

نام درس: کشتی ۱ - کشتی برادران
 رشته تحصیلی و کُد درس: تربیت بدنی (سنتی و ارشد) (۱۲۱۵۰۲۹) - ناپیوسته (۱۲۱۵۱۸۷)
 تعداد سؤالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ---
 زمان آزمون: تستی: ۴۰ تشریحی: --- دقیقه
 آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗
 کُد سری سؤال: یک (۱)
 استفاده از: ---
 مجاز است.

امام علی^(ع). شرافت به خرد و ادب است نه به دارایی و نژاد.

۱. زور آزمایی و کشتی گرفتن از چه دورانی در کره زمین آغاز شد؟

الف. ظهور انسان بر کره زمین

ب. ظهور مسابقات بین ملل

ج. جنگ جهانی اول

د. دوران جنگ ها باستان

۲. انسان نخستین از چه طریقی بیشتر به اهمیت کشتی پی برد؟

الف. پرکردن اوقات فراغت کودکان

ب. آموزش مفاهیم و راه و رسم تربیت

ج. چیرگی برحریفان و حیوانات

د. مسابقات سالانه

۳. درجنگ ها ابتدا چه کسانی برای کشتی گرفتن به میدان می رفتند؟

الف. پهلوانان

د. فرماندهان هر لشکر

ج. افسران

ب. سربازان

۴. با توجه به سوابق تاریخی کشتی ابتدا در کدام نواحی رواج بیشتری داشت؟

الف. رومی ها

د. مصری ها

ج. یونانی ها

ب. چینی ها

۵. در مسابقات المپیک باستان قهرمان کشتی پس از کدام قهرمان به عنوان مهمترین پهلوان یونان به شمار می رفت؟

الف. پرتاب دیسک

د. پرش

ج. پرتاب نیزه

ب. دو

۶. در قاره پهناور آسیا در ابتدا ورزش کشتی بیشتر در کدامیک از نواحی زیر بیش از سایر موارد رواج بیشتری داشت؟

الف. کره جنوبی

د. پاکستان

ج. هندوستان

ب. چین

۷. اساساً کلمه کشتی به چه معنی است؟

الف. رقابت

د. به خاک مالیدن زانوی حریف

ب. بر زمین کوبیدن حریف

ج. کمر یکدیگر را گرفتن

۸. پهلوان صادق قمی از پهلوانان نام آور معاصر در کدام فن کشتی شگرد داشت؟

الف. میانکوب

د. سروبندی

ج. توشاخ

ب. سگک

۹. اولین تیم کشتی خارجی که سال ۱۳۲۶ وارد ایران شد، کدام کشور بود؟

الف. مغولستان

د. روسیه

ج. ژاپن

ب. ترکیه

۱۰. کشتی دسته بغل مخصوص کدام استان است؟

الف. فارس

د. قزوین

ج. سیستان و بلوچستان

ب. یزد

۱۱. کدامیک از موارد زیر در خصوص حرکت گارد نادرست است؟

الف. منجر به حفظ تعادل است

ب. پاها به اندازه عرض شانه باز می شود

ج. دست ها در کنار بدن قرار می گیرد

د. مرکز ثقل به زمین نزدیک می شود

نام درس: کشتی ۱ - کشتی برادران	تعداد سؤالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ---
رشته تحصیلی و کد درس: تربیت بدنی (سنتی و ارشد) (۱۲۱۵۰۲۹) - ناپیوسته (۱۲۱۵۱۸۷)	زمان آزمون: تستی: ۴۰ تشریحی: --- دقیقه
کد سری سؤال: یک (۱)	آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗
استفاده از: ---	مجاز است.

۱۲. وقتی دو پای همسان دو کشتی گیر رقیب مقابل یکدیگر قرار بگیرد، به آن گارد گفته می شود.

الف. چپ ب. راست ج. مخالف د. موافق

۱۳. به عنوان یک مربی چه شیوه ای را در آموزش نوآموزان انتخاب می کنید؟

الف. بر اساس مقاوم تر بودن کشتی گیران در هر گاردی آموزش هم با همان گارد آغاز می شود.

ب. در ابتدای راه ، آموزش زیر از گارد موافق حداکثر یک هفته کافی است.

ج. همزمان با فراگیری یک فن، فنون دیگر هم آموزش داده شود.

د. نوآموزی که فنی را نادرست آموخته باشد، جهت فراگیری مجدد نیاز به زمان زیادی ندارد.

۱۴. کاهش وزن بیش از یک کیلوگرم در هفته برای یک کشتی گیر چه اثراتی دارد؟

الف. منجر به تقویت بافت عضلانی می شود ب. منجر به تحلیل بافت عضلانی می شود

ج. منجر به کاهش زمان بازتاب عضلانی می شود د. منجر به کاهش زمان برگشت بحالت اولیه می شود

۱۵. کدامیک از موارد زیر در اجرای فن دوخم کلندون وجود ندارد؟

الف. خیمه زدن ب. گرفتن دست حریف از بالای آرنج

ج. گرفتن مچ پای حریف د. کشیدن بازوی حریف و سرنگون کردن او از عقب سر مجری فن

۱۶. در ابتدای فن چنگک اساس کار فشار بر کدام قسمت بدن حریف است؟

الف. سر و گردن ب. مچ پا ج. ران د. کمر

۱۷. با چه حرکتی حریف فن فیتو را اجرا می کنیم؟

الف. وقتی حریف پشت به ما قرار دارد ب. وقتی یک خم حریف را در دست داریم

ج. وقتی هردو مچ پای حریف در دستمان قرار دارد د. وقتی حریف برای زیرگیری اقدام نمود

۱۸. در کدامیک از فنون زیر حریف را از زمین بلند می کنیم؟

الف. دوخم سر زیر بغل ب. حصیر مال ج. سگک دوپل د. یک دست ویک پا

۱۹. بزکش مترادف کدام فن است؟

الف. حمال بند ب. سروبند پی ج. سگ بند د. کنده رو

۲۰. در کدامیک از فنون زیر مهمترین نکته وارد کردن دو نیروی مخالف به بدن حریف است؟

الف. دو خم گردون ب. بزکش ج. فیتو د. یک دست ویک پا

۲۱. سانس مسابقات برای انواع رقابت های کشتی حداکثر تاچه زمان است؟

الف. شش ساعت ب. هشت ساعت ج. ده ساعت د. سه ساعت

نام درس: کشتی ۱ - کشتی برادران	تعداد سؤالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ---
رشته تحصیلی و کد درس: تربیت بدنی (سنتی و ارشد) (۱۲۱۵۰۲۹) - ناپیوسته (۱۲۱۵۱۸۷)	زمان آزمون: تستی: ۴۰ تشریحی: --- دقیقه
کد سری سؤال: یک (۱)	آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗
استفاده از: ---	مجاز است.

۲۲. قطر تشک کشتی چقدر است؟

الف. ۹ متر ب. ۳ متر ج. ۵ متر د. ۱۲ متر

۲۳. پلاکارد سفید در داوری کشتی به چه معنی است؟

الف. اخطار ب. اخراج ج. نشستن یک کشتی گیر در خاک د. نداشتن امتیاز یا اخطار

۲۴. در حین اجرای چه فنی بلافاصله فن چنگک سالتو را اجرا می کنیم؟

الف. چنگک ب. حصیر مال ج. یک دست یک پا د. فیتیله پیچ