

نام درس: سنجش و اندازه گیری در تربیت بدنی

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی - تشریحی -

رشته تحصیلی: کراش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۳۲

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۵۰ دقیقه تشریحی -

[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ☆ سوالات تئوری نمره منفی دارد]

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

۱. گردآوری و کاربرد اطلاعات به منظور اخذ تصمیم در برنامه آموزشی، تعریف چه واژه‌ای است؟
الف. اندازه گیری ب. ارزشیابی ج. روایی د. پایایی
۲. وقتی فراوانیهای مطلق هر نمره از پایین به بالا جمع می‌شوند، به آن می‌گویند؟
الف. فراوانی مطلق ب. فراوانی نسبی ج. فراوانی تجمعی د. فراوانی حجمی
۳. اگر تعداد حقیقات از بیشتر شود، علیرغم بالا رفتن قدرت بررسی و تفسیر، مشکل محاسبه نیز بیشتر می‌گردد؟
الف. ۸۰ ب. ۸۰ ج. ۵۰ د. ۲۰۰
۴. در آمار به میانگین محذورات انحرافات چه می‌گویند؟
الف. انحراف چارکی ب. انحراف استاندارد ج. انحراف متوسط د. واریانس
۵. کدامیک از آزمونهای زیر در بخش آمادگی جسمانی مرتبط با تندرستی قرار داده شده است؟
الف. تست پله ب. کشش باریکس ج. آزمون آمادگی جسمانی تگزاس د. پرش طول
۶. توان، کار انجام شده در واحد زمان است و به عوامل و بستگی دارد؟
الف. قدرت - استقامت ب. سرعت - استقامت ج. قدرت - تعادل د. قدرت - سرعت
۷. از دوی ۴×۹ متر برای سنجش چه قابلیت جسمانی استفاده می‌شود؟
الف. تعادل ب. زمان واکنش ج. زمان اجرا د. چابکی
۸. نوع انقباض کد هنگام آن بر طول عضله افزوده می‌شود، چه نام دارد؟
الف. ایزومتریک ب. اکسنتریک ج. کانسنتریک د. ایزوتونیک
۹. برای اندازه گیری توان انفجاری پا از چه آزمونی استفاده می‌شود؟
الف. پرش جفت ب. دراز و نشست با زانوی خمیده ج. دراز و نشست ب. پرش عمودی
۱۰. از آزمون مارگاریا - کالامن برای سنجش چه عاملی استفاده می‌شود؟
الف. استقامت موضعی ب. قدرت ایستا ج. استقامت شکمی د. توان
۱۱. توانایی به کشش و داشتن نسوج اطراف یک مفصل را چه می‌گویند؟
الف. تعادل ب. سرعت کشش ج. انعطاف پذیری د. مقاومت دامنه
۱۲. آزمون رساندن دست در حالت نشسته برای اندازه گیری انعطاف پذیری عضلات چه بخشی از بدن استفاده می‌شود؟
الف. عضلات سرینی ب. عضلات ناحیه کمر و پشت ران ج. عضلات چهار سر ران د. عضلات کشاله ران
۱۳. از آزمون راه رفتن روی میله موازنه برای اندازه گیری چه متغیری استفاده می‌شود؟
الف. تعادل پویا ب. انعطاف پذیری عضلات ساق پا ج. سنجش قوس پاها د. تعادل ایستا

نام درس: سنجش و اندازه گیری در تربیت بدنی

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی - تشریحی -

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۴۳۲

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۵۰ دقیقه تشریحی -

[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ☆ سوالات تئوری نمره منفی دارد]

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

۱۴. سرعت با کدامیک از عوامل زیر در بدن ورزشکار ارتباط دارد؟

- الف. درصد عضلات اکستریکی
ب. درصد تارهای کند انقباض
ج. درصد تارهای تند انقباض
د. درصد عضلات کانستریکی

۱۵. دوی سرعت ۶۰ متر چه قابلیت را می‌سنجد؟

- الف. سرعت عضوی
ب. سرعت اندامی
ج. سرعت عمومی
د. سرعت هدایتی
۱۶. بیشترین مقدار اکسیژنی که هنگام اجرای حداکثر فعالیت بدنی تا حد واماندگی مصرف می‌شود، چه نام دارد؟

- الف. $V_{O_{2max}}$
ب. ضربان قلب ذخیره
ج. اکسیژن مصرفی
د. $V_{O_{2p}}$

۱۷. دقیق‌ترین ارزیابی آمادگی هوازی به صورت مستقیم و با استفاده از هنگام اجرای یک فعالیت شدید است؟

- الف. دستگاه تردمیل
ب. دوچرخه کارسنج
ج. آزمون پله
د. دستگاه سنجش گازهای تنفسی

۱۸. بالاترین حجم اکسیژن مصرفی معادل ۹۴ میلی لیتر به ازای هر کیلوگرم وزن بدن در دقیقه در مردان ورزشکار در چه رشته ورزشی به دست آمده است؟

- الف. دوی ماراتون
ب. اسکی صحرانوردی
ج. قایقرانی کایاک
د. دو ۱۰/۰۰۰ متر

۱۹. سرعت ۲/۷ کیلومتر در ساعت و شیب ۱۰ درصد ویژگی کدام مرحله از آزمون بروس است؟

- الف. مرحله هفتم
ب. مرحله چهارم
ج. مرحله سوم
د. مرحله اول

۲۰. از میان آزمونهای پله زیر کدامیک آمادگی قلبی - تنفسی را برآورد می‌کند؟

- الف. هاروارد
ب. استراند
ج. بروس
د. بالک

۲۱. در برآورد حداکثر اکسیژن مصرفی بدون فعالیت بدنی، به فردی که در هفته بیشتر از ۱ مایل می‌دود یا بیشتر از ۳ ساعت در هفته به فعالیت بدنی مشابه می‌پردازد، چه امتیازی دهیم؟

- الف. ۵
ب. ۴
ج. ۷
د. ۳

۲۲. کدامیک از موارد زیر معرف یک فرد آماده است؟

- الف. حجم ضربه‌ای بیشتر
ب. فرستادن خون کمتر در رگها
ج. اسید لاکتیک بیشتر
د. عمل تنفس سریع‌تر

۲۳. آزمون مهارتی والیبال « راسل - لانگ » برای چه گروه سنی و ورزشکاری تهیه شده است؟

- الف. نوجوانان دبیرستانی پسر
ب. نوجوانان دبیرستان دختر
ج. ورزشکاران دانشجویی
د. مردان والیبالیست ملی

۲۴. از کدام آزمون مهارتی زیر برای سنجش دقت و سرعت در پرتاب به سبد و در نهایت چالاکی و توانایی و کنترل توپ استفاده می‌شود؟

- الف. پرتاب در سبد به مدت ۳۰ ثانیه
ب. آزمون فرنچ - کوپر
ج. آزمون بردی
د. آزمون لایلیج

تعداد سؤال: ۳۰ نمره: ۳۰ تکمیلی - تشریحی -

نام درس: سنجش و اندازه گیری در تربیت بدنی

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۳۲

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۵۰ دقیقه تشریحی -

[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست] ☆ سوالات تئوری نمره منفی دارد

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

۲۵. «بدمینتون، آزمونهای سرویس کوتاه فرانسوی برای چه سن و جنسی طراحی شده است؟
- الف. دختران و پسران دبیرستانی
ب. زنان قهرمان بدمینتون
ج. دختران و پسران دبیرستانی و دانشگاهی
د. مردان حرفه ای در بدمینتون
۲۶. در فوتبال، آزمونی برای پیش بینی مهارت بازیکنان فوتبال در سطح دانشگاه ساخته شده است، نام آن چیست؟
- الف. آزمون مک دونالد
ب. آزمون ضربه پول
ج. آزمون سرویس پول
د. آزمون ضربه به دیوار
۲۷. با افزایش وزن، سرعت دویدن کاهش می یابد، همبستگی بین این دو چیست؟
- الف. مثبت مستقیم
ب. منفی
ج. مستقیم
د. معکوس مثبت
۲۸. آزمونی دارد که برای اندازه گیری آنچه که مورد نظر است، مناسب باشد؟
- الف. پایایی
ب. روایی
ج. عینیت
د. کیفیت
۲۹. معلمی می خواهد آزمونی را اعتباریابی کند، ساده ترین روش پیشنهادی شما چیست؟
- الف. روش بازآزمایی
ب. روش پایایی
ج. روش فرمهای هم ارز
د. روش دو نیمه کردن آزمون
۳۰. ورزشکارانی نمرات Z آنها در آزمون بارفیکس ۲ و ۳ شدند، نمرات T آنها به ترتیب چه قدر است؟
- الف. ۳۰ و ۷۰
ب. ۱۲ و ۸
ج. ۶ و ۴
د. ۷۰ و ۳۰