



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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: کشتی ۲- عملی - برادران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۴۱

۱- اولین دور مسابقات کشتی جهان بطور رسمی در کدام کشور برگزار گردید؟

۱. فنلاند ۰۱ ۲. سوئد ۰۲ ۳. فرانسه ۰۳ ۴. ایران ۰۴

۲- پوریای ولی در چه قرنی می زیست؟

۱. ۵ ۰۱ ۲. ۶ ۰۲ ۳. ۷ ۰۳ ۴. ۸ ۰۴

۳- اولین حضور تیم ملی کشتی ایران بعد از عضویت در فدراسیون جهانی در چه سالی و در کدام شهر بود؟

۱. ۱۹۴۸ - لندن ۰۱ ۲. ۱۹۴۸ - بارسلون ۰۲ ۳. ۱۹۵۸ - لندن ۰۳ ۴. ۱۹۵۸ - پاریس ۰۴

۴- در چه سالی و کدام مسابقه المپیک ایران به همراه ۳۲ کشور دیگر مسابقات را تحریم نمودند؟

۱. در سال ۱۹۸۰ و در مسابقات لندن ۰۱ ۲. در سال ۱۹۸۰ و در مسابقات مسکو ۰۲ ۳. در سال ۱۹۷۰ و در مسابقات لندن ۰۳ ۴. در سال ۱۹۷۰ و در مسابقات مسکو ۰۴

۵- در کدام مسابقه و در چه سالی عبدالله موحد از دنیای کشتی خداحافظی کرد؟

۱. ۱۹۷۱ - لندن ۰۱ ۲. ۱۹۷۱ - صوفیه ۰۲ ۳. ۱۹۸۱ - لندن ۰۳ ۴. ۱۹۸۱ - صوفیه ۰۴

۶- در اولین حضور تیم کشتی آزاد ایران بعد از انقلاب در مسابقات جهانی چه مقامی دست پیدا کرد؟

۱. پنجم ۰۱ ۲. دوم ۰۲ ۳. سوم ۰۳ ۴. هفتم ۰۴

۷- در مسابقات سال ۱۹۹۸ ایران چند مدال گرفت و چه عنوانی کسب کرد؟

۱. ۴ - ششم ۰۱ ۲. ۵ - سوم ۰۲ ۳. ۶ - قهرمانی ۰۳ ۴. ۵ - نایب قهرمانی ۰۴

۸- بهترین تمرینات جهت بهبود توان مربوط به کدامیک از موارد ذیل است؟

۱. ایزومتریک ۰۱ ۲. ایزوتونیک ۰۲ ۳. دینامیک ۰۳ ۴. ایزوکنتریک ۰۴

۹- زیر در مایه سرزیربغل با گارد موافق از شگردهای کدامیک از قهرمانان کشتی می باشد؟

۱. احمد آئیک ۰۱ ۲. الکساندر مدوید ۰۲ ۳. الکساندر کارلی ۰۳ ۴. جان اسمیت ۰۴

۱۰- زیر یک خم تبدیل به دو خم سر بیرون با گارد مخالف از شگردهای کدام کشتی گیر ایرانی است؟

۱. تختی ۰۱ ۲. موحد ۰۲ ۳. جوادی ۰۳ ۴. حبیبی ۰۴

۱۱- حداقل چند درصد آب بدن اگر از دست برود، موجب مرگ می شود؟

۱. بیش از ۱۰ درصد ۰۱ ۲. بیش از ۱۵ درصد ۰۲ ۳. بیش از ۲۰ درصد ۰۳ ۴. بیش از ۲۵ درصد ۰۴



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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: کشتی ۲- عملی -برادران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۴۱

۱۲- چند درصد کل وزن بدن مردان را چربی ضروری تشکیل می دهد؟

۰.۱ ۳ تا ۷ درصد ۰.۲ ۴ تا ۸ درصد ۰.۳ ۳ تا ۸ درصد ۰.۴ ۴ تا ۷ درصد

۱۳- یک کاهش وزن ایده ال چند کیلو چربی وزن بدن در هفته را شامل می شود؟

۰.۱ ۱ تا ۲ کیلو ۰.۲ ۲ تا ۳ کیلو ۰.۳ ۳ تا ۴ کیلو ۰.۴ ۳ تا ۵ کیلو

۱۴- طبق یک اصل کلی؛ یک کشتی گیر در روز نباید حدکثر چند کشتی بگیرد؟

۰.۱ ۲ ۰.۲ ۳ ۰.۳ ۴ ۰.۴ ۵

۱۵- مسابقات کشتی بزرگسالان در روز اول مسابقات بین چه اوزانی برگزار می شود؟

۰.۱ ۳ وزن ۰.۲ ۴ وزن ۰.۳ ۲ وزن ۰.۴ تمامی اوزان

۱۶- برای شرکت در مسابقات بزرگسالان سن کشتی گیر حداقل باید چند سال باشد؟

۰.۱ ۱۸ سال به بالا ۰.۲ ۱۹ سال به بالا ۰.۳ ۲۰ سال به بالا ۰.۴ ۲۱ سال به بالا

۱۷- علایم اختصاری کشور در دوبنده کشتی گیر باید به چه ابعادی باشد؟

۰.۱ ۲۰×۱۲ ۰.۲ ۱۰×۱۰ ۰.۳ ۱۰×۱۵ ۰.۴ ۱۵×۱۵

۱۸- در صورتیکه پزشک تظاهر به جراحت را اعلام نماید چه مجازاتی برای کشتی گیر اعمال می شود؟

۰.۱ یک امتیاز و یک اخطار ۰.۲ یک اخطار ۰.۳ یک امتیاز ۰.۴ دو امتیاز و یک اخطار

۱۹- وزن کشی در هر شهری که برگزار شود باید در چه ساعتی انجام شود؟

۰.۱ ۱۷ تا ۱۸ ۰.۲ ۱۸ تا ۲۰ ۰.۳ ۲۰ تا ۲۱ ۰.۴ ۲۱ تا ۲۳

۲۰- در کدامیک از تکنیک های زیر حریف از زمین کنده می شود؟

۰.۱ زیر با سر زیر بغل در مایه درخت کن ۰.۲ زیرگیری در مایه پیچ کمر ۰.۳ زیر از مچ با چرخش نیم دایره ۰.۴ زیر در مایه سر بند پی بزکش

۲۱- سرپیچی هر یک از کشتی گیران از اجرای دستور داور پس از تنها یکبار دستور شفاهی با چه جریمه ای همراه خواهد بود؟

۰.۱ یک اخطار و یک امتیاز ۰.۲ یک امتیاز ۰.۳ یک اخطار ۰.۴ دو امتیاز



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

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: کشتی ۲- عملی - برادران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۲۱۵۰۴۱

۲۲- تیم کشتی ایران در کدامیک از بازیهای آسیایی زیر شرکت داشت؟

۱. ۱۹۵۱ دهلی ۲. ۱۹۵۴ مانیل ۳. ۱۹۶۲ اندونزی ۴. ۱۹۶۶ بانکوک

۲۳- آب چند درصد وزن عضله را تشکیل می دهد؟

۱. ۵۵ تا ۶۵ ۲. ۶۵ تا ۷۵ ۳. ۷۵ تا ۸۵ ۴. ۸۵ تا ۹۵

۲۴- مطابق قانون وزن کشتی کدامیک از موارد زیر هنگام وزن کشی باید انجام شود؟

۱. با کفش و با دوبند ۲. بدون کفش و با دوبند
۳. با کفش و بدون دوبند ۴. بدون کفش و بدون دوبند