

تعداد سؤال: ۲۰ نمره: ۴۰ نمره: ۳۰ نمره: ۳۰

نام درس: بدمینتون

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۳۰

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۰ نمره: ۱۰ نمره: ۱۰

[ استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ] ☆ سوالات تستی نمره منفی دارد

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

۱. کدامیک از ضربات مادر ضربه‌های بالای سر در بدمینتون محسوب می‌شود و اساساً ضربه‌ای دفاعی است و به منظور ایجاد زمان برای برگشتن به مرکز زمین به کار می‌رود؟

الف. درایو      ب. تاس      ج. دراپ      د. اسمش

۲. در صورتی که بتوان ضربه‌ی دراپ را همراه با برخی ضربه‌ها همراه کرد، مؤثرترین راه برای خسته کردن حریف است. این ضربه کدام است؟

الف. کت      ب. آندره‌ند      ج. تاس      د. درایو

۳. در صورتی که بر حسب موقعیت بازی بخواهیم در پاسخ به ضربه‌ی سرویس بلند از اسمش و دراپ استفاده کنیم، ضربه را برای فرود در چه نقطه‌ای می‌زنیم؟

 الف. کناره‌های خط طولی زمین      ب. مرکز زمین  
ج. انتهای زمین      د. سر و سینه حریف

۴. در صورتی که با سرویس بلند خود در نزدیکی خط میانی و انتهای زمین، حریف را به مشکل بیندازیم باید انتظار ضربه‌ی او را در چه نقطه‌ای داشته باشیم؟

 الف. سمت راست زمین      ب. مرکز زمین  
ج. سمت چپ زمین      د. سر و سینه حریف

۵. همواره به بازیکن تحت تعلیم خود پیشنهاد می‌کنید ضربه‌ی اسمش خود را روی چه نقطه‌ای فرود آورد؟

 الف. پای راست و سرو سینه‌ی حریف      ب. پای چپ و سر و سینه‌ی حریف  
ج. سر و سینه‌ی حریف      د. به طور مستقیم و در وسط زمین

۶. در صورتی که بخواهیم در بازی از ضربه‌ی دراپ استفاده کنیم بهتر است کدام نقطه را برای فرود آن انتخاب کنیم؟

 الف. پشت تور      ب. روی سر و سینه‌ی حریفان  
ج. در وسط زمین بین دو بازیکن      د. روی پای راست حریف چپ

۷. در بازی دوبل و در حین دفاع بهتر است بازیکنان چگونه بایستند؟

 الف. سیستم جلو و عقب      ب. سیستم پهلو به پهلو  
ج. سیستم مورب      د. سیستم موازی

۸. وقتی تیم مقابل اسمش یا دراپ را در دستور کار حمله‌ی خود دارد بازیکن مورب فرد حمله‌کننده مسئول پوشش زمین است. اولین نقطه‌ای را که او باید پوشش دهد کدام است؟

 الف. وسط زمین      ب. کناره‌های خط طولی زمین  
ج. انتهای زمین      د. وسط و انتهای زمین

۹. کدامیک از عناصر آمادگی جسمانی در بدمینتون از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است؟

 الف. تعادل و هماهنگی عصبی - عضلانی      ب. چابکی و سرعت عمل  
ج. سرعت عمل و عکس‌العمل      د. انعطاف‌پذیری و قدرت

تعداد سؤال: ۲۰ نفری ۴ تکمیلی ۳ تشریحی

نام درس: بدنمیتون

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۳۰

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۰ دقیقه تشریحی ۱۰ دقیقه

[ استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ☆ سوالات تستی نمره منفی دارد ]

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

۱۰. در فصل نزدیک به مسابقات (پیش از فصل مسابقه) تأکید مربی بیشتر روی کدامیک از تمرینات ذیل است؟

الف. کسب آمادگی جسمانی

ب. مهارتهای بازی

ج. تمرینات باوزنه

د. دویدهای آرام و طولانی

۱۱. در صورتی که بازیکنی غیر از گیرنده سرویس در بازی دوبل، سرویس را دریافت کند، داور چه حکمی می‌دهد؟

الف. سرویس تکرار می‌شود.

ب. اشتباه اصلاح می‌شود.

ج. یک امتیاز به تیم زننده داده می‌شود.

د. یک امتیاز از تیم گیرنده کسر می‌شود.

۱۲. در بازی دوبل در صورتی که بازی به انتخاب امتیاز اضافی بیانجامد ملاک برای انتخاب زمین در سرویس بعدی چیست؟

الف. امتیاز تیمی که درخواست امتیاز اضافی کرده

ب. امتیاز تیم برنده‌ی گیم قبلی

ج. مجموع امتیاز طرفین در گیم فعلی

د. قرعه‌کشی

۱۳. داور زمین درباره‌ی نظریه‌های اعلام شده توسط داوران سرویس و خط چه می‌کند؟

الف. از آن‌ها پیروی می‌کند.

ب. می‌تواند نظر آن‌ها را قبول نکند.

ج. تصمیم نهایی را داور می‌گیرد.

د. می‌تواند از آن‌ها پیروی کند یا نکند.

۱۴. کنترل ارتفاع تور از زمین از وظایف کیست؟

الف. سر داور

ب. سرپرست مسابقه

ج. داور زمین

د. داور سرویس

۱۵. در مواردی که بازی تنها یک داور سرویس دارد چه روی می‌دهد؟

الف. داور زمین، زننده سرویس را کنترل می‌کند.

ب. همواره داور سرویس، دریافت‌کننده را کنترل می‌کند.

ج. بین داور زمین و داور سرویس به طور توافقی عمل می‌شود.

د. داور زمین، دریافت‌کننده سرویس را کنترل می‌کند.

۱۶. ارتفاع استاندارد سقف در بازیهای باشگاهی چقدر است؟

الف. ۵/۶ متر

ب. ۷/۶ متر

ج. ۶/۷ متر

د. ۵/۴ - ۶/۱ متر

۱۷. مسابقات تعادلی چگونه مسابقاتی است؟

الف. برای استفاده معلولان از زمین کوچکتری بهره می‌گیرد.

ب. بین خانم‌ها و آقایان برگزار می‌شود.

ج. بین بازیکنان ضعیف و قوی برگزار می‌شود.

د. سقف امتیازات کسب شده برای برنده شدن کمتر است.

۱۸. کدامیک از شیوه‌های تمرینی ذیل برای « حفظ تکنیک ضربه » روی تکرار ضربه‌های مشخص تأکید می‌شود؟

الف. تمرین مجزا برای کسب مهارت

ب. تمرین تحت فشار

ج. تمرین ترکیبی

د. تمرینات آمادگی برای مسابقه

تعداد سؤال: ۲۰ نمره: ۴ تشریحی: ۳

نام دانش بدمیتون

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۳۰

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۴۰ دقیقه تشریحی ۱۰ دقیقه

[ استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ☆ سوالات تستی نمره منفی دارد ]

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

۱۹. برای شروع یادگیری ورزش بدمیتون کدام مورد لازم است؟

الف. تعادل عصبی عضلانی

ب. سرعت عمل و عکس العمل

ج. چابکی و انعطاف پذیری

د. هماهنگی چشم و دست

۲۰. در زدن سرویس، در بازی دوبل هنگامی که می خواهیم حالت حمله را هر چه زودتر بدست آوریم چه می کنیم؟

الف. سرویس را بین دو بازیکن می زنیم.

ب. سرویس را روی دست چپ بازیکن می زنیم

ج. از سرویس کوتاه استفاده می کنیم.

د. سرویس را در نقطه ای ضعیف حریف می زنیم.

## سـوالـات تکمـیلی

۱. یک تیم ایده آل دو نفره از ..... تشکیل می شود.

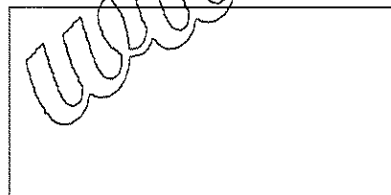
۲. هنگام بروز حوادثی که از کنترل بازیکنان خارج است ..... می تواند مسابقه را برای مدت زمان ضروری به تعلیق در آورد.

۳. امتیاز برنده در مسابقات دو نفره مردان امتیاز ..... و دو نفره زنان امتیاز ..... و در بازیهای یک نفره زنان امتیاز ..... است.

۴. دیوارهای اطراف زمین بدمیتون باید به رنگ ..... باشد و بهترین نوع کفپوش در سالن های چند منظوره کفپوش های ..... است.

## سـوالـات تشریحـی

۱. ضمن ترسیم زمین بدمیتون و مشخص کردن خطوط بازی انفرادی و دوبل محل استقرار داوران را در بازی مشخص کنید.



۲. در بازی بدمیتون به چه تویی مرده گفته می شود و چهار موردی که در آن توپ مرده اعلام می شود را نام ببرید؟

۳. تعویض زمین در بازی بدمیتون به چه منظوری انجام می شود؟ در چه شرایطی انجام می شود؟ توضیح دهید.