پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

کد کنترل

511

A

511A

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

صبح جمعه
۹۷/۱۲/۳
دفترچهٔ شمارهٔ (۱)

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

آزمون ورودی دورهٔ دکتری (نیمه‌متمرکز) ـ سال ۱۳۹۸

رشتهٔ علوم ورزشی ـ آسیب شناسی ورزشی ـ کد (۲۱۱۷)

تعداد سؤال: ۸۰

مدت پاسخ‌گویی: ۱۲۰ دقیقه

عنوان مواد امتحانی، تعداد و شمارهٔ سؤالات

ردیف	مواد امتحانی	تعداد سؤال	از شمارهٔ	تا شمارهٔ
۱	مجموعه دروس تخصصی: آمار ـ سنجش و اندازه‌گیری در تربیت بدنی ـ حرکات اصلاحی پیشرفته ـ آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	۸۰	۱	۸۰

این آزمون نمرهٔ منفی دارد.

استفاده از ماشین‌حساب 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 با متخلفین برابر مقررات رفتار می‌شود.

۱۳۹۸

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

* داوطلب گرامی، عدم درج مشخصات و امضا در مندرجات جدول ذیل، به‌منزلهٔ عدم حضور شما در جلسهٔ آزمون است.

اینجانب ..... با شمارهٔ داوطلبی ..... در جلسهٔ این آزمون شرکت می‌نمایم.

امضا:

۱- اگر در مجموعه اعداد فرد بین ۲۰ تا ۳۰ به اعداد مضرب ۳، دو واحد اضافه کنیم، در مجموعهٔ جدید میانه و نما به‌ترتیب کدام است؟

۱) میانه: ۲۵ ـ نما: ۲۳ و ۲۹
۲) میانه: ۲۷ ـ نما: ۲۱ و ۲۷
۳) میانه: ۲۵ ـ نما نداریم.
۴) میانه: ۲۷ ـ نما نداریم.

۲- در یک رکوردگیری مجدد از اعضای تیم ملی وزنه‌برداری مشخص شد که نصف این ورزشکاران رکورد خود را ۶ کیلوگرم بهبود بخشیده‌اند و $\frac{1}{4}$ از آنان نسبت به رکورد قبلی خود ۲ کیلوگرم کاهش داشته‌اند. در رکوردگیری جدید میانگین رکوردها چه تغییری کرده است؟

۱) ۱ کیلوگرم افزایش
۲) ۱/۵ کیلوگرم کاهش
۳) ۲/۵ کیلوگرم افزایش
۴) ۴ کیلوگرم افزایش

۳- فرض کنید پژوهشگری میانگین قد یک نمونه ۱۵ نفری که به‌صورت تصادفی از بین جامعه مورد نظر انتخاب شده‌اند را اندازه گرفته است. احتمال اینکه این میانگین به اندازه ۱/۹۶ انحراف استاندارد از میانگین جامعه بزرگ‌تر باشد، چند درصد است؟

۱) ۹۷/۵
۲) ۹۵
۳) ۵
۴) ۲/۵

۴- در یک آزمون فوتبال، میانگین تعداد خطای آزمودنی‌ها برابر با ۸ و واریانس خطاها برابر با ۰/۲۵ است. تقریباً چند درصد افراد کلاس بیشتر از ۷ خطا داشته‌اند؟

۱) ۹۸
۲) ۸۴
۳) ۱۶
۴) ۲

۵- واریانس نمرات آزمون دراز و نشست دانش‌آموزان ۱۲ ساله، ۲۵ و میانگین نمرات آزمون ۱۰ است. اگر یک فرد ۱۵ بار دراز و نشست برود، به‌ترتیب (از راست به چپ) نمرهٔ Z و T او کدام است؟

۱) ۲ و ۷۰
۲) ۱ و ۶۰
۳) ۱- و ۴۰
۴) ۲- و ۳۰

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

۶- ورزشکار ایران در مسابقات پرتاب وزنه با ثبت رکورد ۲۴ متر، نمرهٔ $z = ۲$ را برای خود کسب نمود. اگر میانگین رکوردهای این مسابقه ۲۱ متر باشد، واریانس رکوردها کدام است؟

۱) ۱

۲) ۱/۵

۳) ۲/۲۵

۴) ۳

۷- در درس رفتار سازمانی در ورزش دانشگاه A، $V = S_X^۲ = ۲/۲۵$ و $\bar{X} = ۱۳/۵$ حاصل شده است. نمره شخصی در این درس ۱۲ است. این فرد حدوداً از چند درصد کلاس کمتر گرفته است؟

۱) ۱۷

۲) ۳۴

۳) ۵۰

۴) ۸۴

۸- در درس آناتومی ورزشی دانشجویان کارشناسی دانشکده تربیت بدنی یک دانشگاه، میانگین نمرات ۱۴ و واریانس نمرات ۲/۲۵ می‌باشد. رتبه درصدی فردی در این درس حدوداً ۸۴٪ است. نمرهٔ خام وی کدام است؟

۱) ۱۶/۵

۲) ۱۵/۵

۳) ۱۳/۵

۴) ۱۱/۵

۹- در یک کلاس ۲۰ نفره، مجموع نمرات افراد ۱۸۰ و مجموع مجذور نمرات آن‌ها برابر با ۱۸۰۰ است. مقدار ضریب تغییرات کلاس چند درصد است؟

۱) ۱۰۰

۲) ۶۶/۶

۳) ۳۵/۷

۴) ۳۳/۳

۱۰- بالاترین طبقهٔ یک مجموعه داده (۱۵-۱۲) می‌باشد. نقطه درصدی ۱۰۰ کدام است؟

۱) ۱۳/۵

۲) ۱۵

۳) ۱۵/۵

۴) ۱۶

۱۱- برای اندازه‌گیری دقت وسیلهٔ سنجش توان عضلانی تیم فوتبال دانشجویان یک دانشگاه، مربی این تیم کدام ویژگی وسیلهٔ سنجش را باید مورد محاسبه قرار دهد؟

۱) روایی (مربوط بودن) ۲) عینیت

۳) ضریب دشواری ۴) پایایی

۱۲- بهترین روش ارزشیابی متربیان یک مدرسه فوتبال که از سطح مهارتی متفاوتی برخوردار هستند، کدام است؟

۱) تشخیصی ۲) ملاکی ۳) نمایی ۴) نسبی

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

۱۳- کدام مورد، در شمار روش‌های تعیین پایایی یک آزمون به‌کار نمی‌رود؟

۱) فرم‌های موازی ۲) کودر ـ ریچاردسون

۳) تمایز سنی ۴) ضریب آلفای کرونباخ

۱۴- در آزمون یک تکرار بیشینه، حداکثر قدرت فردی که وزنه ۹ کیلوگرمی را توانسته ۵ بار بلند کند، چقدر است؟

۱) ۱۰

۲) ۱۴

۳) ۱۸

۴) ۴۵

۱۵- کدام آزمون آمادگی هوازی، در طبقه آزمون‌های زیربیشینه قرار می‌گیرد؟

۱) کوپر و بروس ۲) پله کوئینز و راکپورت

۳) استراند و کانکانی ۴) بروس و یک مایل

۱۶- آزمون‌های مهارتی فاکس و اسکات، مربوط به کدام رشتهٔ ورزشی است؟

۱) تنیس ۲) بسکتبال ۳) فوتبال ۴) بدمینتون

۱۷- کابل تنسیومتر، برای اندازه‌گیری قدرت کدام مورد کاربرد دارد؟

۱) ایزوکینتیک ۲) مطلق ۳) ایزوتونیک ۴) ایزومتریک

۱۸- آزمون‌های ولز، برای سنجش کدام فاکتور در آمادگی جسمانی استفاده می‌شود؟

۱) تعادل ایستا ۲) تعادل پویا ۳) قدرت عضلانی ۴) انعطاف‌پذیری

۱۹- تست کورنیش، برای کدام رشتهٔ ورزشی به‌کار می‌رود؟

۱) بسکتبال ۲) والیبال ۳) هندبال ۴) فوتبال

۲۰- آزمون «استراند»، جهت ارزیابی کدام عامل آمادگی جسمانی مناسب است؟

۱) سرعت ۲) توان پا

۳) استقامت پا ۴) حداکثر اکسیژن مصرفی

۲۱- اگر فردی به «ریتروورژن مفصل هیپ» مبتلا باشد و در زانو حرکت جبرانی اتفاق نیفتاده باشد، آنگاه کدام بدراستایی زیر در فرد دیده می‌شود؟

۱) Toe-out gait ۲) Toe-in gait

۳) Tibial lateral torsion ۴) Tibial medial torsion

۲۲- با کدام تست تشخیصی قوس کف پا، می‌توان کف پای صاف منعطف و سخت را از هم متمایز کرد؟

۱) افت ناوی ۲) جعبه آینه

۳) ثبت نقش کف پا ۴) اندازه‌گیری ارتفاع قوس پا

۲۳- ورزشکاری در حین انجام «شنای روی زمین» دچار بالی شدن کتف (Winging of Scapula) می‌شود. عضلات بیش فعال (Over active) و کم فعال (Under active) احتمالی به‌ترتیب (از راست به چپ) در وی کدام است؟

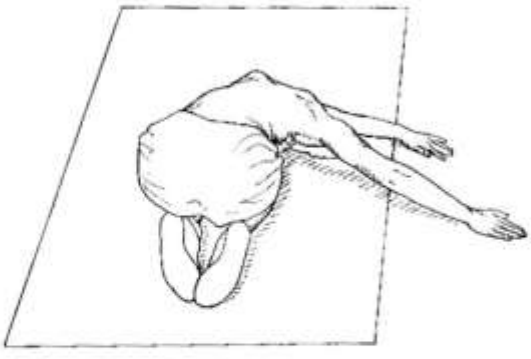
۱) پکتورالیس مینور ـ تراپزیوس میانی و تحتانی ۲) پکتورالیس مینور ـ تراپزیوس فوقانی و میانی

۳) استرنوکلوئید و ماستوئید ـ تراپزیوس میانی و تحتانی ۴) استرنوکلوئید و ماستوئید ـ تراپزیوس فوقانی و میانی

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

۲۴- تمرین کششی نشان داده شده در شکل، برای اصلاح کدام ناهنجاری توصیه می‌شود؟



۱) اسکولیوزیس «C» شکل با تحدب به سمت راست
۲) اسکولیوزیس «C» شکل با تحدب به سمت چپ
۳) پشت صاف (Flat back)
۴) پشت گود (Lordosis)

۲۵- کدام مورد درخصوص سندروم متقاطع لگن (Pelvic Crossed Syndrome) درست است؟

۱) گلوتئوس ماگزیموس کوتاه (Shortness) و همسترینگ دچار سفتی (Tightness) می‌شود.
۲) گلوتئوس ماگزیموس دچار سفتی (Tightness) و همسترینگ کوتاه (Shortness) و ضعیف (Weakeness) می‌شود.
۳) گلوتئوس ماگزیموس طویل (Lenghtened) و ضعیف (Weakness) و همسترینگ دچار سفتی (Tightness) می‌شود.
۴) گلوتئوس ماگزیموس دچار سفتی (Tightness) و همسترینگ طویل (Lenghtened) و ضعیف (Weakness) می‌شود.

۲۶- یک متخصص حرکات اصلاحی هنگام ارزیابی اندام تحتانی یک دانش‌آموز ۱۶ ساله متوجه می‌شود که هر دو استخوان کشکک وی به سمت داخل چرخیده است (اصطلاحاً به سمت داخل متمایل شده‌اند). این امر می‌تواند نشانهٔ کدام ناهنجاری در اندام تحتانی وی باشد؟

۱) ریتروورژن ران (Retroversion)
۲) چرخش داخلی ساق (Medial tibial torsion)
۳) چرخش خارجی ران (Lateral femoral rotation)
۴) آنتی‌ورژن افزایش‌یافتهٔ ران (Increased anteversion)

۲۷- سندروم بدراستایی ناخوشایند (Miserable Malalignment Syndrome) با کدام‌یک از تغییرات در راستای اندام تحتانی همراه است؟

۱) تیلت قدامی لگن ـ آنتی‌ورژن افزایش‌یافتهٔ ران ـ چرخش داخلی تیبیا ـ پرونیشن پا
۲) تیلت قدامی لگن ـ آنتی‌ورژن افزایش‌یافتهٔ ران ـ چرخش خارجی تیبیا ـ پرونیشن پا
۳) تیلت خلفی لگن ـ آنتی‌ورژن افزایش‌یافتهٔ ران ـ چرخش خارجی تیبیا ـ پرونیشن پا
۴) تیلت خلفی لگن ـ ریتروورژن ران ـ چرخش داخلی تیبیا ـ سوپینیشن پا

۲۸- ورزشکار معلولی که به علت فلج اندام تحتانی از ویلچر استفاده می‌کند، در بلند کردن بدنش از روی ویلچر به کمک اندام فوقانی (دست‌ها) ضعف دارد(مطابق شکل). تقویت کدام عضلات می‌توانند بیشترین اثر را در بهبود این حرکت داشته باشند؟

۱) پکتورالیس ماژور ـ تراپزیوس تحتانی
۲) پکتورالیس ماژور ـ پکتورالیس مینور
۳) لاتیسیموس درسی ـ پکتورالیس ماژور
۴) لاتیسیموس درسی ـ پکتورالیس مینور

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

۲۹- از دیدگاه «مدل کینزیوپاتولوژی»، کدام مورد مهم‌ترین دلیل محدودیت عملکرد و بروز ناتوانی حرکتی در افراد است؟

۱) خستگی
۲) حرکات تکراری
۳) ناهنجاری‌های اسکلتی عضلانی
۴) آسیب‌های اسکلتی عضلانی

۳۰- مهم‌ترین عضلهٔ ثبات‌دهنده لگن و اندام تحتانی در صفحهٔ فرونتال حین حرکات عملکردی مانند حرکت فرود، کدام است؟

۱) پهن جانبی
۲) کشندهٔ پهن نیام
۳) سرینی میانی
۴) نزدیک‌کنندهٔ کوتاه

۳۱- در آزمون Janda's Hip Abduction Test، اگر حین اجرای حرکت ابداکشن هیپ مشاهده شود که ابداکشن به همراه فلکشن آن اتفاق می‌افتد، آنگاه کدام مورد پیش‌بینی می‌شود؟

۱) غلبهٔ عضله مربع کمری
۲) ضعف عضلهٔ سرینی بزرگ
۳) ضعف عضلهٔ پریفورمیس
۴) غلبهٔ عضلهٔ کشندهٔ پهن نیام

۳۲- طبق نظریهٔ جاندا، کدام مفصل مستعد «سفتی» (Stiffness) است و در تمرینات اصلاحی به تمرینات تحرک‌بخشی (Mobility) نیاز دارد؟

۱) مفاصل پا (Foot)
۲) مفصل هیپ (Hip)
۳) مفصل مچ پا (Ankle)
۴) سگمان توراسیک (Thoracic)

۳۳- اگر فردی که روی شکم خوابیده است، زانو را تا °۹۰ از پشت خم کند و آزمون‌گر مچ پای فرد را به سمت خط وسط و پس از آن به سمت مقابل حرکت دهد و مشاهده کند که دامنهٔ حرکت به سمت خط وسط بیش از دامنهٔ حرکت به سمت مقابل است، آنگاه به وجود کدام اختلال ران باید شک کرد؟

۱) کوکسا ورا
۲) ریتروورژن فمور
۳) کوکسا والگا
۴) افزایش آنتی‌ورژن فمور

۳۴- افراد مبتلا به مهار عضلهٔ «سرینی بزرگ» به دلیل دیسفانکشن مفصل خاجی ـ خاصره‌ای، حین بازکردن فعال مفصل ران، از کدام عضله کمک می‌گیرند؟

۱) سرینی میانی همان طرف
۲) سرینی میانی طرف مقابل
۳) پشتی بزرگ طرف مقابل
۴) پشتی بزرگ همان طرف

۳۵- در کدام ناهنجاری کف پا، ارتفاع قوس طولی داخلی افزایش می‌یابد؟

۱) Pes cavus
۲) Pes planus
۳) Pes equinus
۴) Pes valgus

۳۶- از دیدگاه کش پاتل، در رویکرد عملی و سیستماتیک به تمرین اصلاحی، دومین گام کدام مورد است؟

۱) بازیابی توان عملکردی
۲) بازیابی تعادل عضلانی
۳) بازیابی قدرت عملکردی
۴) بازیابی ثبات یا پایداری

۳۷- حفظ زانو در وضعیت هایپراکستنشن در طولانی مدت، کدام تغییر ساختاری زیر را می‌تواند ایجاد کند؟

۱) واروس در صفحهٔ فرونتال در استخوان‌های تیبیا و فیبولا ـ پایین‌تر قرارگرفتن پتلا ـ جلوتر قرارگرفتن تیبیا نسبت به فمور
۲) واروس در صفحهٔ ساجیتال در استخوان‌های تیبیا و فیبولا ـ بالاتر قرارگرفتن پتلا ـ جلوتر قرارگرفتن تیبیا نسبت به فمور
۳) واروس در صفحهٔ ساجیتال در استخوان‌های تیبیا و فیبولا ـ پایین قرارگرفتن پتلا ـ جلوتر قرارگرفتن فمور نسبت به تیبیا
۴) واروس در صفحهٔ فرونتال در استخوان‌های تیبیا و فیبولا ـ بالاتر قرارگرفتن پتلا ـ جلوتر قرارگرفتن فمور نسبت به تیبیا

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

۳۸- از میان عضلات ناحیهٔ کمربند کمری ـ لگنی ـ رانی، انقباض کدام عضلات بر شروع حرکات اندام فوقانی و تحتانی بدون در نظر گرفتن جهت حرکت مقدم است؟

۱) مایل خارجی ـ عرضی شکمی
۲) چند سر ـ عرضی شکمی
۳) مربع کمری ـ پشتی بزرگ
۴) پشتی بزرگ ـ چند سر

۳۹- در زنجیرهٔ حرکات اصلاحی، کدام مرحله آغازگر زنجیره است؟

۱) مهار
۲) افزایش طول
۳) فعال‌سازی
۴) انسجام

۴۰- مهار متقابل (Reciprocal Inhibition) عضلانی از چه طریقی می‌تواند در ایجاد سندرم‌های متقاطع نقش داشته باشد؟

۱) ایجاد تعادل عضلانی
۲) تأثیر بر عضلات کمکی (Synergists)
۳) ایجاد ایمبالانس عضلانی
۴) تأثیر بر عضلات اصلی (Prime movers)

۴۱- تمرین زیر بیشتر جهت اصلاح کدام ناهنجاری مورد استفاده قرار می‌گیرد؟

«ایستادن در حالی که زانوها خم است، تیلت خلفی لگن انجام می‌شود و دست راست در وضعیت باز شده با حرکت ابداکشن به بالای سر کشیده می‌شود.»

۱) ناهنجاری کتف بالی شکل
۲) افتادگی شانهٔ سمت چپ
۳) انحراف جانبی لگن به سمت چپ
۴) اسکلیوز c شکل با تحدب به سمت چپ

۴۲- براساس شاخص والگوس مقدار مثبت معادله، نشان‌دهندهٔ کدام مورد است؟

۱) افزایش قوس داخلی پا
۲) کاهش قوس داخلی پا
۳) جابه‌جایی مچ پا به خارج
۴) جابه‌جایی مچ پا به داخل

۴۳- در تقسیم‌بندی ناهنجاری‌ها و بدراستایی‌ها، کدام‌یک با تغییر پوسچر از یک وضعیت به وضعیت دیگر قابلیت برطرف شدن را دارا می‌باشد؟

۱) بدراستایی‌های ساختاری (Strictiral deformities)
۲) بدراستایی‌های عملکردی (Functional deformities)
۳) بدراستایی‌های پویا (Dynamic deformities)
۴) بدراستایی‌های ایستا (Static deformities)

۴۴- رایج‌ترین روش ارزیابی ناهنجاری «سر به جلو» کدام است؟

۱) Craniovertebral angle
۲) Smart tool angle finder
۳) N-TR-VERT angle
۴) Neck slope

۴۵- تمرینات شورت فوت (Short Foot Exercises) برای درمان کدام ناهنجاری بیشتر مورد استفاده قرار می‌گیرد؟

۱) کف پای گود
۲) کف پای صاف
۳) شست کج
۴) انگشت چنگالی

۴۶- در افراد دارای دیسفانکشن ساکروایلیاک، کدام عضله احتمالاً دچار شروع زود هنگام فعالیت می‌شود؟

۱) بایسپس فموریس
۲) اینترنال اوبلیک
۳) مولتی فیدوس
۴) گلوتئوس ماگزیموس

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

۴۷- درصورتی‌که خط شاقولی از وسط کشکک و نزدیک انگشت کوچک پا عبور کند، این ارزیابی بیشتر نشان‌دهندهٔ کدام عارضه است؟

۱) زانوی پرانتزی
۲) آنتی‌ورژن
۳) زانوی ضربدری
۴) کف پای صاف

۴۸- عضلات مربوط به زیر سیستم مایل قدامی کدام‌اند؟ این زیر سیستم در پایداری کدام مفصل نقش دارد؟

۱) عضلات مایل داخلی و خارجی ـ دورکننده‌ها و چرخش‌دهنده‌های خارجی ران ـ مفصل ساکروایلیاک
۲) عضلات مایل داخلی و خارجی ـ دورکننده‌ها و چرخش‌دهنده‌های خارجی ران ـ مفصل لومبو ساکرال
۳) عضلات مایل داخلی و خارجی ـ نزدیک‌کننده‌ها و چرخش‌دهنده‌های خارجی ران ـ مفصل ساکروایلیاک
۴) عضلات مایل داخلی و خارجی ـ نزدیک‌کننده‌ها و چرخش‌دهنده‌های خارجی ران ـ مفصل لومبو ساکرال

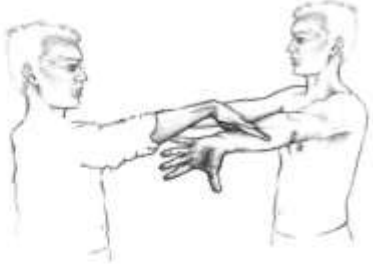
۴۹- در مدل کینزیو پاتولوژیکی سیستم حرکتی انسان، به‌ترتیب (از راست به چپ) سه سیستم متابولیکی، عصبی و عضلانی ـ اسکلتی چه نقشی ایفا می‌کنند؟

۱) حمایتی ـ پایه ـ تعدیل‌کننده
۲) تعدیل‌کننده ـ حمایتی ـ پایه
۳) حمایتی ـ تعدیل‌کننده ـ پایه
۴) پایه ـ تعدیل‌کننده ـ حمایتی

۵۰- در پاسچر پشت تابدار (Sway Back Posture) اگر لگن تیلت خلفی داشته باشد و ران در وضعیت بازشدگی قرار گیرد، کارکرد عضلات سرینی بزرگ چگونه می‌شود؟

۱) نقش چرخش‌دهندگی داخلی آن غلبه می‌کند.
۲) نقش چرخش‌دهندگی خارجی آن غلبه می‌کند.
۳) به حداقل می‌رسد.
۴) به حداکثر می‌رسد.

۵۱- مطابق شکل، امدادگر ورزشی دست ورزشکار آسیب‌دیده را به سمت پایین فشار داده و از او می‌خواهد در مقابل آن مقاومت کند. این آزمون برای بررسی کدام آسیب شانه انجام می‌شود؟



۱) تاندونیت عضلهٔ دلتوئید
۲) تاندونیت سر دراز عضلهٔ بایسپس
۳) تاندونیت عضلهٔ فوق خاری (Supra spinatus)
۴) تاندونیت عضلهٔ تحت کتفی (Subscapularis)

۵۲- کدام مورد در خصوص آسیب «منیسک‌ها» درست است؟

۱) در آسیب منیسک‌ها تورم زیاد و با سرعت بالا در زانو رخ می‌دهد.
۲) شنیدن صدای پاپ (POP) در حین آسیب از نشانه‌های مهم آسیب منیسک‌ها است.
۳) در آسیب قسمت‌های محیطی منیسک‌ها به علت خون‌رسانی بهتر احتمال ترمیم بالاتر است.
۴) به علت محدودیت‌های عملکرد ناشی از آسیب منیسک‌ها بازگشت زودتر از ۴ ـ ۶ ماه به ورزش امکان‌پذیر نمی‌باشد.

۵۳- کدام آزمون می‌تواند آزمون مطمئنی جهت بررسی توانایی ورزشکار در بازگشت به ورزش پس از «آسیب‌های شانه» باشد؟

۱) دیویس (Davis)
۲) تعادل ستاره (SEBT)
۳) لِنی (Lennie test)
۴) اسکات با دستان بالای سر (Overhead squat)

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

۵۴- درآسیب سیندسموزیس مچ پا (Syndesmosis) کدام نواحی آناتومیک آسیب می‌بینند؟

۱) پارگی رباط نازک‌نی قاپی قدامی (Anterior talofibular) و غشای بین استخوانی

۲) پارگی رباط درشت‌نی نازک‌نی قدامی (Anterior tibiofibular) و غشای بین استخوانی

۳) پارگی رباط‌های نازک‌نی قاپی قدامی (Anterior talofibular) و درشت‌نی نازک‌نی قدامی (Anterior tibiofibular)

۴) پارگی رباط‌های نازک‌نی قاپی قدامی (Anterior talofibular)، درشت‌نی نازک‌نی قدامی (Anterior tibiofibular) و غشای بین استخوانی

۵۵- در آسیب عصب «سوپرااسکاپولار»، کدام عضلات دچار ضعف می‌شوند؟

۱) گرد بزرگ و گرد کوچک

۲) سوپرااسپیناتوس و گرد کوچک

۳) گرد بزرگ و دندانه‌ای قدامی

۴) سوپرااسپیناتوس و اینفرااسپیناتوس

۵۶- تمرین رهاسازی (Myofascial release) نشان داده شده در شکل، بیشترین اثر را در درمان کدام آسیب ورزشی دارد؟

۱) زانوی دوندگان (Runner's knee)

۲) زانوی پرندگان (Jumper's knee)

۳) شین اسپلینت (Shin splint)

۴) کیست بیکر (Baker's cyst)

۵۷- ضعف عضلهٔ «سرینی میانی» منجر به غلبهٔ سینرژیک کدام عضلات می‌شود؟

۱) سرینی بزرگ ـ پهن داخلی

۲) کشندهٔ پهن نیام ـ مربع کمری

۳) کشندهٔ پهن نیام ـ سرینی بزرگ

۴) سرینی بزرگ ـ پهن خارجی

۵۸- صدای برخورد بیش از اندازه پا با زمین هنگام فرود در آزمون پرش تاک (Tuck Jump)، نشان‌دهندهٔ کدام نقص عصبی عضلانی است؟

۱) غلبهٔ پا

۲) غلبهٔ تنه

۳) غلبهٔ عضلهٔ چهار سر

۴) غلبهٔ لیگامنتی

۵۹- در پرتونگاری کدام نوع آسیب مچ پا، عریض شدن جعبه مچ (Ankle mortise) مشاهده می‌شود و علت آن کدام است؟

۱) دلتوئید ـ پروتئین زیاد مچ پا

۲) رباط قاپی نازک‌نی خلفی ـ بی‌ثباتی مچ پا در خارج

۳) سندیسموز ـ باز شدن فاصلهٔ بین درشت‌نی و نازک‌نی

۴) رباط پاشنه‌ای نازک‌نی ـ چرخش داخلی پاشنه و ایجاد فضا در سمت خارج مچ پا

۶۰- آزمون Apley grind test، عمدتاً به منظور شناسایی کدام آسیب مورد استفاده قرار می‌گیرد؟

۱) پارگی منیسک

۲) پارگی لیگامنت جانبی داخلی (MCL)

۳) پارگی لیگامنت متقاطع خلفی (PCL)

۴) پارگی لیگامنت متقاطع قدامی (ACL)

۶۱- از جمله علل اصلی آسیب التهاب وتر عضلهٔ «فوق خاری»، به‌کدام مورد می‌توان اشاره کرد؟

۱) درمان ناقص پارگی تاندون عضلهٔ تحت کتفی

۲) درمان ناقص پارگی حاد تاندون عضلهٔ فوق خاری

۳) چرخش داخلی و مکرر بازو بدون توجه به شرایط و ارتفاع دست

۴) به‌کارگیری طولانی و مکرر عضله در سطحی بالاتر از شانه

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

۶۲- مؤثرترین تمرینات جهت تقویت گیرنده‌های حس عمقی مچ پا، کدام است؟

۱) کششی (Stretching) ۲) تعادلی (Balance training)

۳) قدرتی (Strength training) ۴) پلایومتریک (Plyometric)

۶۳- در برنامه‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی در سال‌های اخیر، به کدام نوع برنامه‌ها بیشتر تأکید می‌شود؟

۱) کششی (Stretching) ۲) تعادلی (Balance training)

۳) چندگانه (Multifaceted) ۴) پلایومتریک (Plyometric)

۶۴- صاف شدن زودهنگام زانو در تمرین Step-up ، بیانگر کدام مشکل است؟

۱) غلبهٔ تنه ـ ضعف همسترینگ

۲) غلبهٔ کوادریسپس به گلوتئوس مدیوس

۳) غلبهٔ گلوتئوس ماگزیموس به کوادریسپس

۴) غلبهٔ همسترینگ ـ ضعف و عدم کنترل گلوتئوس ماگزیموس

۶۵- در اثر دررفتگی یا شکستگی بخش فوقانی استخوان بازو به عصب آگزیلاری (زیربغلی) آسیب وارد می‌شود. در این حالت عملکرد کدام عضلات مختل می‌شود؟

۱) دلتوئید و گرد کوچک ۲) فوق خاری و تحت خاری

۳) پشتی بزرگ و گرد بزرگ ۴) سینه‌ای بزرگ و تحت کتفی

۶۶- تیپ کردن (نواربندی) «مچ پای سالم»، در کدام نوع پیشگیری قرار می‌گیرد؟

۱) اولیه ۲) ثانویه

۳) ثالثیه ۴) نهایی

۶۷- کدام آزمون یک ملاک عملکردی مناسب‌تر (نسبت به سایر گزینه‌ها) جهت بازگشت به ورزش بعد از آسیب لیگامنت متقاطع قدامی است؟

۱) هاپینگ ۲) دیویس

۳) مک‌موری ۴) راه رفتن پاشنه پنجه

۶۸- کنترل ضعیف ثبات داینامیک زانو در زمان «فرود از پرش» که از مهم‌ترین علل آسیب ACL در ورزشکاران زن می‌باشد، به کدام علت ایجاد می‌شود؟

۱) ضعف در پلانتارفلکشن ـ اورژن مچ پا

۲) ضعف در پلانتارفلکشن ـ اینورژن مچ پا

۳) ضعف در اکستنشن ـ ابداکشن ـ چرخش خارجی ران

۴) ضعف در اکستنشن ـ ابداکشن ـ چرخش داخلی ران

۶۹- در مراحل ابتدایی بازتوانی ورزشی و با هدف کاهش نیروهای برشی و افزایش ثبات پویای مفاصل، معمولاً کدام نوع از تمرینات به کار برده می‌شود؟

۱) زنجیرهٔ حرکتی باز ۲) زنجیرهٔ حرکتی بسته

۳) مقاومتی فزاینده (پیشرونده) ۴) مقاومتی همجنبش (ایزوکینتیک)

۷۰- شایع‌ترین درد مفصل زانو در ورزشکاران به‌دلیل «پرکاری»، کدام مورد است؟

۱) استئوآرتریت مفصل درشت‌نی رانی ۲) دردهای کشککی ـ رانی

۳) پارگی لیگامنت متقاطع قدامی ۴) دردهای ناشی از التهاب بورس فوق کشککی

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

۷۱- در روند ترمیم (Healing) در فاز ترمیم فیبروبلاستیک، کدام مورد اتفاق می‌افتد؟

۱) فعالیت تکثیری و بازسازی که منجر به تشکیل بافت اسکار می‌شود.

۲) شروع واکنش‌های التهابی مانند قرمزی، تورم، حساسیت و افزایش دمای بافت

۳) واکنش‌های عروقی شامل اسپاسم، انقباض دیواره‌های عروقی و تشکیل لخته خون

۴) تجزیه و سنتز مجدد کلاژن که باعث افزایش مستمر قدرت کششی ماتریکس بافت اسکار می‌شود.

۷۲- کدام مورد از دلایل اصلی ایجاد «سندروم گیرافتادگی» مفصل شانه است؟

۱) ضربات حاد و مستقیم به مفصل

۲) اختلال حرکت در استخوان کتف

۳) شکستگی سر استخوان بازو

۴) شکل غیرطبیعی استخوان ترقوه

۷۳- کدام آسیب در استخوان «ترقوه» شایع‌تر است و مکانیسم این آسیب کدام است؟

۱) دررفتگی مفصل جناغی ترقوه‌ای ـ کشش اندام فوقانی توسط حریف

۲) دررفتگی مفصل جناغی ترقوه‌ای ـ وارد شدن یک ضربه مستقیم

۳) شکستگی استخوان ترقوه ـ کشش اندام فوقانی توسط حریف

۴) شکستگی استخوان ترقوه ـ وارد شدن یک ضربه مستقیم

۷۴- شایع‌ترین علت «همارتروز» زانو و اختصاصی‌ترین و بهترین تست برای تشخیص این آسیب کدام است؟

۱) آسیب ACL ـ لاچمن

۲) آسیب ACL ـ کشویی قدامی

۳) آسیب منیسک‌ها ـ آزمون تسالی

۴) آسیب منیسک‌ها ـ آزمون مک‌موری

۷۵- احساس درد و حساسیت در خط مفصلی خارجی زانو در هنگام خم و باز کردن زانو و قفل شدن زانو، از علائم کدام آسیب زانو است؟

۱) لیگامنت متقاطع قدامی (Anterior cruciate ligament)

۲) لیگامنت جانبی خارجی (Lateral collateral ligament)

۳) پارگی تاندون عضله دو سر رانی در سمت خلفی خارجی زانو

۴) منیسک خارجی (Lateral meniscus)

۷۶- براساس مدل پژوهشی «وان میشلن»، مرحلهٔ دوم پیشگیری از آسیب‌های ورزشی کدام است؟

۱) معرفی معیارها و اقدامات پیشگیرانه برای کاهش خطر بروز آسیب‌ها در آینده

۲) تعیین علل و مکانیسم آسیب‌های ورزشی

۳) بررسی میزان شدت آسیب‌های ورزشی

۴) بررسی میزان بروز آسیب‌های ورزشی

۷۷- یک ورزشکار پرش ارتفاع با نشانه‌های آسیب تاندون کشککی به شما مراجعه کرده است. در بررسی آزمون اسکات بالای سر، «والگوس زانو» در او مشاهده می‌شود. احتمال دارد در این فرد کدام عضلات دچار بیش‌فعالی شده باشند؟

۱) همسترینگ داخلی ـ سرینی میانی ـ پهن داخلی مایل

۲) عضلات نزدیک‌کننده ـ ساقی خلفی ـ سرینی بزرگ

۳) دو قلوی خارجی ـ کشندهٔ پهن نیام ـ پهن خارجی

۴) دو سر رانی ـ ساقی قدامی ـ پهن داخلی

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست

پی‌اچ‌دی تست: نخستین وب‌سایت تخصصی آزمون دکتری

۷۸- از کدام آزمون بیشتر می‌توان برای پیش‌بینی خطر وقوع آسیب «مچ پا» در ورزشکاران استفاده کرد؟

۱) تست تعادل وای (Y)
۲) سیستم نمره‌دهی خطای فرود (LESS)
۳) کشویی قدامی مچ پا (ADT)
۴) غربالگری حرکت عملکردی (FMS)

۷۹- در ایجاد چرخهٔ تجمعی آسیب، کدام مورد نقش اصلی و آغازگر چرخه را بازی می‌کند؟

۱) کاهش کنترل عصبی عضلانی
۲) وجود اضافه‌بار بر بافت‌های نرم
۳) وجود ناراستایی در سیستم حرکتی
۴) نقص عملکردی

۸۰- ورزشکاری از استرین همسترینگ و کمردرد مداوم در هنگام تمرین و مسابقه شکایت دارد. در معاینهٔ وضعیت بدنی وی وجود تیلت قدامی لگن مشاهده می‌شود. کدام مورد می‌تواند عامل اصلی و اولیه در ایجاد ناراحتی وی باشد؟

۱) ضعف عضلهٔ سرینی میانی
۲) ضعف عضلهٔ راست رانی
۳) سفتی عضلهٔ سوئز خاصره
۴) ضعف عضلات راست‌کنندهٔ ستون فقرات

آخرین اخبار و اطلاعات آزمون دکتری در وب‌سایت پی‌اچ‌دی تست