

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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: کشتی ۱ برادران، کشتی ۱- عملی - برادران، کشتی برادران

 رشته تحصیلی/کد درس: (تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۲۹ -، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته)
 علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش ۱۲۱۵۲۵۵، ۱۲۱۵۱۸۷ -

۱- انجام تمرین با فنون کشتی در حقیقت اجرای کدام اصل تمرین است؟

۱. اصل تنوع ۲. اصل ویژگی تمرین ۳. اصل اعتدال ۴. اصل سازگاری

۲- تغییرات ایجاد شده در اثر تمرین با مقاومت هایی که براساس اصل اضافه بار باشد، کدام اصل تمرین را تبیین می کند؟

۱. اضافه بار ۲. سازگاری ۳. برگشت پذیری ۴. تمرین دراز مدت

۳- بر اساس تحقیقات انجام شده کشتی گیران نخبه پیش از رسیدن به نقطه اوج خود به چند سال تمرین نیاز دارند؟

۱. یک سال ۲. سه سال ۳. پنج سال ۴. هشت سال

۴- کدام تمرین زیر شباهت به کشتی چینی دارد؟

۱. بالا بردن حریف به صورت وارونه و لیفت کردن حریف ۲. تمرین سواری در خاک
۳. زدن پای حریف ۴. روی دو پا چرخیدن به وسیله کمک

۵- جفت گارد مترادف کدام گارد است؟

۱. کوتاه ۲. ژاپنی ۳. بلند ۴. راست

۶- در اجرای کدام فن سر را بین دو پای حریف قرار می دهیم؟

۱. زیر یک خم گارد مخالف ۲. زیر یک خم پس کاسه
۳. زیر سر رو ۴. دو خم گردون

۷- در اجرای کدام فن حریف را از عقب سرمان پرتاب می کنیم؟

۱. دو خم سر زیر بغل ۲. کلندون ۳. دو خم پا روکار ۴. سگ بند

۸- زمانی که روی سر و گردن حریف خیمه زده و سر و گردن در اختیار ماست، اجرای کدام فن مناسب تر است ؟

۱. سگ بند ۲. دست در مخالف ۳. کنده رو ۴. فیتو

۹- در اجرای کدام یک از فنون ذیل حریف از زمین کنده می شود؟

۱. دو خم سر زیر بغل ۲. سگ بند ۳. زیر سر رو ۴. دست در مخالف

۱۰- مهم ترین نکته در اجرای فن سر و بند پی کدام است؟

۱. ضربه شکم به حریف ۲. وارد کردن دو نیروی مخالف
۳. اجرای حرکت پاندولی ۴. فشار پشت بر سینه حریف

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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴: تشریحی: ۰:

عنوان درس: کشتی ۱ برادران، کشتی ۱-عملی -برادران، کشتی برادران

رشته تحصیلی/گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۲۹ - ، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته)

۱۲۱۵۱۸۷ - ، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش ۱۲۱۵۲۵۵

۱۱- گرفتن مچ پای حریف و کشیدن آن جهت جلوگیری از اجرای فن حریف و به دنبالش ضربه کردن کدام فن بدل را یادآوری می کند؟

۱. مقراضک ۰۲. زشت و زیبا ۰۳. فتیله پیچ ۰۴. بارانداز

۱۲- قلاب کردن پای حریف با پای خود مقدمه اجرای کدام فن است؟

۱. چنگک سالتو ۰۲. چنگک ۰۳. سگک ساده ۰۴. حصیرمال

۱۳- در راستای اجرای کدام فن در خاک یک دست حریف را از جلوی صورتش جمع کرده و با دست دیگر پای مخالفش را می گیریم و با کشیدن دست و پایش او را به خطر نزدیک می کنیم؟

۱. حمال بند ۰۲. کلندون ۰۳. سگک دوبل ۰۴. بزکش

۱۴- عرض منطقه زون تشک کشتی چقدر است؟

۱. یک متر ۰۲. دو متر ۰۳. هفت متر ۰۴. سه متر

۱۵- دومین قرعه جهت تعیین تیم داوران کشتی متعلق به کیست؟

۱. داور وسط ۰۲. رئیس تشک ۰۳. قاضی تشک ۰۴. ناظر تشک

۱۶- بهترین نوشیدنی پس از وزن کشی محلول قندی چند درصد می باشد؟

۱. ۱۰ درصد ۰۲. ۲۰ درصد ۰۳. ۲۸ درصد ۰۴. ۳۵ درصد

۱۷- کشتی جنگ مربوط به کدام شهر است؟

۱. قزوین ۰۲. ارسنجان ۰۳. فریدن ۰۴. الیگودرز

۱۸- اولین تشک کشتی اسفنج توسط چه کسی در ایران مورد بهره برداری قرار گرفت؟

۱. جوادی ۰۲. صنعتکاران ۰۳. مهدی زاده ۰۴. محمود پور

۱۹- پهلوان حاج رضا قلی در کدام فن مهارت فوق العاده ای داشت؟

۱. سربندی ۰۲. توشاخ ۰۳. دست تو ۰۴. میانکوب

۲۰- سبک کشتی «چیتابا» در کدام کشور دیده می شود؟

۱. آذربایجان ۰۲. گرجستان ۰۳. ارمنستان ۰۴. ژاپن

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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: کشتی ۱ برادران، کشتی ۱-عملی -برادران، کشتی برادران

رشته تحصیلی/گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۲۹ - ، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۸۷ - ، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش ۱۲۱۵۲۵۵

۲۱- قدیمی ترین مدرک کشتی در سال ۱۹۳۸ در کدام نقطه بدست آمد؟

۱. گیا نجه ۲. گلیما ۳. گولش ۴. گیل گمش

۲۲- لباس کم ، گشاد و رختخواب سخت برای پرورش اطفال را چه کسی توصیه می کرد؟

۱. تولستوی ۲. آژاکس ۳. جان لاک ۴. اودیسه

۲۳- آزمون بالک برای سنجش کدام فاکتور زیر است؟

۱. هوش و ذکاوت ۲. روانی -حرکتی ۳. قلبی - تنفسی ۴. چابکی -انعطاف

۲۴- کدام یک از پهلوانان زیر بر شاه شجاع اتابک فارس شورید؟

۱. اسد کرمانی ۲. عبدالرزاق بیهقی ۳. مفرد قلندر ۴. پوریای ولی