

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: بسکتبال ۱- عملی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته)، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ۱۲۱۵۰۲۴)

۱- در بازی بسکتبال، بهترین حالت استقرار پاها در بیشتر مواقع به چه شکل است؟

۱. جلو و عقب قرار دادن پاها
۲. قرار گرفتن پاها در یک خط راست
۳. قرار گرفتن پاها به شکل موازی
۴. فاصله پاها بیشتر از عرض شانه

۲- مهارت اشاره-فشار-کشش (پابکس) چه مهارتی است؟

۱. مهارتی که بازیکنان در حالت ریباند قرار گیرند.
۲. مهارتی که بازیکنان صاحب توپ به سرعت به حالت شوت جفت درآیند.
۳. زمانی که بازیکن شروع به حمله می نماید.
۴. زمانی که پاهای بازیکن مدافع به اندازه عرض شانه باز و گام‌هایش در عرض یکدیگر کوتاه و سریع است و بر روی زمین کشیده می شود.

۳- سریع ترین پاس در بسکتبال چه پاسی است؟

۱. پاس زمینی
۲. پاس بیسبالی
۳. پاس قوسی
۴. پاس هوایی

۴- در بازی بسکتبال به منظور عبور توپ از بالای سر مدافعان و همچنین در مقابل دفاع منطقه‌ای، چه نوع پاسی از بقیه ارزشمندتر است؟

۱. پاس یک دست زمینی
۲. پاس سینه ای
۳. پاس بیسبالی
۴. پاس بالای سر

۵- نقطه ضعف دربیبل گردبادی (دربیبل با حرکت دورانی سریع) کدام است؟

۱. سرعت حرکت کم است.
۲. در حین دربیبل، جابجایی کم است.
۳. دربیبل کننده مدت زمان کوتاهی دید خود را نسبت به هم تیمی‌های خود از دست می دهد.
۴. خطر از دست دادن توپ وجود دارد.

۶- بازیکن پست سانتر از کدام نوع سه گام بیشتر استفاده می کند؟

۱. سه گام وارونه
۲. سه گام قدرتی
۳. سه گام هوک
۴. سه گام پرتاب توپ از پایین

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: بسکتبال ۱- عملی

رشته تحصیلی/ کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته)، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ۱۲۱۵۰۲۴)

۷- در هنگام اجرای شوت، زاویه ۹۰ درجه در کدام اندام ها ایجاد می شود؟

۱. آرنج- بین بازو و تنه- بین مچ دست و ساعد
۲. بین بازو و تنه- زانو ها- آرنج
۳. زانو ها- آرنج- بین بازو و تنه
۴. زانو ها- آرنج- گردن

۸- کدام یک از موارد زیر از مزایای داشتن پرتاب کنندگان ماهر در یک تیم بسکتبال نمی باشد؟

۱. قدرت آتش حمله تیم را می افزایش دهد.
۲. منطقه دفاع را محدودتر می کنند.
۳. تیم، دفاع کردن را در منطقه ای دورتر از سبد خود شروع می کند.
۴. دفاع، توسعه می یابد.

۹- کدام یک از موارد از نقاط ژئومتریکی برای انجام دادن شوت در زمین بسکتبال نمی باشد؟

۱. خط پرتاب آزاد
۲. منطقه ۱۵ فوتی سبد
۳. منطقه زیر سبد
۴. خط سه امتیازی

۱۰- برای یک ریباند مؤثر، اولین گام کدام یک از موارد زیر می باشد؟

۱. سرعت حرکت بالا
۲. جاگیری مناسب
۳. چرخش سریع
۴. قدرت بدنی بالا

۱۱- مهارت اسکرین در بازی بسکتبال چیست؟

۱. یارگیری بازیکن صاحب توپ
۲. کمک به بازیکن مدافع در حالت سد شدن
۳. حمایت بازیکن در حال ریباند
۴. سد کردن راه بازیکن حریف

۱۲- حالت تهدید سه گانه در بازی بسکتبال چه حالتی است؟

۱. حالتی که بازیکن می تواند سرعت، توقف و تعادل انجام دهد
۲. حالتی که بازیکن می تواند ریباند، شوت و سه گام انجام دهد
۳. حالتی که بازیکن می تواند دریبل، شوت و سه گام انجام دهد
۴. حالتی که بازیکن می تواند شوت، پاس و دریبل انجام دهد

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: بسکتبال ۱- عملی

رشته تحصیلی/ کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته)، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ۱۲۱۵۰۲۴)

۱۳- کدام یک از موارد زیر، جزء وظیفه بازیکنی که برش می زند، نیست؟

۱. برش زنده باید صبور باشد.
۲. برش زنده همیشه باید با شانه‌های سدکننده در تماس باشد.
۳. برش زنده باید عکس العمل مؤثری نسبت به واکنش مدافع حریف، که در مقابل سد قرار دارد، از خود نشان دهد.
۴. برش زنده باید قبل از کامل کردن سد توسط هم تیمی‌اش، برش بزند.

۱۴- در بازی بسکتبال، سد از پشت بیشتر در کدام مناطق زمین انجام می‌گیرد؟

۱. در حوالی خط عرضی و در مناطق بال تیم
۲. در قسمت پایین زمین حریف
۳. در مناطق بلاک نزدیک سبد
۴. زیر سبد حریف

۱۵- کنترل خیلی خوب توپ و تجزیه و تحلیل دفاع تیم مقابل، بیشتر توسط چه بازیکنی انجام می‌گیرد؟

۱. پست بالا
۲. گارد رأس
۳. پست ۵
۴. پست ۴

۱۶- کدام یک از موارد زیر از خصوصیات بازیکنان پست پایین است؟

۱. تهدید پایدار در امتیاز آوردن
۲. بهترین ریباوند کننده تیم
۳. بازیکن سریع در ضد حمله
۴. بنیاد نقشه حمله

۱۷- کدام یک از موارد زیر، از وظایف بازیکنان پست ۲ و ۳ در بازی بسکتبال است؟

۱. امتیاز آور خوب در منطقه دوزنقه
۲. نفوذ کردن به خط اول دفاعی
۳. از اولین ریباوندکننده‌های حمله ای
۴. از پایه گذاران حرکت حمله ای

۱۸- در کدام یک از آرایش‌های زیر دو پست پایین وجود ندارد؟

۱. ۳-۲
۲. ۱-۲-۲
۳. ۲-۳
۴. ۲-۱-۲

۱۹- بازیکن پست پایین برای دریافت توپ در چه مناطقی می‌تواند قرار بگیرد؟

۱. گوشه راست- گوشه چپ- منطقه زیر حلقه
۲. منطقه سه ثانیه- چسبیده به دوزنقه طرف راست- چسبیده به دوزنقه طرف چپ
۳. منطقه سه امتیازی- چسبیده به دوزنقه طرف راست- منطقه زیر حلقه
۴. گوشه راست- گوشه چپ- منطقه سه امتیازی

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: بسکتبال ۱- عملی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته)، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ۱۳۱۵۰۲۴)

۲۰- دلایل گردش داخلی بازیکنان مهاجم کدام است؟

۱. انجام دفاع تیمی
۲. ایجاد تنوع در نوع حمله برای افزایش موقعیت‌های امتیاز آور
۳. بهره بردن از شوت های راه دور
۴. رفتن بازیکن به میان دفاع و به طرف توپ

۲۱- اولویت برتر در دفاع فردی چیست؟

۱. توپ ربایی
۲. ریباند موفق
۳. مهار مهاجم برای جلوگیری از دریافت توپ
۴. حمله موفق

۲۲- مهمترین مرحله برای تیمی که می خواهد فرصت ضد حمله برای خود ایجاد کند، کدام است؟

۱. استفاده از بازیکن گارد رأس
۲. اجرای پرتاب سه امتیازی
۳. کم کردن تعداد مدافعان
۴. پیشروی در زمین با حداکثر سرعت ممکن

۲۳- کدام یک از موارد زیر از رایج ترین آرایش های هجومی است؟

۱. آرایش ۱-۴
۲. آرایش ۱-۳-۱
۳. آرایش ۱-۲-۱
۴. آرایش ۱-۲-۲

۲۴- رایج ترین دفاع در بسکتبال، کدام است؟

۱. دفاع نفر به نفر
۲. دفاع منطقه ای ۱-۲-۲
۳. دفاع ترکیبی
۴. دفاع ۲-۳