

توضیحات:

- ویژه آزمون آموزش و پرورش
- بخشی از محصول
- کد محصول: es۸۸۰

سوالات استخدامی

دانش فنی تخصصی

رشته تربیت بدنی پایه دوازدهم

تالیف ایران عرضه ۱۴۰۳

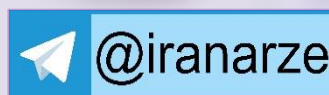
iranarze.ir/a۱

دانلود سوالات استخدامی آموزش و پرورش

iranarze.ir/a۲

دانلود منابع و جزوات استخدامی آموزش و پرورش

« انتشار یا استفاده غیر تجاری از این فایل، بدون حذف لوگوی ایران عرضه، مجاز می باشد »



۱- کدام گزینه در خصوص دسته بندی جانداران بر اساس حرکت درست است؟ (iranarze.ir)

(۱) گیاهان حرکت می کنند، حرکتی کند و آرام که غیر قابل کنترل است.

(۲) حرکت حیوانات گاهی بسیار سریع و گاهی بسیار کند است، براساس شرایط و به طور آگاهانه آن را کنترل میکنند .

(۳) انسان ها براساس غریزه ، رفتار کنترل شده ای از خود بروز می دهند.

(۴) حرکت گیاهان قابل هدایت است .

پاسخ سایت ایران عرضه: گزینه ۴

گیاهان حرکت می کنند، حرکتی کند و آرام؛ حرکتی که با هرس باغبان کنترل می شود تا در مسیر مشخصی هدایت شود.

حیوانات هم حرکت می کنند. حرکت حیوانات بسیار متنوع است. برخی می دوند، برخی می جهند، برخی شنا می کنند و برخی می خزند. حرکت حیوانات گاهی بسیار سریع و گاهی بسیار کند است. براساس شرایط و به طور غریزی حرکت های خود را کنترل می کنند.

انسان ها هم حرکت می کنند. آنها برای انجام فعالیت های روزمره زندگی، فرایض دینی، وظایف شغلی و اکتشاف ها و... و بالاخره فعالیت های ورزشی حرکت می کنند. آنها گاهی کند و گاهی تند حرکت می کنند. انسان ها براساس قوه تمیز و تربیت، رفتار کنترل شده ای از خود بروز می دهند.

۲- (منبع ایران عرضه) کدام گزینه تعریف صحیحی از رشد حرکتی بیان میکند؟ (iranarze.ir)

(۱) فرایندی همه جانبه است که در سراسر عمر روی می دهد.

(۲) رشد حرکتی اصطلاحی است که برای تغییرات کیفی در طی فرایند رشد در طول زندگی به کار می رود.

(۳) به تغییرهای مداوم رفتار حرکتی انسان در طول عمر گفته میشود.

(۴) رشد حرکتی، نتیجه تعامل شرایط بیولوژیکی و ویژگی فعالیت است.

پاسخ سایت ایران عرضه: گزینه ۳

رشد حرکتی به تغییرهای مداوم رفتار حرکتی انسان در طول عمر گفته میشود . رشد حرکتی، نتیجه تعامل شرایط محیطی و شرایط بیولوژیکی و ویژگی فعالیت است.

۳- کدام گزینه در خصوص عوامل رشد صحیح است ؟ (iranarze.ir)

(۱) ارتقای مهارت در بیل زدن همراه با حرکت های گول زدن بدنی در مقابل حریف، بیانگر رشد چند عاملی فرد در ورزش است.

(۲) انتقال ژنتیکی توانمندی های حرکتی والدین ورزشکار به کودک، همراه با امکان حضور کودک در محیط های ورزشی بیانگر رشد تراکمی فرد در ورزش است .

(۳) کسب توانایی راه رفتن زیگزاگی، پس از کسب مهارت در راه رفتن مستقیم نمونه ای از رشد متوالی است .

(۴) تفاوت توانایی یک نوجوان مستعد تیراندازی در نشانه روی به هدف در قیاس با هم سن ها و همتابان خود، بیانگر تأثیر عامل رشد فردی در ورزش است.

پاسخ سایت ایران عرضه: گزینه ۴

ارتقای مهارت در بیل زدن همراه با حرکت های گول زدن بدنی در مقابل حریف، بیانگر رشد مهارتی فرد است که حاصل زیاد تمرین کردن و رشد کیفیت در بیل زدن است.

انتقال ژنتیکی توانمندی های حرکتی والدین ورزشکار به کودک، همراه با امکان حضور کودک در محیط های ورزشی (خانواده ورزشکار یا ورزش دوست)، همراه با کسب تجربه های حرکتی کودک با بهره مندی از یک مربی خبره، بیانگر رشد چند عاملی فرد در ورزش است .

کسب توانایی راه رفتن زیگزاگی، پس از کسب مهارت در راه رفتن مستقیم مثالی از رشد تراکمی در فرد است

۴- کدام گزینه در مورد مراحل رشد حرکتی براساس دوره های تقریبی رشد صحیح نیست ؟ (iranarze.ir)

(۱) مکیدن جز مرحله حرکت های بازتابی / رمز گشایی است

(۲) در مرحله حرکت های تخصصی ، حرکات ارادی، ماهرانه و کنترل شده هستند.

(۳) اولین حرکت های ارادی در مرحله ی حرکت های مقدماتی / پیش کنترلی مشاهده میشود.

(۴) حرکت های پیچیده در زندگی روزمره شامل مرحله حرکت های تخصصی میشود

پاسخ سایت ایران عرضه: گزینه ۳

مرحله حرکت‌های بازتابی / رمزگشایی: از نوع حرکت‌های غیرارادی هستند، مانند مکیدن ها و خزیدن های اولیه.
مرحله حرکت‌های مقدماتی/پیش کنترلی: اولین حرکت‌های ارادی هستند، مانند کنترل سر و گردن و چهار دست و پا راه رفتن
مرحله حرکت‌های بنیادی / بالیدگی: حرکت‌های ارادی، ماهرانه و کنترل شده هستند، مانند دویدن ها، پریدن ها و تعادلی ها
مرحله حرکت‌های تخصصی / کاربرد: حرکت‌های پیچیده در زندگی روزمره، تفریحی و ورزشی هستند. فعالیت های ورزشی نیز از این قاعده مستثنی نیستند. برای رشد و توسعه مهارت های ورزشی نیز مراحل رشد به ترتیب طی می شوند.

۵- کدام گزینه در مورد توانایی های جیبایی صحیح می باشد ؟ (iranarze.ir)

- (۱) الگوی یورتمه رفتن شامل یک گام و یک لی، متناوباً با هر پا است .
(۲) آبشار والیبال نمونه ای از الگوی حرکتی لی لی کردن می باشد .
(۳) الگوی حرکتی سکسکه دویدن در دامنه سنی ۳ تا ۷ سالگی ظهور میکند.
(۴) راه رفتن ها شامل عدم تماس لحظه ای پاها با زمین است .

پاسخ سایت ایران عرضه: گزینه ۳

توانایی های جابه جایی: به حرکت هایی گفته می شود که نیاز به تغییر در جابه جا شدن بدن (مرکز ثقل بدن) از یک نقطه به نقطه ی دیگر دارد، مانند دویدن ها، پریدن ها، غلت زدن ها و ...

الگوی حرکتی	دامنه تقریبی سن ظهور	نمونه کاربرد در حرکت‌های ورزشی
راه رفتن ها (تماس حداقل یک پا با زمین)	۲ سالگی - ۹ ماهگی	دفاع آخر فوتبال در هنگام حرکت‌های خط حمله روی دروازه
دویدن ها (عدم تماس لحظه ای پاها با زمین)	۶ سالگی - ۱۴ ماهگی	دریبل کردن ها، حرکت‌های زمینی ژیمناست‌ها
پریدن ها (پرش طولی، عمودی، از بلندی)	۶ سالگی - ۱۴ ماهگی	آبشار والیبال، پرش‌ها در دو و میدانی
لی لی کردن ها (پرش با یک پا و فرود با همان پا)	۶ - ۲ سالگی	مهارت زیربنایی تکنیک‌های اکثر رشته‌های ورزشی
یورتمه رفتن (یک گام و پرش، متناوباً با هر پا)	۶ - ۳ سالگی	حرکت تنظیم پا قبل از سه گام بسکتبال، یا یک فن در حرکت‌های زمینی ژیمناستیک
سکسکه دویدن (یک گام و یک لی، متناوباً با هر پا)	۷ - ۳ سالگی	حرکت‌های گرم کردن فوتبالیست‌ها در طول زمین

۶- کدام گزینه در خصوص یادگیری حرکتی صحیح نیست ؟ (iranarze.ir)

- (۱) نوعی از یادگیری است که در آن حرکت نقش مهمی ایفا میکند
(۲) تغییرهای کاملاً دائمی در رفتار حرکتی است.
(۳) از طریق تمرین و تجربه های قبلی حاصل میشود
(۴) زمانی صورت میگیرد که فرد در عادت های رفتاری روزمره خود از الگوی آموزش دیده پیروی کند.

۷- یادگیری عاطفی به حرکت ها و فعالیت های ورزشی توجه دارد. (iranarze.ir)

- (۱) درک (۲) دانش (۳) توسعه (۴) یادگیری

۸- عملی اکتسابی و ارادی که نیاز به حرکت های ترکیبی یک یا چند بخش از بدن انسان دارد چه نام دارد ؟ (iranarze.ir)

- (۱) یادگیری شناختی (۲) مهارت حرکتی (۳) رشد حرکتی (۴) یادگیری حرکتی

۹- کدام گزینه در مورد یادگیری مهارت فرد در اجرای تکنیک تیراندازی در پینت بال درست است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) آگاهی ورزشکار از مفهوم های مربوط به هدف گیری، تمرکز، تعادل حیطة عاطفی است
(۲) درک ورزشکار در شیوه به کارگیری مفهوم فوق و توجه به شلیک نکردن به حریفی که با مشکل روبه رو شده است حیطة ی روان - حرکتی است
(۳) شلیک صحیح، دقیق و ماهرانه با رعایت اصول تکنیکی حیطة ی شناختی است
(۴) آگاهی ورزشکار از استقامت عضلاتی حیطة ی شناختی است

۱۰- کدامیک در مورد هرم سلسله مراتبی ورزش مول و همکاران صحیح نیست ؟ (iranarze.ir)

- (۱) در هرم سلسله مراتب ورزش مول و همکاران حجم افراد درگیر در ورزش تربیتی در قاعده هرم، بیش از سه حیطه دیگر ورزشی است
- (۲) در هرم سلسله مراتب ورزش مول و همکاران موفقیت در ورزش سه حوزه بالاتر، بستگی به کیفیت ورزش تربیتی دارد
- (۳) ورزش همگانی در قاعده هرم زیر بنای سه حیطه دیگر ورزشی است
- (۴) در هرم سلسله مراتب ورزش مول و همکاران به جای پرورش قهرمانان حرفه‌ای، به دنبال پرورش انسان هایی با سبک زندگی سالم و منش جوانمردانه هستیم

۱۱- کدامیک در مورد انواع طبقه بندی ورزش درست است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) تقسیم بندی ورزش از نظر تعداد نفرات به دو گروه انفرادی مثل ژیمناستیک و اجتماعی مانند دومیدانی می باشد
 - (۲) از بعد سطوح سلامتی، ورزش به دو بعد سبک و سنگین تقسیم میشود
 - (۳) از بعد امکان اجرا در فصول سال، ورزش به دو بعد بهاره و پاییزه تقسیم میشود
 - (۴) ورزش از نظر بعد تاریخی به دو بعد باستانی و مدرن تقسیم میشود
- ۱۲- از میان ۱۰ رشته برتر جهان از بعد هواداران کدام رشته در ایران دارای هواداران نسبتا بالایی است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) کشتی / فوتبال / جودو
- (۲) فوتبال / بسکتبال / والیبال
- (۳) کشتی / فوتبال / والیبال
- (۴) کشتی / والیبال / بسکتبال

۱۳- متولیان ورزش قهرمانی کدام اند ؟ (iranarze.ir)

- (۱) فدراسیون های ورزشی
- (۲) وزارت ورزش و جوانان
- (۳) کمیته ملی المپیک
- (۴) همه موارد

۱۴- کدام گزینه در مورد ورزش تربیتی درست است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) متولی تربیت ورزشکاران حرفه ای است
- (۲) عهده دار تأمین سلامتی اقشار مختلف جامعه است
- (۳) زیر بنای رعایت اخلاقیات در ورزش است
- (۴) رسالت تربیت قهرمانان ورزشی را برعهده دارد

۱۵- هدف ورزش تربیتی، در راستای اهداف تعلیم و تربیت کشور، چه چیزی می باشد؟ (iranarze.ir)

- (۱) پرورش قهرمانان
- (۲) پرورش کرامت انسانی
- (۳) رفتار اخلاقی
- (۴) پرورش روحیه رقابت بین افراد

۱۶- بر اساس هرم آموزشی کدام گزینه درست بیان شده ؟ (iranarze.ir)

- (۱) وقتی در آموزش فقط از روش خواندن استفاده شود، فقط ۲۰٪ یادگیری صورت میگیرد
- (۲) وقتی علاوه بر خواندن، از روش سمعی - بصری استفاده شود، فقط ۴۰٪ یادگیری صورت میگیرد
- (۳) استفاده از روش تمرین به تنهایی میتواند ۷۵ درصد یادگیری را ایجاد نماید
- (۴) استفاده از روش نمایش کار در کنار روش های خواندن و سمعی-بصری ۳۰ درصد یادگیری را فراهم میکند

۱۷- (تالیف توسط سایت ایران عرضه) کدامیک به ترتیب ابزاری برای نظر سنجی و مقایسه با استانداردها است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) چک لیست / پرسشنامه
- (۲) پرسشنامه / چک لیست
- (۳) چک لیست / آزمون عملی
- (۴) آزمون عملی / پرسشنامه

۱۸- کدام گزینه از ویژگی های آزمون خوب نیست ؟ (iranarze.ir)

- (۱) روایی
- (۲) پایایی
- (۳) ارزان بودن
- (۴) عینیت

۱۹- ترازویی که با دو بار وزن کردن، وزن شما را به یک اندازه نشان دهد) کدام ویژگی را دارد ؟ (iranarze.ir)

- (۱) روایی
- (۲) عملی بودن
- (۳) پایایی
- (۴) عینیت

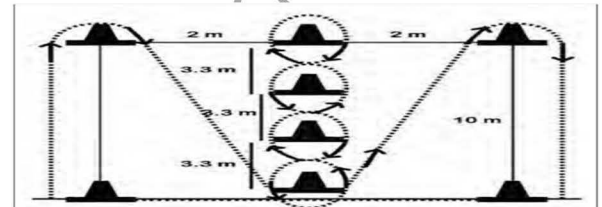
۲۰- کدام گزینه در مورد طبقه بندی آزمون های مختلف ورزشی درست نیست ؟ (iranarze.ir)

- (۱) آزمون قد ایستاده شامل آزمون های جسمانی وابسته به سلامتی است
(۲) آزمون دراز و نشست نیم خیز شامل آزمون های حرکتی است
(۳) آزمون پله کوبین شامل آزمون های انعطاف پذیری می باشد
(۴) چابکی شامل آزمون های مهارتی رشته های مختلف ورزشی است

۲۱- اندازه گیری قدرت عضلات دست با است . (iranarze.ir)

- (۱) دراز و نشست نیم خیز (۲) آزمون ایلی نویز (۳) دینامتر (۴) آزمون پله کوبین

۲۲- شکل زیر مسیر کدام آزمون ورزشی است ؟ (iranarze.ir)



- (۱) پله کوبین (۲) ایلی نویز (۳) چابکی T (۴) نلسون

۲۳- تکنیکی را که با سرعت و به طور صحیح انجام داده بشود ، چه نامیده میشود ؟ (iranarze.ir)

- (۱) سرعت عکس العمل (۲) مهارت (۳) توان (۴) استقامت

۲۴- هدف از آزمون سیمو چیست ؟ (iranarze.ir)

- (۱) اندازه گیری چابکی عمومی (۲) اندازه گیری زمان واکنش و سرعت حرکت (۳) تعادل پویا (۴) اندازه گیری قدرت عضلات

۲۵- اندازه گیری قدرت و توان انفجاری عضلات دست در اجرای مهارت شوت توسط کدام آزمون است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) آزمون ایفرد (۲) آزمون کورنیش (۳) آزمون مت لوکهارت (۴) آزمون نلسون

۲۶- آزمون های دو سرعت کدام است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) ۸۰۰ متر (۲) ۱۵۰۰ متر (۳) ۴۰۰ متر (۴) ۵۰۰۰ متر

۲۷- وقتی به صورت غیرارادی اشیا و افراد و محیط را از نظر میگذرانید ، از کدامیک از انواع حس بینایی استفاده میکنیم ؟ (iranarze.ir)

- (۱) دیدن (۲) نگاه کردن (۳) نگاه دقیق (۴) مشاهده

۲۸- عمل نظارت مسابقه بسکتبال توسط ناظر مسابقه، کدامیک از انواع حس بینایی است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) مشاهده (۲) دیدن (۳) نگاه دقیق (۴) نگاه کردن

۲۹- (در ورزش تیر و کمان، کسب امتیاز از طریق زدن تیر به یک هدف مشخص است) جز کدامیک از گام های مرحله پیش مشاهده است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) تقسیم مهارت به بخش های مختلف (۲) تشخیص عناصر اصلی مهارت (۳) تشخیص هدف مهارت (۴) طرح برنامه مشاهده

۳۰- کدامیک جز حرکات به عقب یا حرکات بازگشت به حالت اولیه است؟ (iranarze.ir)

- (۱) آمادگی دست ها و پاها توسط پرتاب کننده وزنه، قبل از اقدام به انجام هر حرکتی

(۲) لحظه رها شدن وزنه توسط پرتاب کننده وزنه

(۳) کشیده شدن دست و بدن به سمت جلو و بالا توسط بازیکن هندبال تا رسیدن توپ به هم تیمی

(۴) اجرای یک گام به عقب توسط پرتاب کننده وزنه، برای تولید نیرو

۳۱- در لحظه حیاتی ، کدام فاکتور ها مهم هستند ؟ (iranarze.ir)

- (۱) نیرو مناسب (۲) زمان مناسب (۳) وضعیت مناسب (۴) همه موارد

۳۲- عناصر کلیدی در تقسیم بندی بخش های مختلف حرکت چیست ؟ (iranarze.ir)

- (۱) اجزای مهارت هایی هستند که بر عملکرد نهایی تاثیر میگذارد.
- (۲) حرکاتی هستند که از بروز آسیب در ورزشکار جلوگیری میکند
- (۳) حرکات مهم در لحظه حیاتی می باشد
- (۴) حرکاتی هستند که ورزشکار برای تولید نیروی کافی جهت اجرای اصلی انجام میدهد

۳۳- کدام گزینه در خصوص گام چهارم برنامه پیش مشاهده درست نیست ؟ (iranarze.ir)

- (۱) برنامه مشاهده، برنامه ای است که چگونگی، زمان و محل مشاهده را مشخص میکند.
- (۲) اگر اصرار داشته باشید که تمام جزئیات مهارت را مشاهده کنید، نهایت موفق به دیدن تمام اجزای آن خواهید شد.
- (۳) طرح برنامه مشاهده شامل تشخیص اینکه کدام عناصر کلیدی باید مشاهده شوند میباشد
- (۴) ایجاد طرح برنامه مشاهده برای مشاهده صحیح مهارت ها ضروری است.

۳۴- کدام گزینه دستور العمل محل قرارگیری مشاهده گر را به درستی بیان کرده ؟ (iranarze.ir)

- (۱) تعریف (بهترین محل قرارگیری) برای مشاهده مهارت های مختلف و در عناصر کلیدی مختلف یکسان است
- (۲) برای مشاهده یک مهارت از یک زاویه خاص مهارت را مشاهده کنید
- (۳) مشاهده از زاویه روبه رو، اطلاعاتی درباره نحوه گام برداری به مشاهده گر میدهد
- (۴) در نقطه وسط مسیر حرکت ورزشکار قرار بگیرید، تا در طول مسافت به طور کامل حرکت وی را ببینید

۳۵- بررسی عوامل سه گانه رفتار حرکتی چه دست آوردی خواهد داشت ؟ (iranarze.ir)

- (۱) منجر به آگاهی و توانایی مربی ها در ارتقای مهارت های حرکتی بنیادی کودک ها و نوجوان ها میشود
- (۲) منجر به افزایش توانایی مربی در کنترل فضای آموزشی خواهد شد
- (۳) موجب ارتقا مهارت حرکت بنیادی کودک و نوجوان خواهد شد
- (۴) با شناخت ابعاد رفتار حرکتی به ارتقای اجرای حرکت های پایه ورزشی کمک خواهد کرد

۳۶- (منبع سوالات سایت ایران عرضه) عوامل موثر در رشد کدام است؟ (iranarze.ir)

- (۱) ژنتیک / تمرین / محیط (۲) ارث / محیط / تجربه های فردی (۳) فعالیت مستمر / ارث / تجربه های فردی (۴) تجربه / ژنتیک / مهارت

۳۷- تغییرات رشد چگونه است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) پیش رونده (۲) پس رونده (۳) پیش رونده و پس رنده (۴) هیچ کدام

۳۸- سن توقف رشد طولی بدن انسان کدام است ؟ (iranarze.ir)

- (۱) ۱۵ سالگی (۲) ۲۰ سالگی (۳) ۱۸ سالگی (۴) ۲۲ سالگی

۳۹- بالیدگی و نمو به ترتیب برای چه نوع تغییرات در طی فرایند رشد به کار میروند ؟ (iranarze.ir)

- (۱) کیفی / کمی (۲) کمی / کیفی (۳) کیفی / کیفی (۴) کمی / کمی

۴۰- فرایند رشد حرکتی در درجه اول چگونه خود را نمایان می کند؟ (iranarze.ir)

- (۱) تغییرات به وجود آمده در رفتار حرکتی در طول زمان
- (۲) انجام حرکت های غیرارادی مانند مکیدن
- (۳) تغییر در حرکت های بنیادی و کاربردی
- (۴) تغییرات کمی در طی فرایند رشد

۴۱- توانایی استواری چیست ؟ (iranarze.ir)

- (۱) به حرکت هایی گفته می شود که نیاز به تغییر در جابه جا شدن بدن دارد
- (۲) به هر حرکتی گفته می شود که به درجه ای از تعادل نیاز داشته باشد.

۳) به حرکت هایی گفته می شود که در آن فرد از اندام های بدن، برای تولید نیرو، جهت به حرکت درآوردن یک شی استفاده میکند

۴) به حرکت هایی گفته می شود که در آن فرد از اندام های بدن جذب نیروی حاصل از اشیاء استفاده میکند

۴۲- یادگیری چ زمانی صورت میگیرد ؟ (iranarze.ir)

۱) یادگیری زمانی صورت میگیرد که جزو رفتار دائم فرد باشد

۲) یادگیری زمانی صورت میگیرد که حرکات بنیادی در فرد نهادینه شود

۳) یادگیری زمانی صورت میگیرد که ارتباط مثبت بین مهارت های حرکتی بنیادی با آمادگی قلبی - تنفسی ایجاد شود

۴) یادگیری زمانی صورت میگیرد که فر رفتار خاصی را در مدت محدود به صورت مکرر تکرار کند

۴۳- تعریف مهارت باز کدام است ؟ (iranarze.ir)

۱) یک مهارت کلیشه ای است که معمولا در شرایط محیطی ثابت انجام می شود

۲) یک مهارت معمولا غیر قابل پیش بینی است که در محیطی بی ثبات انجام می شود

۳) مهارتی به دقت زیادی در اجرا نیاز ندارد

۴) حرکتی است که نقطه شروع و پایان مشخص ندارد

۴۴- در کدامیک از سطوح حرکت فرد با یک فرایند نسبتا سریع حرکت های خود را کنترل می کند؟ (iranarze.ir)

۱) سطح متوسط ۲) سطح مبتدی ۳) سطح عالی ۴) سطح پیشرفته

۴۵- حضور مؤثر افراد در ورزش های گروهی و همدلی در تمرینات گروهی ورزش های انفرادی، نشانه کدامیک از ابعاد تربیت است؟ (iranarze.ir)

۱) بعد گروهی ۲) بعد اجتماعی ۳) بعد اخلاقی ۴) بعد عقلی

۴۶- بهترین رویکرد برای ادامه یادگیری زبان کدام است ؟ (iranarze.ir)

۱) رویکردی مبتنی بر رفع مهم ترین نیازهای یادگیرندگان و برانگیزاننده افراد

۲) رویکرد تشویقی و برانگیزاننده برای افراد

۳) رویکرد حمایتی جهت ادامه فرایند یادگیری زبان

۴) رویکرد ایجاد فرصت شغلی برای افراد

۴۷- BMI، مناسب رده سنی ۱۹ تا ۲۴ سال کدام است ؟ (iranarze.ir)

۱) ۲۵ ۲) ۲۳ ۳) ۲۶ ۴) ۲۲

۴۸- روش امتیاز گذاری آزمون ایلی نویز چگونه است ؟ (iranarze.ir)

۱) شمارش تعداد خطا ها در طی مسیر ۲) مدت زمان طی مسیر

۳) میانگین زمان اجرای ۵ آزمون ۴) کم کردن هر خطا از مدت زمان طی کردن مسیر

۴۹- کدام گزینه تقسیم حرکت شوت بسکتبال را به درستی بیان کرده ؟ (iranarze.ir)

۱) حالت تعادلی بدن / گرفتن توپ با دو دست در مقابل سینه / آرنج های خمیده / پاها به اندازه عرض شانه باز

۲) حالت تعادلی بدن / گرفتن توپ با دو دست در مقابل سینه / آرنج های کشیده / پاها به اندازه عرض شانه باز

۳) حالت تعادلی بدن / گرفتن توپ با دو دست در مقابل سینه / حرکت دست به سمت پشت سر / پاها به اندازه عرض شانه باز

۴) حالت تعادلی بدن / گرفتن توپ با دو دست در مقابل سر / آرنج های خمیده / پاها به اندازه عرض شانه باز

۵۰- (منبع فروشگاه اینترنتی ایران عرضه) کدامیک از بخش های یک حرکت از بروز آسیب دیدگی جلوگیری میکند؟ (iranarze.ir)

۱) حرکت مقدماتی ۲) دنباله حرکت ۳) لحظه حیاتی ۴) حرکاتی که تولید نیرو میکنند