



112E

کد کنترل

112

E

دفترچه شماره (1)

صبح جمعه

۹۸/۱۲/۹



جمهوری اسلامی ایران
وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
سازمان سنجش آموزش کشور

«اگر دانشگاه اصلاح شود مملکت اصلاح می‌شود.»
امام خمینی (ره)

آزمون ورودی دوره دکتری (نیمه‌متمرکز) - سال ۱۳۹۹

رشته علوم ورزشی - رفتار حرکتی و روان‌شناسی ورزشی - کد (۲۱۱۸)

مدت پاسخ‌گویی: ۱۲۰ دقیقه

تعداد سؤال: ۸۰

عنوان مواد امتحانی، تعداد و شماره سؤالات

ردیف	مواد امتحانی	تعداد سؤال	از شماره	تا شماره
۱	مجموعه دروس تخصصی: آمار - سنجش و اندازه‌گیری در تربیت بدنی - رشد جسمانی و حرکتی - کنترل و یادگیری حرکتی - روان‌شناسی ورزشی	۸۰	۱	۸۰

این آزمون نمره منفی دارد.

استفاده از ماشین حساب مجاز نیست.

حق چاپ، تکثیر و انتشار سؤالات به هر روش (الکترونیکی و...) پس از برگزاری آزمون، برای تمامی اشخاص حقیقی و حقوقی تنها با مجوز این سازمان مجاز می‌باشد و یا متخلفین برابر مقررات رفتار می‌شود.

۱۳۹۹

* داوطلب گرامی، عدم درج مشخصات و امضا در مندرجات جدول ذیل، به منزله عدم حضور شما در جلسه آزمون است.

اینجانب با شماره داوطلبی با آگاهی کامل، یکسان بودن شماره صندلی خود را با شماره داوطلبی مندرج در بالای کارت ورود به جلسه، بالای پاسخ‌نامه و دفترچه سؤالات، نوع و کد کنترل درج شده بر روی دفترچه سؤالات و پائین پاسخ‌نامه‌ام را تأیید می‌نمایم.

امضا:

۱- اگر میانگین و واریانس تعداد گل‌های لیگ فوتبال ۳ و $2/25$ باشد، ضریب تغییر این بازی‌ها چند درصد است؟

- (۱) ۳۰
(۲) ۵۰
(۳) ۷۵
(۴) ۸۳

۲- کدام مورد، جزء ویژگی‌های ضریب همبستگی است؟

- (۱) همبستگی، رابطه سببی بین دو متغیر را تعیین می‌کند.
(۲) اساس همبستگی در تمامی جوامع مورد بررسی یکسان است.
(۳) همبستگی بین دو متغیر تحت تأثیر میانگین هر یک از این متغیرهاست.
(۴) همبستگی بین دو متغیر در یک جامعه ناهمگن بیش‌تر از همبستگی همان متغیرها در یک جامعه همگن است.

۳- اگر شیب خط رگرسیون $1/6$ و میانگین دو متغیر x و y به ترتیب برابر ۸ و ۱۵ باشد، معادله خط رگرسیون کدام است؟

- (۱) $y = 1/6x + 2/2$
(۲) $y = 1/6x - 2/2$
(۳) $y = 1/6x + 12/8$
(۴) $y = 1/6x - 12/8$

۴- کدام مورد، مهم‌ترین معیار برای انتخاب آزمون‌های پارامتریک و ناپارامتریک است؟

- (۱) مقیاس اندازه‌گیری
(۲) تعداد گروه‌های نمونه
(۳) نوع آزمون
(۴) تعداد نمونه

۵- در یک گروه ۳۰ نفره، مجموع نمرات افراد ۲۱۰ و مجموع مجذور نمرات آنها برابر با ۲۵۵۰ است. مقدار ضریب

تغییرات کلاس چند درصد است؟

- (۱) $11/6$
(۲) $12/14$
(۳) $51/2$
(۴) $85/7$

۶- اگر در یک پژوهش، خطای نوع دوم برابر $0/04$ باشد، توان آزمون کدام است؟

- (۱) $0/96$
(۲) $0/92$
(۳) $0/84$
(۴) $0/16$

۷- اعداد جدول توزیع فراوانی زیر پس از جمع کلیه اعداد با ۵ و ضرب آن‌ها در ۴ به دست آمده‌اند. میانگین اعداد اصلی کدام است؟

X	۴۸	۴۴	۴۰	۳۶	۳۲	۲۸
f _i	۳	۱	۱	۲	۱	۲

(۱) ۷/۹

(۲) ۷/۴

(۳) ۴/۷

(۴) ۴/۵

۸- در یک آزمون شوت فوتبال ۱۰۰ نفر آزمودنی هر کدام ۲۰ شوت زده‌اند. میانگین خطاهای آزمودنی‌ها برابر با ۶ و واریانس آن برابر ۰/۲۵ به دست آمده است. در صورتی که یک آزمودنی دارای نمره خطای ۷ باشد از چند درصد کل آزمودنی‌ها بهتر عمل کرده است؟

(۱) ۹۷

(۲) ۸۴

(۳) ۱۶

(۴) ۳

۹- اگر در ۴۰ داده آماری فراوانی مطلق طبقه‌ی پنجم برابر ۱۰ و فاصله طبقاتی برابر با ۵ باشد، چگالی فراوانی نسبی طبقه پنجم کدام است؟

(۱) ۰/۰۵

(۲) ۰/۱

(۳) ۰/۵

(۴) ۲

۱۰- کدام یک از انواع روایی (Validity)، قدرت تشخیص و تمایز بین گروه‌های مختلف را به محقق نشان می‌دهد؟

(۴) همزمان

(۳) محتوایی

(۲) سازه

(۱) پیش‌بین

۱۱- شکل توزیع t به کدام عامل بستگی دارد؟

(۱) رابطه میانگین، میانه و نما

(۲) اندازه نمونه

(۳) میانگین نمونه

(۴) واریانس نمونه

۱۲- در یک نمونه تصادفی به حجم $n = 16$ برآورد انحراف معیار ۹/۰۱ است، برآورد خطای معیار میانگین کدام مورد است؟

(۱) ۰/۴۴۳

(۲) ۰/۵۰۶

(۳) ۱/۷۷

(۴) ۲/۲۵

۱۳- برای آزمون تفاوت دو میانگین و سه میانگین به ترتیب از کدام آزمون‌های آماری استفاده می‌شود؟

(۲) T و F

(۱) F و T

(۴) Z و T

(۳) Z و F

- ۱۴- فرضیه «استفاده از تمرینات هوازی بر میزان درصد چربی بانوان غیرورزشکار تأثیر دارد»، چگونه فرضیه‌ای است؟
- (۱) جهت‌دار
(۲) بدون جهت
(۳) خلاف
(۴) صفر
- ۱۵- به وسیله کدام آزمون، دقیق‌ترین ارزیابی آمادگی هوازی مقدور است؟
- (۱) تست راکپورت
(۲) تست کوپر
(۳) بروس
(۴) پله هاروارد
- ۱۶- کدام آزمون جهت ارزیابی استقامت عضلانی است؟
- (۱) دوی پله
(۲) شنا روی دست
(۳) دوی ۵۴۰ متر
(۴) ایستادن روی یک پا
- ۱۷- علی در آزمون بارفیکس یک کلاس ۲۰ نفری نتوانست هیچ رکوردی ثبت نماید. اگر رتبه وی ۱۸ باشد، علی با چند نفر دیگر این رتبه را به صورت مشترک کسب کرده است؟
- (۱) ۲
(۲) ۳
(۳) ۴
(۴) ۵
- ۱۸- کدام ضریب تمیز نشان می‌دهد که سؤال مربوطه توانسته است به خوبی آزمون شوندگان قوی و ضعیف را از هم جدا نماید؟
- (۱) ۰/۵-
(۲) ۰/۵
(۳) ۰/۸۵
(۴) ۱/۲
- ۱۹- وزنه‌برداری که با وزنه ۱۲۰ kg در مسابقات نمره ۶۰ = T را کسب کرده است، در منحنی توزیع طبیعی حدود چند درصد با فردی که نمره ۱ = Z را با وزنه ۱۱۰ kg کسب کرده، اختلاف دارد؟
- (۱) ۱۴
(۲) ۳۴
(۳) ۶۸
(۴) ۱۶
- ۲۰- میانگین نمرات یک کلاس ۲۰ نفره برابر با ۱۶ و واریانس نمرات آن‌ها صفر است. اگر یک نفر با نمره ۱۸ به این کلاس اضافه شود، واریانس جدید کدام است؟
- (۱) ۰/۰۹
(۲) ۰/۱۹
(۳) ۰/۴۳
(۴) تغییری نمی‌کند.
- ۲۱- کدام مورد، مرحله تکاملی مؤلفه بازو در مهارت حرکتی بنیادی پرتاب از بالای سر است؟
- (۱) حرکت بازو مستقیم به طرف جلو
(۲) حرکت بازو به طرف جلو و مورب
(۳) حرکت بازو به طرف جلو با تأخیر
(۴) حرکت بازو به طرف جلو بدون تأخیر

- ۲۲- کدام مورد، پیشرفته‌ترین مرحله در مهارت حرکتی بنیادی لی لی کردن است؟
 (۱) بازوها در جهت مخالف با پای نوسان، تاب می‌خورد.
 (۲) بازوها در جلوی بدن همراه یکدیگر بالا و پایین می‌روند.
 (۳) بازوها به سمت بالا نوسان دارند و روبه‌روی بدن به پایین می‌آیند.
 (۴) بازوی طرف مقابل پای نوسان در جهت مخالف و بازوی موافق حرکت متغیر دارد.
- ۲۳- نظریه‌های مختلفی رویداد پیری را تبیین می‌کنند، کدام مورد مربوط به نظریه راه‌گزینی ژنتیکی است؟
 (۱) افزایش سلول‌های جهش‌یافته
 (۲) توقف همانندسازی سلول‌ها
 (۳) واکنش سخت مولکول‌های سلولی با اکسیژن
 (۴) واکنش سریع مولکول‌های سلولی با اکسیژن
- ۲۴- کدام مورد، توضیح صحیحی از «زمان واکنش گسری» است؟
 (۱) فعالیتی حمایتی برای تعیین پاسخ در قشر حرکتی مغز است.
 (۲) زمان بین آخرین شاخص فعالیت الکتریکی و آغاز فعالیت است.
 (۳) تلاشی برای تقسیم زمان واکنش به مؤلفه‌های مختلف است.
 (۴) زمان بین اولین شاخص فعالیت الکتریکی و آغاز فعالیت است.
- ۲۵- کدام همبستگی‌ها بین سن اسکلتی و سن تقویمی در عملکرد حرکتی دختران و پسران (۶ تا ۹ سال) در حداقل است؟
 (۱) پرتاب در مسافت
 (۲) دو سرعت 30° یارد
 (۳) پرش طول ایستاده
 (۴) ضربه زدن به توپ
- ۲۶- کدام مورد، مربوط به قامت و وزن از ویژگی‌های کودکان دیررس است؟
 (۱) از وزن یکسان برخوردارند.
 (۲) جهش نموی کودکان زودتر ظاهر می‌شود.
 (۳) لگن‌های نسبتاً باریک و شانه‌های نسبتاً پهن دارند.
 (۴) لگن‌های نسبتاً پهن و شانه‌های نسبتاً باریکی دارند.
- ۲۷- برای ارزیابی بالیدگی اسکلتی از کدام گزینه استفاده می‌شود؟
 (۱) ناحیه دست - مچ راست
 (۲) ناحیه دست - مچ چپ
 (۳) قوزک پای راست
 (۴) قوزک پای چپ
- ۲۸- کدام مورد در خصوص نمو و تعیین‌کننده‌های عملکرد غیرهوازی، درست است؟
 (۱) غلظت اسیدلاکتیک عضله در طی تمرین زیر بیشینه در کودکان در مقایسه با بزرگسالان بیشتر است.
 (۲) در اوایل زندگی غلظت $ATP 30^{\circ}$ درصد بزرگسالان است.
 (۳) غلظت ATP قبل از بلوغ به حداکثر سطح خود می‌رسد.
 (۴) غلظت اسیدلاکتیک عضله در طول نمو تغییر نمی‌کند.
- ۲۹- کدام مورد در خصوص رشد و نمو ریه‌ها در طول رشد، درست است؟
 (۱) ریه‌های جنین در قبل از تولد فعال است.
 (۲) ریه‌های جنین از مایع آمینیوتیک و خون پر است.
 (۳) رشد قبل از تولد ریه‌ها با رشد قامت بی‌تناسب است.
 (۴) مراکز تنفسی مغز و مکانیسم‌های عصبی - عضلانی برای تنفس قبل از تولد، اساسی است.
- ۳۰- فرایندی که به‌طور مدام اپی‌فیز استخوان را جای دی‌افیز می‌نشانند، کدام مورد است؟
 (۱) نمو عرض استخوان
 (۲) باز شکل‌گیری نموی
 (۳) نمو طولی استخوان
 (۴) فرافیز یال

- ۳۱- در تهیه نمودار سرعت محور Y نمودار وزن از کدام مورد تهیه می‌شود؟
 (۱) بیشترین تغییر در گزینه‌ها
 (۲) قراردادی است.
 (۳) کمترین تغییر گزینه‌ها
 (۴) براساس بیشترین وزن آزمودنی
- ۳۲- کدام مورد محصول مصرف الکل مادر در خلال دورهٔ روبانی است؟
 (۱) میکروسفالی
 (۲) ماکروسفالی
 (۳) افزایش مرگ‌ومیر
 (۴) کوتولگی
- ۳۳- کدام مورد، نقش هورمون مولارین در فرایند تمایز جنسی است؟
 (۱) بازداری رشد ارگان‌های تولیدمثل مردانه
 (۲) تحریک رشد ارگان‌های تولیدمثل مردانه
 (۳) تحریک رشد ارگان‌های تولیدمثل زنانه
 (۴) بازداری رشد ارگان‌های تولیدمثل زنانه
- ۳۴- وجه مشترک بازتاب‌ها و حرکات کلیشه‌ای کدام است؟
 (۱) تکراری
 (۲) غیرارادی
 (۳) خودبه‌خودی
 (۴) نیاز به محرک
- ۳۵- در رشد پس از تولد، بیشترین افزایش در تعداد تارهای عضلانی در طول ماه و در تارهای اتفاق می‌افتد.
 (۱) دوم - کند انقباض
 (۲) اول - تند انقباض
 (۳) اول - کند انقباض
 (۴) دوم - تند انقباض
- ۳۶- کدام توالی رشد در مورد عمل دست در مهارت لی‌لی کردن درست است؟
 (۱) عکس‌العمل دوسویه - همکاری دوسویه - همکاری متقابل
 (۲) همکاری دوسویه - همکاری متقابل - عکس‌العمل دوسویه
 (۳) همکاری متقابل - همکاری دوسویه - عکس‌العمل دوسویه
 (۴) عکس‌العمل دوسویه - همکاری متقابل - همکاری دوسویه
- ۳۷- در الگوی بالیده ضربه زدن با دست، انتقال وزن بدن به روی پای جلو چه زمانی انجام می‌شود؟
 (۱) هنگام حرکت راکت به سمت عقب
 (۲) انتقال انجام نمی‌شود.
 (۳) بعد از ضربه
 (۴) در لحظه ضربه
- ۳۸- کدام مورد در خصوص یکپارچگی ادراکی، درست است؟
 (۱) یکپارچگی ادراکی به احتمال زیاد در بزرگسالی و سالمندی دچار افت می‌شود.
 (۲) یکپارچه‌سازی الگوهای فضایی در مقایسه با الگوهای زمانی برای کودکان دشوارتر است.
 (۳) یکپارچه‌سازی الگوهای زمانی در مقایسه با الگوهای فضایی برای کودکان دشوارتر است.
 (۴) وقتی نمایش ابتدایی کودکان از طریق سیستم حسی حرکتی صورت می‌گیرد، آنان در ادراک یکپارچگی شکل بیشتری را تجربه می‌کنند.
- ۳۹- طبق نظریه‌شناسایی سیگنال، افرادی که انگیزندگی خیلی بالایی دارند دچار چه نوع خطایی می‌شوند؟
 (۱) نادیده گرفتن نوفه‌ها
 (۲) حذف و اشتباه
 (۳) انجام اشتباه
 (۴) حذف
- ۴۰- کنترل‌کننده‌های میزان در رویکرد سیستم‌های پویا براساس اعتقاد به کدام ویژگی قابل توجیه است؟
 (۱) ضرورت مطالعه هم‌زمان ادراک و حرکت
 (۲) سرعت نامساوی رشد سیستم‌های بدن
 (۳) تأثیر سبک زندگی بر سیستم‌های بدن
 (۴) خودسازمانی سیستم‌های بدن
- ۴۱- مفهوم دیجنرسی در کنترل حرکت چه ویژگی را برای سیستم حرکتی انسان به وجود می‌آورد؟
 (۱) هم‌نواپی حرکتی
 (۲) همسانی حرکتی
 (۳) انطباق‌پذیری حرکتی
 (۴) تغییرپذیری حرکتی

- ۴۲ - کدام مورد در خصوص یادگیری آشکار و پنهان درست است؟
 (۱) یادگیری پنهان همان دانش بیانی است.
 (۲) تکالیف ساده به دستورالعمل‌های آشکار نیاز بیشتری دارد.
 (۳) تکالیف دارای نیازهای ادراکی - حرکتی بالا از دستورالعمل‌های پنهان بهره کمتری می‌برند.
 (۴) تکالیف دارای نیازهای ادراکی - حرکتی بالا از دستورالعمل‌های آشکار بهره کمتری می‌برند.
- ۴۳ - کدام مورد در خصوص تأثیر کانون توجه در اجرا و یادگیری مهارت‌های حرکتی درست است؟
 (۱) فرایندهای خود ارزیابی و خود تنظیمی اگر از ظرفیت توجه فراتر باشد کنترل خود کار برنامه حرکتی را مختل می‌کند.
 (۲) براساس فرضیه عمل محدود شده، کانون توجه بیرونی از انجام خود کار برنامه حرکتی جلوگیری می‌کند.
 (۳) براساس فرضیه عمل محدود شده، کانون توجه درونی فرایند خود کار برنامه حرکتی را تسهیل می‌کند.
 (۴) فرایندهای خود ارزیابی و خود تنظیمی کنترل خود کار برنامه حرکتی را تسهیل می‌کند.
- ۴۴ - مراحل خود تنظیمی از نظر زیر من به چه ترتیبی است؟
 (۱) دوراندیشی - خوداندیشی - کنترل اجرا
 (۲) دوراندیشی - کنترل اجرا - خوداندیشی
 (۳) طراحی عمل - دوراندیشی - خوداندیشی
 (۴) خوداندیشی - طراحی عمل - دوراندیشی
- ۴۵ - به کدام علت ترکیب تمرین بدنی و ذهنی بهترین نتیجه را در یادگیری حرکتی در پی دارد؟
 (۱) توجه به جزئیات مهارت
 (۲) بهینه‌سازی حل مسئله به شکل فعال
 (۳) کاهش خستگی ذهنی در نتیجه ترکیب این دو روش
 (۴) کاهش خستگی بدنی در نتیجه ترکیب این دو روش
- ۴۶ - کدام مورد بیانگر مفهوم درجات آزادی ادراکی است؟
 (۱) میزان رهاسازی و بهره‌برداری از عناصری که در طی شروع یادگیری مهارت مشکل شکل ایجاد می‌کردند.
 (۲) توسعه مقدار جفت شدن ادراک - عمل برای کسب فرصت‌های بیشتر حرکت
 (۳) تعداد عناصر مستقلی که برای اجرای حرکت باید تحت کنترل فرد قرار گیرد.
 (۴) محدودیت مقدار جدایی ادراک عمل در کسب موقعیت‌های بیشتر
- ۴۷ - مفهوم ثبات چندگانه به کدام معنی است؟
 (۱) سیستم‌های غیرخطی می‌توانند تناسب یا علت را نشان دهند یا نشان ندهند.
 (۲) عاملی که در سیستم‌های غیرخطی دستکاری می‌شود تا در رفتار کلی سیستم تأثیرگذار باشد.
 (۳) سیستم‌های حرکت می‌توانند به صورت خودبه‌خودی به سمت حالت باثبات از هماهنگی حرکت نمایند.
 (۴) زمانی که محدودگرهای ویژه‌ای دستکاری می‌شوند سیستم به سمت الگوهای چندگانه متفاوتی از رفتار کشیده شود.
- ۴۸ - درک کنترل حرکتی به چه معناست؟
 (۱) سیستمی که درک، پیش‌بینی و کنترل به‌همراه هم اتفاق می‌افتد.
 (۲) سیستمی که کنترل و متعاقب آن درک و پیش‌بینی می‌کنیم.
 (۳) سیستمی که پیش‌بینی و متعاقب آن درک و کنترل می‌کنیم.
 (۴) سیستمی که درک و متعاقب آن پیش‌بینی و کنترل می‌کنیم.
- ۴۹ - هریک از متخصصان (مهندسی، علوم شناختی و کنترل حرکتی) به ترتیب در کدام سطوح تحلیل حرکتی همکاری دارند؟
 (۱) محاسبه‌ای - اجرا - رویه‌ای
 (۲) اجرا - رویه‌ای - محاسبه‌ای
 (۳) محاسبه‌ای - رویه‌ای - اجرا
 (۴) رویه‌ای - محاسبه‌ای - اجرا
- ۵۰ - اینکه مسیر حرکت ماریپیچ در یک حرکت دسترسی انجام می‌شود، به فقدان کدام رویکرد درجات آزادی اشاره دارد؟
 (۱) تکیه بر مکانیک
 (۲) کارآمدی
 (۳) هم‌کوشی
 (۴) رهاشدن در برابر هم‌کوشی

- ۵۱- این نکته که ما نمی‌توانیم حرکات چشم خود را ببینیم به چه عاملی برمی‌گردد؟
 (۱) سرکوب جهشی اتفاق می‌افتد.
 (۲) پیش‌خوراند وجود ندارد.
 (۳) بازخورد حذف می‌شود.
 (۴) بازخورد با پیش‌خوراند منطبق می‌شود.
- ۵۲- اگر مهارکننده‌های سنتز پروتئین بلافاصله پس از اکتساب حافظه جدید به کار گرفته شود، چه اتفاقی رخ می‌دهد؟
 (۱) تخریب عصبی
 (۲) تحکیم عصبی
 (۳) تثبیت یادآوری
 (۴) اختلال یادآوری
- ۵۳- افزایش فعالیت الکتریکی قبل از ایجاد حرکت ارادی در نواحی قشری مغز را چه می‌گویند؟
 (۱) پتانسیل آمادگی
 (۲) پتانسیل حرکتی
 (۳) پتانسیل پیش‌حرکتی
 (۴) پتانسیل عمل
- ۵۴- در کدام فرضیه اثر تداخل ضمنی ناشی از تقابلی است که هنگام تمرین هم‌زمان تکالیف چندگانه اتفاق می‌افتد؟
 (۱) بازسازی طرح عمل
 (۲) بسط و تمایز
 (۳) فراموشی
 (۴) تحکیم
- ۵۵- در کدام تکالیف تمرین مشاهده‌ای به اندازه تمرین بدنی منجر به یادگیری در آزمون یادآوری می‌شود؟
 (۱) شنا
 (۲) تردستی
 (۳) حرکات موزون
 (۴) ژیمناستیک
- ۵۶- تعیین حد نهایی مقدار اطلاعاتی که به‌عنوان بازخورد افزوده ارائه می‌شود به کدام یک از عوامل زیر بستگی دارد؟
 (۱) ظرفیت توجه
 (۲) ذخیره حسی
 (۳) حافظه بلندمدت
 (۴) حافظه کوتاه‌مدت
- ۵۷- کدام عبارت در زمینه یادگیری مشاهده‌ای درست است؟
 (۱) یکی از مزایای عمده مدل ماهر این است که فراگیر را به شیوه‌ای فعال‌تر در حل مسئله درگیر می‌کند.
 (۲) مردم اغلب مشخصات ویژه یک جزء از الگوی حرکتی را برای قضاوت مشاهده می‌کنند.
 (۳) مشاهده‌گر در روند تکامل الگوی حرکتی از فرایند مشاهده به پارامترها توجه می‌کنند.
 (۴) مردم اغلب اطلاعاتی را درباره روابط بین اجزاء گوناگون در مشاهده در نظر می‌گیرند.
- ۵۸- کدام مورد در خصوص تمرین ذهنی و تمرین واقعی، درست است؟
 (۱) در تمرین ذهنی قشر حرکتی مکمل فعال می‌شود نه قشر حرکتی، اما در تمرین واقعی هر دو فعال می‌شوند.
 (۲) در تمرین ذهنی قشر حرکتی فعال می‌شود نه قشر حرکتی مکمل، اما در تمرین واقعی هر دو فعال می‌شوند.
 (۳) تمرین ذهنی مشابه به تمرین بدنی بوده و در هر دو قشر حرکتی قشر حرکتی مکمل فعال می‌شوند.
 (۴) در تمرین ذهنی مشابه تمرین بدنی قشر حرکتی فعال می‌شود.
- ۵۹- کدام مورد، تفسیر قوی در خصوص تکالیف ضربه‌ای و فشار دادن است؟
 (۱) تکلیف فشردن با کدهای حرکتی و ضربه زدن با کدهای فضایی ترسیم می‌شوند.
 (۲) تکلیف فشردن با کدهای فضایی و ضربه زدن با کدهای حرکتی ترسیم می‌شوند.
 (۳) هر دو با کدهای حرکتی ترسیم می‌شوند.
 (۴) هر دو با کدهای فضایی ترسیم می‌شوند.
- ۶۰- کدام عبارت در خصوص تکالیف پیگردی تعقیبی و پیگردی جبرانی، درست است؟
 (۱) تکالیف پیگردی جبرانی تقریباً همیشه از پیگردی تعقیبی دشوارتر است، به‌ویژه اگر پیگردی نامنظم باشد.
 (۲) تکالیف پیگردی جبرانی تقریباً همیشه از پیگردی تعقیبی دشوارتر است، به‌ویژه اگر پیگردی منظم باشد.
 (۳) تکالیف پیگردی تعقیبی همیشه از پیگردی جبرانی دشوارتر است، به‌ویژه اگر تعقیبی نامنظم باشد.
 (۴) تکالیف پیگردی تعقیبی همیشه از پیگردی جبرانی دشوارتر است، به‌ویژه اگر تعقیبی منظم باشد.
- ۶۱- خوشرویی و نوع دوستی در کدام بعد از مدل پنج عاملی شخصیت قرار می‌گیرند؟
 (۱) دلبذیری
 (۲) وجدان
 (۳) برون‌گرایی
 (۴) روان‌رنجوری

- ۶۲ کدام مورد ترتیب مدل پاسخ اندوه در ورزشکاران آسیب‌دیده را نشان می‌دهد؟
 (۱) انکار - خشم - چانه‌زنی - افسردگی - پذیرش
 (۲) خشم - چانه‌زنی - انکار - پذیرش - افسردگی
 (۳) انکار - چانه‌زدن - خشم - افسردگی - پذیرش
 (۴) خشم - انکار - چانه‌زدن - پذیرش - افسردگی
- ۶۳ کدام مورد، مراحل اعتیاد به تمرین از دیدگاه فرایموت را به درستی نشان می‌دهد؟
 (۱) تمرین تفریحی - تمرین ریسک‌دار - تمرین دردسرساز - اعتیاد به تمرین
 (۲) تمرین تفریحی - تمرین دردسرساز - تمرین ریسک‌دار - اعتیاد به تمرین
 (۳) تمرین دردسرساز - تمرین تفریحی - تمرین ریسک‌دار - اعتیاد به تمرین
 (۴) تمرین دردسرساز - تمرین ریسک‌دار - تمرین تفریحی - اعتیاد به تمرین
- ۶۴ هنگام مشاوره از ورزشکار خود می‌پرسید (به‌عنوان یک ورزشکار، فکر می‌کنی این نوع اعتماد به نفس از کجا سر چشمه می‌گیرد) به کدام یک از مراحل تهیه نیم‌رخ اعتماد به نفس اشاره می‌کند؟
 (۱) استخراج ساختار (۲) ارزیابی (۳) معرفی ایده (۴) شناخت ورزشکار
- ۶۵ در پیوستار خودمختاری، کدام ترتیب درست است؟
 (۱) انگیزش درونی - تنظیم نسبت داده شده به درون - تنظیم شناخته شده - تنظیم بیرونی
 (۲) تنظیم شناخته شده - تنظیم نسبت داده شده به درون - انگیزش درونی - تنظیم بیرونی
 (۳) تنظیم نسبت داده شده به درون - تنظیم بیرونی - تنظیم شناخته شده - انگیزش درونی
 (۴) تنظیم بیرونی - تنظیم نسبت داده شده به درون - تنظیم شناخته شده - انگیزش درونی
- ۶۶ کدام مورد، در خصوص ویژگی‌های مربیان درست است؟
 (۱) مربیانی که مرکز کنترل درونی دارند مهارت‌های بنیادی را آموزش می‌دهند. استقامت بیشتری دارند و بر تمرین تمرکز بیشتری دارند.
 (۲) مربیانی که مرکز کنترل بیرونی دارند مهارت‌های بنیادی را آموزش می‌دهند. استقامت بیشتری دارند و بر تمرین تمرکز بیشتری دارند.
 (۳) نحوه تمرین دادن مربیان با مکان کنترل آن‌ها ارتباط زیادی ندارد.
 (۴) مرکز کنترل درونی و بیرونی بیشتر به اسنادهای آن‌ها ارتباط دارد تا نحوه تمرین و طراحی آن
- ۶۷ در مدل هیجان‌ات CMRT لازاروس، کدام مرحله به ارزیابی ثانویه مربوط می‌شود؟
 (۱) میزان ارتباط یک رویداد با اهداف فردی
 (۲) سازگاری یا ناسازگاری یک رویداد با اهداف
 (۳) توانایی فرد برای مقابله با فشارهای ناشی از یک رویداد
 (۴) خواسته‌های فرد و رابطه یک رویداد با هویت و تعهدات فرد
- ۶۸ با توجه به پژوهش‌های انجام شده معمولاً مردان ورزشکار در سطح جهانی در مقایسه با زنان ورزشکار در سطح جهانی اساساً اعتماد به نفس خود را از کدام منابع بیشتر به دست می‌آورند؟
 (۱) ترغیب و تشویق از طرف مربی خود
 (۲) باورشان به توانایی مربی خود
 (۳) تعاریف دیگران از آن‌ها
 (۴) بازخورد و پاداش

- ۶۹- در کدام روش PST، به نکته‌های کلیدی جسمانی، شناختی، هیجانی و اجتماعی توجه شده است؟
 (۱) مدل مفهومی تیلور
 (۲) مدل فرایزن و اورلیک
 (۳) مدل ویسک و همکاران
 (۴) روش سینکلیر و سینکلیر
- ۷۰- کدام عبارت در مدل یکپارچه برانگیختگی - عملکرد شرایط تسهیل‌کنندگی را نشان می‌دهد؟
 (۱) اضطراب ذهنی متوسط - اعتماد به نفس متوسط - ورزشکار بر فرایند و نتیجه تمرکز دارد.
 (۲) اضطراب ذهنی پایین - اعتماد به نفس بالا - ورزشکار بر فرایند یا عملکرد تمرکز دارد.
 (۳) اضطراب ذهنی بالا - اعتماد به نفس پایین - ورزشکار بر نتیجه تمرکز دارد.
 (۴) اضطراب ذهنی بالا - اعتماد به نفس بالا - ورزشکار بر نتیجه تمرکز دارد.
- ۷۱- شناخت خرده فرهنگ‌ها توسط مربی، باعث بهبود کدام مورد می‌گردد؟
 (۱) پیشرفت مؤثر
 (۲) یادگیری مؤثر
 (۳) عملکرد مؤثر
 (۴) ارتباط مؤثر
- ۷۲- کدام عبارت ترتیب درست طبقه‌بندی راهبردهای تنظیم هیجان از نظر گراس (۱۹۹۸) را نشان می‌دهد؟
 (۱) انتخاب وضعیت - اصلاح وضعیت - تغییر شناختی - استقرار توجه - تعدیل پاسخ
 (۲) انتخاب وضعیت - تغییر شناختی - اصلاح وضعیت - استقرار توجه - تعدیل پاسخ
 (۳) انتخاب وضعیت - اصلاح وضعیت - استقرار توجه - تغییر شناختی - تعدیل پاسخ
 (۴) انتخاب وضعیت - استقرار توجه - اصلاح وضعیت - تغییر شناختی - تعدیل پاسخ
- ۷۳- یک زننده سرویس در والیبال، خود را هنگام زدن آخرین سرویس در مقابل تیم حریف تصور می‌کند، این ورزشکار از چه نوع تصویرسازی استفاده کرده است؟
 (۱) انگیزشی - ویژه
 (۲) انگیزشی - عمومی
 (۳) شناختی ویژه
 (۴) شناختی عمومی
- ۷۴- توپ‌های دو طرفه بین مربی و شاگرد کدام‌یک از مهارت‌های کودکان و نوجوانان را بهبود می‌بخشد؟
 (۱) انگیزه
 (۲) اعتماد به نفس
 (۳) عزت نفس
 (۴) تمرکز
- ۷۵- تجربه تهي شدگی در کدام‌یک از مدل‌های خودکنترلی در ورزش تأکید و بیان شده است؟
 (۱) مدل تخصیص منابع و مدل رضایت شغلی
 (۲) مدل تخصیص منابع و مدل مورگان
 (۳) مدل تخصیص منابع و مدل قدرت
 (۴) مدل تخصیص منابع
- ۷۶- «تحریف شناختی» در کدام‌یک از علائم رفتاری اعتیاد به تمرین اتفاق می‌افتد؟
 (۱) تغییر خلق و خوی
 (۲) کاهش اثرپذیری
 (۳) بازگشت به عبادت
 (۴) برجستگی
- ۷۷- در هرم استحکام ذهنی بول و شامبروک به ترتیب اثرات محیطی، شخصیت، نگرش‌های محکم و تفکر به چه مواردی اشاره دارند؟
 (۱) سوخت - موتور محرکه - عملکرد - دامنه تجربیات
 (۲) موتور محرکه - سوخت - عملکرد - دامنه تجربیات
 (۳) دامنه تجربیات - سوخت - موتور محرکه - عملکرد
 (۴) دامنه تجربیات - موتور محرکه - سوخت - عملکرد
- ۷۸- یک مربی چه زمانی بدون مشورت با گروه تصمیم شخصی می‌گیرد؟
 (۱) زمانی که نیاز به اتخاذ تصمیمات ساده است.
 (۲) زمانی که شرایط تیم عادی و مناسب است.
 (۳) زمانی که نیاز به اتخاذ تصمیمات پیچیده است.
 (۴) زمانی که تیم در شرایط بحرانی قرار می‌گیرد.

- ۷۹- مهم‌ترین عاملی شخصی و اجتماعی مرتبط با انسجام تیم کدام است؟
 (۱) بیهودگی اجتماعی (۲) اندازه گروه (۳) رضایت‌مندی (۴) ابهام نقش
- ۸۰- عبارت زیر در ارتباطات به کدام مورد اشاره دارد؟
 «من مطمئن نیستم که درست متوجه شده باشم، ولی برداشت کردم که از نیمکت‌نشینی عصبانی هستند، درست‌ه؟»
 (۱) تشویق (۲) شفاف‌سازی (۳) درک (۴) سؤال پرسیدن



