

التصحيح النموذجي

السنة أولى ماستر (السداسي الأول)

المراقبة النهائية لمقياس: فيزيولوجيا الجهد البدني
2025/01/18 المدة: 90 دقيقة.

أولا: اختر جوابا واحدا صحيحا (الخطأ يلغي الصواب): QCS système négatif 5 نقاط (0.5 لكل جواب)

1. هدف التدريب في المرتفعات أساسا زيادة هرمون: أ. الإيريترروبويتين. ب. الدوبامين. ج. السيروتونين.	6. تدريب القوة يزيد من عدد اللوحات المحركة بزيادة: أ. الأكتين الكروي في نهاية الليفة العصبية. ب. الأكتين الخيطي في الليفة العضلية. ج. الميوزين في الليفة العضلية.
2. متوسط عمر الكريات الدموية الحمراء: أ. 12 يوما. ب. 120 يوما. ج. 1200 يوما.	7. تدفق الـ O_2 يتناسب مع سمك غشاء الحويصلات الرئوية: أ. طرديا. ب. عكسيا. ج. ليس له تأثير.
3. و تقوم بنقل الأكسجين بواسطة: أ. الهيموغلوبين. ب. الميوغلوبين. ج. الإمينوغلوبيلين.	8. أثناء التمرين يتم التخلص من الحرارة الزائدة: أ. في الماء (المسبح) أكثر من الهواء. ب. في الهواء أكثر من الماء (المسبح). ج. نفس الشيء في كليهما.
4. عند الراحة يكون التدفق القلبي بمعدل: أ. 500 سنتيلتر/ الدقيقة. ب. 5000 سنتيلتر/ الدقيقة. ج. 50 سنتيلتر/ الدقيقة..	9. يوافق المعقد qRs: أ. زوال استقطاب البطينين. ب. زوال استقطاب الأذنين. ج. عودة استقطاب البطينين
5. وعند نشاط بدني بوتيرة 150 دقة/ الدقيقة يكون: أ. 10,5 لتر/ الدقيقة. ب. 8,5 لتر/ الدقيقة. ج. 12,5 لتر/ الدقيقة.	10. تبدأ السيلة العصبية في مظهرها الكيميائي: أ. بدخول سريع للـ K^+ . ب. بدخول سريع للـ Na^+ . ج. بدخول سريع للـ Cl^- .

الخطأ يلغي الصواب

ثانيا: أسئلة ذات الإجابة القصيرة QROC 7,5 نقاط (0.75 لكل جواب)

1. ماذا يحدث على المستوى الجزيئي عند تدريب المداومة؟	زيادة عدد و حجم و أعراف الميتوكوندري
2. كيف يتقلل التنبيه على مستوى المشبك العضلي؟	بواسطة النواقل العصبية (الأسيتل كولين)
3. أكتب المعادلة المفصلة للتدفق القلبي.	$Q = VES \times Fc$
4. ما هي طرق التخلص من الحرارة أثناء التدريب؟	الإشعاع، الانتقال المحلي، التهوية و التبخر
5. ماذا توافق الموجة P ؟	زوال استقطاب الأذنين.
6. ماذا توافق الموجة T ؟	عودة استقطاب البطينين
7. مم ينتج الصوت BOUM ؟	غلق الصمامات الأذنية-البطينية
8. مم ينتج الصوت TA ؟	غلق الصمامات الشؤانية
9. كيف تنتقل السيلة العصبية في الألياف ذات النخاعين؟	بالقفز في إختناقات رينفر
10. كيف تنتقل السيلة العصبية في الألياف عديمة النخاعين؟	بواسطة تيارات محلية

ثالثا: أسئلة ذات الإجابة المفتوحة QRO 7,5 نقاط (2,5 نقاط لكل جهاز)

ذكر في نقاط -دون شرح- التكيفات الفيزيولوجية على المستوى الجزيئي لتدريب الإستطاعة (القوة و/أو السرعة) للجهاز: العضلي، العصبي و القلب-و عائي. ذكر 5 تكيفات على الأقل لكل جهاز

الأستاذ: بوناب شالو

بالتوفيق: