

امام خمینی (ره): این محرم و صفر است که اسلام را زنده نگه داشته است.

۱. در زمان ناصرالدین شاه چه کسی برای اولین بار مأمور اشاعه ورزش کشتی شد؟  
الف. حاجب الدوله      ب. حسین یوزباش      ج. یعقوب لیث      د. ابراهیم یزدی
۲. چه گروهی جهت رسیدن به پیش بند خاص عیاری، می بایست مراحل دشواری را طی می کرد؟  
الف. طالب      ب. عضو کمر بسته      ج. پهلوان      د. مرید
۳. در کشتی پهلوانی، گرفتن کدام نقطه آزاد است؟  
الف. میچ پا      ب. ساق پا      ج. گردن      د. زانو بند
۴. کشتی لوچو در کدام استان رایج است؟  
الف. کردستان      ب. گیلان      ج. خوزستان      د. مازندران
۵. بستن آینه بر زانوان کشتی گیران پهلوانی به چه منظور است؟  
الف. خیره کردن حریف به پایین      ب. به رخ کشیدن قدرت خود  
ج. پاکیزگی      د. گمراه نمودن حریف از طریق انعکاس نور
۶. کدامیک از واژه های زیر به معنی واگذار کردن کشتی در کشتی های پهلوانی است؟  
الف. درمیان ماند      ب. بد افت      ج. دست مریزاد      د. فروکوبیدن
۷. در اولین حضور جوانان کشتی گیر ایرانی در سال ۱۹۴۸ لندن چه عنوانی کسب گردید؟  
الف. پنجم      ب. سوم      ج. عنوانی کسب نشد      د. دوم
۸. در بازیهای المپیک ۱۹۸۰ مسکو (کشتی) کدام یک از کشورهای زیر در این بازی ها حاضر بودند؟  
الف: ایران      ب. آمریکا      ج. بلغارستان      د. ژاپن
۹. کدامیک از موارد زیر را برای یک کشتی گیر مهمتر و مقدم تر می دانید؟  
الف. زیرکی      ب. آمادگی جسمانی      ج. انعطاف پذیری      د. فنی بودن
۱۰. فصل استراحت یک کشتی گیر اخیراً" به چه واژه ای تغییر نام یافته است؟  
الف. انتقال      ب. آمادگی      ج. روان سازی      د. استراحت مطلق
۱۱. در فصل استراحت، تاکید بر کدامیک از موارد زیر بهتر از سایر موارد خواهد بود؟  
الف. آمادگی عضلانی و سیستم هوازی      ب. آمادگی انرژیکی و سیستم بی هوازی  
ج. آمادگی عضلانی و سیستم بی هوازی      د. آمادگی انرژیکی و سیستم هوازی
۱۲. در فصل مسابقه، تاکید بر کدام فاکتور آمادگی جسمانی باید باشد؟  
الف. سرعت و توان      ب. استقامت و قدرت  
ج. انعطاف پذیری و قدرت      د. تعادل و چابکی



دانشگاه پیام نور  
مرکز آزمون

۱۳. کدامیک از موارد زیر در فن درخت کن وجود ندارد؟

- الف. گرفتن بیخ ران حریف با هر دو دست  
ب. چرخش کوچک هنگام کوبیدن حریف بر زمین  
ج. گرو گرفتن سر و گردن حریف  
د. بر هم زدن تعادل حریف و زیرگیری همزمان

۱۴. ابراهیم جوادی در کدام فن کشتی شگرد داشت؟

- الف. زیر یک خم تبدیل به دو خم سر بیرون با گارد مخالف  
ب. زیر از مچ با چرخش نیم دایره با گارد مخالف  
ج. زیر یک خم و درو از پهلوی حالت درخت کن  
د. زیر در مایه سر زیر بغل با گارد موافق

۱۵. مهمترین نکته در فن زیر در مایه دست تو و میانکوب با گارد مخالف کدام است؟

- الف. گرفتن آرنج و کتف حریف  
ب. گرفتن مچ پای حریف و فشار به شکم او  
ج. بلند کردن حریف از زمین  
د. گرو گرفتن سر حریف

۱۶. گرفتن مچ پای حریف از داخل با دست در جریان اجرای کدام فن رخ می دهد؟

- الف. زیر دوخم در مایه لنگ  
ب. زیرگیری در مایه پیچ کمر  
ج. زیر در مایه سر زیر بغل  
د. سگ بند

۱۷. در کدامیک از فنون زیر، فشار با سر و تنه و کشیدن دو خم حریف وجود دارد؟

- الف. خورجین تکان  
ب. زیر دو خم در مایه لنگ  
ج. زیر با زانو با وضعیت سرتو  
د. زیر با گارد موافق در وضعیت بلند شدن از خاک

۱۸. در چند درصد از کاهش آب بدن کشتی گیر، قطع کامل ادرار دیده می شود؟

- الف. ۵ درصد  
ب. ۱۰ درصد  
ج. ۱۵ درصد  
د. ۲۰ درصد

۱۹. بی نظمی تغذیه ای یک کشتی گیر را چه می نامند؟

- الف. وینیل  
ب. دیورتیک  
ج. بولیمیا  
د. احتباس

۲۰. کشتی گیری با وزن ۶۰ کیلوگرم به چند کیلوکالری انرژی در روز نیاز دارد؟

- الف. ۲۶۰۰  
ب. ۱۲۰۰  
ج. ۱۰۰۰  
د. ۱۸۰۰

۲۱. از نظر قوانین کشتی کدامیک از موارد زیر ممنوع است؟

- الف. پوشیدن دوبنده پایین تر از ران ها در کشتی آزاد  
ب. پوشیدن کفش های بدون بند  
ج. چاپ پرچم کشور کشتی گیر در روی دوبنده در ناحیه سینه  
د. کوتاه کردن موها قبل از مسابقه



دانشگاه پیام نور  
مرکز آزمون

برای دانلود پاسخنامه سوالات به سایت همیار دانشجو مراجعه کنید مرجع نمونه سوالات پیام نور

همیار دانشجو

کارشناسی (سنتی)

hdaneshjoo.ir

نام درس: کشتی ۲

رشته تحصیلی / کد درس: تربیت بدنی - ۱۲۱۵۰۴۱

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۳۵ تشریحی: —

کد سری سؤال: یک (۱)

استفاده از: —

مجاز است.

۲۲. حداکثر تعداد کشتی برای یک کشتی گیر در یک روز چند است؟

الف. ۳

ب. ۴

ج. ۵

د. ۶

۲۳. در کدامیک از مسابقات جهانی کشتی، تیم ایران به مقام قهرمانی رسید؟

الف. ۱۹۶۵ منچستر

ب. ۱۹۶۶ تولیدو

ج. ۱۹۶۷ دهلی

د. ۱۹۷۱ صوفیه

۲۴. در صورت برابری امتیازات در کشتی، کدامیک از موارد زیر در اولویت اول تعیین نفر برنده قرار دارد؟

الف. کمترین اخطار

ب. تعداد ضربه فنی

ج. کمترین تذکرات کم کاری

د. ارزش فنون

hdaneshjoo.ir

نیمسال اول ۸۹-۹۰

صفحه ۳ از ۳

سال همت مضاعف و کار مضاعف

بروزترین سایت نمونه سوالات پیام نور کارشناسی و کارشناسی ارشد همیار دانشجو hdaneshjoo.ir