

نام درس: بدمینتون (۲)

تعداد سئوال: نسی ۲۴ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۰ دقیقه تشریحی -- دقیقه

کد درس: ۱۲۱۵۰۱۸

تعداد کل صفحات: ۳

۱. کدام یک از تکنیک‌های زیر به عنوان مادر ضربه‌های بالای سر در بدمینتون محسوب می‌شود؟  
الف. دراپ  
ب. تاس  
ج. اسمش  
د. درایو
۲. شکل ضربه‌های دفاعی بلند و تیز در بدمینتون، به کدام یک از ضربات شباهت دارد؟  
الف. تاس، دراپ  
ب. سرویس، تاس  
ج. سرویس، درایو  
د. دراپ، تاس
۳. برای کارایی بیشتر اسمش در بازی دونفره، بهترین نقطه برای فرود توپ کدام است؟  
الف. وسط دو بازیکن  
ب. پشت تور  
ج. کناره‌های زمین  
د. انتهای زمین
۴. در پاسخ به سرویس‌های بلند در بازی یک نفره، به طور عمده کدام یک از ضربات زیر کارآمدتر است؟  
الف. اسمش  
ب. درایو  
ج. دراپ  
د. تاس
۵. کدام یک از تمرینات زیر، بیشتر برای تمرین سرعت و تمرکز حواس و عکس‌العمل سریع در حرکت به کار می‌رود؟  
الف. بازی با راکت‌های شخصی  
ب. آویزان کردن توپ از نخ  
ج. تمرین با رنگ‌ها  
د. تمرین شادو
۶. کدام یک از موارد زیر به هنگام استفاده از تمرین با رنگ‌ها توصیه می‌گردد؟  
الف. تا حد امکان از رنگ‌های ثابت استفاده شود.  
ب. جای رنگ‌ها در مدت تمرین، متغیر باشد.  
ج. رنگ‌های تیره، سمت دست موافق باشد.  
د. رنگ‌های روشن سمت دست مخالف باشد.
۷. دویدن زیگزاگ، سبب تقویت کدام یک از فاکتورهای زیر می‌گردد؟  
الف. انعطاف‌پذیری  
ب. استقامت  
ج. قدرت  
د. چابکی
۸. تمرینات حرکات با وزنه و دویدن‌های طولانی مربوط به کدام دوره تمرینی می‌باشد؟  
الف. تمرینات اولیه  
ب. تمرینات پیش از فصل مسابقه  
ج. تمرینات فصل مسابقه  
د. تمرینات فصل بعد از مسابقه
۹. کدام یک از تمرینات زیر سبب افزایش میزان چابکی در رشته بدمینتون می‌گردد؟  
الف. دویدن آرام به صورت اینتروال  
ب. دویدن به جلو و عقب  
ج. دویدن‌های کوتاه و سریع  
د. دویدن در سرازیری
۱۰. در کدام یک از مسابقات، انتخاب امتیاز اضافی مجاز نمی‌باشد؟  
الف. مسابقات تعادلی  
ب. مسابقات ۲۱ امتیازی  
ج. مسابقات ۱۱ امتیازی  
د. مسابقات ۱۵ امتیازی

نام درس: بدمینتون (۲)

تعداد سؤال: نسی ۲۴ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۰ دقیقه تشریحی -- دقیقه

کد درس: ۱۲۱۵۰۱۸

تعداد کل صفحات: ۳

۱۱. کدام یک از موارد به هنگام زدن یک سرویس صحیح می باشد؟

الف. فقط یک پای بازیکنان زننده یا گیرنده سرویس، با زمین تماس داشته باشد.

ب. صفحه راکت پایین تر از گودی کمر قرار می گیرد.

ج. سرویس زننده و سرویس گیرنده به صورت مستقیم در داخل محوطه سرویس، با زمین تماس داشته باشد.

د. پاهای هر دو (زننده و گیرنده سرویس) روی خطهای محوطه سرویس باشد.

۱۲. تنها مرجع و تصمیم گیرنده اصلی برای به تعلیق درآوردن بازی کیست؟

الف. داور

ب. سرداور

ج. سرپرست فنی

د. داور خط

۱۳. مسئول تمامی رویدادها و مسائلی که در طول یک دوره مسابقات رخ می دهد، کیست؟

الف. داور سرویس

ب. سرپرست فنی

ج. سرداور

د. داور

۱۴. بهترین فاصله داوران با خطهای زمین بدمینتون چقدر است؟

الف. ۵/۰ متر

ب. ۱ متر

ج. ۳ متر

د. ۲ متر

۱۵. اعلام نتایج مسابقه برای بازیکنان و تماشاچیان از جمله وظایف ..... می باشد.

الف. داور

ب. داور سرویس

ج. سرپرست فنی

د. سرداور

۱۶. در کدام یک از موارد زیر، توپ اصطلاحاً مرده نمی باشد؟

الف. هنگامی که داور خطا اعلام کرده است.

ب. هنگامی که توپ در گردش باشد.

ج. هنگامی که توپ به تور گیر کند و باقی بماند.

د. هنگامی که توپ با سطح زمین تماس پیدا کند.

۱۷. در یک مسابقه یک حذفی ۱۴ تیمی، تعداد بازی چقدر می باشد؟

الف. ۱۴

ب. ۱۶

ج. ۱۳

د. ۲۷

۱۸. در یک جدول یک حذفی با ۱۹ بازیکن، تعداد استراحت و تعداد دورهای بازی به ترتیب کدام است؟

الف. ۱۲ - ۵

ب. ۱۲ - ۴

ج. ۱۳ - ۵

د. ۱۳ - ۴

۱۹. آزمون والی دیوار میلر برای ارزیابی کدام دسته از ضربات پایه گذاری شده است؟

الف. ضربات با ارتفاع و عمق زیاد

ب. ضربات با ارتفاع کم و تیز

ج. ضربات کوتاه مستقیم

د. ضربات کوتاه مورب

۲۰. برای ارزشیابی کدام یک از ضربات زیر از آزمون فرانسوی بدمینتون استفاده می گردد؟

الف. اسمش

ب. درایو

ج. سرویس تیز

د. سرویس کوتاه

نام درس: بدمینتون (۲)

تعداد سؤال: ۲۴ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۰ دقیقه تشریحی -- دقیقه

کد درس: ۱۲۱۵۰۱۸

تعداد کل صفحات: ۳

۲۱. اندازه طول و عرض زمین بدمینتون برای بازی دونفره به ترتیب چند متر است؟

الف. ۱۲/۶۰ - ۶/۱۰ ب. ۱۳/۴۰ - ۶/۱۰

ج. ۱۲/۶۰ - ۵/۱۸ د. ۱۳/۴۰ - ۵/۱۸

۲۲. حداقل ارتفاع سقف تا کف زمین بدمینتون چقدر است؟

الف. ۷۶۲ سانتی متر ب. ۵۶۳ سانتی متر

ج. ۴۰۰ سانتی متر د. ۸۰۰ سانتی متر

۲۳. کدام یک از موارد در ارتباط با رنگ سقف، دیوار و کف محوطه بازی بدمینتون به ترتیب صحیح است؟

الف. تیره - آبی تیره - آبی تیره ب. روشن - سبز تیره - سبز روشن

ج. روشن - سبز تیره - سبز تیره د. تیره - آبی روشن - سبز تیره

۲۴. وزن توپ و قطر پایه توپ بدمینتون به ترتیب چقدر است؟

الف. ۴/۷۴ تا ۵/۵ گرم، ۲/۵ تا ۳/۷۵ سانتی متر ب. ۵/۶۲ تا ۶/۲۱ گرم، ۲/۵ تا ۳/۷۵ سانتی متر

ج. ۴/۷۴ تا ۵/۵ گرم، ۱/۵ تا ۲/۲ سانتی متر د. ۵/۶۳ تا ۶/۲۱ گرم، ۱/۵ تا ۲/۲ سانتی متر