



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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: فوتبال، فوتبال ۱- عملی -برادران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۱۷ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۸۱

۱- در قاره آسیا اولین کشوری که فوتبال را پذیرفت، چه کشوری بود و در چه سالی اولین مسابقات فوتبال را برگزار کرد؟

۱. ایران - ۱۹۰۴      ۲. چین - ۱۸۹۰      ۳. هندوستان - ۱۸۹۲      ۴. تایلند - ۱۹۳۹

۲- زنان و میچ پا از ناحیه مفصل در پای ضربه در فوتبال به چه شکل می باشند؟

۱. زنان کاملاً صاف و میچ پا حالت فلکشن      ۲. زنان خم و میچ پا حالت اکستنشن  
۳. زنان صاف و میچ پا ثابت      ۴. زنان خم و میچ پا ثابت

۳- پرکاربردترین ضربه در فوتبال چیست؟

۱. بغل پا      ۲. بیرون پا      ۳. کات داخل پا      ۴. ضربه روی پا

۴- به چه دلیل ضربات روی پای بازیکنان مبتدی به محلی دورتر و بالاتر از هدف ارسال می شود؟

۱. عدم هماهنگی عصب و عضله که باعث ضربه به زیر مرکز ثقل توپ می شود.  
۲. عدم هماهنگی عصب و عضله که باعث ضربه به بالای مرکز ثقل توپ می شود.  
۳. به دلیل باز کردن کامل مفصل میچ پا  
۴. هماهنگی عصب و عضله که باعث ضربه به پشت توپ می شود.

۵- بازیکن چپ پا در ضربه کات بیرون پا چگونه به توپ نزدیک می شود؟

۱. به نحوی که مرکز ثقل او در پایین ترین حد ممکن قرار می گیرد.  
۲. از سمت چپ به توپ نزدیک می شود.  
۳. به نحوی که مرکز ثقل او در بالاترین حد ممکن قرار می گیرد.  
۴. از سمت راست به توپ نزدیک می شود.

۶- در هنگام ضربه سر، دست ها برای حفظ تعادل چه حالتی را به خود می گیرند؟

۱. دست ها باز می شوند      ۲. دست ها به جلو برده می شوند  
۳. دست ها به عقب برده می شوند      ۴. دست ها به بالای سر برده می شوند



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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: فوتبال، فوتبال ۱- عملی -برادران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۱۷ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۸۱

۷- کدام عبارت صحیح است؟

۱. در کنترل با کف پا محل تماس توپ زیر پنجه انتهای برآمدگی تا حدود قوس طولی کف پاست.
۲. کنترل با کف پا تنها در مورد توپ های زمینی کاربرد دارد.
۳. در کنترل با کف پا به محض تماس توپ مفصل مچ خم می شود تا از جهش توپ جلوگیری کند.
۴. در کنترل با کف پا زانوی تکیه در لحظه عمل خم نمی شود تا وزن بدن را متحمل شود.

۸- چرا کنترل با بغل پا از دقت و اطمینان بیشتر برخوردار است؟

۱. بخاطر تسلط بر روی توپ که دلیل آن پایین بودن مرکز ثقل است
۲. چون توپ با فاصله کمتری از بدن در جلوی پا کنترل می شود.
۳. چون سطح تماس توپ وسیع تر است
۴. به دلیل ارتفاع توپ.

۹- کدام گزینه در ارتباط با کنترل با بیرون پا صحیح است؟

۱. بالاتنه ابتدا بر روی پای کنترل کننده و سپس به طرف جلو روی توپ خم می شود.
۲. کف پا به صورت مایل و روبروی ساق پای تکیه قرار می گیرد.
۳. کنترل توپ های هوایی بالاتر از زانو انجام می شود.
۴. پای دریافت در توپ های هوایی پایین تر از توپ های زمینی است.

۱۰- کنترل توپ های غیر منتظره و ناگهانی بیشتر با چه ناحیه از بدن صورت می گیرد؟

- |        |         |        |       |
|--------|---------|--------|-------|
| ۱. شکم | ۲. سینه | ۳. ران | ۴. سر |
|--------|---------|--------|-------|

۱۱- در کنترل توپ با سینه بدون استفاده از زمین، دستها چه حالتی دارند؟

۱. دست ها از ناحیه آرنج خم و در دو طرف بدن به بالا آورده می شوند
۲. دست ها از ناحیه آرنج خم و در دو طرف بدن به پایین می روند
۳. دست ها در ناحیه آرنج صاف و در کنار بدن به موازات پای تکیه قرار می گیرند
۴. دست ها از ناحیه مچ خم و در دو طرف بدن ابتدا به پایین و سپس به بالا حرکت داده می شوند

۱۲- کدام مهارت فوتبال ارتباط مستقیم با شرایط بدنی، هماهنگی عصب و عضله و چابکی دارد؟

- |              |          |                |                  |
|--------------|----------|----------------|------------------|
| ۱. کنترل توپ | ۲. دریبل | ۳. ضربه روی پا | ۴. ضربه بیرون پا |
|--------------|----------|----------------|------------------|



زمان آزمون (دقیقه): ۵۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: فوتبال، فوتبال ۱- عملی - برادران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۱۷ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۸۱

## ۱۳- توانایی پوشش توپ در فوتبال به چه معناست؟

۱. بازیکن دارنده توپ، توپ را حمل کند به نحوی که قابل رویت برای مدافع نباشد.
۲. بازیکن دارنده توپ، توپ را دور از مدافع نگه دارد.
۳. بازیکن دارنده توپ، بدنش را بین توپ و حریف قرار دهد به نحوی که به وسیله بدن شعاع حفاظتی برای توپ ایجاد شود.
۴. دربیبل با توپ جلوتر از مهاجمان.

## ۱۴- دربیبل کشویی به وسیله کدام نوع فریب ایجاد می شود؟

۱. فریب مدافع توسط حرکت لوکوموتیوی
۲. فریب مدافع با استفاده از جابجایی بدن
۳. فریب به وسیله شوت کاذب
۴. فریب مدافع با متوقف کردن توپ با کف پا

## ۱۵- مهارت دفاع بر چه حسی صورت می گیرد؟

۱. موقعیت حریف و چیدمان بازیکنان حریف
۲. موقعیت خود و حریف
۳. موقعیت حریف و توپ
۴. موقعیت مهاجم و مدافع

## ۱۶- مهم ترین عامل در اجرای تکنیک تکل چیست؟

۱. انعطاف پذیری لازم
۲. پیش بینی زمان دقیق
۳. حفظ تعادل
۴. سرعت عمل خوب

## ۱۷- حرکت پای بکس در منطقه ای به ابعاد ۱۰×۱۰ متر بیشتر برای تمرین کدام مهارت ذیل مورد استفاده قرار می گیرد؟

۱. دفاع
۲. دربیبل
۳. ضربه سر
۴. پاس

## ۱۸- در انتخاب دروازه بان در وهله اول باید به کدام عامل توجه کرد؟

۱. اعتماد به نفس
۲. ویژگی های فیزیکی
۳. شجاعت توام با خونسردی
۴. انگیزه فراوان

## ۱۹- برای جلوگیری از ایجاد فشار بیشتر به بدن دروازه بان هنگام برخورد با زمین در شیرجه زدن رعایت کدام نکته ضروری است؟

۱. فرود با پای موافق سمت شیرجه
۲. غلتیدن روی زمین
۳. کشش بیشتر بدن در هنگام شیرجه
۴. کاهش سطح تماس بدن با زمین در هنگام شیرجه



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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: فوتبال، فوتبال ۱- عملی - برادران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۱۷ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۸۱

۲۰- ویژگی ضربه دراپ چیست؟

۱. سرعت زیاد و زاویه کم نسبت به سطح زمین
۲. سرعت زیاد و زاویه زیاد نسبت به سطح زمین
۳. سرعت کم و زاویه کم نسبت به سطح زمین
۴. سرعت کم و زاویه زیاد نسبت به سطح زمین

۲۱- کدام حالت در پرتاب اوت خطا محسوب می شود؟

۱. بازیکن دورخیز کند و توپ را پرتاب کند.
۲. دست ها به پشت سر برده می شوند و سپس پرتاب صورت گیرد.
۳. توپ همراه با فشار بیشتر یک دست پرتاب شود.
۴. هر دو پا پشت خط طولی باشند.

۲۲- سطح تماس گسترده، قائم بودن بالاتنه و انتقال وزن روی پنجه پای تکیه، از ویژگی های کدام یک از تکنیک های زیر می باشد؟

۱. حفظ توپ در فضا با سر
۲. حفظ توپ در فضا با روی ران
۳. حفظ توپ در فضا با روی پا
۴. حفظ توپ در فضا با سینه

۲۳- قانون نهم داوری فوتبال کدام گزینه است؟

۱. بردن بازی
۲. شروع بازی
۳. آفساید
۴. توپ داخل و خارج بازی

۲۴- بازیکن با انجام کدام یک از خطاهای زیر با ضربه آزاد مستقیم جریمه می شود؟

۱. تنه زدن به بازیکنی که توپ را در اختیار ندارد
۲. نپسندیدن تصمیمات داور
۳. تف انداختن
۴. سد کردن حریف و بازی نکردن با توپ