

ارگونومی

۱. کدام عضله در حفظ تعادل هنگام راه رفتن نقش اساسی و موثر ایفا می‌کند؟
 الف) نازک‌نی کوتاه
 ب) نازک‌نی طویل
 ج) خم‌کننده طویل شست پا
 د) بازکننده طویل شست پا
۲. تمامی گزینه‌های زیر در مورد فیبرهای سریع (نوع II) صحیح است، بجز:
 الف) قدرت انقباضی زیاد دارند.
 ب) متابولیسم اصلی آنها اکسیداتیو است.
 ج) میتوکندری‌های کمتری نسبت به فیبرهای آهسته دارند.
 د) میزان میوگلوبین در آنها کم است.
۳. تمام گزینه‌های زیر در مورد عضله چهار سر ران صحیح است، بجز:
 الف) توده‌های عضلانی قدامی و خارجی ران را می‌سازد.
 ب) زانو را راست می‌کند.
 ج) از عصب سیاتیک عصب می‌گیرد.
 د) به رباط کشکی ختم می‌شود.
۴. عامل اصلی حفظ تعادل در مفاصل بدن چیست؟
 الف) گشتاور
 ب) گیرنده‌های ساختار تاندون
 ج) فعالیت عضلانی
 د) تحریکات مکانیکی مفصل
۵. کدام گزینه در مورد شبکه بازویی صحیح می‌باشد؟
 الف) از اتصال سه عصب آخر گردنی و دو عصب اول سینه‌ای به وجود می‌آید.
 ب) از اتصال دو عصب آخر گردنی و سه عصب اول سینه‌ای به وجود می‌آید.
 ج) از اتصال چهار عصب آخر گردنی و اولین عصب سینه‌ای به وجود می‌آید.
 د) از اتصال پنج عصب آخر گردنی به وجود می‌آید.
۶. در ارتباط با قدرت عضلات «اثر پلکانی» به چه چیزی اشاره دارد؟
 الف) کاهش تدریجی قدرت عضله با شروع انقباض
 ب) سفتگی همیشگی عضلات در زمان استراحت
 ج) توقف خون‌رسانی به عضله در حالت انقباض
 د) افزایش تدریجی قدرت عضله با شروع انقباض
۷. فاصله بین فیبرهای عضلانی با پر شده است.
 الف) آندومیزیوم ب) فاسیا ج) آپوتوز د) تاندون