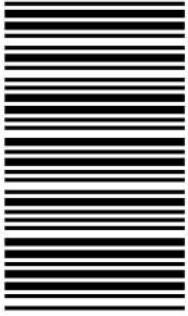


کد کنترل

312

A



312A

## آزمون ورودی دوره دکتری (نیمه متمرکز) - سال ۱۴۰۰

دفترچه شماره (۱)

صبح جمعه

۹۹/۱۲/۱۵



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

«اگر دانشگاه اصلاح شود مملکت اصلاح می شود.»

امام خمینی (ره)

رشته علوم ورزشی - رفتار حرکتی و روان شناسی ورزشی - (کد ۲۱۱۸)

مدت پاسخ گویی: 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 اندازه گیری در تربیت بدنی - رشد جسمانی و حرکتی - کنترل و یادگیری حرکتی - روان شناسی ورزشی	۸۰	۱	۸۰

استفاده از ماشین حساب مجاز نیست.

این آزمون نمره منفی دارد.

\* 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 برای انتخاب تیم دو ۱۰۰ متر دانشگاه رکورد ۱۳ ثانیه را تعیین کنیم، از کدام نوع ارزشیابی استفاده کرده‌ایم؟
    - (۱) نسبی
    - (۲) هنجاری
    - (۳) معیاری
    - (۴) نورمی
  - ۲- تفاوت‌های اصلی بین منحنی طبیعی و منحنی طبیعی استاندارد در کدام یک از موارد زیر است؟
    - (۱) ارتفاع و گستردگی آن‌ها
    - (۲) میانگین و انحراف معیار
    - (۳) فاصله نمره‌های Z از میانگین‌شان
    - (۴) مد، میانه و میانگین آن‌ها
  - ۳- با توجه به نمودار هیستوگرام زیر، کدام رابطه صحیح است؟
    - (۱) میانگین، میانه و مد (نما) با هم برابرند.
    - (۲) میانگین و مد (نما) برابر است، میانه ندارد.
    - (۳) میانه و مد (نما) برابر است، میانگین ندارد.
    - (۴) میانگین با میانه برابر است و مد (نما) ندارد.
- 
- ۴- حداکثر قدرت فردی که وزنه ۷۰ کیلوگرمی را ۱۰ بار بالای سر می‌برد، چند کیلوگرم است؟
    - (۱) ۹۳
    - (۲) ۸۲
    - (۳) ۸۰
    - (۴) ۷۳
  - ۵- فاصله نمرات از خط رگرسیون، بیانگر کدام یک از موارد زیر است؟
    - (۱) خطا در پیش‌بینی
    - (۲) شیب خط رگرسیون
    - (۳) ملاک حداقل مجذورات
    - (۴) مقدار تغییرات مشترک در دو متغیر
  - ۶- داوران مسابقات شیرجه نمایشی و ژیمناستیک هنری به ترتیب از چه مقیاس‌هایی برای نمره‌دهی به ورزشکاران استفاده می‌کنند؟
    - (۱) فاصله‌ای - رتبه‌ای
    - (۲) فاصله‌ای - نسبی
    - (۳) فاصله‌ای - فاصله‌ای
    - (۴) رتبه‌ای - فاصله‌ای
  - ۷- اگر تمامی نمرات یک کلاس را در عدد ثابت A ضرب کنیم، نمره استاندارد Z افراد آن کلاس چه تغییری می‌کند؟
    - (۱) به مقدار نامشخصی تغییر می‌کند.
    - (۲) ضربدر مجذور A می‌شود.
    - (۳) ضربدر A می‌شود.
    - (۴) تغییری نمی‌کند.

- ۸- انحراف چارکی یک آزمون شنا سوئدی با ۲۰ دانشجو برابر با ۲۱ شده است. اگر رکورد یکی از دانشجویان در چارک اول ۱۶ باشد، رکورد دانشجویی که در چارک سوم قرار دارد، چقدر است؟
- (۱) ۵۸  
(۲) ۴۶  
(۳) ۳۷  
(۴) ۵
- ۹- اگر معلمی یک کلاس ۳۰ نفره را به دو گروه مساوی ضعیف و قوی تقسیم کند و تعداد پاسخ صحیح گروه قوی ۱۳ و پاسخ اشتباه گروه ضعیف ۱۱ باشد، ضریب تمیز آزمون برابر کدام مورد است؟
- (۱) ۲۰  
(۲) ۳۰  
(۳) ۴۰  
(۴) ۶۰
- ۱۰- اگر مجموع انحراف داده‌ها از واریانس برابر صفر باشد، میانگین این داده‌ها برابر با کدام مورد است؟
- (۱) انحراف معیار (۲) واریانس (۳) یک (۴) صفر
- ۱۱- میانگین نمرات دراز و نشست یک جامعه ۵۰ و انحراف معیار آن ۴ است. حداکثر چند درصد احتمال دارد که یک عضو تصادفی از این جامعه، تعداد دراز و نشستی بیشتر از ۵۸ یا کمتر از ۴۲ داشته باشد؟
- (۱) ۲/۱۵  
(۲) ۴/۳  
(۳) ۱۶  
(۴) ۳۲
- ۱۲- شکل توزیع نمرات (۱۴-۱۳-۱۰-۶-۶-۶-۵-۴)، چگونه است؟
- (۱) طبیعی (۲) دونمایی (۳) کجی مثبت (۴) کجی منفی
- ۱۳- اگر در جامعه‌ای، همگنی درون گروه‌ها بالا و در جامعه‌ای دیگر همگنی درون گروه‌ها پایین باشد، به ترتیب از چه روش نمونه‌گیری استفاده می‌شود؟
- (۱) خوشه‌ای - سیستماتیک (۲) خوشه‌ای - طبقه‌ای  
(۳) طبقه‌ای - خوشه‌ای (۴) طبقه‌ای - سیستماتیک
- ۱۴- در کدام روش تعیین اعتبار آزمون، ممکن است آزمون قبلی نوعی آموزش برای آزمون بعدی باشد؟
- (۱) دو نیمه کردن (۲) فرم‌های هم‌ارز  
(۳) پایایی مصحح (۴) کودر ریچاردسون
- ۱۵- رتبه علی در امتحان آمار بین ۱۰ نفر برابر با ۷ می‌باشد. اگر استاد یک نمره به او اضافه نماید، نمره‌اش با ۳ نفر دیگر یکسان می‌شود. در این صورت کدام مورد، رتبه جدید علی است؟
- (۱) ۴/۵  
(۲) ۵  
(۳) ۵/۵  
(۴) ۶

- ۱۶- در یک مسابقه دوی ۴۰۰ متر تقریباً ۹۸ درصد دوندگان رکورد بهتری را نسبت به احمد ثبت کرده‌اند. اگر رکورد احمد ۷۴ ثانیه و واریانس رکوردها  $2/25$  باشد، کدام مورد میانگین رکوردهای این مسابقه است؟
- (۱)  $69/5$
  - (۲) ۷۱
  - (۳) ۷۷
  - (۴)  $78/5$
- ۱۷- کدام مورد، خطای معیار میانگین تیم ۲۵ نفری با واریانس نمرات ۲۵ است؟
- (۱)  $0/2$
  - (۲)  $0/5$
  - (۳) ۱
  - (۴) ۵
- ۱۸- ۴۰ نفر دانشجوی علوم ورزشی را براساس نمرات پایان ترم آن‌ها با فاصله طبقاتی ۴ طبقه‌بندی کرده‌ایم. اگر تعداد افراد طبقه آخر برابر با ۸ باشد، چگالی فراوانی نسبی این طبقه چند است؟
- (۱)  $0/05$
  - (۲)  $0/2$
  - (۳)  $0/5$
  - (۴)  $0/6$
- ۱۹- در آزمون  $t$  موقعی فرض صفر رد می‌شود که مقدار  $t$  محاسبه شده ..... مقدار بحرانی جدول باشد.
- (۱) بزرگتر یا مساوی با (۲) برابر با
  - (۳) بزرگتر از (۴) کوچکتر از
- ۲۰- توان یک آزمون به احتمال رد فرض ..... گفته می‌شود، وقتی که این فرض واقعاً ..... است.
- (۱) صفر - درست (۲) خلاف - غلط (۳) صفر - غلط (۴) خلاف - درست
- ۲۱- احتمالاً رشد دانش در افراد به چه ترتیبی صورت می‌گیرد؟
- (۱) دانش بیانی، دانش رویه‌ای، دانش فراشناختی
  - (۲) دانش رویه‌ای، دانش بیانی، دانش فراشناختی
  - (۳) دانش فراشناختی، دانش رویه‌ای، دانش بیانی
  - (۴) دانش بیانی، دانش فراشناختی، دانش رویه‌ای
- ۲۲- جمله زیر نشان دهنده کدام نظریه در رشد حرکتی است؟
- «مهارت‌های حرکتی از تعامل پویایی‌های بدن و ساختار یا کارکردهای مغزی در حال رشد ناشی می‌شوند.»
- (۱) رشد زیست جسمانی (۲) پردازش اطلاعات
  - (۳) سرشت یا برازش (۴) انتخاب گروه عصبی
- ۲۳- کدام گزینه، عالی‌ترین توانایی در دوره حسی - حرکتی برابر نظر پیازنه است؟
- (۱) تمایز بین وسیله و هدف
  - (۲) استدلال مقدماتی درون بازی می‌آید و توسعه می‌یابد.
  - (۳) حرکات بازتابی جای خود را به حرکات ارادی می‌دهند.
  - (۴) کودک خود را به‌عنوان یک شیء در میان انبوهی از اشیاء تشخیص می‌دهد.

۲۴- کدام گزینه، عالی ترین مرحله عمل بازو در نوسان به جلو (رویگرد مؤلفه‌ای) در مهارت پرتاب بالای سر است؟

(۱) اریب بودن بازو

(۲) تأخیر بازو

(۳) در یک راستا بودن بازو

(۴) نبود تأخیر بازو

۲۵- کدام گزینه دربارهٔ انحنای صفحه سهمی ستون فقرات در طول نمو صحیح است؟

(۱) کهنسال دارای چهار انحنای است.

(۲) نوزاد دارای سه انحنای است.

(۳) بزرگسال دارای پنج انحنای است.

(۴) طفل شیرخوار ۶ ماهه دارای سه انحنای است.

۲۶- منظور از دوره‌ای بحرانی یا حساس در رشد چیست؟

(۱) حساس به محرک‌های محیطی

(۲) جهش رشدی قدی

(۳) حساس به محرک‌های عاطفی

(۴) جهش رشدی وزنی

۲۷- آخرین استخوانی که نمو آن در طول رشد متوقف می‌شود، کدام است؟

(۱) ساق

(۲) ترقوه

(۳) جناغ

(۴) دنده‌ها

۲۸- اگر در محور Xها سن به سال باشد در نمودار سرعت قد، کدام گزینه مقیاس محور Yها را نشان می‌دهد؟

(۱) تغییرات در طول رشد

(۲) تغییرات سرعت بر سال

(۳) سانتی‌متر بر سال

(۴) سانتی‌متر

۲۹- کدام گزینه همبستگی گونه پیکری کودکی اولیه با بزرگسالی را نشان می‌دهد؟

(۱) کم / ناچیز

(۲) در حد متوسط

(۳) نزدیک به یک

(۴) معکوس و نزدیک به یک

۳۰- کدام گزینه مشکل توان زیر بیشینه در طول حیات انسان است؟

(۱) سطح بدنی زیاد

(۲) ظرفیت تعریق کمتر

(۳) رشد اکسیژن مصرفی بیشینه

(۴) تبدیل میزان قابل توجهی از انرژی شیمیایی به حرارت

۳۱- کدام گزینه در مورد برتری یک‌طرفه و متقاطع چشمی در عملکرد حرکتی افراد صحیح است؟

(۱) عملکرد حرکتی ارتباطی با برتری جانبی ندارد.

(۲) افرادی که دارای برتری یک‌طرفه هستند نسبت به افراد دارای برتری متقاطع، عملکرد حرکتی بهتری دارند.

(۳) افرادی که دارای برتری متقاطع هستند نسبت به افراد دارای برتری یک‌طرفه، عملکرد حرکتی بهتری دارند.

(۴) عملکرد حرکتی افرادی که دارای برتری یک‌طرفه هستند، مشابه افرادی است که دارای برتری متقاطع هستند.

۳۲- به نظر دانشمندان رویکرد سیستم‌های پویا چه ارتباطی بین بازتاب‌ها و حرکات ارادی آینده وجود دارد؟

(۱) بازتاب‌های اولیه حرکات ارادی آینده را محدود می‌نماید.

(۲) برخی از بازتاب‌های قامتی حرکت ارادی آینده را تسهیل می‌نماید.

(۳) به دلیل غیرارادی بودن بازتاب‌ها، هیچ رابطه‌ای بین تقویت بازتاب و تسهیل حرکات ارادی آینده وجود ندارد.

(۴) به دلیل فاصله نسبتاً زیاد بین محوشدن بازتاب و شروع حرکات ارادی آینده، هیچ رابطه‌ای بین آن‌ها وجود ندارد.

۳۳- کنترل‌کننده‌های راه رفتن ابتدایی اطفال کدام‌اند؟

(۱) قدرت عضلانی و تعادل

(۲) انعطاف‌پذیری و تعادل

(۳) استقامت و قدرت عضلانی

(۴) انعطاف‌پذیری و قدرت عضلانی

- ۳۴- آخرین دوره رشد حرکتی در مدل رشد حرکتی کوه یخی چیست؟  
 (۱) کامل شدن مهارت  
 (۲) الگوهای بنیادی  
 (۳) جبران  
 (۴) زمینه خاص
- ۳۵- هنگام وارونه شدن ساعت شنی گالاهو، سرعت از دست رفتن قابلیت‌های حرکتی را چگونه می‌توان جلوگیری کرد؟  
 (۱) بالا بردن آگاهی‌های فردی در مورد فواید رژیم غذایی متعادل  
 (۲) تغییر در سبک زندگی و فرصت‌های یادگیری در طول عمر  
 (۳) استفاده از رژیم غذایی متعادل  
 (۴) مهندسی و اصلاح ژنتیک
- ۳۶- فرایندی که نمو استخوان به وسیله تجمع لایه‌های جدید بر روی لایه‌هایی که قبلاً شکل گرفته‌اند، به شکلی که قطر استخوان افزایش می‌یابد چه می‌گویند؟  
 (۱) مراکز استخوانی اولیه  
 (۲) استخوانی مضاعف  
 (۳) طولی استخوان‌های دراز  
 (۴) مراکز استخوانی ثانویه
- ۳۷- تمرین طولانی مدت ممکن است باعث افزایش ..... شود. همچنین، فعالیت بدنی بر میزان ..... تأثیری ندارد.  
 (۱) بالیدگی استخوان، بالیدگی استخوان  
 (۲) چگالی استخوان، چگالی استخوان  
 (۳) بالیدگی استخوان، چگالی استخوان  
 (۴) چگالی استخوان، بالیدگی استخوان
- ۳۸- کدام گزینه در مورد استفاده از شاخص توده بدنی (BMI) جهت انجام تحقیقات رشد حرکتی صحیح است؟  
 (۱) همبستگی بسیار زیادی با قد دارد.  
 (۲) در دوره طفولیت و کودکی اولیه مورد تردید است.  
 (۳) شاخص بسیار معتبری برای اندازه‌گیری بافت بدون چربی در طول عمر است.  
 (۴) شاخص بسیار معتبری برای اندازه‌گیری اضافه وزن و چاقی در طول عمر است.
- ۳۹- کدام محدودیت عامل اصلی در رشد گرفتن می‌باشد؟  
 (۱) ترکیبی از فردی و محیطی  
 (۲) محیطی  
 (۳) فردی  
 (۴) تکلیف
- ۴۰- رشد تعادل با کدام عبارت متناسب است؟  
 (۱) تحقیقات نشان داده‌اند عواملی مانند شاخص توده بدنی یا وزن بدن رابطه کمی با تعادل دارند.  
 (۲) تعادل تکلیفی خاص و تحت تأثیر متغیرهای زیادی است که با یک آزمون ارزیابی نمی‌شود.  
 (۳) براساس نتایج تحقیقات پسران در تعادل عمومی بر دختران برتری قابل توجهی دارند.  
 (۴) تعادل پویا قویا به توانایی درک و پردازش اطلاعات مهم بینایی مربوط می‌شود.
- ۴۱- نکته اصلی در تمایز دو سیستم بینایی .....  
 (۱) اطلاعات مربوط به عمل است.  
 (۲) اطلاعات مورد پردازش است.  
 (۳) اطلاعات مربوط به تشخیص و شناسایی است.  
 (۴) اطلاعات مربوط به چگونگی تعامل با شیء است.
- ۴۲- چرا سرعت زیاد حرکت یک مزیت برای پیش‌بینی مجری محسوب می‌شود؟  
 (۱) سرعت بالا مناسب نیست، چون لحظه رسیدن اندام به هدف نیازمند دقت است.  
 (۲) همیشه سرعت بالا مناسب نیست بلکه بستگی به فرد، تکلیف و محیط دارد.  
 (۳) ثبات زمانی بیشتری از یک کوشش به کوشش دیگر وجود دارد.  
 (۴) تغییرپذیری کمتری در تصمیمات به وجود خواهد آمد.

۴۳- اگر دو دست به طور هم زمان الگوهای زمانی - فضایی کاملاً متفاوتی را تولید کنند، می توان گفت کدام مورد درست است؟  
 (۱) دارای برنامه حرکتی تعمیم یافته یکسانی هستند.

(۲) هرچند دستها مستقل عمل می کنند، اما برنامه حرکتی تعمیم یافته یکسان است.

(۳) دارای برنامه های حرکتی تعمیم یافته متفاوتی هستند که به صورت هماهنگ اجرا می شوند.

(۴) دارای برنامه های حرکتی تعمیم یافته متفاوتی هستند ولی به صورت یک واحد عمل می کنند.

۴۴- کدام مورد، منظور از قید نرم است؟

(۱) قیود مبتنی بر وابستگی درجات آزادی به یکدیگر هستند که باعث کاهش هزینه در اجرا می شوند.

(۲) هم کوشی هایی هستند که به حرکات اجازه عمل مستقل را می دهد.

(۳) هم توانی هایی است که در عضلات و مفاصل صورت می گیرد.

(۴) قیود مبتنی بر واکنش ها هستند که نیازمند پردازش نیستند.

۴۵- کدام مورد، هم تولیدی وابسته است؟

(۱) درجات آزادی (۲) نوع عضلات (۳) دقت (۴) زمان

۴۶- منطقه کناری مخچه بیشتر در چه جنبه هایی از کنترل حرکتی درگیر می شوند؟

(۱) کنترل حرکت (۲) یادگیری حرکت

(۳) اصلاح حرکت (۴) طرح ریزی حرکت

۴۷- تفاوت اطلاعات وارده به حافظه کاری از طریق حافظه بلندمدت با حافظه حسی در چیست؟

(۱) اطلاعات حافظه حسی، دیداری هستند. (۲) اطلاعات حافظه بلندمدت اغلب فعال هستند.

(۳) اطلاعات حافظه حسی ناپایدارتر هستند. (۴) اطلاعات حافظه بلندمدت کدگذاری شده هستند.

۴۸- کدام جمله در خصوص حرکات، درست است؟

(۱) بیشتر با توجه به مکان هدف تولید می شوند. (۲) بیشتر با توجه به مسافت هدف تولید می شوند.

(۳) بیشتر با توجه به زمان در دسترس تولید می شوند. (۴) بیشتر با توجه به ادراکات فرد از حرکت تولید می شوند.

۴۹- در قانون توانی تمرین، چه اتفاقی می افتد؟

(۱) حافظه حسی فعالیت زیادی داشته و عملکرد را تقویت می کند.

(۲) یادگیری سلسله مراتبی مهارت را نشان می دهد که نقش حافظه کمرنگ است.

(۳) دسترسی به واحدهای حافظه ای سطوح بالاتر در طول تمرین اتفاق می افتد.

(۴) دسترسی به واحدهای حافظه ای سطوح بالاتر کمرنگ بوده و مراکز پایین را فعال می کند.

۵۰- در آزمایش دو انگشت هاکن و کلسو، افزایش انحراف معیار که باعث انتقال فاز می شود، چه نوسانی نام دارد؟

(۱) بحرانی (۲) تنظیم (۳) فراتنظیم (۴) پسماند

۵۱- در تغییر فاز حرکت برای مرحله انتقال به ترتیب (از راست به چپ) وقتی که فرکانس حرکت از کم به زیاد و زیاد به کم اتفاق بیافتد، کدام مورد درست است؟

(۱) نوسان های بحرانی - نوسان های بحرانی

(۲) پسماند یا وابستگی جهت دار - نوسان های بحرانی

(۳) نوسان های بحرانی - پسماند یا وابستگی جهت دار

(۴) پسماند یا وابستگی جهت دار - پسماند یا وابستگی جهت دار

- ۵۲- تعریف «هیجان‌ها شکل‌دهنده شناخت‌ها هستند و این شناخت‌ها در ادامه بر هیجان‌ها تأثیر می‌گذارند.» براساس چه رویکردی ارائه شده است؟
- (۱) روان‌شناختی (۲) عاطفی (۳) شناختی (۴) بوم‌شناختی
- ۵۳- هنگامی که از دوحس بینایی و شنوایی برای ادراک یک پدیده استفاده می‌کنیم، اگر هر کدام از این دو حس دچار توهم شود، نتیجه نهایی کدام است؟
- (۱) اگر بینایی دچار توهم شود، ادراک نهایی از پدیده نیز دچار اختلال می‌گردد.  
 (۲) اگر هر کدام از حواس دچار توهم شود، ادراک نهایی از پدیده نادرست خواهد بود.  
 (۳) اگر یکی از حواس، ادراک صحیحی داشته باشد، برای درک صحیح آن پدیده کافی است.  
 (۴) بسته به این‌که اطلاعات دریافتی بیشتر بر کدام اندام حسی تأثیرگذار است، اثرات متفاوتی خواهد داشت.
- ۵۴- کدام نظریه یا مدل تمرینات ذهنی، به برجسته کردن میزان فردی‌سازی، دستورالعمل‌ها و توجه به معنی شخصی اهمیت داده است؟
- (۱) پتلب (۲) شناختی یا نمادین (۳) زیستی - اطلاعاتی (۴) عصبی - عضلانی
- ۵۵- درباره برنامه ترکیبی بدنی و مشاهده‌ای کدام مورد درست است؟
- (۱) مناطق متفاوتی در مغز هنگام مشاهده اجرای خود و دیگران به کار می‌افتند.  
 (۲) ترکیب مشاهده حرکت با تمرین بدنی سبب کاهش پتانسیل برانگیخته حرکتی می‌شود.  
 (۳) حداقل نسبت ۵۰ درصد مشاهده به تمرین بدنی فواید بالقوه ۱۰۰ درصد تمرین بدنی را دارد.  
 (۴) نمایش جبران‌کننده کاهش تمرین بدنی در ورزش‌های دارای هزینه جسمانی و روانی می‌باشد.
- ۵۶- سینرژی یا هم‌کوشی راهبردی برای تعیین تغییرپذیری عضلات است. منظور از هم‌کوشی چیست؟
- (۱) فعال‌سازی هم‌زمان عضلات (۲) تشدید انقباض عضلات  
 (۳) رزونانس حرکتی (۴) تحریک الکتریکی فراجمله‌ای
- ۵۷- کدام واژه کارکرد دومین مرحله از یادگیری در مدل سیستم‌های پویا را نشان می‌دهد؟
- (۱) آزادسازی درجات آزادی (۲) انجماد درجات آزادی  
 (۳) بسط درجات آزادی (۴) اکتشاف درجات آزادی
- ۵۸- منظور از فرضیه بسط و تمایز در اثربخشی تمرین تصادفی در یادگیری چیست؟
- (۱) تمرین تصادفی یادگیرنده را وا می‌دارد برنامه‌ریزی عمل را تمرین کند.  
 (۲) تمرین مسدود یادگیرنده را وا می‌دارد برنامه‌ریزی عمل را تمرین کند.  
 (۳) تمرین تصادفی به راهبردهای شناختی بیشتری مانند مقایسه و تقابل حرکات در حافظه کاری منجر می‌شود.  
 (۴) تمرین مسدود به راهبردهای شناختی بیشتری مانند مقایسه و تقابل حرکات در حافظه کاری منجر می‌شود.
- ۵۹- هدف اصلی تمرینات پرآموزی چیست؟
- (۱) رسیدن به سطح اجرای مطلوب (۲) پایدار کردن سطح اجرا  
 (۳) افزایش سطح اجرای (۴) رسیدن به سطح تسلط
- ۶۰- از کدام سیستم حافظه به‌عنوان زندگی‌نامه خودکار یاد می‌شود؟
- (۱) روبه‌ای (۲) اخباری (۳) معنایی (۴) ضمنی
- ۶۱- انسداد در ورزشکار با کدام گزینه ارتباط دارد؟
- (۱) در تمرین‌های سرنوشت‌ساز برای ورزشکار ایجاد می‌گردد.  
 (۲) نشانه‌ای افراطی از اضطراب در مسابقه برای ورزشکار است.  
 (۳) نشانه‌ای افراطی از ضعف اعتماد به نفس در ورزشکار است.  
 (۴) نشانه‌ای افراطی از رفتارهای پرخاشگرانه در ورزشکار است.



- ۶۲- از طریق چه راهبردی می توان واکنش های هیجانی را کنترل کرد؟  
 (۱) کنترل جسمانی - روان شناختی  
 (۲) تغییر سبک های یادگیری  
 (۳) تغییر افکار و ارزیابی ها  
 (۴) کنترل حیطة روانی - حرکتی
- ۶۳- بالاترین سطح انگیزش ..... را سیالی گویند؟  
 (۱) درونی  
 (۲) مادی  
 (۳) بیرونی  
 (۴) شناختی
- ۶۴- اساس ایجاد ارتباط مؤثر بین روان شناس و ورزشکار بر چه پایه ای است؟  
 (۱) شناخت و علاقه  
 (۲) دانش علمی بالا  
 (۳) صداقت و راستگویی  
 (۴) اعتماد و همدلی
- ۶۵- به عنوان روان شناس ورزش چه ارزش هایی را باید در ورزشکار تقویت کنیم؟  
 (۱) به کارگیری حداکثر تلاش  
 (۲) احترام به داور  
 (۳) مسئولیت پذیری  
 (۴) به کارگیری درست مهارت
- ۶۶- هم ارزی کارکردی با کدام یک از روش های تصویرسازی ذهنی ارتباط بیشتری دارد؟  
 (۱) کلاسیک  
 (۲) سنتی  
 (۳) پایویو  
 (۴) پتلپ
- ۶۷- به ترتیب برای کمیت و کیفیت انگیزه، کدام گزینه صحیح است؟  
 (۱) هر دو مربوط به تعهد مثبت و مداوم ورزشکار است که انگیزش موفقیت، لذت منافع جسمانی و روان شناختی را به همراه دارد.  
 (۲) هر دو مربوط به عملکرد کنونی فرد است که انگیزش موفقیت، لذت منافع جسمانی و روان شناختی را به همراه دارد.  
 (۳) کمیت انگیزش مربوط به چگونگی عملکرد کنونی فرد و کیفیت مربوط به تعهد مثبت و مداوم ورزشکار است.  
 (۴) کمیت مربوط به تعهد مثبت و مداوم ورزشکار و کیفیت مربوط به چگونگی عملکرد کنونی فرد است.
- ۶۸- ارتباط بین دشواری تکلیف و هدف چگونه است؟  
 (۱) هرچه هدف دشوارتر باشد عملکرد بهتر است به شرطی که واقعی و در حد توان فرد باشد.  
 (۲) هرچه هدف دشوارتر باشد عملکرد بدتر است به شرطی که واقعی و در حد توان فرد باشد.  
 (۳) هرچه هدف دشوارتر باشد عملکرد بدتر است به شرطی که غیر واقعی باشد.  
 (۴) هرچه هدف دشوارتر باشد عملکرد بهتر است به شرطی که غیر واقعی باشد.
- ۶۹- در نظریه خودمختاری انگیزش، کدام یک از سبک های تنظیمی مربوط به انگیزه بیرونی است؟  
 (۱) تنظیم اسنادی به درون  
 (۲) بدون تنظیم  
 (۳) مشارکت خودمختار  
 (۴) ادارک بدون دلیل
- ۷۰- اصلی ترین هدف مربی از آموزش و ارائه دستورالعمل در مرحله خودکاری چیست؟  
 (۱) اصلاح خطا و افزایش پیشرفت  
 (۲) حفظ سطح مهارت و پیشرفت ورزشکار  
 (۳) افزایش عملکرد و تغییر نگرش ورزشکار  
 (۴) کمک به ورزشکار برای حفظ سطح مهارت و برانگیختن ورزشکار برای پیشرفت
- ۷۱- ارتباط بین اندازه گروه و انسجام تیم چگونه است؟  
 (۱) رابطه مستقیم خطی منفی  
 (۲) رابطه معکوس خطی منفی  
 (۳) یو (U) وارونه  
 (۴) رابطه خطی مثبت

- ۷۲- نظریه تبادل رهبر - عضو چگونه است؟  
 (۱) یک طرفه عمودی (۲) دوطرفه عمودی (۳) یک طرفه افقی (۴) دوطرفه افقی
- ۷۳- رهبری تحول آفرین چگونه است؟  
 (۱) تغییر شکل ساختار براساس واقعیت‌ها (۲) تغییر شکل ساختار از حالت فعلی به حالت ممکن (۳) تغییر رفتار از حالت ممکن به حالت ایده‌آل (۴) تغییر شکل ساختار از حالت فعلی به حالت ایده‌آل
- ۷۴- برای ایجاد پویایی در تیم و ایجاد فضای مؤثر تیمی کدام یک از موارد زیر مهم‌ترین است؟  
 (۱) انصاف (۲) مجاورت (۳) تمایز (۴) مشابهت
- ۷۵- آرام‌سازی پیش‌رونده عضلانی (PMR) به چه منظوری اجرا می‌شود؟  
 (۱) کاهش اضطراب (۲) افزایش تمرکز و توجه (۳) کنار آمدن با ناسازگاری‌ها (۴) کنترل هیجان‌ها
- ۷۶- از جمله نشانه‌های کدام مورد در ورزشکاران افکار و احساسات منفی، شکست در ارتباطات، شخصیت عصبی، احساس بدنی نامناسب است؟  
 (۱) بیش تمرینی (۲) انسداد (۳) کمال‌گرایی منفی (۴) فرسودگی
- ۷۷- انگیزه پرهیز از شکست در محیط ورزشی و یا گرایش به نگرانی در خصوص شکست در ورزش را ..... می‌گویند.  
 (۱) استرس (فشار روانی) ورزشی (۲) انگیزتگی فیزیولوژیک (۳) اضطراب صفتی (۴) اضطراب رقابتی
- ۷۸- براساس تقسیم‌بندی روان‌شناسان ورزشی، مهارت‌های روانی (PST) در مهارت‌های پایه، مهارت‌های روان‌تنی و مهارت‌های شناختی طبقه‌بندی می‌شوند. کدام گروه از مهارت‌های زیر در زمره مهارت‌های پایه PST محسوب می‌شوند؟  
 (۱) آرام‌سازی و نیروبخشی (۲) اعتماد به نفس و تعهد (۳) هدف‌گزینی، اعتماد به نفس (۴) تصویرسازی، تمرین ذهنی
- ۷۹- کدام هدف، انعطاف‌پذیری بیشتری داشته و تحت کنترل فرد می‌باشد؟  
 (۱) نتیجه‌ای (۲) عملکردی (۳) دستاوردی (۴) فرایندی
- ۸۰- کدام نظریه، معتقد است سطح مطلوب اضطراب از فردی به فرد دیگر متفاوت است؟  
 (۱) فاجعه (۲) سائق (۳) منحنی گنبدی (۴) منطقه کارکرد بهینه فردی



