

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

تعداد سوالات: نستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: تنیس روی میز ۱، تنیس روی میز ۱- عملی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۰۵ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۴۲

۱- راکت های با روکش اسفنجی توسط کدام یک از کشورهای زیر اختراع شد؟

۱. ژاپن ۲. چین ۳. انگلیس ۴. هندوستان

۲- طول میز تنیس روی میز چقدر است؟

۱. 137cm ۲. 2/47m ۳. 1/25m ۴. 0/76m

۳- کدام یک از موارد زیر، ضربه ای غیره منتظره است که در نزدیکی تور و بلا فاصله پس از جهش از روی میز اجرا می شود؟

۱. درایو ۲. پیچ ۳. دراپ شات ۴. درایو

۴- در بازی تنیس روی میز بازیکنان حمله ای معمولاً از کدام مناطق به توپ ضربه می زنند؟

۱. مناطق سوم و چهارم ۲. مناطق اول و سوم ۳. مناطق دوم و سوم ۴. مناطق اول و دوم

۵- توانایی مقاومت در برابر خستگی را چه می گویند؟

۱. استقامت ۲. قدرت ۳. توان ۴. سرعت

۶- در هنگام بازی، برخورد توپ به لبه ی میز را چه می گویند؟

۱. لت ۲. دبل ۳. پیچ تاب ۴. تاج یا ساید ساری

۷- در کدام یک از موارد زیر، می توان بازی تنیس روی میز را متوقف ساخت؟

۱. به منظور اعلام سیستم تسريع ۲. اگر دست آزاد بازیکن به میز برخورد کند. ۳. اگر حریف مانعی بر سر راه توپ ایجاد کند. ۴. اگر حریف دو مرتبه به توپ ضربه بخورد.

۸- کدامیک، مسابقه ای است که بین تیم هایی از فدراسیون های مختلف برگزار می شود؟

۱. رقابت بین المللی ۲. تورنمنت آزاد ۳. تورنمنت محدود ۴. مسابقه بین المللی

۹- مقاومت یک مفصل در برابر حرکت یا هر نیرویی که با حرکت مفصل سروکار دارد، کدام است؟

۱. قدرت ۲. انعطاف پذیری جنبشی ۳. استقامت ۴. چابکی

۱۰- توانایی مقاومت در برابر خستگی را چه می گویند؟

۱. سرعت ۲. توان ۳. قدرت ۴. استقامت

۱۱- سایه زدن (ضربه زدن بدون توپ) برای بهبود کدام فاکتور آمادگی جسمانی در تنیس روی میز بکار میرود؟

۱. سرعت ۲. چابکی ۳. استقامت ۴. توان

زمان آزمون (دقیقه): نستی: ۵۰. تشریحی: .

تعداد سوالات: نستی: ۲۴. تشریحی: .

عنوان درس: تنیس روی میز ۱، تنیس روی میز ۱-عملی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۰۵ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۴۲

۱۲- اولین مرحله در آموزش مهارت های تنیس روی میز، کدامیک از موارد زیر است؟

۱. آموزش مهارت فورهند
۲. آموزش مهارت بک هند
۳. آموزش سرویس
۴. طریقه قرار گرفتن پشت میز

۱۳- تعیین کنید کدام یک از موارد زیر از مزایای راکت گیری به روش اروپایی است؟

۱. در طرف بک هند محدودیت بیشتری ایجاد می کند.
۲. بهترین نوع راکت گیری برای بک هند است.
۳. بهترین نوع راکت گیری برای فورهند است.
۴. این روش راکت گیری در زدن ضربه های مرکزی ضعف ندارد.

۱۴- در بازی تنیس روی میز، معمولاً هنگامی که توپ به طرف دست آزاد و دورتر از آن می رود، برای دریافت توپ از چه ضربه ای استفاده می شود؟

۱. فورهند
۲. لوپ
۳. بک هند
۴. درایو حمله ای

۱۵- کدام یک از ضربات زیر بطور کلی شبیه سلام نظامی نیمه تمام است؟

۱. درایو بک هند
۲. درایو فورهند
۳. کات با جلو راکت
۴. کات با پشت راکت

۱۶- کدام مورد زیر، ضربه تهاجمی است که روی توپ های نزدیک تور اجرا می شود؟

۱. کات
۲. بلوک
۳. درایو
۴. فلیک

۱۷- در کدام تکنیک، در واقع به توپ ضربه زده نمی شود بلکه از پیچ و یا ضربه توپ ارسال شده برای برگشت استفاده می شود؟

۱. کات
۲. فلیپ
۳. پوش
۴. دراپ شات

۱۸- سرویس بلند بیشتر در بین کدام نوع بازیکنان طرفدار دارد؟

۱. بازیکنان لوپ زن
۲. بازیکنان دفاعی
۳. بازیکنان درایو زن
۴. بازیکنان حرفه ای

۱۹- بهترین نوع سرویس کدام یک از موارد زیر است؟

۱. سرویس کوتاه
۲. سرویس ساید اسپین
۳. سرویس تاپ اسپین
۴. سرویس بلند

۲۰- رایج ترین نوع سرویس در بین بازیکنان تنیس روی میز، کدام یک از موارد زیر است؟

۱. تاپ اسپین بلند
۲. آندر اسپین بلند
۳. آندر اسپین کوتاه
۴. تاپ اسپین کوتاه

زمان آزمون (دقیقه): ۵۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: تنیس روی میز ۱، تنیس روی میز ۱-عملی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی (مدیریت ورزشی)، تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی

و علوم ورزشی (خواهران) ۱۳۱۵۰۰۵ - علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی

ورزش ۱۳۱۵۲۴۲

۲۱- در اجرای کدام ضربه، برخورد توپ با راکت درست در بالاترین نقطه جهت حداکثر پیچ و کنترل انجام می شود و تماس اغلب در جلو بدن و طرف دست راکت است؟

۱. بک هند لوپ      ۲. فورهند سرعتی      ۳. فورهند لوپ      ۴. بک هند سرعتی

۲۲-.....مهمترین ضربه در تنیس روی میز است، چون منجر به ایجاد پیچ رویی در توپ می شود.

۱. تاپ اسپین      ۲. درایو فورهند      ۳. لوپ      ۴. درایو بک هند

۲۳- در کدام تکنیک حمله ای حرکت دست و بازو بسیار سریع است؟

۱. اسمش      ۲. لوپ      ۳. فورهند حمله ای      ۴. کات

۲۴- در کدام ضربه تنیس روی میز، توپ با برخورد به راکت بطور مستقیم (بدون هیچ گونه پیچی) باز می گردد؟

۱. چاپ      ۲. پیچ زیر      ۳. هاف والی      ۴. لوپ