

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: کشتی ۱ برادران، کشتی ۱- عملی - برادران، کشتی برادران

رشته تحصیلی/کد درس: (تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۲۹ - ، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش ۱۲۱۵۲۵۵ - ۱۲۱۵۱۸۷)

۱- انجام تمرین با فنون کشتی در حقیقت اجرای کدام اصل تمرین است؟

- ۰۱ اصل تنوع ۰۲ اصل ویژگی تمرین ۰۳ اصل اعتدال ۰۴ اصل سازگاری

۲- تغییرات ایجاد شده در اثر تمرین با مقاومت هایی که براساس اصل اضافه بار باشد، کدام اصل تمرین را تبیین می کند؟

- ۰۱ اضافه بار ۰۲ سازگاری ۰۳ برگشت پذیری ۰۴ تمرین دراز مدت

۳- بر اساس تحقیقات انجام شده کشتی گیران نخبه پیش از رسیدن به نقطه اوج خود به چند سال تمرین نیاز دارند؟

- ۰۱ یک سال ۰۲ سه سال ۰۳ پنج سال ۰۴ هشت سال

۴- کدام تمرین زیر شباهت به کشتی چینی دارد؟

- ۰۱ بالا بردن حریف به صورت وارونه و لیفت کردن حریف ۰۲ تمرین سواری در خاک
۰۳ زدن پای حریف ۰۴ روی دو پا چرخیدن به وسیله کمک

۵- جفت گارد مترادف کدام گارد است؟

- ۰۱ کوتاه ۰۲ ژاپنی ۰۳ بلند ۰۴ راست

۶- در اجرای کدام فن سر را بین دوپای حریف قرار می دهیم؟

- ۰۱ زیر یک خم گارد مخالف ۰۲ زیر یک خم پس کاسه
۰۳ زیر سر رو ۰۴ دوخم گردون

۷- در اجرای کدام فن حریف را از عقب سرمان پرتاب می کنیم؟

- ۰۱ دوخم سر زیر بغل ۰۲ کلندون ۰۳ دوخم پا روکار ۰۴ سگ بند

۸- زمانی که روی سر و گردن حریف خیمه زده و سر و گردن در اختیار ماست، اجرای کدام فن مناسب تر است؟

- ۰۱ سگ بند ۰۲ دست در مخالف ۰۳ کنده رو ۰۴ فیتو

۹- در اجرای کدام یک از فنون ذیل حریف از زمین کنده می شود؟

- ۰۱ دو خم سر زیر بغل ۰۲ سگ بند ۰۳ زیر سر رو ۰۴ دست در مخالف

۱۰- مهم ترین نکته در اجرای فن سر و بند پی کدام است؟

- ۰۱ ضربه شکم به حریف ۰۲ وارد کردن دو نیروی مخالف
۰۳ اجرای حرکت پاندولی ۰۴ فشار پشت بر سینه حریف

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: کشتی ۱ برادران، کشتی ۱- عملی - برادران، کشتی برادران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۲۹ -، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۸۷ -، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش ۱۲۱۵۲۵۵

۱۱- گرفتن مچ پای حریف و کشیدن آن جهت جلوگیری از اجرای فن حریف و به دنبالش ضربه کردن حریف کدام فن بدل را یادآوری می کند؟

۱. مقرضک ۲. زشت و زیبا ۳. فتیله پیچ ۴. بارانداز

۱۲- قلاب کردن پای حریف با پای خود مقدمه اجرای کدام فن است؟

۱. چنگک سالتو ۲. چنگک ۳. سگک ساده ۴. حصیرمال

۱۳- در راستای اجرای کدام فن در خاک یک دست حریف را از جلوی صورتش جمع کرده و با دست دیگر پای مخالفش را می گیریم و با کشیدن دست و پایش او را به خطر نزدیک می کنیم؟

۱. حمال بند ۲. کلندون ۳. سگک دوبل ۴. بزکش

۱۴- عرض منطقه زون تشک کشتی چقدر است؟

۱. یک متر ۲. دو متر ۳. هفت متر ۴. سه متر

۱۵- دومین قرعه جهت تعیین تیم داوران کشتی متعلق به کیست؟

۱. داور وسط ۲. رئیس تشک ۳. قاضی تشک ۴. ناظر تشک

۱۶- بهترین نوشیدنی پس از وزن کشی محلول قندی چند درصد می باشد؟

۱. ۱۰ درصد ۲. ۲۰ درصد ۳. ۲۸ درصد ۴. ۳۵ درصد

۱۷- کشتی جنگ مربوط به کدام شهر است؟

۱. قزوین ۲. ارسنجان ۳. فریدن ۴. الیگودرز

۱۸- اولین تشک کشتی اسفنج توسط چه کسی در ایران مورد بهره برداری قرار گرفت؟

۱. جوادی ۲. صنعتکاران ۳. مهدی زاده ۴. محمود پور

۱۹- پهلوان حاج رضا قلی در کدام فن مهارت فوق العاده ای داشت؟

۱. سربندی ۲. توشاخ ۳. دست تو ۴. میانکوب

۲۰- سبک کشتی «چیتابا» در کدام کشور دیده می شود؟

۱. آذربایجان ۲. گرجستان ۳. ارمنستان ۴. ژاپن

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: کشتی ۱ برادران، کشتی ۱- عملی - برادران، کشتی برادران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۲۹ - ، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۸۷ - ، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش ۱۲۱۵۲۵۵

۲۱- قدیمی ترین مدرک کشتی در سال ۱۹۳۸ در کدام نقطه بدست آمد؟

۰۱. گیا ناچه ۰۲. گلیما ۰۳. گولش ۰۴. گیل گمش

۲۲- لباس کم ، گشاد و رختخواب سخت برای پرورش اطفال را چه کسی توصیه می کرد؟

۰۱. تولستوی ۰۲. آژاکس ۰۳. جان لاک ۰۴. اودیسه

۲۳- آزمون بالک برای سنجش کدام فاکتور زیر است؟

۰۱. هوش و ذکاوت ۰۲. روانی - حرکتی ۰۳. قلبی - تنفسی ۰۴. چابکی - انعطاف

۲۴- کدام یک از پهلوانان زیر بر شاه شجاع اتابک فارس شورید؟

۰۱. اسد کرمانی ۰۲. عبدالرزاق بیهقی ۰۳. مفرد قلندر ۰۴. پوریای ولی