم بندی افقی
- ب - ترکیب افقی
- ج - تقسیم بندی عمودی
- د - ترکیب عمودی

دفترچه سوالات اختصاصی کارشناس حرفه‌ای ورزش -

۱۲۰ - تبلیغات دور زمین‌های ورزشی به کدام یک از زمینه‌های زیر اشاره دارد؟

- الف - بازار ورزشی
- ب - مدیریت بازاریابی
- ج - بازاریابی ورزشی
- د - بازاریابی از طریق ورزش

۱۲۱ - علامت اختصاری NGO مربوط به کدام یک از سازمان‌های زیر است؟

- الف - سازمان‌های داوطلب
- ب - سازمان ورزش و تفریحات
- ج - انجمن کمیته المپیک
- د - سازمان‌های دولتی عمومی

۱۲۲ - کدام یک از گزینه‌های زیر جز ویژگی‌های کالاهای ورزشی (در مقایسه با خدمات) نیست؟

- الف - قابلیت فساد
- ب - ملموس بودن
- ج - تشابه و پیوستگی
- د - قابلیت تفکیک

۱۲۳ - دریاچه‌ها و رودخانه‌هایی که مردم در آنها شنا می‌کنند، جزو کدام دسته از اماکن و تاسیسات ورزشی هستند؟

- الف - امکانات ورزشی روباز
- ب - امکانات ورزشی سقف
- ج - اماکن ورزشی روباز
- د - اماکن ورزشی سقف

۱۲۴ - ساخت زورخانه در مکان‌هایی پایین‌تر از سطح زمین به چه دلیل صورت می‌پذیرد؟

- الف - رعایت مسائل زیست محیطی
- ب - رعایت مسائل اعتقادی
- ج - صرفه‌جویی اقتصادی
- د - رعایت حقوق اجتماعی ساکنان محل

۱۲۵ - در توجه و رسیدگی به نظافت اماکن و تاسیسات ورزشی، دفنات نظافت درب‌ها، پنجره‌ها و کمد‌ها چگونه است؟

- الف - یکبار در هفته
- ب - یکبار در ماه
- ج - دوبار در هفته
- د - هرروز

آمادگی جسمانی

۱۲۶ - پرداختن به این نوع فعالیت‌ها در دوران بی‌تمرینی ورزشکاران حرفه‌ای توصیه شده است؟

- الف - فونبال، والیبال، بسکتبال
- ب - دویدن، شنا کردن، دوچرخه سواری
- ج - وزنه‌برداری، کشتی، جودو
- د - تفاوتی ندارد

۱۲۷ - از این شاخص به عنوان شاخص توزیع چربی در بدن استفاده می‌شود؟

- الف - WC
- ب - BF
- ج - WHR
- د - BMI

۱۲۸ - اندازه گیری vo_{2max} (حداکثر اکسیژن مصرفی) برای سنجش کدام قابلیت زیر انجام می‌شود؟

- الف - استقامت بی‌هوایی
- ب - توان بی‌هوایی
- ج - توان عضلانی
- د - استقامت هوایی

دفترچه سوالات اختصاصی کارشناس حرفه‌ای ورزش

۱۳۰ - مربی با دادن استقلال و خودآگاهی به ورزشکار کدام یک از اصول تمرین را رعایت می‌کند؟
الف - توسعه همه جانبه
ب - تفاوت های فردی
ج - اختصاصی سازی
د - مشارکت فعال

۱۳۱ - کدامیک از موارد ذیل جزء حجم تمرین محسوب نمی‌شود؟
الف - استقامت
ب - تعداد ضربان قلب
ج - تعداد تکرارها
د - تعداد درجه حایجا شده

۱۳۲ - ورزشکاران مبتدی باید در جلسات تمرینی از کدام ترتیب پیروی کنند؟
الف - استقامت، قدرت، سرعت، تکنیک
ب - تکنیک، استقامت، قدرت، سرعت
ج - سرعت، قدرت، تکنیک، استقامت
د - تکنیک، سرعت، قدرت، استقامت

۱۳۳ - چند میلی مول تجمع اسید لاکتیک بیانگر سهم مساوی سیستم های هوازی و بی هوازی در تامین انرژی ورزشکاران است؟
الف - ۴
ب - ۶
ج - ۸
د - ۲

۱۳۴ - این مطلب که مربی نباید انتظار داشته باشد همه ورزشکاران به تمرینات پاسخ یکسان بدهند تاکید به کدام اصول تمرین دارد؟
الف - اختصاصی سازی
ب - توسعه همه جانبه
ج - ویژگی های فردی
د - تنوع

۱۳۵ - درصد چربی ورزشکاران چه رشته ای کمتر است؟
الف - ژیمناستیک
ب - دوچرخه سواری
ج - فوتبال
د - شنا

۱۳۶ - تمرین تاکتیکی یعنی:
الف - تمرین برای اجرای یک تکنیک بدون حضور حریف
ب - تمرین ویژه و مهم برای ورزشکاران رشته های انفرادی
ج - تمرین برای اجرای یک مهارت در برابر حریف و شرایط مسابقه
د - موارد ۱ و ۲

۱۳۷ - خستگی ناشی از دوی ماراتن بیشتر مربوط به کدام عامل ذیل است؟
الف - اسیدوز لاکتیکی
ب - تخلیه گلیکوژن عضلات
ج - تخلیه ATP-PC
د - تمام موارد

۱۳۸ - توصیه شده است اختصاصی سازی تمرینات تا قبل از این سنین شروع نشود؟
الف - ۱۵ سالگی
ب - ۱۸ سالگی
ج - ۱۰ سالگی
د - ۸ سالگی

۱۳۹ - کدامیک از موارد ذیل جز مصادیق بار اضافی است؟
الف - بستن وزنه به میج پا
ب - ایجاد سر و صدای زیاد
ج - افزایش تعداد جلسات
د - تمامی موارد

۱۴۰ - کدامیک از عوامل ذیل در قابلیت چابکی نقش کمتری دارد؟
الف - سرعت
ب - هماهنگی
ج - توان
د - استقامت در سرعت



«توجه مهم»

جهت تهیه کتابهای آموزشی و دانلود سایر نمونه سوالات استخدامی به همراه پاسخنامه
به آدرس زیر مراجعه بفرمایید:

اینجا کلیک نمایید



ایران استخدا م

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: ۴۱-۴۲۲۷۳۶۷۳



اخطار مهم

با توجه به ارائه اختصاصی این فایل توسط سایت ایران استخدام و تلاش همیشگی همکاران ما در تهیه و تنظیم این فایل ها؛ هرگونه تکثیر و فروش غیر مجاز و تغییر و دستکاری در محتوای آنها مانند حذف آرم یا لوگوی سایت ایران استخدام و یا اضافه کردن آرم؛ نوشته و محتوای دیگر از نظر سایت ایران استخدام غیر مجاز بوده و شرعاً حرام است و متخلفان بدون اخطار قبلی تحت پیگیری قانونی قرار خواهند گرفت.