

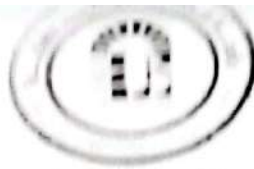


امتحان السداسي الرابع لسناس

اسم و لقب الطالب: القلم: الفوج:

أكمل الفراغ بما يناسب لما يلي:

1. من بين أنواع التكيف للنشاط البدني نجد التعويض الزائد - Surcompensation - الذي يعني: (0.5 ن)
2. بالتكيف الأني أو الفوري يحدث ارتفاع و زيادة في حاجة الجسم للتزود ب: (0.5 ن)
3. من مؤشرات التكيف الأني أو الفوري نجد ارتفاع في: (0.5 ن)
4. بسبب التكيف طويل المدى يصبح النبض القلبي بالراحة (0.5 ن) ، أما مفهوم التكيف الخاص فهو يخص: (0.5 ن)
5. نموذج بيسو - BUSSO - للتكيف والذي عبر عنه بالعلاقة التالية: (0.5 ن)
6. يرتفع ناتج الدفع القلبي خلال الجهد بارتفاع عاملين مهمين هما: (0.5 ن)
7. يرتفع ناتج التهوية الرئوية خلال الجهد بارتفاع عاملين مهمين هما: (0.5 ن)
8. اتصال الجهاز التنفسي بمختلف المجاري القلبية الدورية يكون على التوازي و يفيد ذلك في: (0.5 ن)
9. أهم تكيف يحدث نتيجة النشاط البدني بالفراغ (المشكي بين العصب و الغشاء الخلوي هو زيادة: (0.5 ن)
10. تفرز الغدة النخامية محفزات هرمونية هي: ACTH, TSH, ADH (0.5 ن)
11. ACTH: و دوره هو: (0.5 ن)
12. TSH: و دوره هو: (0.5 ن)
- ADH: و دوره هو: (0.5 ن)
11. فائدة الغدة الدرقية بالنشاط البدني الرياضي هي: (0.5 ن)
12. فائدة الغدة الكظرية أو الفوق كلوية من خلال هرمونها: (0.5 ن)
1. - كورتيزول (Cortisol) هو: (0.25 ن) و (0.25 ن) و
2. - (0.25 ن) و (0.25 ن) و
3. - (0.25 ن) و (0.25 ن) و



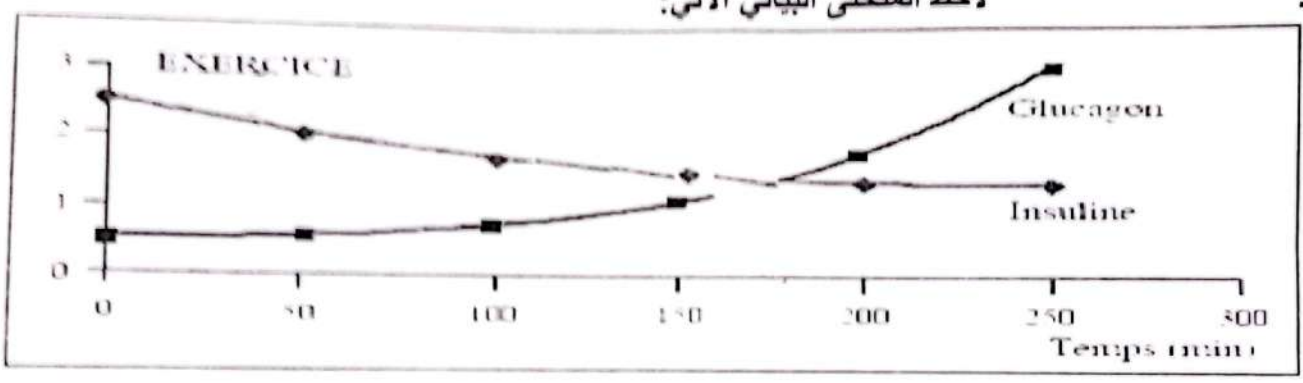
امتحان السداسي الرابع لاساس

اسم و لقب الطالب:
القسم:
الفوج:

13. تزداد كمية الهيمو غلوبين بالدم عند التدريب بالمرتفعات بسبب افراز الجسم ل:
(0.5 ن)

14. تختلف مدة التكيف عند العيش و التدريب بالمرتفعات (LHTH) بين رياضات الالعاب و رياضات المداومة، حيث تبلغ:
(0.5 ن)

15. لاحظ المنحنى البياني الآتي:
(0.5 ن)



المنحنى يعبر عن سيرورة هرموني: الأنسولين (Insuline) و الكلو كاجون (Glucagon) خلال تمرين ثابت الشدة (مداومة)، أكمال الفراغات الآتية:

1. يفرز الهرمونان بغدة
(0.5 ن)
2. للهرمونين وظيفة
(0.5 ن)
3. آلية تأثير الهرمونان هي:
(1 ن)
4. عبر عن سيرورة الهرمونين من خلال المنحنى أعلاه في ثلاث حالات وصفية:
(1 ن)

[بالتوفيق] استاذ المقياس: جمال محمد

Handwritten signature and notes in green ink.