

۱-فدراسیون بین المللی تنیس روی میز چیست و در چه سالی به بازی‌های المپیک اضافه شد ؟

الف) T.I.W.F-۱۸۹۸ (ب) I.T.T.F-۱۹۸۸ (ج) I.T.W.F-۱۹۵۴ (د) I.T.T.P-۱۹۸۹

۲- تنیس روی میز به چه صورت هایی بازی می شود ؟

الف) تیمی - انفرادی و دوبل (ب) انفرادی و تیمی

(ج) تیمی و دونفره (د) انفرادی و دوبل

۳- طول و عرض میز تنیس روی میز کدام است ؟

الف) 247×156 (ب) $247 \times 125/5$ (ج) $274 \times 155/5$ (د) $274 \times 152/5$

۴- اگر بخواهیم توپ بدون پیچ (بدون چرخش) حرکت کند

الف) باید به نقطه ۱۲ و یا ۶ توپ ضربه بزنیم (ب) باید به نقطه ۵ و یا ۷ توپ ضربه بزنیم

(ج) باید به نقطه ۳ و یا ۱۱ توپ ضربه بزنیم (د) باید به نقطه ۳ و یا ۹ توپ ضربه بزنیم

۵- کدام گزینه صحیح نیست ؟

الف) راکت حمله ای معمولاً ۷ لایه و راکت های دفاعی معمولاً ۳ لایه هستند .

(ب) راکت از سه قسمت دسته ، بدنه و روکش تشکیل شده است .

(ج) برخورد راکت به پشت و زیر توپ موجب چرخش بالایی توپ می شود .

(د) طول تور تنیس روی میز ۱۸۳ سانتی متر و ارتفاع آن ۱۵/۲۵ سانتی می باشد .

۶- کدام گزینه صحیح است ؟

الف) ابر سفت در راکت موجب افزایش سرعت در توپ ها می شود .

(ب) سطح میز باید مسطح و دارای رنگ روشن و شفاف باشد .

(ج) رنگ لباس بازیکنان باید با رنگ توپ هم رنگ باشد .

(د) حداقل فضای بازی در مسابقات دارای ۱۴ متر طول ، ۴ متر عرض ، ۷ متر ارتفاع است .

۷- کدام گزینه هنگام اجرای سرویس صحیح نیست ؟

الف) توپ باید در کف دست قرار گیرد .

(ب) توپ باید روی سطح یا فضای بالای میز قرار گیرد .

(ج) پرتاب توپ نباید با چرخش آن همراه باشد .

(د) توپ باید از کف دست حداقل ۱۶ سانتی متر بالا انداخته شود .

۸- هنگامی که توپ فرستاده شده توسط حریف قبل از اینکه از محدوده میز خارج شود با لباس یا بدن بازیکن بر خورد نماید .

- (الف) لت می باشد .
(ب) نت می باشد .
(ج) والی می باشد .
(د) انسداد می باشد .

۹- کدام گزینه صحیح نیست ؟

- (الف) راکت گیری به دو روش شیک هند و پن هلدر می باشد .
(ب) معمولاً چپ دست ها فورهند را از سمت چپ و بک هند را از سمت راست میزنند .
(ج) در وضعیت آماده زانو ها صاف و پاها بیشتر از عرض شانه ها باز شده اند .
(د) در فورهند کنترلی در نقطه اوج توپ به آن ضربه زده می شود .

۱۰- در اجرای سرویس آندراسپین حرکت دست ضربه و راکت

- (الف) از عقب به جلو است
(ب) از بالا به پایین و به سمت جلو
(ج) از پایین به بالا و به سمت جلو
(د) از پایین به بالا و به سمت عقب

۱۱- کدام گزینه صحیح است ؟

- (الف) در سرویس آندراسپین توپ باید در $\frac{1}{3}$ میانی میز خودتان و $\frac{1}{3}$ ابتدایی میز حریف فرود آید .
(ب) در سرویس های تاپ اسپین ضربه باید در $\frac{1}{3}$ میانی میز خودتان و $\frac{1}{3}$ انتهایی میز حریف فرود آید .
(ج) سرویس های تاپ اسپین دارای سرعت زیاد و زمانی که حریف از میز دور است زده می شود .
(د) در سرویس های آندراسپین ضربه بانیمه پایینی راکت و حرکت دست به سمت بالا و عقب است .

۱۲- اگر سرویس ساید اسپین با پیچ راست به چپ به راکت ساکن بر خورد کند ، انحراف آن به کدام سمت است ؟

- (الف) به سمت بالا
(ب) پایین به سمت تور
(ج) به سمت راست حریف
(د) به سمت چپ حریف

۱۳- در اجرای سرویس آندراسپین

- (الف) با نیمه پائینی راکت زده می شود و حرکت دست به سمت پایین و عقب است .
(ب) با نیمه بالائی راکت زده می شود و حرکت دست به سمت بالا و جلو است .
(ج) با نوک راکت زده می شود و حرکت دست به سمت پایین و عقب است .
(د) با لبه بالایی راکت زده می شود و حرکت دست به سمت پائین و جلو است .

۱۴- کات ضربه ای است

الف) حمله ای ب) کنترل ج) کنترل - حمله ای د) دفاعی

۱۵- کدام گزینه صحیح نیست ؟

الف) نقطه فرود توپ در میز حریف پس از اجرای کات باید در $\frac{1}{3}$ میانی میز حریف باشد .

ب) در ضربه کات هنگام عبور دادن توپ از تور بهتر است ارتفاع آن حداقل باشد .

ج) ضربه کات را به کناره های میز حریف و دور از وی بفرستید .

د) برای بدست آوردن موقعیت ، در اجرای کات شدت پیچ توپ ها را کم و زیاد کنید .

۱۶- در کات کشیدن، وضعیت زانو ها در حالت بعد از ضربه چگونه است ؟

الف) زانو ها تغییری نمی کنند . ب) خمیدگی آنها کاهش می یابد .

ج) زانو ها خمیده تر می شوند . د) پای جلو خمیده تر می شود .

۱۷- در بلوک انعکاسی هر چه پیچ و سرعت توپ حریف بیشتر باشد

الف) زاویه راکت افزایش می یابد . ب) زاویه راکت کاهش می یابد .

ج) زاویه راکت تغییری نمی کند . د) نمی توان از این تکنیک (بلوک انعکاسی) استفاده نمود .

۱۸- کدام یک از مهارت های زیر از ضربات حمله ای محسوب می شوند ؟

الف) پوش و لوپ ب) تک و بلوک ج) تک و پوش د) لوپ و تک

۱۹- کدام گزینه صحیح نیست ؟

الف) ضربه تک را باید در نقطه اوج یا بعد از اوج اجرا کرد .

ب) ضربه تک بهتر است در انتها و گوشه های میز اجرا شود .

ج) در ضربه تک در حالت قبل از ضربه، دست ضربه به همراه بالا تنه به سمت عقب می چرخد .

د) در ضربه تک به پشت و زیر توپ ضربه زده می شود .

۲۰- ورزش تنیس روی میز از چه قری و در کدام کشور رواج یافت ؟

الف) قرن نوزدهم ، انگلستان ب) قرن نوزدهم چین

ج) قرن هجدهم ، هندوستان د) قرن بیستم ، سوئد

۲۱- روکش (لاستیک) راکت تنیس روی میز چند نوع است ؟

- الف) روکش لاستیکی معمولی ، اسفنجی ، دنداندار ، ضد پیچ
ب) روکش لاستیکی معمولی دنداندار ، اسفنجی دنداندار ، دنداندار پشت و رو شده ، ضد پیچ
ج) روکش لاستیکی اسفنجی دنداندار ، ضد پیچ ، معمولی ، معمولی دنداندار
د) روکش لاستیکی اسفنجی ساده ، معمولی ، دنداندار پشت و رو شده ، ضد پیچ

۲۲- به عمل بازی کنی که قبل از برخورد توپ به میزش با راکت به آن ضربه بزند چه می گویند ؟

- الف) لت ب) پوش ج) دست در بازی د) والی کردن

۲۳- ارتفاع تور میز تنیس روی میز چقدر است ؟

- الف) ۱۶/۲۵ سانتی متر ب) ۱۵/۵ سانتی متر ج) ۱۵/۲۵ سانتی متر د) ۱۵/۵۲ سانتی متر

۲۴- حق انتخاب زدن نخستین سرویس ، برگشت (دریافت) و میز چگونه تعیین می شود ؟

- الف) توافق طرفین ب) پیشنهاد داور ج) از قبل مشخص شده است د) پرتاب سکه