

جمهوری اسلامی ایران

وزارت آموزش و پرورش

آزمون استخدام پیمانی وزارت آموزش و پرورش

دفترچه سؤالات اختصاصی

رشته

دبیر ورزش

تعداد ۶۰ سوال وقت: ۷۰ دقیقه

تذکر مهم:

۱- برای هر پاسخ غلط، $\frac{1}{4}$ نمره منفی منظور می شود.

۲- در صورتی که به سؤالی، بیش از یک پاسخ داده شود، پاسخ آن سؤال غلط محسوب می شود.

۱۳۸۹/۳/۷

۱۰۱- تشخیص طبقات از یکدیگر، هدف چه نوع اندازه‌گیری است؟

(۱) رتبه‌ای (۲) فاصله‌ای (۳) اسمی (۴) نسبی

۱۰۲- جمله صحیح را شناسایی کنید.

- (۱) پایایی عبارت است از خارج قسمت درصد کل همبستگی نمرات بر واریانس نمرات مشاهده شده.
- (۲) همبستگی بین نمرات آزمون در رتبه‌بندی مهارت در بازی واقعی، اعتبار پیش‌بین آزمون را نشان می‌دهد.
- (۳) در تعیین داده‌های عملکرد حرکتی، ضریب همبستگی پیرسون جانشین مناسب ضریب همبستگی طبقه‌ای است.
- (۴) محاسبه همبستگی دو سلسله رکورد یا نمره، ضریب روایی نامیده می‌شود.

۱۰۳- طبقه‌بندی بر اساس، منطقی‌ترین و بهترین روش طبقه‌بندی است.

(۱) کلاس (۲) سن (۳) بلوغ بدنی (۴) توانایی

۱۰۴- از میان عوامل زیر، کدام یک جزو عملکرد سطح متوسط طبقه‌بندی شده است؟

(۱) انعطاف‌پذیری (۲) چابکی (۳) سرعت (۴) پاسخ حرکتی

۱۰۵- کدام یک از حرکات زیر، جزو توان حرکتی طبقه‌بندی می‌شود؟

(۱) دراز و نشست (۲) پرس وزنه (۳) پرش طول جفتی (۴) کشش از بارفیکس

۱۰۶- با تقسیم وزن بر مجذور قد، معلم ورزش چه عامل آنتروپومتریک را در دانش‌آموزان خود می‌سنجد؟

(۱) شاخص C (۲) شاخص توده‌ی بدن (۳) درصد چربی بدن (۴) شاخص WHR

۱۰۷- دوی رفت و برگشت ۴×۹ متر، برای سنجش کدام قابلیت دانش‌آموزان استفاده می‌شود؟

(۱) سرعت تام (۲) هماهنگی کامل بدن (۳) چابکی (۴) سرعت واکنش

۱۰۸- طناب زدن بدون خطا، چه عاملی از اجزای آمادگی جسمانی را می‌سنجد؟

(۱) تعادل پویا (۲) تعادل کل بدن (۳) استقامت قلبی عروقی (۴) هماهنگی کلی بدن

۱۰۹- در نمرات کشش از بارفیکس ۹، ۴، ۳، ۴، ۲، ۸، ۴، ۵، ۶، ۴، ۵ و ۵، نما چه عددی است؟

(۱) ۹ (۲) ۴ (۳) ۵ (۴) ۲

۱۱۰- جمله صحیح را شناسایی کنید.

- (۱) اگر عدد ثابتی به هر نمره در یک سلسله داده افزوده شود، واریانس یا انحراف معیار تغییری نمی‌کند.
- (۲) اگر نمره‌ها همگن (به یکدیگر نزدیک) باشند، مقدار عددی واریانس بزرگ خواهد شد.
- (۳) اگر نمره‌ها ناهمگن (دور از یکدیگر) باشند، مقدار عددی واریانس کوچک خواهد شد.
- (۴) میانگین، اطلاعاتی درباره‌ی وضعیت و دامنه‌ی توزیع نمره‌ها در اطراف میانگین ارائه می‌دهد.

۱۱۱- افزایش فعالیت سرم، تورم، کوفتگی، درد و محدودیت دامنه‌ی حرکتی از علایم کوفتگی عضلاتی تأخیری است.

- (۱) گلیکوژن فسفوریلاز
(۲) سیترات سنتاز
(۳) کراتین کیناز
(۴) هگزو کیناز

۱۱۲- AG در معادله زیر، مساوی چند کیلوکالری در مول است؟



- (۱) منهای ۱۴
(۲) منهای ۷
(۳) صفر
(۴) به اضافه ۱۴

۱۱۳- هورمونی که انتظار می‌رود هنگام فعالیت ورزشی از ترشح آن کاسته شود، چیست؟

- (۱) اپی‌نفرین
(۲) انسولین
(۳) رشد
(۴) کورتیزول

۱۱۴- در افراد نسبتاً تمرین کرده، حجم ضربه‌ای متناسب با افزایش شدت کار تا تقریباً درصد $VO_2 \max$ افزایش می‌یابد و سپس به فلات می‌رسد.

- (۱) ۶۵
(۲) ۷۵
(۳) ۸۰
(۴) ۵۰

۱۱۵- انتظار می‌رود فشار خون در کدام یک از فعالیت‌های ورزشی زیر بیشتر افزایش یابد؟

- (۱) شنای استقامتی
(۲) دوی ۵۰۰۰ متر
(۳) کشش بارفیکس
(۴) دوی ماراتون

۱۱۶- برخورداری از تارهای FOG بیشتر، ویژگی کدام ورزشکار است؟

- (۱) سانتر فورواردر در هاکی روی یخ
(۲) دهنده‌ی ۱۰۰ متر و ۲۰۰ متر

- (۳) دهنده‌ی ۱۰۰۰۰ متر
(۴) شناگر ۱۵۰۰ متر

۱۱۷- ورزشکاری روزانه ۳ نوبت تمرین ۱ ساعته انجام می‌دهد، چه ماده‌ی غذایی باید در رژیم غذایی روزانه وی بیشتر گنجانده شود؟

- (۱) چربی
(۲) کربوهیدرات
(۳) پروتئین
(۴) مخلوطی از هر سه

۱۱۸- دانش‌آموزی که در حال برگشت از کشش بارفیکس است، عضله دو سر بازویی وی چه انقباضی انجام می‌دهد؟

- (۱) استرئیک
(۲) ایزومتریک
(۳) کانستریک
(۴) ایزوکینتیک

۱۱۹- عنصری در خون که هنگام فعالیت‌های ورزشی استقامتی، اکسیژن را از خون گرفته و به میتوکندری‌های تار عضله اسکلتی می‌رساند، چیست؟

- (۱) سیتوکروم
(۲) هموگلوبین
(۳) فیبرینوژن
(۴) میوگلوبین

۱۲۰- در ، بدن در معرض فشاری قرار می‌گیرد که به آن عادت ندارد.

- (۱) برگشت‌پذیری
(۲) ویژگی
(۳) اضافه بار
(۴) باز تمرینی

۱۲۱- مؤخرترین دوره‌ی تاریخچه‌ی رشد حرکتی، چه دوره‌ای است؟

- (۱) هنجاری/توصیفی
(۲) پیشگام
(۳) فرآیندگرایی
(۴) بالیدگی

۱۲۲- در عناصر تغییر رشد حرکتی، بیان می‌کند که الگوهای حرکتی معینی از بقیه زودتر رخ می‌دهند.

- (۱) جهت‌مندی (۲) چند عاملی (۳) تراکمی بودن (۴) توالی

۱۲۳- کدام حرکت، یک حرکت درشت قلمداد می‌شود؟

- (۱) پرتاب کردن (۲) نقاشی کردن (۳) تایپ کردن (۴) نواختن موسیقی

۱۲۴- در مراحل سنی، طول عمر ۷ تا ۹ سالگی را چه نامیده‌اند؟

- (۱) نوجوانی (۲) اواسط کودکی (۳) اواخر کودکی (۴) اوایل کودکی

۱۲۵- کدام زیرمرحله‌ی حسی حرکتی رشد، در ۸ تا ۱۲ ماهگی رخ می‌دهد؟

- (۱) تمرین بازتاب‌ها (۲) واکنش‌های دورانی اولیه

- (۳) واکنش‌های دروانی ثانویه (۴) طرح‌های ثانویه

۱۲۶- اگر قرار است عملکرد موفق ورزشی رخ دهد، باید پیوند محکمی بین دانش ویژه ورزش و وجود داشته باشد.

- (۱) الگوهای حرکتی اولیه (۲) اجرای حرکتی همان ورزش خاص

- (۳) اجرای حرکتی ماهرانه (۴) دانش شناختی مجزا

۱۲۷- در چه سنی در کودکان، توانایی تمایز بین توانایی تحصیلی و ورزشی، ظاهر جسمانی و اخلاق و رفتار در کودکان رشد می‌کند؟

- (۱) ۸ تا ۱۲ سالگی (۲) ۲ تا ۴ سالگی (۳) ۴ تا ۶ سالگی (۴) ۶ تا ۸ سالگی

۱۲۸- تجربه بازی‌های گروهی، تا حد زیادی در سال‌های به کودک منتقل می‌شود.

- (۱) نخستین مدرسه (۲) اوایل دبیرستان (۳) پایانی مدرسه راهنمایی (۴) کودکی در منزل

۱۲۹- توانایی احساس چیزها و تفسیر آن‌ها با کدام نوع مهارت ارتباط پیدا می‌کند؟

- (۱) شناختی (۲) حرکتی (۳) ادراکی (۴) روانی- حرکتی

۱۳۰- فعالیتی ورزشی مانند دوچرخه‌سواری، از دسته مهارت‌های است.

- (۱) مداوم (۲) مجزا (۳) زنجیره‌ای (۴) خودتنظیم

۱۳۱- به تلاش‌هایی که از سوی فراگیر بر مبنای مهارت مدل انجام می‌شود، چه می‌گویند؟

- (۱) یادداری فرآیندی (۲) بازسازی حرکتی (۳) به خاطر سپاری رفتار (۴) برانگیختگی

۱۳۲- طبق نظریه ، بازخورد فقط در انتهای حرکت به کار می‌رود تا شخص از پیامد حرکت آگاه شود.

- (۱) روان‌شناسی بوم‌شناختی (۲) طرح‌واره (۳) آهیانه‌ای (۴) پیشانی

۱۳۳- منطقه حرکتی در کدام منطقه از قشر مغز قرار دارد؟

- (۱) گیجگاهی (۲) پس سری (۳) آهیانه‌ای (۴) پیشانی

۱۳۴- اندامی در CNS که رفتارهای حرکتی را کنترل می‌کند، چه نام دارد؟ (

- (۱) هیپوتالاموس (۲) تالاموس (۳) مخچه (۴) بصل النخاع

۱۳۵- پاسخ‌هایی که در سطح نخاع میانجی‌گری می‌شوند و به تلاش آگاهانه نیاز ندارند نامیده می‌شوند.

- (۱) تحریکات (۲) نیروی عضلانی (۳) انقباض توامان (۴) رفلکس‌ها

۱۳۶- انگیزش پیشرفت، کنترل اضطراب و اعتماد به نفس در چه حوزه علمی بررسی و مطالعه می‌شود؟ (

- (۱) جامعه‌شناسی ورزشی (۲) تربیت بدنی تطبیقی (۳) روان‌شناسی ورزشی (۴) یادگیری حرکتی

۱۳۷- توانایی تشخیص در انجام دادن موفق یک فعالیت با اجرای خاص نام دارد.

- (۱) آمادگی حرکتی (۲) زمان واکنش (۳) هماهنگی (۴) تعادل

۱۳۸- به جسم در حال سکونی که تمایلی به انجام دادن هیچ کاری جز حفظ وضعیت اولیه خود ندارد، چه می‌گویند؟

- (۱) شتاب خطی (۲) لختی (۳) بردار سرعت (۴) پویایی

۱۳۹- در باستان، از ۷ تا ۱۵ سالگی به آموختن فنون نظامی اختصاص داشت.

- (۱) هند (۲) چین (۳) مصر (۴) ایران

۱۴۰- در چه سالی با تصویب مجلس، درس تربیت بدنی و ورزش رسماً جزو برنامه‌های درسی همه مقاطع تحصیلی قرار گرفت؟

- (۱) ۱۳۱۸ (۲) ۱۳۰۶ (۳) ۱۳۵۴ (۴) ۱۳۶۳

۱۴۱- بنیان‌گذار مدارس ژیمناستیک در قرن نوزدهم در آلمان چه کسی بود؟ (www.e-

- (۱) آدولف اسپیس (۲) جان برنارد (۳) همینوی هومنز (۴) دیو لوایز

۱۴۲- صدمین سال بازی‌های المپیک مدرن در چه سالی و در چه شهری برگزار شد؟

- (۱) ۱۹۸۴- لوس آنجلس (۲) ۱۹۸۰- مسکو (۳) ۱۹۹۶- آتلانتا (۴) ۱۹۷۶- مونترآل

۱۴۳- در حیطه‌های اصول فلسفه و تربیت بدنی و ورزش، روش‌شناسی، مفاهیم اساسی، اهداف، جامعه و ورزش در چه حیطه‌های طبقه‌بندی شده

است؟

- (۱) فلسفه (۲) اصول (۳) راهکار (۴) فن

۱۴۴- اصول آموزش تربیت بدنی باید بر تربیت عقلانی مقدم باشد، از اعتقادات می‌باشد.

- (۱) ژان پیاژه (۲) دیویی (۳) ارسطو (۴) مک کلوی

۱۴۵- در تربیت بدنی ، آمادگی جسمانی از آن نظر اهمیت دارد که بر توسعه شخصیت انسان تأثیر می‌گذارد.

- (۱) پراگماتیستی (۲) ایده‌آلیستی (۳) اگزیستانسیالیستی (۴) رئالیستی

۱۴۶- کودکان بین بازی‌هایی را دوست دارند که در آن تقلیدی از رفتار بزرگترها وجود داشته باشد.

- (۱) ۱ تا ۲ سال (۲) ۲ تا ۳ سال (۳) ۳ تا ۴ سال (۴) ۳ تا ۶ سال

۱۴۷- ساده‌ترین نوع آموختن در تربیت بدنی، یاد گرفتن

(۱) توانایی حذف محرک‌های طبیعی از محیط زندگی است.

(۲) اصلاح رفتار با تعدیل روش‌های یادگیری فرد به فرد است.

(۳) خودداری از بروز واکنش‌های طبیعی بدن در مقابل محرک‌های مداخله‌گر محیطی است.

(۴) پایداری در مقابل افراد دیگر برای جبران ناکامی است.

۱۴۸- هوش و یادگیری بر دخالت ندارد و تعلیم و تمرین نیز بر آن بی‌اثر است.

(۱) حرکات بازتابی (۲) حرکات غریزی (۳) حرکات ارادی (۴) حرکات عادی

۱۴۹- هدف‌های تربیتی در کدام حیطه مبتنی بر مشارکت فعال دانش‌آموز در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی است؟

(۱) هیجانی (۲) عاطفی (۳) شناختی (۴) روانی- حرکتی

۱۵۰- مهارت‌های پیچیده و تاکتیک‌های پیشرفته را چه دوره تحصیلی باید به اجرا گذاشت؟

(۱) دوره دبیرستان (۲) دوره راهنمایی (۳) در همه دوره‌های تحصیلی (۴) عمدتاً در تابستان

۱۵۱- تمرین مهارت‌های رهبری و مدیریت و تمرین مسؤولیت‌پذیری، برای رشد چه شاخصی در تربیت بدنی استفاده می‌شود؟

(۱) نظم‌پذیری کلاسی (۲) رشد عاطفی- اجتماعی

(۳) رشد عوامل بدنی (۴) رشد هنجارهای حرکتی

۱۵۲- انتظار می‌رود کدام وظیفه، از وظایف اصولی معلمان و مربیان ورزشی نباشد؟ (www.e-estekhdam.com)

(۱) اندازه‌گیری مستمر وضعیت بدنی و حرکتی

(۲) ایجاد نگرش و عادت مثبت نسبت به فعالیت‌های حرکتی

(۳) استعدادیابی و هدایت ورزشی دانش‌آموزان

(۴) معرفی نخبگان به جامعه و هدایت آن‌ها به سوی قهرمانی

۱۵۳- در ارتباط معلمان ورزش با دانش‌آموز، جمله صحیح کدام است؟ (www.e-estekhdam.com)

(۱) ارتباط فقط شامل آموزش و راهنمایی دانش‌آموزان در یادگیری فعالیت‌های حرکتی است.

(۲) پیام خود را در قالب کلمات آهنگین و دستوری صادر کنید.

(۳) فشار و انتقاد در کنار استفاده از تشویق و دلگرمی مفیدتر است.

(۴) پیام‌های مثبت باید فوری و بدون واسطه باشند.

۱۵۴- کدام مورد، از ویژگی‌های جسمانی- حرکتی کودکان ۶ تا ۹ ساله به شمار نمی‌رود؟

(۱) خستگی دیررس است و به آسانی برطرف نمی‌شود.

(۲) کودکان حرارت بیشتری در زمان بازی و ورزش شدید تولید می‌کنند.

(۳) دست و پای برتر در فعالیت‌ها کاملاً مشخص است.

(۴) کودک در بازی به نفع خود و انفرادی عمل می‌کند.

۱۵۵- از نظر کلبیگ، کودکان در ۷ تا ۱۲ سالگی در مرحله اخلاقی قرار دارند.

(۱) پسر بد- دختر بد

(۲) پسر خوب- دختر بد

(۳) پسر خوب- دختر خوب

(۴) پسر بد- دختر خوب

۱۵۶- در ، نیاز به همکاری در کنار میل به رقابت و مسابقه قرار می‌گیرد.

(۱) اوایل دوره‌ی ابتدایی

(۲) اواخر دوره‌ی ابتدایی

(۳) اوایل دوره‌ی دبیرستان

(۴) اواسط دوره‌ی راهنمایی

۱۵۷- جمله صحیح را شناسایی کنید.

(۱) در دوره‌ی نوجوانی، تغییر تیپ بدنی در افراد عضلانی و چاق بیشتر است.

(۲) سلول‌های خون و تعداد هموگلوبین دختران بیش از پسران است.

(۳) اکسیژن مصرفی بیشینه دختران پس از شروع عادت ماهانه افزایش و سپس کاهش می‌یابد و بعد به فلات می‌رسد.

(۴) متوسط اندازه و تعداد سلول چربی پسران در بلوغ از دختران بیشتر است.

۱۵۸- از نظر اسلام، نوجوان در سن ۱۴-۲۱ سالگی

(۱) تحمل استرس و دریافت اطلاعات لازم را ندارد.

(۲) روحیه کافی برای مشارکت‌جویی ندارد.

(۳) دارای روحیه اطاعت و فرمانبرداری است.

(۴) در مرحله مشورت قرار دارد.

۱۵۹- یک معلم ورزش، فاصله بین دو زائده آخرمی از پشت را برای سنجش چه شاخصی استفاده می‌کند؟

(۱) عرض لگن خاصره

(۲) عرض کمر بند شانه‌ای

(۳) پهناى دو لقمه زانو

(۴) ناحیه عضله‌ی دوقلو

۱۶۰- جمله صحیح در انتخاب فعالیت‌های حرکتی چیست؟

(۱) گنجاندن فعالیت‌های ادراکی- حرکتی در دوره‌ی راهنمایی.

(۲) فعالیت‌های عمومی و متنوع ورزشی در دوره‌ی راهنمایی.

(۳) فعالیت‌های حرکتی بنیادی، بازی‌های ورزشی و مهارت‌های پایه در دوره‌ی دبستان و اوایل دوره‌ی راهنمایی.

(۴) در دوره‌ی دبستان باید بر مفهوم کامل تربیت بدنی و ورزش در طول زندگی تأکید شود.