

تعداد سؤال: ۲۰ نمره: ۴ تشریحی: ۳

نام درس: فوتبال ۲

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۵۷۶

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۴۰ نمره تشریحی ۲۰ نمره

[ استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ☆ سوالات تستی نمره منفی دارد ]

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

۱. منظور از قابلیت های زیست - حرکتی ویژه چیست؟

- الف. قدرت، چابکی، انعطاف پذیری  
ب. سرعت، چابکی، انعطاف پذیری  
ج. سرعت، قدرت، استقامت  
د. چابکی، قدرت، سرعت

۲. هدف از توسعه نیمرخ بازیکن در فوتبال چیست؟

- الف. شناسایی نکات قوت و ضعف جسمانی و مهارتی  
ب. بهبود اجرا برای تعیین تغییرات کمی و کیفی  
ج. مشخص کردن پیشرفت در یک دوره توانبخشی  
د. تعیین وضعیت سلامت بازیکن

۳. کدامیک از گزینه های زیر جزء آزمون های میدانی برای ارزیابی استقامت ویژه فوتبال در زمین نمی باشد؟

- الف. عملکرد در دوهای سرعت مکرر  
ب. زمان سپری شده برای پیمودن مسافت  
ج. زمان خستگی در تمرینی که در آن سرعت دویدن بتدریج افزایش می یابد.  
د. آزمون ارزیابی قابلیت عمومی فوتبال

۴. آزمون سارجنت برای ارزیابی کدامیک از قابلیت های زیر مورد استفاده قرار می گیرد؟

- الف. قدرت  
ب. توان بی هوازی  
ج. پرش عمودی  
د. انعطاف پذیری

۵. کدامیک از گزینه های زیر جزء انواع تاکتیک ها در فوتبال نمی باشد؟

- الف. تیمی  
ب. انفرادی  
ج. نمایشی  
د. گروهی

۶. کدامیک از هدف های زیر مربوط به دریبل کردن در مورد بازیکنان خط میانی است؟

- الف. بازی سازی به کمک دریبل مطمئن و پاس های مناسب  
ب. دور کردن توپ از منطقه خطر با استفاده از دریبل کردن  
ج. عبور از بازیکنان مقابل برای دستیابی به موقعیت شوت به دروازه  
د. کشاندن بازی به کناره ها تا فضای بیشتری برای هم تیمی ها بوجود آید.

۷. جاگیری دروازه بان در هنگام زدن ضربه کرنر تیم حریف چگونه است؟

- الف. مرکز دروازه  
ب.  $\frac{1}{3}$  ابتدایی دروازه  
ج.  $\frac{1}{3}$  میانی دروازه  
د.  $\frac{1}{3}$  انتهایی دروازه

۸. به هنگام دفاع از ..... به عنوان تدبیری برای جلوگیری از ارسال پاس عمقی حریف و ناتمام گذاردن حمله تیم مقابل استفاده می شود.

- الف. پوشش فشرده  
ب. تعویض سیستم  
ج. آفساید گیری  
د. پوشش منطقه ای

۹. فورچکینگ در بازی فوتبال چه معنایی دارد؟

- الف. پوشش منطقه ای در نزدیکی محوطه جریمه خودی  
ب. اقدام به دفاع پس از قطع بازی  
ج. پوشش فشرده در نزدیکی محوطه جریمه حریف  
د. بستن مسیر بازیکن صاحب توپ به طرف دروازه

نام درس: فوتبال ۲

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۵۷۶

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

تعداد سؤال: ۲۰ نمره: ۴ نوبت: ۳

زمان امتحان: ۴۰ دقیقه نوبت: ۲۰ نوبت: ۳

[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست] ☆ سوالات تستی نمره منفی دارد

تعداد کل صفحات: ۳

۱۰. اولین مرحله اصلی در انجام اعمال تاکتیکی در فوتبال چیست؟  
 الف. توانایی تصمیم‌گیری  
 ب. درک و تجزیه و تحلیل موقعیت بازی  
 ج. حل مسائل تاکتیکی در عمل  
 د. انجام درست کارهای حرکتی
۱۱. طول زمین‌هایی که مسابقات بین‌المللی در آن انجام می‌شود چند متر باید باشد؟  
 الف. ۹۰-۱۲۰  
 ب. ۱۰۰-۱۱۰  
 ج. ۱۰۰-۱۲۰  
 د. ۱۲۰-۱۳۰
۱۲. کدامیک از گزینه‌های زیر جزء وظائف اصلی کمک داوران نیست؟  
 الف. اوت  
 ب. آفساید  
 ج. اعلام وقت  
 د. نقض قوانین فوتبال
۱۳. توپ‌های شروع غیر از ..... و کرور اگر یک ضربه گل شوند، گل محسوب نمی‌شوند.  
 الف. ضربه غیر مستقیم  
 ب. اوت  
 ج. هند  
 د. جریمه
۱۴. جریمه کدامیک از خطاهای زیر ضربه آزاد غیر مستقیم است؟  
 الف. رفتار بازیکن خارج از نزاکت و ادب  
 ب. جلوی بازیکن مقابل را سد کردن  
 ج. دست زدن به توپ  
 د. لگد زدن به بازیکن تیم مقابل
۱۵. حداقل مسافت پیموده شده توسط داور در آزمون استقامتی کوپر چند متر است؟  
 الف. ۲۰۰۰  
 ب. ۲۲۰۰  
 ج. ۲۵۰۰  
 د. ۲۷۰۰
۱۶. عرض سالنی که مسابقات بین‌المللی در آن برگزار می‌گردد چند متر است؟  
 الف. ۱۸-۲۲  
 ب. ۲۰-۲۲  
 ج. ۲۰-۲۵  
 د. ۳۸-۴۰
۱۷. «در حالت دو، پرش‌هایی با یک دور چرخش کامل به طرف چپ و راست». این تمرین برای بهبود چه فاکتوری است؟  
 الف. سرعت  
 ب. انعطاف‌پذیری  
 ج. چابکی  
 د. هماهنگی
۱۸. کدامیک از موارد زیر جزء کارکردهای آمادگی تاکتیکی نمی‌باشد؟  
 الف. توسعه تکنیک فردی و گروهی  
 ب. تجزیه و تحلیل عملکرد گذشته  
 ج. توسعه الگوی تاکتیکی  
 د. بررسی استراتژی حریفان آینده
۱۹. آزمون متناوب یو - یو برای سنجش کدامیک از فاکتورهای زیر است؟  
 الف. استقامت  
 ب. قدرت  
 ج. سرعت  
 د. انعطاف‌پذیری
۲۰. توانایی عضلات برای انجام انقباضات مختلف در برابر مقاومت‌های مختلف تعریف کدام گزینه زیر است؟  
 الف. استقامت عضلانی  
 ب. قدرت  
 ج. سرعت استقامتی  
 د. استقامت در قدرت

نام درس: فوتبال ۲

تعداد سؤال: ۲۰ نمره: ۴ تشریحی: ۳

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۵۷۶

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۰ نمره تشریحی ۲۰ نمره

[ استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ☆ سؤالات تستی نمره منفی دارد ]

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

### سؤالات تکمیلی

۱. برای هیجان داشتن فوتبال و همچنین جلوگیری از خطاهای بی مورد داور مسابقه حق دارد خطاهایی که به ضرر تیم صاحب توپ می شود را نادیده بگیرد به این عمل ..... می گویند.
۲. در بازی سالتی در هر نیمه یک ..... یک دقیقه ای برای هر تیم توسط ..... تیم می تواند درخواست شود.
۳. زمان هر نیمه مسابقه در فوتبال سالتی ..... دقیقه و زمان استراحت بین دو نیمه ..... دقیقه است.
۴. علاوه بر دو نفر خط نگه دار که به عنوان داوران کمک انجام وظیفه می کنند، داور ..... یا داور ..... نیز وجود دارد.

### سؤالات تشریحی

۱. سه آزمون مهارتی در فوتبال را فقط نام ببرید.
۲. براساس حجم، شدت و شکل تمرینات فوتبال، انواع استقامت کدامند؟
۳. سه مورد از مواردی که بازیکن فوتبال از بازی اخراج می شود را بنویسید.