



کد کنترل

112

F

## آزمون (نیمه‌متمرکز) ورود به دوره‌های دکتری - سال ۱۴۰۱

دفترچه شماره (۱)

صبح جمعه ۱۴۰۰/۱۲/۶



«اگر دانشگاه اصلاح شود مملکت اصلاح می‌شود.»

امام خمینی (ره)

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

### رشته علوم ورزشی - رفتار حرکتی و

### روان‌شناسی ورزشی

### (کد ۲۱۱۸)

جدول مواد امتحانی، تعداد، شماره سؤال‌ها و زمان پاسخ‌گویی

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

استفاده از ماشین حساب مجاز نیست.

این آزمون نمره منفی دارد.

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

\* متقاضی گرامی، وارد نکردن مشخصات و امضا در کادر زیر، به منزله غیبت و حضور نداشتن در جلسه آزمون است.

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

امضا:

- ۱- آزمون‌های مهارتی «مک پیرسون»، در کدام رشته ورزشی کاربرد دارند؟  
 (۱) بدمینتون (۲) هندبال (۳) فوتبال (۴) بسکتبال
- ۲- فرض‌های آماری را براساس کدام مورد می‌نویسند؟  
 (۱) آماره جامعه (۲) پارامتر جامعه (۳) آماره نمونه (۴) پارامتر نمونه
- ۳- اگر میانگین گل‌های زده بازیکنان تیم ملوان در فصل ۹۶ برابر با ۲ گل باشد و نصف گل‌زنان این تیم بتوانند در هر فصل، رکورد خود را یک گل بهبود بخشند، میانگین گل زده بازیکنان تیم ملوان در فصل ۹۹ کدام است؟  
 (۱) ۵  
 (۲) ۴٫۵  
 (۳) ۴  
 (۴) ۳٫۵
- ۴- پس از رکوردگیری دراز نشست در یک کلاس، فرد A در چارک دوم، فرد B در نقطه درصد ۴۸ و فرد C در دهک چهارم قرار گرفت. کدام یک وضعیت بهتری دارد؟  
 (۱) C (۲) B (۳) A (۴) A و B
- ۵- در یک رکوردگیری نمره T ورزشکار A برابر ۳۰ شده است. اگر ورزشکار B به اندازه ۲ واحد نمره Z بهتری نسبت به ورزشکار A کسب کرده باشد، اختلاف بین این دو فرد در منحنی طبیعی حدوداً چند درصد است؟  
 (۱) ۲۸  
 (۲) ۳۴  
 (۳) ۴۸  
 (۴) ۶۸
- ۶- کدام مجموعه از ابزارها، مربوط به سنجش انعطاف‌پذیری عضلانی است؟  
 (۱) دینامومتر - فلکسومتر - گونیامتر  
 (۲) فلکسومتر - اینتکلینومتر - گونیامتر  
 (۳) فلکسومتر - زاویه‌سنج - مانومتر  
 (۴) فلکسومتر - اینتکلینومتر - مانومتر
- ۷- اگر دامنه تغییرات بین چارک اول و سوم یک توزیع نرمال برابر با ۱۵ باشد و چارک اول برابر با ۷، میانه کدام است؟  
 (۱) ۲۸  
 (۲) ۲۱  
 (۳) ۱۴  
 (۴) ۷

۸- برای انجام تحقیقی با عنوان «بررسی چالش‌های ورزش ایران در بازی‌های المپیک توکیو» کدام نوع از روش‌های نمونه‌گیری را مناسب‌تر می‌دانید؟

- (۱) هدفمند (۲) در دسترس (۳) خوشه‌ای (۴) تمام شمار

۹- جدول فراوانی رکوردهای شنای مربوط به ۲۰ شناگر به صورت جدول زیر ترسیم شده است. شناگری با رکورد ۳۰٫۵ ثانیه از چند شناگران عملکرد بهتری از خود نشان داده است؟

طبقات	فراوانی مطلق
۴۱-۴۵	۳
۳۶-۴۰	۷
۳۱-۳۵	۵
۲۶-۳۰	۲
۲۰-۲۵	۳

- (۱) ۲۰  
(۲) ۲۵  
(۳) ۵۰  
(۴) ۷۵
- ۱۰- میانگین هندسی چهار عدد ۴ و ۲ و ۲ و ۱، کدام است؟

- (۱)  $\sqrt{4}$   
(۲) ۴  
(۳)  $\sqrt{9}$   
(۴) ۲

۱۱- ضریب تغییرات یک فاکتور آمادگی جسمانی در گروه بانوان برابر ۸ می‌باشد. اگر هر یک از داده‌ها را ۲ برابر کنیم، ضریب تغییرات داده‌های جدید کدام است؟

- (۱) ۱۶  
(۲) ۸  
(۳) ۴  
(۴) ۲

۱۲- مقدار ثابتی را به تک‌تک نمره‌های درس فوتبال تخصصی دانشجویان اضافه کرده‌ایم. میانگین، میانه و انحراف متوسط جدید به ترتیب چه تغییری می‌کنند؟

- (۱) جمع با عدد ثابت - جمع با عدد ثابت - جمع با عدد ثابت  
(۲) جمع با عدد ثابت - جمع با عدد ثابت - بدون تغییر  
(۳) جمع با عدد ثابت - بدون تغییر - جمع با عدد ثابت  
(۴) بدون تغییر - جمع با عدد ثابت - بدون تغییر

۱۳- در یک منحنی با کجی مثبت، اگر نما ۱۲ و میانه ۱۶ باشد، میانگین کدام است؟

- (۱) ۱۰  
(۲) ۱۳  
(۳) ۱۵  
(۴) ۱۸

۱۴- در مدل رگرسیون  $\hat{Y} = 5 + X_1 - 3X_2$  به ازای یک واحد افزایش در مقدار متغیر  $X_2$  به شرط ثابت ماندن مقدار  $X_1$ ، مقدار  $\hat{Y}$  کدام است؟

- (۱) ۲ واحد کاهش می‌یابد.  
(۲) ۳ واحد افزایش می‌یابد.  
(۳) یک واحد کاهش می‌یابد.  
(۴) یک واحد افزایش می‌یابد.

۱۵- در رکوردگیری از ۱۰۰ بازیکن، ۲۰ نفر وسط، رکوردهای کاملاً مشابه کسب کرده‌اند رتبه این ۲۰ نفر کدام است؟

(۱) ۴۱

(۲) ۵۰

(۳) ۵۰٫۵

(۴) ۶۰

۱۶- جدول زیر، پراکندگی پاسخ‌های یک سؤال چهار گزینه‌ای در درس حرکت‌شناسی را برای ۱۰۰ دانشجو نشان می‌دهد. اگر گزینه (ب) پاسخ درست سؤال باشد، «ضریب دشواری» و «ضریب تمیز» سؤال به ترتیب (از راست به چپ)، کدام است؟

گزینه	الف	ب	ج	د
گروه قوی (۵۰ نفر)	۵	۲۰	۱۵	۱۰
گروه ضعیف (۵۰ نفر)	۱۲	۱۴	۱۲	۱۲

(۱) ۰٫۳۴ و ۰٫۱۲

(۲) ۰٫۳۴ و ۰٫۰۶

(۳) ۰٫۶۸ و ۰٫۰۶

(۴) ۰٫۶۸ و ۰٫۱۲

۱۷- اگر میانگین رکورد ۱۲ وزنه‌بردار پس از مصرف یک دوره کراتین از ۷۰ کیلوگرم به ۷۲ کیلوگرم افزایش یابد، چند درصد از این وزنه‌برداران با بهبود ۸ کیلوگرم از رکورد خود باعث این تغییر در میانگین می‌شوند؟

(۱) ۸

(۲) ۱۶

(۳) ۲۰

(۴) ۲۵

۱۸- ورزشکاری در یک برنامه ۳۰ روزه، در روز اول ۲۵ دقیقه دویده است و هر روز ۳ دقیقه به زمان دویدش اضافه کرده است. میانگین زمان دویدن وی کدام است؟

(۱) ۵۵٫۵

(۲) ۶۵

(۳) ۶۸٫۵

(۴) ۷۰

۱۹- حداکثر ضریب دشواری سؤال آخر آزمون سنجش در یک کلاس ۲۰ نفری که تعداد پاسخ‌های صحیح گروه قوی ۲ برابر تعداد پاسخ‌های صحیح گروه ضعیف باشد، کدام است؟

(۱) ۷۵

(۲) ۶۰

(۳) ۴۵

(۴) ۱۵

۲۰- حد میانی طبقه چهارم و پنجم یک جدول فراوانی که دارای ۸ طبقه است به ترتیب ۱۵ و ۱۸ به دست آمده است. حد میانی طبقه اول و آخر این جدول به ترتیب (از راست به چپ)، کدام است؟

(۱) ۹ و ۲۴

(۲) ۶ و ۲۴

(۳) ۶ و ۲۷

(۴) ۱۲ و ۱۸

- ۲۱- در مهارت پرتاب از بالای شانه، کدام الگو را می‌توان از پهلو بهتر مشاهده کرد؟  
 (۱) چرخش تنه  
 (۲) زاویه آرنج  
 (۳) زاویه تنه با بالای بازو  
 (۴) میزان خمیدگی جانبی تنه
- ۲۲- نوجوانی دارای قد ۱۷۰ سانتی‌متر و وزن ۶۰ کیلوگرم می‌باشد، براساس شاخص توده بدن، چگونه فردی است؟  
 (۱) فربه و چاق  
 (۲) طبیعی  
 (۳) لاغر  
 (۴) دارای اضافه وزن
- ۲۳- براساس طبقه‌بندی شلدون، فردی با عدد ۳۷۶ دارای چه تیپ بدنی است؟  
 (۱) اندومورف  
 (۲) اکتومورف  
 (۳) مزومورف  
 (۴) مزو اکتومورف
- ۲۴- براساس مدل شبکه عصبی، آهستگی پاسخ ناشی از سالمندی در اثر کدام مورد است؟  
 (۱) شکسته شدن تصادفی حلقه‌ها در شبکه عصبی  
 (۲) کاهش تعداد نورون‌ها  
 (۳) لاغر شدن دندریت‌ها  
 (۴) افزایش سن عصبی
- ۲۵- کدام مورد در خصوص پدیدار شدن و توقف مراکز استخوان‌سازی درست است؟  
 (۱) بالیدگی استخوانی در پسران زودتر از دختران رخ می‌دهد.  
 (۲) مراکز استخوان‌سازی در پسران زودتر از دختران بدید می‌آید.  
 (۳) نمو مضاعف یعنی رشد طولی استخوان‌های دراز پس از بسته شدن صفحه رشد.  
 (۴) در صفحات اپی‌فیزی، بخش غضروفی ناپدید شده یا بدنه استخوان به اپی‌فیز می‌پیوندد.
- ۲۶- کدام ویژگی در مرحله ابتدایی رشد حرکات محوری دیده می‌شود؟  
 (۱) توانایی ترکیب دو تا سه حرکت برای ایجاد یک حرکت روان  
 (۲) از دست دادن موقتی تعادل  
 (۳) سطح تعادل بیش از حد  
 (۴) عدم نیاز به بینایی
- ۲۷- متخصصین برای تدوین مداخله حرکتی سالمندان به کدام مورد نیازمند هستند؟  
 (۱) فضای ورزشی  
 (۲) سن تقویمی  
 (۳) نتایج مطالعات عملکرد روانی حرکتی  
 (۴) نتایج مطالعات عملکرد
- ۲۸- کدام مورد به‌عنوان مشکل در تأخیر رشد حرکتی براساس نظریه پردازش اطلاعات، تبیین می‌شود؟  
 (۱) در توانایی‌های ذاتی مثل قدرت و غیره  
 (۲) مستقیماً به آسیب دستگاه عصبی مربوط  
 (۳) در سیستم‌های محیطی و عصب‌شناختی  
 (۴) در شکل دادن به راهبردها، توجه و حافظه
- ۲۹- کدام مورد مرحله آغازین مسیر حرکت دست در پرتاب بالای شانه را نشان می‌دهد؟  
 (۱) افقی به جلو  
 (۲) خلفی - قدامی  
 (۳) عمودی - خلفی  
 (۴) قوسی شکل به پایین
- ۳۰- افراد با تیزی بینایی بیست صدم، اشیا را در چند فوتی به‌طور طبیعی می‌بینند؟  
 (۱) ۲۰۰  
 (۲) ۱۰۰  
 (۳) ۴۰  
 (۴) ۲۰
- ۳۱- تشخیص زود هنگام کدام مورد در درمان بیماری، کارآمد است؟  
 (۱) یکس شکننده  
 (۲) اسپینا بیفدا  
 (۳) فتیل کتونوریا  
 (۴) هیدروسفالی

- ۳۲- تجارب تمرینی، بیشتر کدام مورد را در الگوهای حرکتی ایجاد می‌کند؟  
 (۱) زمان‌بندی حرکات  
 (۲) تعداد حلقه‌های حرکتی  
 (۳) توالی حرکات  
 (۴) ترتیب حرکات
- ۳۳- کدام مورد اکثر انطباق‌های بازو و تنه فرد ضربه‌زننده (با پا) را تعیین می‌کند؟  
 (۱) جنسیت  
 (۲) سن تقویمی  
 (۳) مسیر توپ  
 (۴) رنگ توپ
- ۳۴- کدام دیدگاه برای مطالعه رفتارهای حرکتی بزرگسالان مؤثرتر است؟  
 (۱) توصیفی  
 (۲) زیست‌مکانیکی  
 (۳) بالیدگی  
 (۴) بوم‌شناختی
- ۳۵- کدام مورد ادراک فراهم‌سازی ویژگی اندازه اشیا را برای کودکان ایجاد می‌کند؟  
 (۱) ساییدن شیء  
 (۲) گرفتن شیء  
 (۳) گرفتن بازویی شیء  
 (۴) ناخنک زدن به شیء
- ۳۶- کدام مورد در کودکی و نوجوانی افزایش بیشتری دارد؟  
 (۱) حجم ضربه‌ای قلب نسبت به حجم برون‌ده قلب  
 (۲) حجم برون‌ده قلب نسبت به حجم ضربه‌ای قلب  
 (۳) فشار سیستولی نسبت به دیاستولی  
 (۴) فشار دیاستولی نسبت به سیستولی
- ۳۷- دی ان ای میتوکندری سلول از طریق کدام مورد به فرزند منتقل می‌شود؟  
 (۱) ریپوزوم سیتوپلاسم  
 (۲) دی ان ای هسته  
 (۳) آر ان ای  
 (۴) مادرزادی
- ۳۸- کدام مورد تفاوت‌های درون‌الگو در رشد مهارت‌های حرکتی بنیادی را نشان می‌دهد؟  
 (۱) یک جزء از بدن در یک مرحله و جزء دیگر بدن در مرحله دیگری قرار دارد.  
 (۲) کودک در یک الگوی حرکتی ضعیف‌تر از الگوی دیگری است.  
 (۳) کودک در یک الگوی حرکتی در مرحله بالاتری قرار دارد.  
 (۴) تفاوت کودکان در یک الگوی حرکتی است.
- ۳۹- کدام مورد در خصوص تغییرات شاخص توده بدن در طول نمو، درست است؟  
 (۱) ۶۰ تا ۸۰ سالگی افزایش می‌یابد.  
 (۲) ۴ تا ۶ سالگی به حداقل می‌رسد.  
 (۳) از ابتدای تولد تا پایان عمر افزایش می‌یابد.  
 (۴) از ابتدای تولد تا بزرگسالی به صورت خطی افزایش می‌یابد.
- ۴۰- افزایش کدام مورد، تغییرات کارکردی و فیزیولوژیکی تنفسی مرتبط با پیری را به درستی نشان می‌دهد؟  
 (۱) ظرفیت حیاتی  
 (۲) تعداد جیاچه‌ها  
 (۳) ذخیره کارکردی  
 (۴) حداکثر تهویه
- ۴۱- براساس سطوح تحلیل حرکات دیوید مار، وقتی پرسش‌ها به چگونگی انقباضات عضلانی و فعالیت نواحی مغزی مربوط می‌شود، کدام سطح تحلیل درگیر است؟  
 (۱) احرا  
 (۲) محاسباتی  
 (۳) رویه‌ای  
 (۴) کارکردی
- ۴۲- همکوشی، کنترل درجات آزادی را .....  
 (۱) حذف می‌کند.  
 (۲) کاهش می‌دهد.  
 (۳) دچار سوگیری می‌کند.  
 (۴) به هماهنگی وا می‌دارد.
- ۴۳- چرا وقتی که فرد به آینه نگاه می‌کند، کنترل حرکات مشکل است؟  
 (۱) ظراحی حرکت مشکل می‌شود.  
 (۲) بازخورد مبتنی بر حلقه بسته منفی است.  
 (۳) حرکت تحت کنترل حلقه باز انجام می‌شود.  
 (۴) عملکرد عادی میان حرکات و پیامدهای دیداری برعکس است.

- ۴۴- مهم‌ترین ویژگی عملکرد گرفتن شیء، کدام است؟  
 (۱) زمان موجود بین اسنپ شات‌های بینایی ناشی از توپ  
 (۲) مقدار زمان در دسترس بودن بینایی  
 (۳) طول دوره‌های متناوب دیدن  
 (۴) مقدار زمان ندیدن شیء
- ۴۵- در رفلکس خودزا، تحریک عضله باعث کدام مورد می‌شود؟  
 (۱) فعال شدن خودش  
 (۲) بدون محرک خارجی  
 (۳) بروز پتانسیل عمل واحد حرکتی  
 (۴) بازداری هم‌فعالی چرخه آلفا - گاما
- ۴۶- بازداری اعمال از پیش برنامه‌ریزی شده نیازمند وجود چه عواملی هستند تا به موفقیت ختم شود؟  
 (۱) زمان و توجه  
 (۲) بازخورد بیرونی  
 (۳) مکان هدف و انگیزتگی مناسب  
 (۴) در حرکات از پیش برنامه‌ریزی شده، امکان بازداری پاسخ وجود ندارد.
- ۴۷- کدام مورد، نقش بازخورد در مرحله بعد از اتمام حرکت در کنترل حرکات است؟  
 (۱) فراهم‌سازی اطلاعات  
 (۲) تنظیم حرکت در کوشش بعدی  
 (۳) تنظیم و پردازش اطلاعات دریافتی  
 (۴) بازخورد مربوط به حوزه یادگیری حرکات می‌باشد و نقشی در کنترل حرکتی ندارد.
- ۴۸- براساس مدل وینگ و کریستوفرسون (۱۹۷۳) در خصوص ثابت بودن زمان بندی نسبی، کدام زمانبندی مشاهده شده در سطح محیطی، درست است؟  
 (۱) ترکیبی از زمانبندی مطلق و نسبی است.  
 (۲) ترکیبی از ساعت درونی و بازخورد بیرونی است.  
 (۳) ترکیبی از مکانیزم مرکزی و تأخیرات حرکتی است.  
 (۴) این مدل مربوط به دقت حرکت می‌باشد و ارتباطی با زمانبندی حرکات ندارد.
- ۴۹- کدام مورد در خصوص پدیده «نسخه واپران» درست است؟  
 (۱) محرک‌های حسی حاصل از محرک بیرونی موجود در محیط، از محرک‌های حسی حاصل از حرکت خود فرد تمایز داده می‌شوند.  
 (۲) محرک‌های حسی حاصل از محرک بیرونی موجود در محیط، با محرک‌های حسی حاصل از حرکت خود فرد یکپارچه می‌شوند.  
 (۳) فقط محرک‌های حسی حاصل از محرک بیرونی موجود در محیط پردازش می‌شوند.  
 (۴) فقط محرک‌های حسی حاصل از حرکت خود فرد پردازش می‌شوند.
- ۵۰- کدام نظریه کنترل حرکتی بیان می‌دارد که «محرک‌های بیرونی عامل اصلی و راه‌انداز حرکت هستند.»؟  
 (۱) سیستم‌های پویا (۲) برنامه حرکتی (۳) سلسله‌مراتبی (۴) بازتاب
- ۵۱- در کنترل حرکتی با استفاده از مدل حلقه بسته، کدام هدف در ارجحیت است؟  
 (۱) ثبت و ارزیابی دقت حرکت  
 (۲) ثبت و ارزیابی سرعت حرکت  
 (۳) استفاده از برنامه حرکتی در طول اجرای حرکت  
 (۴) شامل نمودن همه اطلاعات مورد نیاز برای اجرای حرکت

- ۵۲- خطاهای گفتاری اسپونریسم و لغزش در عمل، برای تبیین کدام موضوع در کنترل حرکتی است؟  
 (۱) درجات آزادی (۲) ادراک و حرکت  
 (۳) یادگیری و اکتساب مهارت (۴) زمان‌بندی و ترتیب حرکات
- ۵۳- سرکوب جهشی چشم به چه منظور انجام می‌شود؟  
 (۱) تصویر را واضح و دقیق کند. (۲) تصویر را روی شبکه حفظ کند.  
 (۳) حرکات اضافی چشم را زیاد کند. (۴) حرکات اضافی چشم را کنترل کند.
- ۵۴- کدام مورد در خصوص دقت کنترل حرکتی، درست است؟  
 (۱) تعداد تارهای عضلانی بیشتر در یک واحد حرکتی باعث کاهش دقت حرکتی خواهد شد.  
 (۲) تعداد تارهای عضلانی بیشتر در یک واحد حرکتی، هم‌دقت و هم‌قدرت را افزایش می‌دهد.  
 (۳) تعداد تارهای عضلانی بیشتر در یک واحد حرکتی باعث افزایش دقت حرکتی خواهد شد.  
 (۴) در هر فردی تعداد و دقت کنترل حرکتی متفاوت است و نمی‌توان به‌طور دقیق گفت.
- ۵۵- کدام نظریه کنترل حرکتی در بازی شطرنج، کاربرد دارد؟  
 (۱) بازداری بین عنصری (۲) زنجیره‌بندی پاسخ  
 (۳) تداعی عنصر به موقعیت (۴) سلسله‌مراتبی
- ۵۶- یادگیری پنهان و آشکار به ترتیب (از راست به چپ) با کدام دانش در ارتباط هستند؟  
 (۱) اخباری - اخباری (۲) اخباری - رویه‌ای  
 (۳) رویه‌ای - اخباری (۴) رویه‌ای - رویه‌ای
- ۵۷- در کدام یک از حرکات، دو چشم مستقل از هم هستند؟  
 (۱) جهشی بزرگ (۲) لرزشی (۳) ملایم (۴) جهشی کوچک
- ۵۸- شخصی در اجرای مجموعه‌ای پنج کوششی نمرات خطای  $(5, +3, -8, +18, -6)$  را نسبت به هدف کسب کرده است، میانگین نمره خطای مطلق (AE) کدام است؟  
 (۱) ۹٫۵۷  
 (۲) ۸  
 (۳) ۵  
 (۴) ۴٫۴
- ۵۹- کدام مورد در خصوص نظریه حلقه بسته آدامز، درست است؟  
 (۱) حرکت توسط رد ادراکی شروع و کنترل می‌شود.  
 (۲) تمرین متغیر باعث تقویت رد ادراکی صحیح می‌شود.  
 (۳) توضیح کاملی در مورد حرکات آهسته و سریع ارائه می‌کند.  
 (۴) توضیحی در مورد حرکات ایجاد شده پس از آوران‌زدایی ندارد.
- ۶۰- کدام مورد، براساس پژوهش‌های ادراک، عمل درست است؟  
 (۱) حرکت پس زمینه تأثیری در ادراک آگاهانه فرد ندارد.  
 (۲) سیستم بینایی شکمی در مورد تشخیص حرکت دچار سوگیری نمی‌شود.  
 (۳) ادراک آگاهانه فرد دچار سوگیری می‌شود، اما سیستم حرکتی دچار سوگیری نمی‌شود.  
 (۴) پس زمینه در حال حرکت ادراک آگاهانه فرد را تغییر نمی‌دهد، اما جهت هدف‌گیری را تغییر می‌دهد.



- ۶۱- کدام مورد مهم‌ترین پیامد وجود هدف‌گزینی است؟  
 (۱) انگیزه (۲) اعتماد به نفس (۳) تمرکز (۴) بازیابی تمرکز
- ۶۲- گرایش فرد برای تکلیف‌گرا یا خودگرا بودن در کدام مفهوم، تظاهر پیدا می‌کند؟  
 (۱) انگیزش پیشرفت (۲) هدف‌گرایی (۳) دیدگاه هدف نامتمایز (۴) باورهای توانایی ذاتی
- ۶۳- در چهارجوب سبک‌های مقابله، گریه کردن ورزشکار در چه سبکی طبقه‌بندی می‌شود؟  
 (۱) موقعیتی (۲) کنش محور (۳) اجتنابی (۴) رویکردی
- ۶۴- در انجام مداخلات مربوط به توان‌بخشی آسیب‌های ورزشی، انگیزش دادن در کدام مرحله بیشتر مشاهده می‌شود؟  
 (۱) اول (۲) دوم (۳) سوم (۴) چهارم
- ۶۵- اولین مرحله از برنامه‌های تمرین مهارت‌های روان‌شناختی کدام است؟  
 (۱) آموزش (۲) اکتساب (۳) تمرین (۴) خودکاری
- ۶۶- احساس خطر فوری یا واکنش فیزیولوژیک به مواجهه یا فشار چه نام دارد؟  
 (۱) اضطراب (۲) هیجان (۳) استرس (۴) خودتخریبی
- ۶۷- تلاش آگاهانه برای پیوند ذهن و بدن چه نام دارد؟  
 (۱) گسستگی (۲) پیوستگی (۳) ذهن‌آگاهی (۴) استحکام ذهنی
- ۶۸- کدام‌یک از ابعاد توجه، سبک تحلیلی است و در برنامه‌ریزی و تحلیل عملکرد گذشته به کار می‌رود؟  
 (۱) باریک - درونی (۲) باریک - بیرونی (۳) گسترده - بیرونی (۴) گسترده - درونی
- ۶۹- براساس نظریه خودکارآمدی بندورا از میان چهارعنصر ضروری، خود کارآمدی می‌تواند از طریق ..... یا نمایشای شخص دیگر که مهارت را اجرا می‌کند، نیز افزایش یابد.  
 (۱) تجربه نیابتی (۲) ترغیب کلامی (۳) برانگیختگی هیجانی (۴) دستاوردهای عملکردی
- ۷۰- کدام مورد، نوعی آسیب غیرمستقیم می‌باشد که مربوط به اثرات منفی آسیب‌های جدی است و فرد شاهد وقوع آن در دیگران است؟  
 (۱) اختلال استرس پس از آسیب (۲) آسیب جانشینی (۳) یادآوری فوری رویداد آسیب‌زا (۴) تجربه آسیب‌زا
- ۷۱- کدام مورد در زمره مهارت‌های روان‌تنی، در مهارت‌های روانی محسوب می‌شود؟  
 (۱) اعتمادبه‌نفس و تعهد (۲) تصویرسازی و تمرین ذهنی (۳) هدف‌گزینی و اعتمادبه‌نفس (۴) آرام‌سازی و نیروبخشی
- ۷۲- هیجان مطلوب با کدام مورد ارتباط دارد؟  
 (۱) عقاید ورزشکار (۲) قدرت هیجان (۳) شدت هیجان (۴) آمادگی جسمانی ورزشکار
- ۷۳- چه زمانی رفتار تحت کنترل محرک است؟  
 (۱) پیامدها در اداره کردن یک محرک تعیین‌کننده باشد. (۲) پیامدها در اداره کردن یک رفتار تعیین‌کننده باشد. (۳) رفتار در اداره کردن یک محرک تعیین‌کننده باشد. (۴) پیشایندها در اداره کردن یک رفتار تعیین‌کننده باشد.

## ۷۴- در خصوص تنبیه کدام مورد را باید در نظر گرفت؟

- ۱) گاهی برای دستیابی به اهداف ساختاری و انضباطی ضروری بوده، در سطوح رقابتی کاربرد دارد و برای کودکان نباید نخستین رویکرد باشد.
- ۲) در سطوح رقابتی سطح بالا کاربرد ندارد، برای کودکان و ابتدای آموزش مناسب است، اهداف ساختاری را به هم می‌زند.
- ۳) تنبیه ایجاد توسعه و ترس از شکست می‌کند و اشتباهات ورزشکاران را افزایش می‌دهد. بنابراین مناسب نیست.
- ۴) از الزامات همیشگی دستیابی به اهداف ساختاری و انضباطی بوده و برای کودکان نخستین رویکرد نیست.

## ۷۵- کدام مورد در خصوص خودکارآمدی، درست است؟

- ۱) ورزشکاران دارای خودکارآمدی بالا تمایل به انتخاب تکالیف چالشی دارند و هیجانات مثبت را بیشتر تجربه کرده و هدف‌گرینی کمتری ایجاد می‌کند.
- ۲) ورزشکاران دارای خودکارآمدی بالا تمایل به انتخاب تکالیف چالشی دارند و هیجانات مثبت را بیشتر تجربه کرده و اضطراب کمتری دارند.
- ۳) ورزشکاران دارای خودکارآمدی بالا تمایل به انتخاب تکالیف پیچیده دارند و هیجانات مثبت را بیشتر تجربه کرده و اضطراب بیشتری دارند.
- ۴) ورزشکاران دارای خودکارآمدی بالا تمایل به انتخاب تکالیف چالشی دارند و هیجانات مثبت را بیشتر تجربه کرده و همیشه پیروز می‌شوند.

## ۷۶- کدام مورد، اولین گام در مدیریت استرس است؟

- ۱) تشخیص موقعیت‌های تنش‌زا
- ۲) آگاهی از سطح انگیختگی خود
- ۳) شناخت محدوده‌های تنش‌زا
- ۴) آشنایی با روش‌های آرام‌سازی

## ۷۷- کدام مورد در خصوص اهداف عملکردی، درست است؟

- ۱) بر نتیجه اجرا تأکید دارد.
- ۲) بر چگونگی اجرا تأکید دارد.
- ۳) بر استانداردهای اجرایی فزد اشاره دارد.
- ۴) بر پیشرفت‌های مربوط به اجرای گذشته فرد تمرکز دارد.

## ۷۸- مربیان ورزشکاران جوان چه موقع تمرین‌های تمرکز را باید ارائه کنند؟

- ۱) در زمان مسابقه
- ۲) در زمان تمرین
- ۳) زمانی که تحت فشارند
- ۴) زمانی که آرامند

## ۷۹- با توجه به تهدیدهای سلامت روانی اجتماعی ورزشکاران سطح بالا، رشد کدام مهارت در ورزشکاران اولویت دارد؟

- ۱) روانی و کنترل استرس
- ۲) مقابله‌ای و تاب‌آوری
- ۳) عاطفی و اجتماعی
- ۴) ارتقا عملکرد و اعتماد به نفس

## ۸۰- در کدام مورد، اضطراب ذهنی بک ورزشکار در سطح پایینی قرار دارد؟

- ۱) خنثی
- ۲) تضعیف‌کنندگی
- ۳) تسهیل‌کنندگی
- ۴) تسهیل‌کنندگی و تضعیف‌کنندگی



