

۱. طول و عرض زمین فوتبال در مسابقات بین‌المللی به ترتیب چقدر است؟  
 الف. ۷۵ و ۱۱۰ متر  
 ب. ۶۴ و ۱۰۰ متر  
 ج. ۶۴ و ۱۱۰ متر  
 د. ۷۵ و ۱۰۰ متر
۲. در فوتبال در فاصله ..... متری از خط دروازه روی خط فرضی که بر وسط خط دروازه عمود شده است، نقطه پنالتی است؟  
 الف. ۹/۱۵  
 ب. ۱۸  
 ج. ۷/۳۲  
 د. ۱۱
۳. در چه سالی فوتبال به صورت ورزش رسمی درآمد؟  
 الف. ۱۸۶۳  
 ب. ۱۸۲۳  
 ج. ۱۸۸۳  
 د. ۱۸۹۲
۴. هنگام زدن ضربه وضعیت بالاتنه به کدامیک از عوامل زیر بستگی دارد؟  
 الف. سرعت توپ ارسالی  
 ب. دقت توپ ارسالی  
 ج. ارتفاع توپ ارسالی  
 د. زاویه توپ ارسالی
۵. کدامیک از ضربات زیر بیشترین کاربرد را در فوتبال دارد و برای پاس‌های کوتاه تا ۱۵ متر بکار می‌رود؟  
 الف. ضربه با روی پا  
 ب. ضربه سر  
 ج. ضربه بغل پا  
 د. ضربه با خارج پنجه پا
۶. کدامیک از موارد زیر محکم‌ترین ضربه در فوتبال است؟  
 الف. ضربه با روی پا  
 ب. ضربه سر  
 ج. ضربه بغل پا  
 د. ضربه با خارج پنجه پا
۷. کدام عبارت در رابطه با ضربه پا خارج پنجه پا نادرست است؟  
 الف. از این ضربه در ضربات آزاد پشت محوطه جریمه استفاده می‌شود.  
 ب. برای ارسال توپ‌های متوسط و نسبتاً بلند استفاده می‌شود.  
 ج. از این ضربه در پنالتی‌ها هم می‌توان استفاده کرد.  
 د. در هنگام ضربه مچ پا به سمت خارج می‌چرخد.
۸. کدام عبارت در رابطه با ضربه سر صحیح است؟  
 الف. در هنگام ضربه انقباض عضلات شکم و کمر بند شانه‌ای الزامیست.  
 ب. با قسمت استخوانی و سطح پیشانی باید به توپ ضربه زد.  
 ج. با جلو آوردن و سپس عقب بردن سریع بدن باید به توپ ضربه زد.  
 د. دستها هنگام ضربه جهت حفظ تعادل فوراً به جلو آورده می‌شوند.
۹. در کنترل توپ‌های زمینی با بغل پا، وضعیت پای تکیه به چه صورت است؟  
 الف. از ناحیه زانو مقداری خم می‌شود و کمی جلوتر از جایی که پیش‌بینی می‌شود توپ به آنجا می‌رسد قرار می‌گیرد.  
 ب. رو به مسیر توپ قرار می‌گیرد و با خم شدن زانو وزن بدن را تحمل می‌کند.  
 ج. نقش مهمی در تعادل بدن دارد.  
 د. از مفصل ران و مچ پا به سمت داخل می‌چرخد و مچ تاحدی آزاد نگه داشته می‌شود.
۱۰. توپ‌هایی که در ارتفاع کمر و بالاتر به موازات زمین به بازیکن می‌رسند چگونه باید کنترل شوند؟  
 الف. کنترل با کف پا  
 ب. کنترل با روی پا  
 ج. کنترل با روی ران  
 د. کنترل با بغل پا

۱۱. در کنترل توپ با سر، سطح تماس توپ با چه قسمتی از سر است؟  
الف. استخوان پیشانی  
ب. وسط سر  
ج. کنار پیشانی  
د. کنار و روی سر
۱۲. کدام مهارت زیر در ارتباط مستقیم با شرایط بدنی، هماهنگی اعصاب و عضلات و چابکی می باشد؟  
الف. ضربه  
ب. کنترل  
ج. حفظ توپ  
د. دریبل
۱۳. کدام عبارت در رابطه با ضربه با داخل پنجه یا نادرست است؟  
الف. مسیر دورخیز با مقداری زاویه نسبت به توپ همراه است.  
ب. در هنگام ضربه برای تعادل بدن کمی به جلو متمایل می شود.  
ج. برای ارسال توپ های با ارتفاع متوسط یا بلند و دقیق بکار می رود.  
د. پای ضربه از مفصل ران و مچ پا اندکی به خارج چرخش پیدا می کند.
۱۴. کدامیک از موارد زیر تحت عنوان «دریبل کشویی» نامیده می شود؟  
الف. فریب دادن با استفاده از جابه جایی بدن  
ب. فریب دادن توسط حرکت لوکوموتیوی  
ج. فریب دادن با متوقف کردن توپ با کف پا  
د. فریب دادن با عبور از روی توپ
۱۵. مهمترین عامل در اجرای تکل مناسب چیست؟  
الف. پیش بینی زمان دقیق  
ب. سرعت عمل  
ج. تعادل  
د. انعطاف پذیری
۱۶. این عبارت در مورد کدام نوع تکل است؟  
« بیشترین موارد درگیری با مهاجم به این شکل است و وضعیت بدن هنگام اجرا مانند ضربه بغل پا است »  
الف. کمین  
ب. سرخوردنی  
ج. از روبرو  
د. از پشت
۱۷. در چه حالتی دروازه بان باید روی خط دروازه قرار بگیرد؟  
الف. زمانی که توپ در  $\frac{1}{3}$  میانی است.  
ب. زمانی که توپ در  $\frac{1}{3}$  حریف است.  
ج. زمانی که توپ در  $\frac{1}{3}$  زمین خودی است.  
د. در تمام طول بازی
۱۸. کدامیک از موارد زیر از خصوصیات فیزیکی دروازه بان نیست؟  
الف. قد بلند  
ب. قدرت بدنی  
ج. اعتماد به نفس  
د. سرعت بالا
۱۹. این جمله در رابطه با کدام تکنیک دروازه بان است؟  
« بسیار دقیق است و برای ارسال توپ به مسافت کوتاه بکار می رود، بدون جهت و چرخش است »  
الف. پرتاپ توپ زمینی ( غلتانیدن )  
ب. پرتاپ توپ به روز نیزه  
ج. پرتاپ توپ از بالای سر  
د. ضربه والی

۲۰. کدام عبارت زیر در رابطه با وضعیت بالاتنه در پرتاپ اوت صحیح است؟  
الف. بدون چرخش به طرفین ابتدا بالاتنه، سپس بازوها و انگشتان به جلو می آیند.  
ب. با چرخش به طرفین ابتدا بالاتنه، سپس بازوها و انگشتان به جلو می آیند.  
ج. بدون چرخش به طرفین ابتدا، بازوها و انگشتان سپس بالاتنه به جلو می آید.  
د. با چرخش به طرفین ابتدا بازوها و انگشتان سپس بالاتنه به جلو می آید.
۲۱. مراحل اولیه حفظ توپ در فضا به ترتیب عبارتند از:  
الف. روی ران، روی پا ، روی شانه‌ها، سر  
ب. روی پا ، روی ران، سر ، روی شانه‌ها  
ج. سر ، روی ران، روی پا، روی شانه‌ها  
د. روی شانه‌ها، روی پا، سر ، روی ران
۲۲. کدامیک از خطاهای زیر موجب یک ضربه آزاد مستقیم خواهد شد؟  
الف. هل دادن بازیکن خودی  
ب. بازی خطرناک مثل کف پا  
ج. پافشاری بر نقض مقررات  
د. لگ زدن به حریف
۲۳. این نوع ضربه در مواقعی که اطراف محوطه جریمه خلوت است استفاده می‌شود و ویژگی آن سرعت زیاد و زاویه کم آن نسبت به سطح زمین است؟  
الف. ضربه دراپ  
ب. ضربه والی  
ج. ضربه کاشته  
د. ضربه روی پا
۲۴. فدراسیون فوتبال ایران در چه سالی تشکیل شد و به عضویت فیفا درآمد؟  
الف. ۱۳۲۵  
ب. ۱۳۲۷  
ج. ۱۳۱۳  
د. ۱۳۵۱