

تعداد سؤالات: تستی: ۲۴ تشریحی: —

زمان آزمون: تستی: ۴۰ تشریحی: — دقیقه

آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

نام درس: بسکتبال ۱

رشته تحصیلی و گد درس: تربیت بدنی

۱۳۱۵۰۲۴

گد سری سؤال: یک (۱)

استفاده از: —

مجاز است.

امام علی<sup>(ع)</sup>: برتری مردم به یکدیگر، به دانش‌ها و خردهاست؛ نه به ثروت‌ها و تبارها.

۱. کدام یک از موارد زیر کلید تعادل بازیکن در بسکتبال است؟

الف. کف پا      ب. سر      ج. تنه      د. بازوان

۲. در وضعیت ایستادن مناسب، زاویه پشتی زانوها چند درجه است؟

الف. ۷۰ تا ۸۵ درجه      ب. ۹۰ تا ۱۱۰ درجه      ج. ۱۱۵ تا ۱۲۰ درجه      د. ۱۳۰ تا ۱۴۰ درجه

۳. کدام یک از موارد زیر در ارتباط با توقف دو شماره‌ای صحیح است؟

الف. هر دو پا همزمان متوقف می‌شوند

ب. فقط یک پا متوقف می‌شود

ج. پاها به ترتیب پای متحرک، پای ثابت متوقف می‌شوند

د. پاها به ترتیب پای ثابت، پای متحرک متوقف می‌شوند

۴. بازیکن بسکتبال چه هنگام از پرش سریع استفاده می‌نماید؟

الف. هنگام تراکم بازیکنان و برخورد رقابتی در اطراف سبد

ب. زمانی که بازیکن در مکانی شلوغ قرار دارد

ج. در شلوغی حاصل برای ریباند

د. زمان انجام سه گام قدرتی در نزدیکی مدافعان

۵. سریعترین پاس در بسکتبال کدام است؟

الف. پاس بیسبالی      ب. پاس قوسی      ج. پاس زمینی      د. پاس هوایی

۶. هنگامی که دریافت کننده پاس سینه‌ای در حال حرکت باشد، ارسال کننده باید چگونه پاس را ارسال نماید؟

الف. هدف پاس باید ناحیه سینه دریافت کننده باشد

ب. پاس باید با یک دست فاصله از بدن دریافت کننده ارسال شود

ج. پاس باید با دو دست فاصله از بدن دریافت کننده ارسال شود

د. پاس باید با سه دست فاصله از بدن دریافت کننده ارسال شود

۷. استفاده از کدام پاس در مقابل دفاع منطقه‌ای موثر است؟

الف. پاس سینه‌ای      ب. پاس زمینی      ج. پاس از بالای سر      د. پاس قوسی

نام درس: بسکتبال ۱

رشته تحصیلی و کد درس: تربیت بدنی

۱۲۱۵۰۲۴

کد سری سؤال: یک (۱)

استفاده از: —

مجاز است.

تعداد سؤالات: تستی: ۲۴ تشریحی: —

زمان آزمون: تستی: ۴۰ تشریحی: — دقیقه

آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

۸. کدام دریبل آسانترین دریبل برای آموزش به بازیکنان می باشد؟

الف. دریبل ضربداری      ب. دریبل کنترل      ج. دریبل سرعتی      د. دریبل از پشت

۹. نقطه هدف برای پرتاب کننده سه گام با دست راست کجای تخته است؟

الف. گوشه بالای سمت چپ مربع روی تخته      ب. گوشه پائین سمت چپ مربع روی تخته  
ج. گوشه بالای سمت راست مربع روی تخته      د. گوشه پائین سمت راست مربع روی تخته

۱۰. کدام یک از موارد زیر در اجرای پرتاب سه گام صحیح نیست؟

الف. بازیکن از دست غیر پرتابی برای حمایت توپ استفاده می کند  
ب. دست پرتاب کننده باید در پائین ترین وضعیت خود به شکل L باشد  
ج. توپ باید بر روی سطح داخلی انگشتان دست پرتابی باشد  
د. بازیکن دست پرتابی خود را به سوی نقطه هدف باز می کند

۱۱. به طور معمول در بازی بسکتبال چند درصد توپ هایی که توسط یک تیم شوت می شوند، وارد سبد می شوند؟

الف. ۶۰ درصد      ب. کمتر از ۵۰ درصد      ج. ۷۰ درصد      د. ۶۵ درصد

۱۲. یکی از ضروری ترین اجزای حرکت تهاجمی در نیمه زمین بازی بسکتبال چیست؟

الف. سد کردن      ب. ریباند      ج. دریبل      د. سه گام

۱۳. در کدام یک از پاسهای زیر بهترین فضا برای اجرا، اطراف گوش بازیکن است؟

الف. پاس سینه ای      ب. پاس قوسی      ج. پاس از بالای سر      د. پاس فشاری

۱۴. برای عقب نشینی از تنگنای حریف، انبوهی دفاع و یا تله، از کدام دریبل استفاده می شود؟

الف. دریبل کشویی      ب. دریبل گردبادی      ج. دریبل با حرکت دورانی سریع      د. دریبل با تغییر سرعت

۱۵. «تماس و برخورد با مدافع تیم حریف» از عناصر موفقیت آمیز در کدام تکنیک زیر است؟

الف. ریباند      ب. دریبل سرعتی      ج. سه گام قدرتی      د. سد کردن

۱۶. مکان بازیکن بال در کدام قسمت زمین بسکتبال است؟

الف. به موازات خط پنالتی، در مقابل سبد و در دو طرف ناحیه سه ثانیه

ب. یک تا دو قدم فاصله از دایره پنالتی و در فاصله حدود ۵ متری از سبد

ج. یک قدم فاصله از دوزنقه و در دو طرف و در مقابل سبد

د. در زاویه ای ۴۵ درجه نسبت به سبد و در امتداد خط پنالتی مابین دایره پنالتی و خط کناری

تعداد سؤالات: تستی: ۲۴ تشریحی: —

زمان آزمون: تستی: ۴۰ تشریحی: — دقیقه

آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

نام درس: بسکتبال ۱

رشته تحصیلی و کد درس: تربیت بدنی

۱۴۰۲/۱۵/۱۲

کد سری سؤال: یک (۱)

استفاده از: —

مجاز است.

۱۷. کدام یک از موارد زیر از خصوصیات ویژه پست بالا است؟

الف. هوشیاری در تجزیه و تحلیل دفاع تیم مقابل و در نتیجه تصمیم‌گیری مناسب در مقابل دفاع

ب. توانایی انجام حرکات چرخشی چپ و راست بسته به موقعیت

ج. دارا بودن سرعت در مبدل شدن به عنوان اولین نفر دفاعی در تیم برای جلوگیری از ضدحمله

د. توانایی در بیل زدن در سطح عالی با هر دو دست

۱۸. معمولاً بلندقدترین بازیکن در چه پستی قرار می‌گیرد؟

الف. پست ۲

ب. پست ۳

ج. پست ۴

د. پست ۵

۱۹. کدامیک از موارد زیر در ارتباط با غربال کردن طرف ضعیف صحیح نیست؟

الف. غربال کردن طرف ضعیف یک حرکت حمله‌ای است برای رفتن بازیکن به میان دفاع و به طرف توپ

ب. این مانور در آرایش‌هایی که بازیکن پست بالا ندارند، موثر واقع می‌شود

ج. عمل غربال کردن فقط توسط بازیکنان طرف موافق توپ انجام می‌شود

د. موفقیت در این کار به وضعیت دفاعی و مقدار کنترل حرکت بازیکن توسط دفاع بستگی دارد

۲۰. در کدامیک از آرایش‌های زیر حضور ناگهانی در منطقه دوزنقه بهتر انجام می‌شود؟

الف. ۳-۲

ب. ۱-۳-۱

ج. ۲-۱-۲

د. ۱-۲-۲

۲۱. یکی از مهیج‌ترین عناصر بسکتبال چیست؟

الف. ضدحمله

ب. سد کردن بازیکن

ج. سد کردن پاس

د. دفاع

۲۲. کدام بازیکن می‌تواند به عنوان بهترین گزینه برای یار دررو، در خدمت تیم باشد؟

الف. پست پائین

ب. گارد رأس

ج. پست بالا

د. بال

۲۳. کدام یک از برش‌های زیر مدافع را به دور از جهت واقعی که مهاجم می‌خواهد حرکت کند، منحرف می‌کند؟

الف. برش V

ب. برش پیچشی

ج. برش چرخیدن

د. برش مخفی

۲۴. کدام آرایش بهترین نوع چیدمان در زمان ارسال توپ از پشت خطوط زمین است؟

الف. آرایش خطی

ب. آرایش T

ج. آرایش مثلثی

د. آرایش مربعی