



تنها با یاد اوست که دل‌ها آرام می‌گیرد.

۱. کدام مورد زیر صحیح است؟

- الف. ابعاد میز تنیس روی میز از ابتدای پیدایش تغییری نکرده است.
- ب. فدراسیون بین‌المللی تنیس روی میز در لوزان سوئیس تشکیل شد.
- ج. اولین دوره مسابقات جهانی با حضور ۷ کشور در لندن برگزار شد.
- د. فدراسیون تنیس روی میز ایران در سال ۱۳۵۰ تشکیل شد.

۲. کدامیک از مهارت‌های زیر از ضربات حمله‌ای محسوب می‌شوند؟

- الف. تک و لوپ
- ب. تک و بلوک
- ج. پوش و لوپ
- د. تک و پوش

۳. برخورد راکت بین پشت و زیر توپ چه نوع چرخشی را در توپ به وجود می‌آورد؟

- الف. چرخش بالایی
- ب. چرخش پهلویی
- ج. چرخش زیری
- د. بدون چرخش

۴. در ورزش تنیس روی میز، کنترل بهتر، از ویژگی‌های کدام نوع راکت‌ها است؟

- الف. راکت‌های با روکش لاستیکی معمولی دندان‌دار
- ب. راکت‌های با روکش لاستیکی، اسفنجی دندان‌دار
- ج. راکت‌های با روکش لاستیکی، اسفنجی دندان‌دار پشت و رو شده (معکوس)
- د. راکت‌های با روکش ۷ لایه

۵. در مهارت تک، وضعیت بدن تقریباً مشابه کدامیک از گزینه‌های زیر می‌باشد؟

- الف. فورهند
- ب. بک هند
- ج. بک هند کنترلی
- د. فورهند کنترلی

۶. کات بیشتر یک ضربه ..... است.

- الف. دفاعی
- ب. حمله‌ای
- ج. کنترلی - حمله‌ای
- د. کنترلی

۷. کاربرد عمده سرویس «ساید اسپین» کدام است؟

- الف. حریف نزدیک میزش باشد.
- ب. حریف از یک سمت میزش فاصله زیاد داشته باشد.
- ج. حریف از نظر دفاعی قوی باشد.
- د. حریف از نظر حمله‌ای قوی باشد.

۸. به عمل بازیکنی که قبل از برخورد توپ به میزش با راکت به آن ضربه می‌زند، چه می‌گویند؟

- الف. لِت
- ب. دست در بازی
- ج. رالی
- د. والی کردن

۹. در چه نوع روش راکت‌گیری بازیکن از هر دو طرف راکت تقریباً به یک میزان استفاده می‌نماید؟

- الف. روش قلمی
- ب. روش چینی و غربی
- ج. پن هولدر
- د. شیک هند معمولی

۱۰. هل دادن توپ از روی میز برای برگرداندن آن به میز حریف، چه نام دارد؟

- الف. بلوک
- ب. لوپ
- ج. پوش
- د. تک

۱۱. اگر توپ سرو شده به تور برخورد کند و برگردد، چه نام دارد؟

- الف. لِت
- ب. امتیاز
- ج. شروع مجدد
- د. لِت



دانشگاه پیام نور  
مرکز آرمه

۱۲. در هنگام اجرای سرویس ارتفاع توپ باید حداقل چقدر باشد؟  
الف. ۱۴ سانتی متر      ب. ۲۰ سانتی متر      ج. ۲۸ سانتی متر      د. ۱۶ سانتی متر
۱۳. به چه علت بهتر است سرویس تاپ اسپین در قطر میز اجرا شود؟  
الف. چرخش بالایی      ب. چرخش پهلوی      ج. سرعت کم      د. سرعت زیاد
۱۴. در بک هند کنترلی توپ دارای چه نوع چرخشی می باشد؟  
الف. چرخش زیری      ب. چرخش بالایی      ج. چرخش پهلوی      د. بدون چرخش
۱۵. برای اینکه بازیکن مقابل را مجبور کنید که ضرباتش به تور برخورد کند و از میز خارج شود، چه باید کرد؟  
الف. در اجرای کات ارتفاع توپ را کم کنید.      ب. از بیرون میز به توپ ضربه بزنید.  
ج. از روی میز به توپ ضربه بزنید.      د. در اجرای کات شدت پیچ را کم و زیاد کنید.
۱۶. آسانترین عمل در مقابل تاپ اسپین با پیچهای بالایی حریف چیست؟  
الف. بلوک      ب. فورهند ساده      ج. پوش      د. لوپ
۱۷. فرق فورهند و بک هند با فورهند و بک هند کنترلی در چیست؟  
الف. در چرخش پایینی      ب. در چرخش بالایی      ج. در چرخش پهلوی      د. دور بودن از میز
۱۸. کدام مورد در ارتباط با سیستم تسریع صحیح است؟  
الف. زمانی اجرا می شود که گیم بازی بیش از ۱۰ دقیقه طول بکشد.  
ب. برای انجام این سیستم یک داور به جمع داوران اضافه می شود.  
ج. در شرایطی اجرا می شود که هر دو بازیکن از داور خواسته باشند.  
د. در این سیستم هر بازیکنی که اولین امتیاز را به دست آورد، برنده گیم می شود.
۱۹. کدامیک از موارد زیر، جزء اجزاء راکت محسوب نمی شود؟  
الف. روکش      ب. نوار پلاستیکی      ج. دسته      د. تخته
۲۰. کدام دلیل برای گرفتن یک خطا از بازیکن صحیح است؟  
الف. اگر در حین بازی (رالی) توپ پس از برخورد با لبه تور به میز حریف برخورد کند.  
ب. اگر دسته راکت به میز برخورد کند.  
ج. اگر زننده سرویس، سرویس را از روی میز اجرا نکند.  
د. اگر زننده سرویس، توپ را بالاتر از نیم متر بیاندازد.
۲۱. در تنیس روی میز، چند نوع سرویس داریم؟  
الف. ساده، بالا، زیر، پهلوی      ب. ساده، بالا، زیر      ج. زیر، بالا، پهلوی      د. زیر، پهلوی، ساده
۲۲. در بازی تنیس روی میز، چند داور و چند کمک داور وجود دارند؟  
الف. دو داور و یک کمک داور      ب. یک داور و دو کمک داور  
ج. دو داور و دو کمک داور      د. یک داور و یک کمک داور



۲۳. در کدامیک از موارد زیر، بازی توسط داور قطع نمی‌شود؟

- الف. توپ دو بار پشت سرهم به میز یک نفر برخورد کند.  
ب. توپ به شیء خارجی اصابت کند.  
ج. یک بازیکن توپ را والی نماید.  
د. توپ به دسته راکت برخورد کند.

۲۴. کدام مورد در ارتباط با گرفتن راکت به شیوه «پن هولدر» صحیح است؟

- الف. همان روش راکت گیری معمولی است.  
ب. در این روش، بازیکن از هر دو طرف راکت تقریباً به یک میزان استفاده می‌نماید.  
ج. انگشت سبابه در یک طرف و انگشت شست در طرف دیگر راکت قرار می‌گیرد.  
د. در این روش، قسمت انتهایی دسته و قسمتی از صفحه راکت در دست تثبیت می‌شود.