

نام درس: کشتی ۱

تعداد سؤال: ۲۴ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۰ دقیقه تشریحی --

کد درس: ۱۲۱۵۰۲۹

تعداد کل صفحات: ۳

۱. اولین اطلاع موثق از کشتی به کدام عهد باز می‌گردد؟
الف. عهد هخامنشیان ب. عهد سومریان ج. عهد ساسانیان د. عهد اشکانیان
۲. کدام یک از موارد زیر نخستین گواه تاریخی کشتی بین کودکان است؟
الف. شعر گیلگامش ب. نقاشی‌های مقبره بنی حسن ج. نقاشی مقبره‌ای از سلسله پنجم در مصر د. نقاشی‌های مقبره بهتی سوم
۳. لقب دیگر کشتی فرنگی چیست؟
الف. پانکراتیوم ب. کشتی بالاتنه ج. کشتی فرانسوی د. موارد ب و ج
۴. کشتی لوچو مربوط به کدام استان کشور می‌باشد؟
الف. مازندران ب. سیستان و بلوچستان ج. خراسان شمالی د. همدان
۵. اولین دوره بازیهای قهرمانی سبک آزاد در چه سالی و در کجا برگزار گردید؟
الف. ۱۹۱۰ وین ب. ۱۹۲۰ استکهلم ج. ۱۹۵۰ استکهلم د. ۱۹۵۱ هلسینکی
۶. کدام یک از کشتی‌گیران زیر به خاطر دارا بودن نجابت در اخلاق ورزشی، جایزه بین‌المللی کاپ اخلاق را دریافت نمود؟
الف. میلف ب. ایوانسکی ج. پویان رادف د. استیون هاروات
۷. حرکتی که در آن یکی از کشتی‌گیران در حالت پا باز به پشت دراز کشیده و کشتی‌گیر دیگر در مقابل او بگونه‌ای قرار گیرد که وضعیتی مشابه با او اما در جهتی مخالف داشته باشد و هر کدام از دو کشتی‌گیر می‌تواند دیگری را بگیرند چه نام دارد؟
الف. راه رفتن خرچنگی ب. بلند کردن خورجینی ج. کاترپیلاز د. چرخش قیچی
۸. کدام یک از موارد زیر در حالت گارد صحیح انجام نمی‌پذیرد؟
الف. افزایش سطح اتکا ب. خم کردن مفاصل ران و زانو ج. افزایش تعادل اولیه د. بالا بردن مرکز ثقل
۹. در کدام گارد پاها در امتداد یکدیگر و به اندازه عرض شانه به طرفین باز می‌شوند؟
الف. گارد راست ب. گارد ژاپنی ج. گارد چپ د. گارد راست متوسط
۱۰. در تمامی گاردها دستها می‌بایست در چه محلی از بدن قرار گیرند؟
الف. کنار بدن و در امتداد پاها ب. بالای سر ج. میانه و مقابل بدن د. پشت بدن
۱۱. کدام یک از حالت‌های گارد در کشتی فرنگی مناسب‌تر می‌باشد؟
الف. گارد راست کوتاه ب. گارد چپ کوتاه ج. گارد ژاپنی متوسط د. گارد راست بلند
۱۲. کدام یک از موارد زیر باعث برهم خوردن تعادل کشتی‌گیر می‌شود؟
الف. قرار دادن پاها به صورت متقاطع ب. خم شدن بدن به سمت جلو ج. خم شدن زانوها د. حرکت با تمام سطح کف پا

نام درس: کشتی ۱

تعداد سؤال: سنی ۲۴ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

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

کد درس: ۱۲۱۵۰۲۹

تعداد کل صفحات: ۳

۱۳. کدام یک از روشهای قفل کردن دستها صحیح نیست؟

الف. انگشتها به طور مخالف در یکدیگر قلاب شوند

ب. یک دست مچ دست دیگر را بگیرد

ج. دستها به طور مجزا (بالا و پائین) اندام مورد نظر را در اختیار گیرد

د. انگشتان دو دست در هم فرو روند.

۱۴. در اجرای کدام فن کشتی گیر مهاجم پای گارد حریف را در اختیار می گیرد سپس سر را بغل پای حریف قرار داده و با شانه

به انتهای ران فشار آورده و آنرا به اندازه $\frac{1}{4}$ دور به طرف داخل می چرخاند تا حریف بر روی تشک سرنگون شود؟

الف. زیر یک خم پس کاسه (گارد موافق) ب. زیر یک خم درو (گارد موافق)

ج. زیر یک خم میانکوب (گارد موافق) د. زیر یک خم پس کاسه (گارد مخالف)

۱۵. زمانی که کشتی گیر مهاجم در حال گرفتن دو خم با خیمه حریف روبه رو می شود از کدام فن برای سرنگون نمودن حریف و به پل بردن او استفاده می نماید؟

الف. دو خم گردون ب. دو خم کلندون ج. زیر دو خم د. زیر یک خم درو (گارد مخالف)

۱۶. کشتی گیر در اجرای فن کمر حدود چند درجه روی محور پای جلویی خود می چرخد؟

الف. ۳۶۰ درجه ب. ۹۰ درجه ج. ۴۵ درجه د. ۲۷۰ درجه

۱۷. نام دیگر فن بزکش چه می باشد؟

الف. کول انداز ب. قورقوبرا ج. سر و بند پی د. درو از بغل

۱۸. انجام این تمرین باعث قوی شدن تمامی عضلات بدن خصوصاً عضلات پا و پشت می گردد؟

الف. چرخ و فلک دو نفره ب. تاب خوردن ج. حرکت پرگار د. حمل حریف

۱۹. زمانی که کشتی گیر مهاجم دو پای حریف را از ناحیه مچ به صورت ضربدری روی هم قرار می دهد قصد اجرای کدام فن را دارد؟

الف. کنده فتیله پیچ ب. کلندون ج. خیمه سر و ته یکی د. خیمه پیش انداز

۲۰. مدت مسابقات کشتی برای هر یک از رشته ها در بازیهای المپیک چند روز و بر روی چند تشک انجام می شود؟

الف. ۵ روز و بر روی ۳ تشک ب. ۳ روز بر روی ۳ تشک

ج. ۵ روز بر روی ۲ تشک د. ۳ روز بر روی ۵ تشک

۲۱. در تقسیم بندی گروههای سنی مسابقات ، نوجوانان در چه گروه سنی قرار می گیرند؟

الف. ۱۰ تا ۱۲ سال ب. ۱۳ تا ۱۴ سال ج. ۱۵ تا ۱۶ سال د. ۱۷ تا ۱۸ سال

۲۲. کدام یک از فنون زیر جزء فنون سرپا نیست؟

الف. دست تو ب. دو خم سرزیربغل ج. سرزیربغل د. درو از بغل

نام درس: کشتی ۱

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۱۲۱۵۰۲۹

تعداد سؤال: نسی ۲۴ تکمیلی -- تشریحی --

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

تعداد کل صفحات: ۳

۲۳. کدام یک از موارد زیر در مورد ترکیب هیئت داوران صحیح است؟

الف. تغییر عضو هیئت داورى در خلال انجام مسابقه مجاز مى باشد.

ب. ترکیب هیئت داورى مى تواند شامل دو داور از یک ملیت باشد.

ج. انجام وظیفه هر یک از اعضاى هیئت داورى در مسابقه اى که هموطنان وى مبارزه مى کنند مجاز است.

د. پوشش اعضاى هیئت داورى منطبق با دستورالعملهاى ویژه FILA مى باشد.

۲۴. کدام یک از موارد زیر در مورد پوشش کشتى گیر صحیح نیست؟

الف. مایوی کشتى گیران مى باید از نوع متحدالشکل FILA و چسبان باشد.

ب. استفاده از زانوبندهاى ظریف مجاز مى باشد.

ج. کشتى گیر مى تواند هر رنگى را که بخواهد براى مایوی خود انتخاب نماید.

د. استفاده از محافظ گوشى سخت ممنوع است.