

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: حرکت درمانی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مردان)

و آسبب شناسی ۱۳۱۵۰۴۶

۱- در عارضه صافی کف پا، سقوط یا کاهش درجاتی در کدام یک از قوس‌های کف پا مشاهده می‌شود؟

- ۰۱ قوس طولی خارجی ۰۲ قوس طولی میانی ۰۳ قوس عرضی قدامی ۰۴ قوس عرضی خلفی

۲- در عارضه کف پای صاف سخت، کدام بافت دچار تغییر و ناهنجاری می‌شود؟

- ۰۱ بافت استخوانی ۰۲ بافت استخوانی و بافت نرم
۰۳ بافت نرم ۰۴ بافت عضلانی

۳- کدام یک از موارد زیر، جزء علل به وجود آمدن کف پای صاف سخت نیست؟

- ۰۱ وراثت ۰۲ اضافه وزن
۰۳ پوشیدن کفش‌های نامناسب ۰۴ افزایش ناگهانی میزان فعالیت بدنی

۴- عارضه بدکارکردی تاندون درشت نئی خلفی (PTD) که منجر به ایجاد صافی کف پا می‌شود، بیشتر در کدام یک از گروه‌های زیر حادث می‌شود؟

- ۰۱ مردان ۴۵ تا ۶۵ ساله ۰۲ زنان ۴۵ تا ۶۵ ساله
۰۳ مردان ۲۰ تا ۳۵ ساله ۰۴ زنان ۲۰ تا ۳۵ ساله

۵- کدام یک از موارد زیر، جزء دلایل ایجادکننده عارضه التهاب نیام کف پای نیست؟

- ۰۱ بستری شدن و عدم تحرک بدنی ۰۲ افزایش یکباره فعالیت بدنی
۰۳ فرسودگی کفش‌ها ۰۴ استفاده از کفش‌های سخت و کم‌انعطاف

۶- در روش ثبت نقش پا (foot print) هنگامی که خط نقش شده از لبه پا برآمده‌تر باشد، نشان‌دهنده کدام نوع از صافی کف پا است؟

- ۰۱ درجه یک ۰۲ درجه دو ۰۳ درجه سه ۰۴ درجه چهار

۷- افراد دارای صافی کف پا، دارای کدام یک از موارد زیر در پای خود هستند؟

- ۰۱ سوپینیشن مفرط پا ۰۲ پرونییشن مفرط پا ۰۳ دورسی فلکشن پا ۰۴ پلانترفلکشن پا

۸- استرس فراكچر که از عوارض صافی کف پا است، بیشتر در کدام یک از استخوان‌های کف پائی ایجاد می‌شود؟

- ۰۱ اول و دوم ۰۲ دوم و سوم ۰۳ سوم و چهارم ۰۴ چهارم و پنجم

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: حرکت درمانی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مترجمان)
و آسیب شناسی ۱۳۱۵۰۴۶

۹- در روش استفاده از گونیامتر جهت تشخیص انگشت شست کج، زمانی که زاویه بین محور بند اول انگشت شست و اولین استخوان کف پائی به چه میزان باشد، عارضه انگشت شست کج تشخیص داده می شود؟

- ۱. بیشتر از سه درجه
- ۲. بیشتر از پنج درجه
- ۳. بیشتر از هفت درجه
- ۴. بیشتر از نه درجه

۱۰- در عارضه انگشت چکشی (Hammer toe) به ترتیب مفصل کف پائی-بند انگشتی و مفصل بین بند اول و دوم انگشتان پا در چه حالتی قرار می گیرند؟

- ۱. هایپراکستنشن- فلکشن
- ۲. آداکشن- آداکشن
- ۳. فلکشن- هایپراکستنشن
- ۴. آداکشن- آداکشن

۱۱- یکی از دلایل اصلی عارضه التهاب استخوان های کنجی در سر اولین استخوان کف پائی کدام است؟

- ۱. فعالیت بیش از حد
- ۲. تغذیه بد
- ۳. فعالیت کم
- ۴. بیماری های متابولیکی

۱۲- در عارضه نوروم مورتون عصب بین کدام یک از استخوان های کف پائی تحت فشار قرار می گیرد و باعث ایجاد درد می شود؟

- ۱. اول و دوم
- ۲. دوم و سوم
- ۳. سوم و چهارم
- ۴. چهارم و پنجم

۱۳- نقش حمایت کننده های قوس کف پائی و ابزارهای ارتوتیک در درمان صافی کف پا کدام است؟

- ۱. نقش روانی
- ۲. بهبود دائمی
- ۳. نقشی ندارند
- ۴. کاهش درد و خستگی

۱۴- یکی از تمرینات رایج که توسط پزشکان برای تقویت عضلات درون پائی توصیه می شود، کدام است؟

- ۱. دویدن
- ۲. جهش کردن
- ۳. جمع کردن حوله با پا
- ۴. کشش پنجه پا

۱۵- کدام یک از فعالیت های زیر، برای افرادی که دارای صافی کف پا هستند، مناسب نیست؟

- ۱. فعالیت های استقامتی و پرشی
- ۲. راه رفتن روی شن و ماسه
- ۳. دوچرخه سواری
- ۴. شنای آزاد و قورباغه

۱۶- در کدام یک از روش های جراحی جهت درمان کف پای صاف سخت، تاندون درشت نی خلفی را به صورت مصنوعی به برآمدگی استخوان ناوی پیوند می دهند؟

- ۱. روش دورهام
- ۲. استئوتومی
- ۳. روش کیدنر
- ۴. روش بسته

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: حرکت درمانی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مردان)

و آسایب شناسی ۱۳۱۵۰۴۶

۱۷- پوشیدن دمپایی در زمان دوش گرفتن یا راه رفتن در استخرهای شنا، باعث پیشگیری کدام یک از مشکلات زیر می‌شود؟

۰۱. عارضه بونیون
۰۲. عارضه انگشت چنگالی
۰۳. عارضه پای ورزشکاران
۰۴. عارضه انگشت چکشی

۱۸- کمردرد (Back pain) بیشتر در کدام قسمت از ستون فقرات و به چه علتی رخ می‌دهد؟

۰۱. مهره‌های گردنی - تحمل وزن بیشتر
۰۲. مهره‌های گردنی - تحمل وزن کمتر
۰۳. مهره‌های کمری - تحمل وزن کمتر
۰۴. مهره‌های کمری - تحمل وزن بیشتر

۱۹- در کدام عارضه درد در پشت پا و یا قسمت بیرون ران ایجاد شده و ممکن است در تمام پا احساس شود؟

۰۱. عارضه اسکولیوزیس
۰۲. عارضه سیاتیک
۰۳. عارضه لوردوزیس
۰۴. عارضه پشت صاف

۲۰- فتق دیسک در کدام ناحیه از ستون فقرات موجب انتشار درد به بازوان و حتی انگشتان دست می‌شود؟

۰۱. ناحیه خاجی
۰۲. ناحیه کمری
۰۳. ناحیه پستی
۰۴. ناحیه گردن

۲۱- در کدام عارضه در ناحیه ستون فقرات ماده درون دیسک به داخل فضای بین مهره‌ای کشیده می‌شود و ریشه‌های عصبی استخوان خاجی را تحت فشار قرار می‌دهد؟

۰۱. فیبرومیالژیا
۰۲. اسپوندیلولیز
۰۳. سندرم دم اسبی
۰۴. استئوپروز

۲۲- کدام یک از موارد زیر، جزء دلایل مستقیم ایجاد کمردرد نیست؟

۰۱. بلند کردن اشیاء سنگین
۰۲. یوکی استخوان
۰۳. ضربه
۰۴. کشیدن سیگار

۲۳- مهم‌ترین دلیل ایجاد کمردرد در دوران حاملگی کدام است؟

۰۱. تغییر مرکز ثقل بدن
۰۲. تغییرات هورمونی
۰۳. سوء تغذیه
۰۴. تغییرات هورمونی و مرکز ثقل

۲۴- در کدام یک از حالت‌های زیر بیشترین فشار بر ستون مهره‌ها وارد شده و احتمال فتق دیسک وجود دارد؟

۰۱. نشسته
۰۲. ایستاده
۰۳. خوابیده
۰۴. خم شدن به جلو

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: حرکت درمانی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مردان)

وآسیب شناسی ۱۳۱۵۰۴۶

۲۵- آسیب‌های ناحیه کمری مانند کمردرد، بیشتر در اثر ضعف کدام عضلات به وجود می‌آیند؟

- ۰۱ عضلات چهارسر ران و همسترینگ
- ۰۲ عضلات بالاتنه
- ۰۳ عضلات شکم و کمر
- ۰۴ عضلات پایین تنه

۲۶- پوشیدن کفش‌های پاشنه‌بلند، طی چه مکانیزمی باعث ازدیاد فشار به مهره‌های کمری و احتمال آسیب‌دیدگی و کمردرد می‌شود؟

- ۰۱ تغییر مرکز ثقل به سمت جلو و افزایش قوس کمر
- ۰۲ تغییر مرکز ثقل به سمت عقب و افزایش قوس کمر
- ۰۳ تغییر مرکز ثقل به سمت جلو و کاهش قوس کمر
- ۰۴ تغییر مرکز ثقل به سمت عقب و کاهش قوس کمر

۲۷- در مورد رعایت بهداشت ستون فقرات، کدام مورد زیر صحیح است؟

- ۰۱ در موقع حمل بار کمر خود را خم کنید.
- ۰۲ در زمان بلندکردن وزنه از پهلو، کمر باید از جانب خم شود.
- ۰۳ برای بلندکردن اشیاء سنگین بهتر است که آنها دور از بدن نگه داشته شوند.
- ۰۴ با استفاده از خم کردن زانوها و نشستن، اشیاء سنگین را بلند کنید.

۲۸- کدام‌یک از حالت‌های خوابیدن مناسب‌تر بوده و فشار کمتری به ستون فقرات وارد می‌کند؟

- ۰۱ خوابیدن روی پهلو راست
- ۰۲ خوابیدن به پهلو با زانوی خم‌شده
- ۰۳ خوابیدن روی پهلو چپ
- ۰۴ خوابیدن به صورت طاقباز

۲۹- در روش ویلیامز، جهت درمان کمردرد، بر چه حرکاتی و با هدف تقویت کدام عضلات تأکید می‌شود؟

- ۰۱ اکستنشن کمر- عضلات شکم
- ۰۲ فلکشن کمر- عضلات شکم
- ۰۳ اکستنشن کمر- عضلات پشت
- ۰۴ فلکشن کمر- عضلات پشت

۳۰- کدام‌یک از ورزش‌های زیر، برای درمان کمردرد مناسب‌تر است؟

- ۰۱ دراز و نشست با پاهای کشیده
- ۰۲ پرس ایستاده
- ۰۳ شنا
- ۰۴ دویدن