

* دانشجوی گرامی: لطفاً، گزینه ۱ را در قسمت کد سری سؤال برگه پاسخنامه خود، علامت بزنید. بدیهی است، مسئولیت این امر بر عهده شما خواهد بود.

** این آزمون نمره منفی ندارد.

۱. سبک کشتی لوچو مربوط به کدام یک از شهرها یا استان های کشور می باشد؟

الف. خراسان ب. گیلان ج. مازندران د. بندر ترکمن

۲. اولین بازی های قهرمانی سبک آزاد کشتی در چه سالی و کجا برگزار گردید؟

الف. ۱۹۵۱- هلستینکی ب. ۱۹۱۰- وین ج. ۱۹۲۲- استکهلم د. ۱۹۲۰- وین

۳. بر هم زدن تعادل نیروها در مسابقه ورزشی به طوری که یکی بر دیگری غلبه کند، چه نوع آماده سازی نامیده می شود؟

الف. آماده سازی روحی ب. آماده سازی عمومی

ج. اعتماد سازی د. آماده سازی روانی

۴. نام تکنیک یا حرکت زیر چیست؟

روبروی حریف ایستاده و حریف را از ناحیه کمر گرفته و تا آنجا که ممکن است او را از روی تشک بلند می کند.

الف. بلند کردن خورجینی ب. تاب خوردن ج. کاترپیلاز د. پرگار

۵. تمرین "حمل حریف" تأثیر ویژه ای در قوی شدن کدام عضلات دارد؟

الف. عضلات دست ب. عضلات گردن ج. عضلات شکم د. عضلات پا و پشت

۶. تمرین شنای روی دست کدام عضلات را تقویت و استقامت آنها را افزایش می دهد؟

الف. بازو، سرشانه ب. بازو، سرشانه، سینه ج. بازو، پنجه، گردن د. سینه، سرشانه، گردن

۷. در این گارد پاها در امتداد یکدیگر به اندازه عرض شانه و دست ها در یک راستا قرار می گیرند؟

الف. گارد راست ب. گارد چپ ج. گارد ژاپنی د. گارد راست و چپ

۸. گارد متوسط برای کدام کشتی مناسب تر است؟

الف. آزاد ب. فرنگی ج. چوخه د. لوچو

۹. در فن "زیر یک خم پس کاسه" برای سرنگون کردن حریف، اعمال نیرو توسط کدام عضو مهاجم صورت می گیرد؟

الف. سینه ب. کتف ج. شکم د. ران

۱۰. در اجرای فن میانکوب فرد مهاجم در چه جهتی و به کدام قسمت بدن حریف نیرو وارد می کند؟

الف. به طرف پایین و به انتهای ساق پا ب. به طرف پهلوی و به انتهای ران

ج. به طرف پهلوی و به انتهای ساق پا د. به طرف پایین و به انتهای ران

۱۱. کدام یک از فنون زیر با گارد مخالف انجام می شود؟

الف. زیر یک خم پیش کاسه ب. زیر دوخم

ج. دوخم سر زیر بغل د. دوخم یک پا روکار

۱۲. این حرکت برای اجرای کدام فن است. "زمانی که سر شاخ هستیم با دست گارد، سروگردن حریف را گرفته و با دست دیگر

مچ دست مقابل حریف را در اختیار می گیریم."

۱۳. در فن کول انداز، مهاجم برای سرنگون کردن حریف، توسط کدام عضو خود و به کدام ناحیه از بدن حریف ضربه وارد می‌کند؟

- الف. توسط کمر به سینه حریف
ب. توسط کتف به سینه حریف
ج. توسط کمر به شکم حریف
د. توسط گردن به پهلوی حریف

۱۴. این طریقه گرفتن برای اجرای کدام فن است؟

مجری فن در زمانی که در پشت حریف قرار دارد از یک طرف دست های خود را بین دو پای حریف برده و در ناحیه انتهای ران حریف را قفل می کند.

- الف. کننده یک چاک
ب. کننده روسریا
ج. فتیله پیچ
د. خیمه

۱۵. کدام یک از فنون زیر در خاک اجراء نمی‌شود؟

- الف. چنگک سالتو
ب. سرزیر بغل
ج. حصیرمال
د. چنگک

۱۶. تیم یا دسته امید در چه گروه سنی قرار می گیرد؟

- الف. ۱۳-۱۴ سال
ب. ۱۵-۱۶ سال
ج. ۱۷-۱۸ سال
د. ۱۹-۲۰ سال

۱۷. کدام یک از اوزان زیر مربوط به تیم یا دسته بزرگسالان نمی‌باشد؟

- الف. ۵۲ کیلوگرم
ب. ۶۲ کیلوگرم
ج. ۹۰ کیلوگرم
د. ۶۳ کیلوگرم

۱۸. مسابقات بازی های المپیک برای کدام گروه سنی برگزار می گردد؟

- الف. بزرگسالان
ب. امید
ج. جوانان
د. بزرگسالان و امید

۱۹. کدام یک از موارد زیر به طور قانونی ممنوع می باشد؟

- الف. بانداژ کردن روی میچ ها
ب. چرب کردن بدن
ج. حضور روی تشک با بدن عرق دار
د. همه موارد

۲۰. به کدام قسمت تشک کشتی، منطقه ایمنی گفته می شود؟

- الف. حاشیه قرمز
ب. زون
ج. حاشیه کناری
د. خارج از تشک

۲۱. قطر تشک کشتی که مورد تأیید FILA می باشد چند متر است؟

- الف. ۹ متر
ب. ۱۰ متر
ج. ۱/۵۰ متر
د. ۹/۸ متر

۲۲. چگونگی انتخاب و صلاحیت ترکیب هیئت داوری بر چه اساس است؟

- الف. مقررات FILA
ب. نظر کمیته فنی
ج. مقررات هیئت داوری بین المللی
د. مقررات FILA و نظر کمیته فنی

۲۳. علاوه بر داور تشک چه کسی می تواند مستقیماً اعلام نظر نموده و رأساً به کشتی گیر کم کار علامت دهد؟

- الف. قاضی
ب. رییس تشک
ج. هیئت داوری
د. رییس تشک و هیئت داوری

۲۴. معمولاً وزن کشتی برای مسابقات در چه موقع از شبانه روز صورت می گیرد؟

- الف. صبح قبل از مسابقه
ب. بعد از ظهر قبل از مسابقه
ج. شب قبل از مسابقه
د. بین ساعت ۱۲-۱۵ بعد از ظهر