

نام درس: تربیت بدنی و ورزش معلولین

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی - تشریحی -

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۵۱

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۴۰ دقیقه تشریحی ۱۵ دقیقه
[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست] ☆ سوالات تئوری نمره منفی دارد
تعداد کل صفحات: ۳

۱. معلولیت‌های ناشی از قطع عضو، و نقص عضو در کدام دسته بندی قرار می‌گیرد؟
الف. معلولیت‌های حسی-حرکتی
ب. معلولیت‌های سیستم اعصاب مرکزی و محیطی
ج. معلولیت‌های دستگاه‌های حرکتی و نگهداری
د. معلولیت‌های ارگانهای داخلی
۲. هدف ورزش معلولین را در کدام گزینه می‌توان خلاصه نمود؟
الف. جلوگیری از انزوای معلول
ب. ایجاد و افزایش حس اعتماد به نفس و مفید بودن
ج. سرعت گرفتن روند اجتماعی شدن معلول
د. جلوگیری از پیشرفت معلولیت و سرگرمی او
۳. معلولین کم بینا و کم شنوا جزو کدام دسته بندی قرار می‌گیرند؟
الف. معلولین حرکتی
ب. معلولین حسی-حرکتی
ج. معلولین اعصاب مرکزی
د. معلولین حسی
۴. کم شنوایی معلولین روی کدام مشخصه ها تاثیر می‌گذارد؟
الف. ضعف در برقراری ارتباط با هم سالان
ب. ضعف تعادل و ضعف در ادراک حرکت
ج. ضعف هماهنگی، سرعت حرکت و تعادل
د. ضعف حرکتی و تعادل
۵. یادگیری حرکات جدید به کدامیک از عناصر ذیل نیاز ندارد؟
الف. هدایت حرکات در هنگام انجام کار
ب. هارا دادن یک برنامه مشخص
ج. دارا بودن وسایل و فضای حرکتی
د. تمرینات تطبیقی با انجام حرکات
۶. در آموزش به معلولین شنوایی نقش کدام عامل ذیل بیشتر اهمیت دارد؟
الف. کسب اطلاعات
ب. نشان دادن
ج. درک فضاها
د. درک حرکات و فضاها
۷. درجه بندی ورزشی نابینایان بر اساس چه عاملی صورت می‌گیرد؟
الف. زاویه دید
ب. محل صدمه دیدگی
ج. دلایل بروز توانایی
د. درجه توانایی دید
۸. کودکان کم بینا نسبت به کودکان بینای هم سن خود در کدام عامل بخصوص دچار ضعف هستند؟
الف. هماهنگی بدنی
ب. حرکات اولیه
ج. ضعف‌های ارگانی
د. خصوصیات حرکتی
۹. به معلولین بینایی بزرگسال برای رفع گرفتگی عضلانی چه کمکی می‌توان کرد؟
الف. تمرینات قدرتی استاتیکی
ب. بدنسازی
ج. نرمش
د. یوگا
۱۰. متداول ترین بازی برای نابینایان و کم بینایان کدام است؟
الف. دویدن
ب. گلبال
ج. شنا
د. ژیمناستیک
۱۱. مهم‌ترین هدف ورزش با معلولین فلج مغزی کدام است؟
الف. کاهش صدمات ناشی از بیماری آنها
ب. بهبود آثار بیولوژیکی و روانی معلولیت
ج. کاهش آثار اختلالات حرکتی معلول
د. بهبود کیفیت انجام حرکات آنها
۱۲. کدام گزینه مشمول معلولین پاراپالژی است؟
الف. هر دو دست صدمه دیده است
ب. کل بدن به یک اندازه صدمه دیده است.
ج. هر دو پا دچار فلج است
د. کنترل روی کمر از دست رفته است.

نام درس: تربیت بدنی و ورزش معلولین

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی - تشریحی -

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۵۱

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۴۰ دقیقه تشریحی ۱۵ دقیقه
[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست] ☆ سوالات تستی نمره منفی دارد
تعداد کل صفحات: ۳

۱۳. شرط اساسی برای انتخاب یک تمرین ورزشی برای معلولین C.P کدام است؟
الف. اندازه حجم تمرین
ب. تجزیه و تحلیل اعمال حرکتی
ج. تواناییهای فیزیکی و ذهنی معلول
د. میزان خلاقیت و مسئولیت پذیری معلول
۱۴. برای معلولین C.P که قادر به راه رفتن نیستند، هدف از بدنسازی را بر چه نتیجه‌ای استوار می‌کنیم؟
الف. آموزش نگهداری صحیح اندام
ب. تکامل و بهبود وضعیت تعادل در حرکت
ج. حفظ عضلات باسن، شکم و پشت
د. هماهنگی عصب و عضله
۱۵. در معلولین C.P هدف تمرینات دو و میدانی را بر چه پایه‌ای تدوین می‌کنیم؟
الف. افزایش سرعت - مسافت طی شده
ب. افزایش ارتفاع یا طول پرتاب
ج. ایجاد اطمینان حرکتی
د. ارتقای آمادگی جسمانی
۱۶. بهترین نوع شنایی که برای آموزش به کودکان C.P انتخاب می‌شود کدام است؟
الف. کرال سینه
ب. کرال پشت
ج. کرال سینه و کرال پشت
د. قورباغه
۱۷. درباره‌ی افراد مبتلا به «پولیوملیت» کدام گزینه صادق است؟
الف. دچار معلولیت حسی و حرکتی هستند.
ب. دچار معلولیت حرکتی هستند.
ج. دچار معلولیت حسی هستند.
د. نوعی بیماری میکروبی است که باعث از بین رفتن سلولهای نخاعی می‌شود.
۱۸. برای معلولین نخاعی کدام رشته ورزشی هم به عنوان یک ورزش در اوقات فراغت و هم به عنوان یک روش درمانی مورد نظر است؟
الف. شنا
ب. بسکتبال روی ویلچر
ج. دو و میدانی
د. بازی‌های ورزشی
۱۹. کدام گزینه جزء اهداف و وظایف اختصاصی ورزش با معلولین نخاعی نیست؟
الف. آموزش، فراگیری و استحکام مهارت‌های ورزشی
ب. آموزش و تکامل تکنیک‌های کاربا ویلچر
ج. بسیج کلیه توانایی‌های باقیمانده
د. انجام تمرینات استقامتی و مهارت‌های ورزشی
۲۰. معلولین نخاعی برای شرکت در مسابقات تنیس روی میز چگونه کلاس بندی می‌شوند؟
الف. دو کلاس برای معلولین تتراپالژی و دو کلاس برای معلولین پاراپالژی
ب. دو کلاس برای معلولین تتراپالژی و سه کلاس برای معلولین پاراپالژی
ج. سه کلاس برای معلولین تتراپالژی و سه کلاس برای معلولین پاراپالژی
د. سه کلاس برای معلولین تتراپالژی و دو کلاس برای معلولین پاراپالژی
۲۱. در اهداف ورزش معلولین قطع و نقص عضو بالاتنه، برای آموزش هماهنگی، کدام گزینه را مد نظر قرار می‌دهیم؟
الف. استحکام تعادل و بهبود قابلیت‌ها
ب. استحکام تعادل دینامیکی
ج. استحکام تعادل استاتیکی
د. استحکام تعادل استاتیکی و دینامیکی

نام درس: تربیت بدنی و ورزش معلولین

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی - تشریحی -

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۵۱

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۴۰ دقیقه تشریحی
[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست] ☆ سوالات تئوری نمره منفی دارد
تعداد کل صفحات: ۳

۲۲. بیشترین ضعف ایجاد شده برای معلولین قطع و نقص عضو کدام است؟
الف. ضعف عضلانی و ارگانی
ب. ضعف عضلانی
ج. تعادل
د. نقص در تواناییهای عمومی
۲۳. برای معلولین پایین تنه چه مسابقاتی را در رشته دو میدانی می توان برگزار نمود؟
الف. راه رفتن های ۱۰۰-۵۰ متر
ب. دوهای ۵۰۰۰-۱۰۰۰۰ متر
ج. دوهای ۴۰۰-۲۰۰ متر
د. راه رفتن های ۸۰۰-۲۰۰ متر
۲۴. اصلی ترین ماده دو میدانی برای معلولین قطع و نقص عضو پایین تنه کدام است؟
الف. پرش ها
ب. پرتاب ها
ج. دوها
د. دوها و پرتاب ها
۲۵. یکی از مهم ترین بازیهای مخصوص معلولین قطع و نقص عضو پایین تنه کدام گزینه است؟
الف. شنا
ب. والیبال نشسته
ج. بسکتبال با ویلچر
د. دویدن
۲۶. کدام دسته از معلولین قادرند استارت پرشی و تکنیک های پرگشت را در شنا فراگیرند؟
الف. تمامی معلولین
ب. تمامی معلولین به جز صدمه دیدگان از هر دو پا
ج. معلولین ذهنی و معلولین بالاتنه
د. معلولین بالاتنه
۲۷. برای معلولین بینایی پرش ارتفاع در چه شرایطی قابل اجرا است؟
الف. پرش با دور خیز
ب. پرش بدون دور خیز
ج. پرش با دور خیز یا بدون دور خیز
د. پرش برای معلولین مجاز نیست
۲۸. برای معلولین بینایی کدام نوع از انواع دویدن امکان پذیر است؟
الف. دویدن با همراه
ب. دویدن آزاد
ج. دویدن با همراه و آزاد
د. دویدن امکان پذیر نیست
۲۹. معلولین شنوایی به چند دسته تقسیم می شوند؟
الف. ۵ دسته از کم شنوایی در حد کم تا ناشنوایی
ب. ۳ دسته از کم شنوایی تا ناشنوایی
ج. ۵ دسته از ناشنوایی تا کم شنوایی
د. ۶ دسته از ناشنوایی تا ناشنوایی در حد کم
۳۰. کدام گزینه جزء اصول اساسی ورزش با معلولین نیست؟
الف. اصل مطابقت داشتن با نوع معلولیت
ب. اصل مفید بودن
ج. اصل اقتصادی بودن
د. اصل رعایت خصوصیات جسمانی