



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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: تنیس روی میز-۱ عملی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، 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 (فیزولوژی ورزش)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ۱۲۱۵۰۰۵)

۱- کدام کشور آسیایی در تدوین و تصویب قوانین مربوط به بازی در سال " ۱۹۲۶ م " در لندن حضور داشت ؟

- ۰۱ کره جنوبی ۰۲ ژاپن ۰۳ هند ۰۴ چین

۲- کدام گزینه در مورد حروف اختصاری فدراسیون بین المللی تنیس روی میز صحیح می باشد؟

- ۰۱ I.T.T.F ۰۲ I.A.A.F ۰۳ F.I.T.A ۰۴ I.T.F

۳- اولین حضور تیم های مردان و زنان ایرانی در رقابت های جهانی به ترتیب در چه سال هایی و در کجا بوده است؟

- ۰۱ ۱۳۳۳ ژاپن و ۱۳۴۴ لندن ۰۲ ۱۳۳۰ اتریش و ۱۳۴۴ سوئد
۰۳ ۱۳۳۰ اتریش و ۱۳۴۴ آلمان ۰۴ ۱۳۲۵ لندن و ۱۳۳۰ سوئد

۴- کدام یک از جملات زیر در رابطه با نتایج و اهداف ورزش تنیس روی میز صحیح نمی باشد؟

- ۰۱ افزایش زمان عکس العمل و سرعت ۰۲ تقویت بینایی، شادابی و روحی روانی
۰۳ کسب هماهنگی عصبی - عضلانی ۰۴ اعتماد به نفس و تقویت عضلات بالا تنه

۵- ابعاد میز تنیس روی میز به ترتیب طول، عرض و ارتفاع برابر است با.....

- ۰۱ ۲۷۰ سانتی متر و ۱۵۲/۵ سانتی متر و ۶۷ سانتی متر ۰۲ ۲۷۴ سانتی متر و ۱۴۲/۵ سانتی متر و ۶۷ سانتی متر
۰۳ ۲۷۰ سانتی متر و ۱۴۲/۵ سانتی متر و ۷۶ سانتی متر ۰۴ ۲۷۴ سانتی متر و ۱۵۲/۵ سانتی متر و ۷۶ سانتی متر

۶- راکت تنیس روی میز از چند قسمت تشکیل و چند درصد آن از چوب ساخته شده است؟

- ۰۱ سه - حداقل ۷۵ درصد ۰۲ دو - حداکثر ۷۵ درصد
۰۳ سه - حداقل ۸۵ درصد ۰۴ دو - حداکثر ۸۵ درصد

۷- ضخامت ابر در هر طرف راکت می تواند چند میلی متر متغیر باشد؟

- ۰۱ ۱/۵ تا ۲/۵ ۰۲ ۰/۵ تا ۱/۵ ۰۳ ۰/۵ تا ۲/۵ ۰۴ ۱/۵ تا ۳

۸- در کدام نوع ابر بازیکن روی توپ به ترتیب کنترل زیاد و کمی دارد؟

- ۰۱ ابر شل - ابر سفت ۰۲ ابر سفت - ابر متوسط ۰۳ ابر متوسط - ابر شل ۰۴ ابر شل - ابر متوسط



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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: تنیس روی میز ۱- عملی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، 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 (فیزیولوژی ورزش)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی) ۱۲۱۵۰۰۵

۹- کدام گزینه در مورد راکت با روکش اسفنجی دندانه دار معکوس صحیح نمی باشد؟

۱. برای ضربات حمله ای مناسب است.

۲. توپ کنترل کمتری دارد.

۳. به توپ سرعت بیشتری می دهد.

۴. پیچ اولیه توپ را از بین می برد و به آن پیچ کمتری می دهد.

۱۰- کدام یک از جملات زیر در رابطه با امتیاز یک گیم و میزان استراحت بین دو گیم صحیح می باشد؟

۱. ۲، ۲۱، ۵ دقیقه استراحت

۲. ۲، ۲۱، ۵ دقیقه استراحت

۳. ۱۱، ۲، ۵ دقیقه استراحت

۴. ۱۱، ۵، ۵ دقیقه استراحت

۱۱- در هنگام اجرای سرویس، کدامیک از موارد زیر باعث خطا در انجام سرویس می شوند؟

۱. حداقل انحراف زاویه پرتاب توپ هنگام اجرای سرویس نسبت به خط قائم زاویه ۴۵ درجه است.

۲. در بازی دوبل همواره بایستی از سمت راست میز سرویس زده شود و فرود توپ نیز باید در سمت راست میز حریف باشد.

۳. هنگام اجرای سرویس، توپ باید از کف دست رها و حداقل ۱۶ سانتی متر بالا انداخته شود.

۴. پرتاب توپ نباید با چرخش همراه باشد.

۱۲- در کدام یک از موارد حرکت از نو یا لت اتفاق نمی افتد؟

۱. اگر عواملی باعث اختلال در بازی شود و در نتیجه رالی تأثیری نداشته باشد.

۲. زننده سرویس بدون حاضر بودن حریف، سرویس را اجرا کند.

۳. قطع بازی به منظور اخطار یا جریمه یک بازیکن

۴. در صورتی که بازی برای اعمال سیستم تسریع قطع شود.

۱۳- در اصطلاح تنیس روی میز، به یک رالی که نتیجه آن در شمارش بازی منظور نمی شود، چه می گویند؟

۱. رالی

۲. لت

۳. انسداد

۴. والی کردن



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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: تنیس روی میز ۱- عملی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، 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 (فیزیولوژی ورزش)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ۱۲۱۵۰۰۵)

۱۴- در چه نوع روش راکت‌گیری، تیغه راکت به موازات ساعد و دسته راکت تقریباً موازی ساعد و میچ دست باید به سمت زند زیرین منحرف شود؟

۰۲. روش قلمی

۰۱. روش راکت‌گیری معمولی

۰۴. روش پن هولدر

۰۳. روش چینی

۱۵- در روش اجرای فوره‌ند بدون چرخش توپ، حالتی که تیغه راکت موازی میز باشد، اصطلاحاً چه نامیده می‌شود؟

۰۴. راکت کاملاً بسته

۰۳. راکت نیمه بسته

۰۲. راکت خنثی

۰۱. راکت نیمه باز

۱۶- در فوره‌ند کنترل‌لی.....

۰۱. بعد از ضربه، راکت نیمه باز و نزدیک میز می‌باشد.

۰۲. هنگام ضربه، دست به سمت جلو، بالا و راست حرکت می‌کند.

۰۳. حرکت دست ضربه زننده به شکل نیم دایره است.

۰۴. پس از ضربه با ادامه حرکت دست و تنه، راکت کاملاً باز می‌شود.

۱۷- در کدام سرویس سرعت توپ کم است و بهتر است در طول میز اجرا شود و کاربرد عمده آن زمانی است که حریف از میزش دور است؟

۰۴. ساید اسپین

۰۳. تاپ اسپین

۰۲. آندر اسپین

۰۱. ساده

۱۸- کدام گزینه در مورد سرویس تاپ اسپین صحیح نیست؟

۰۱. با توجه به سرعت زیاد توپ بهتر است در قطر میز اجرا شود.

۰۲. پس از برخورد به میز حریف قوس بر می‌دارد.

۰۳. اگر به راکت ساکن برخورد کند، در برگشت به سمت پایین منحرف می‌شود.

۰۴. نقطه فرود توپ باید یک سوم ابتدایی میز خودتان و یک سوم انتهایی میز حریف باشد.

۱۹- نقطه فرود در کدام سرویس باید در میز زنده سرویس یک سوم ابتدایی و در میز حریف یک سوم انتهایی باشد؟

۰۴. تاپ اسپین فوره‌ند

۰۳. ساید اسپین

۰۲. آندر اسپین بک هند

۰۱. آندر اسپین فوره‌ند



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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: تنیس روی میز ۱- عملی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی دبیری، 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 (فیزیولوژی ورزش)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (حرکات اصلاحی و آسیب شناسی) ۱۲۱۵۰۰۵

۲۰- کدام نوع از انواع سرویس ها با توجه به سرعت زیاد بهتر است در قطر میز اجرا شود؟

۱. سرویس آندر اسپین بک هند
۲. سرویس آندر اسپین فورهند
۳. سرویس تاپ اسپین فورهند
۴. سرویس ساده

۲۱- بلوک آسانترین عمل در مقابل کدام سرویس حریف می باشد؟

۱. ساید اسپین
۲. تاپ اسپین
۳. آندر اسپین
۴. ساده

۲۲- هل دادن توپ از روی میز برای برگرداندن آن به میز حریف، که با پیچ زیری همراه است، چه نام دارد؟

۱. پوش
۲. بلوک
۳. لوپ
۴. تک

۲۳- در بلوک انعکاسی ...

۱. دسته راکت بالاتر از صفحه آن است.
۲. هر قدر پیچ توپ حریف کمتر باشد، باید زاویه راکت را کاهش داد.
۳. زاویه ای که راکت با میز می سازد، به سرعت و پیچ توپ بستگی دارد.
۴. هر قدر سرعت توپ حریف بیشتر باشد، باید زاویه راکت را افزایش داد.

۲۴- ضربات "تک و لوپ" به ترتیب جزء کدام مهارت در تنیس روی میز می باشد؟

۱. حمله ای - حمله ای
۲. دفاعی - دفاعی
۳. حمله ای - دفاعی
۴. دفاعی - حمله ای