

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: یادگیری حرکتی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)
تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی ۱۶/۱۲۱۵۰۱۶

۱- در اجرای ماهرانه حرکات اجزای تشکیل دهنده " دستکاری و عمل " چه نقشی را ایفا می کنند؟

۱. حرکت را ایجاد می کنند
۲. کل بدن را به حرکت در می آورند
۳. زمینه اجرا را فراهم می کنند
۴. حمایت از اعمال را فراهم می کنند

۲- در کدام یک از تکالیف زیر، استفاده از تمرین انبوه به یادگیری کمک می کند؟

۱. بالا رفتن از نردبان
۲. دوچرخه سواری
۳. شوت توپ بسکتبال
۴. شنای آزاد

۳- تداخل تکالیف با یکدیگر در کدام یک از مراحل پردازش اطلاعات بیشتر صورت می گیرد؟

۱. برنامه ریزی پاسخ
۲. گزینش پاسخ
۳. شناسایی محرک
۴. شناسایی محرک و گزینش پاسخ

۴- بر اساس میزان و نیاز پاسخ های لحظه ای در مقابل تغییرات محیطی، مهارت ها به چند طبقه تقسیم می شوند؟

۱. مداوم، مجرد، زنجیره ای
۲. بسته، باز
۳. حرکتی، شناختی
۴. ظریف، عمده

۵- گرفتن توپ در هوا چه نوع مهارتی است؟

۱. زنجیره ای
۲. بسته
۳. مداوم
۴. مجرد

۶- تفاوت بین مهارت های زنجیره ای و مجرد در چیست؟

۱. نقطه شروع و پایان
۲. زمان اجرا
۳. دامنه پایداری و ثبات محیطی
۴. تفاوتی ندارند

۷- کدامیک از گزینه های زیر، ویژگی مهارت های شناختی را نشان می دهد؟

۱. در یک مهارت شناختی، تصمیم گیری تقریباً دخالتی ندارد.
۲. در یک مهارت شناختی، ماهیت حرکت بسیار مهم است.
۳. مهارت شناختی، به انتخاب نوع حرکت وابسته است.
۴. مهارت شناختی به چگونگی اجرای مهارت اهمیت بیشتری می دهد.

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: یادگیری حرکتی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)
(تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی ۱۶/۱۵۱۲۱۵)

www.PnuNews.Net

۸- کدام نوع از مهارت‌ها در حافظه بلند مدت دیرتر فراموش می‌شوند؟

- ۰۱ مداوم
- ۰۲ مجرد
- ۰۳ کلامی
- ۰۴ ذهنی

۹- سازگاری بین محرک و پاسخ کدامیک از مراحل پردازش اطلاعات را کاهش می‌دهد؟

- ۰۱ انتخاب پاسخ
- ۰۲ شناسایی محرک
- ۰۳ برنامه ریزی پاسخ
- ۰۴ تأثیرگذار نیست

۱۰- اگر بخواهیم در یک جلسه تمرین چند تکلیف مختلف را آموزش دهیم، استفاده از کدام روش تمرینی یادگیری بیشتری را در نوآموزان ایجاد می‌کند؟

- ۰۱ مسدود
- ۰۲ متغیر
- ۰۳ ثابت
- ۰۴ تصادفی

۱۱- چه موقع تمرین، بیشترین اثر را بر کاهش زمان واکنش دارد؟

- ۰۱ تعداد محرک - پاسخ کم و سازگاری آن کم باشد
- ۰۲ تعداد محرک - پاسخ زیاد و سازگاری آن کم باشد
- ۰۳ تعداد محرک - پاسخ زیاد و سازگاری آن زیاد باشد
- ۰۴ تعداد محرک - پاسخ کم و سازگاری آن زیاد باشد

۱۲- چه نوع تمرینی تکامل خودکاری را به حداکثر می‌رساند؟

- ۰۱ تمرین با آرایش تصادفی و نقشه ریزی متغیر
- ۰۲ تمرین با آرایش تصادفی و نقشه ریزی همسان
- ۰۳ تمرین با آرایش متغیر و نقشه ریزی متغیر
- ۰۴ تمرین با آرایش متغیر و نقشه ریزی همسان

۱۳- خبرهایی که درباره موفقیت یک عمل با توجه به هدف محیطی ارائه می‌شوند را چه می‌نامند؟

- ۰۱ آگاهی از اجرا
- ۰۲ خبرهای پیش از حرکت
- ۰۳ بازخورد درونی
- ۰۴ آگاهی از نتیجه

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: یادگیری حرکتی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)
(تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی ۱۶/۱۲۱۵)

۱۴- کدامیک از مهارت های زیر از نوع بسته است؟

- ۰۱ راه رفتن روی طناب
- ۰۲ تعقیب کردن
- ۰۳ کشتی گرفتن
- ۰۴ تیر اندازی با کمان

۱۵- چه نوع مهارت هایی با سطح انگیختگی پایین تر، بهتر اجرا می شوند؟

- ۰۱ مهارت هایی که به کنترل عضلانی درشت نیاز داشته باشند.
- ۰۲ مهارت هایی که دارای عوامل تصمیم گیری مهمی باشند.
- ۰۳ مهارت هایی که پیچیدگی شناختی زیادی ندارند.
- ۰۴ مهارت هایی که شامل پیچیدگی اندک و حرکات عمده اند.

۱۶- در کلاس های تربیت بدنی، شاگردان را بر چه مبنایی باید گروه بندی کرد؟

- ۰۱ به صورت تصادفی
- ۰۲ توانایی عمومی حرکتی
- ۰۳ سطح مهارت
- ۰۴ دامنه سنی

۱۷- عمومی ترین روش ارزشیابی پیشرفت یادگیری در طول تمرین، استفاده از کدامیک از شیوه های زیر است؟

- ۰۱ منحنی اجرا
- ۰۲ آزمون یادداری
- ۰۳ طرح های انتقال
- ۰۴ آزمون درنگیده

۱۸- در پدیده "بی پاسخی روانشناختی" چه موقع زمان تأخیر در حداکثر خود خواهد بود؟

- ۰۱ وقتی که دو محرک با فاصله ۴۰ هزارم ثانیه یا کمتر ارائه شوند.
- ۰۲ وقتی که دو محرک با فاصله بین ۴۰ تا ۶۰ هزارم ثانیه ارائه شوند.
- ۰۳ وقتی که دو محرک با فاصله حدود ۱۵۰ تا ۲۰۰ هزارم ثانیه ارائه شوند.
- ۰۴ وقتی که دو محرک با فاصله بیشتر از ۲۰۰ هزارم ثانیه ارائه شوند.

۱۹- در رابطه با برون داد قطعه ای حرکات کدام گزینه درست است؟

- ۰۱ اطلاعات به صورت زنجیره ای و با میزان سرعت بیشینه سه عمل در ثانیه وارد می شوند
- ۰۲ اعمال به صورت زنجیره ای فراهم می شوند، اما پاسخ ها به صورت موازی و پیوسته صادر می شوند
- ۰۳ اعمال به صورت مداوم و با میزان سرعت بیشینه سه عمل در ثانیه صادر می شوند
- ۰۴ اطلاعات به صورت مداوم فراهم می شوند، اما پاسخ ها به صورت واحدهایی صادر می شوند

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: یادگیری حرکتی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)
(تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی ۱۶/۱۵۰۱۲۱۵)

۲۰- مربی به ورزشکار خسته خود می گوید «ادامه بده خوب انجام می دهی»، این جمله به کدام ویژگی بازخورد اشاره دارد؟

۱. وابستگی آور
۲. تقویتی
۳. انگیزشی
۴. خبری

۲۱- اطلاعات از چه طریقی از حافظه کوتاه مدت به حافظه بلند مدت انتقال می یابند؟

۱. توجه
۲. بازیافت
۳. تمرین
۴. کدبندی

۲۲- کدامیک از گزینه های زیر، اصل قانون تمرین را نشان می دهد؟

۱. بر طبق این قانون، پیشرفت در ابتدا آهسته و سپس سریع است
۲. بر طبق این قانون، پیشرفت در ابتدا سریع و سپس آهسته است
۳. بر طبق این قانون، پیشرفت در ابتدا آهسته، سپس سریع و دوباره آهسته است
۴. بر طبق این قانون، پیشرفت در ابتدا سریع، سپس آهسته و دوباره سریع است

۲۳- استفاده از فنون راهنمایی، در کدامیک از مراحل فرایند یادگیری مؤثر است؟

۱. حرکتی
۲. خودکاری
۳. کلامی - شناختی
۴. تداعی

۲۴- برای یادگیری مهارت های حرکتی انجام چه نوع تمرینی مفیدتر است؟

۱. تمرین ذهنی
۲. تمرین بدنی
۳. ترکیبی از تمرین ذهنی و بدنی با توالی منظم
۴. ترکیبی از تمرین ذهنی و بدنی با توالی نامنظم

۲۵- اگر ماهیت مهارت، سریع و پرتابی باشد، استفاده از کدام روش تمرینی به یادگیری مؤثرتری می انجامد؟

۱. تمرین کلی
۲. تمرین بخش - بخش
۳. تمرین بخش - بخش پیشرو
۴. تمرین جزئی

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: یادگیری حرکتی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)
(تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی ۱۶/۱۵۱۲۱۵)

۲۶- تأخیر در پاسخ بر اثر تعداد محرک - پاسخ را چه می نامند؟

- ۰۱ پانیک
- ۰۲ دوره بی پاسخی روانشناختی
- ۰۳ باریکی ادراکی
- ۰۴ قانون هیک

۲۷- یادگیری پارامترهای حرکت از طریق کدام روش تمرینی حاصل می شود؟

- ۰۱ مسدود
- ۰۲ ثابت
- ۰۳ تصادفی
- ۰۴ متغیر

۲۸- بازخورد آگاهی از نتیجه در کدامیک از رشته های زیر اهمیت بالاتری دارد؟

- ۰۱ پرتاب آزاد بسکتبال
- ۰۲ شیرجه
- ۰۳ سرویس والیبال
- ۰۴ اسمش بدمینتون

۲۹- کدامیک از روش های بازخوردی باعث اجرای بهتری می شود؟

- ۰۱ متواتر
- ۰۲ میانگین
- ۰۳ خلاصه ای
- ۰۴ دامنه ای

۳۰- فرایند فراموشی - تولید مجدد در کدام روش تمرینی اتفاق می افتد؟

- ۰۱ مسدود
- ۰۲ متغیر
- ۰۳ تصادفی
- ۰۴ ثابت