



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

۱. چهار مرحله اصلی بازی والیبال به ترتیب عبارت است از:

- الف. سرویس، دریافت سرویس، پوشش حمله، حمله  
ب. سرویس حمله ای، دریافت سرویس، حمله، دفاع  
ج. سرویس، آمادگی برای دفاع، حمله، پوشش حمله  
د. سرویس حمله ای، حمله، دفاع، پاسخ حمله
۲. ارتفاع نوک آنتن والیبال از سطح زمین چقدر است؟

- الف. ۲/۲۴cm زنان، ۲/۴۳cm مردان  
ب. ۳/۲۴cm زنان، ۳/۴۴cm مردان  
ج. ۳/۰۴cm زنان، ۳/۲۳cm مردان  
د. ۲/۴۳cm زنان، ۲/۶۳cm مردان

۳. عرض منطقه سرویس در والیبال چند متر است؟

- الف. ۶ متر  
ب. ۹ متر  
ج. ۱۲ متر  
د. ۱۸ متر

۴. کدام گزینه توجیه مناسبی برای زدن سرویس، به سمت بازیکن تعویضی حریف می باشد؟

- الف. بازیکنان تعویضی معمولاً در نقاط کور زمین والیبال قرار می گیرند.  
ب. به دلیل جایگزینی بازیکن تعویضی با بازیکن آزاد، دریافت تیم حریف با ضعف مواجه می شود.  
ج. بازیکنان تعویضی در سرویسها، دریافت خوبی انجام نمی دهند.  
د. بازیکنان تازه وارد حریف از نظر بدنی و روحی آماده دریافت نیستند.

۵. رایج ترین سیستمهای دفاعی در والیبال عبارتند از:

- الف. سیستم ۳ عقب و سیستم ۳ جلو  
ب. سیستم ۶ عقب و سیستم ۶ جلو  
ج. سیستم M عقب و سیستم S جلو  
د. سیستم H عقب و سیستم S جلو

۶. چرا در آرایش دفاعی W، بازیکن C نسبت به بازیکن A (طبق شکل) مقداری دورتر از خط کناری است؟

- الف. به دلیل آرامتر بودن سرویسهایی که در این منطقه زده می شود.  
ب. چون در این آرایش، بازیکن C وظیفه پاسوری را عهده دار است.  
ج. چون در این نوع آرایش، بازیکن C تنها اسپیکر تیم است.

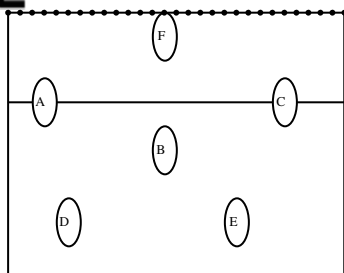
د. چون بازیکن C علاوه بر حمله، در دفاع روی تور نیز باید شرکت کند.

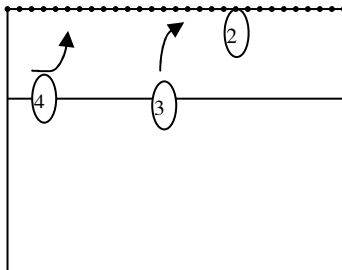
۷. در آرایش دریافت سرویس فنجانی چه بازیکنانی پنهان می شوند؟

- الف. دریافت کننده اصلی، اسپیکر سرعتی واجد شرایط  
ب. دریافت کننده اصلی، پاسور  
ج. بازیکن آزاد، اسپیکر قدرتی  
د. پاسور، اسپیکر سرعتی واجد شرایط

۸. جابجایی بازیکنان برای دریافت سرویس از چه زمانی آغاز می شود؟

- الف. بلافاصله بعد از شنیدن صدای سوت داور  
ب. بلافاصله بعد از زدن سرویس  
ج. بلافاصله بعد از عبور توپ از روی تور  
د. بلافاصله بعد از دریافت اول





۹. شکل زیر کدامیک از روشهای بنیادی حمله را بیان می کند؟

الف. حمله با دو اسپکر و بازیکن منطقه ۳ در نقش پاسور

ب. حمله با دو اسپکر و بازیکن منطقه ۲ در نقش پاسور نفوذی

ج. حمله با سه اسپکر و بازیکن منطقه ۲ در نقش پاسور نفوذی

د. حمله با دو اسپکر و بازیکن منطقه ۲ در نقش پاسور

۱۰. در کدامیک از انواع پاس ها ، فاصله اسپکر با پاسور باید به اندازه فاصله پاسور از تور باشد؟

الف. پاس بلند وسط ب. پاس بلند چپ ج. پاس بلند راست د. پاس سرعتی تیز

۱۱. کدامیک از گزینه های زیر صحیح می باشد؟

الف. مسیر حرکت توپ در پاس تیز بیرون، بسیار کوتاه تر از سایر پاس هاست.

ب. در پاس تیز پشت، پاسور می بایست توپ را به نقطه ای داخل آنتن با ارتفاع ۳۰ cm بالای تور بفرستد.

ج. اگر زمان لمس توپ توسط پاسور و اسپکر کاهش یابد، توانایی دفاع حریف در واکنش نیز افزایش خواهد یافت.

د. مسافتی که توپ در هر سه نوع پاس تیز و سرعتی طی می کند، با هم برابر است.

۱۲. سیستم حمله ای ۰ - ۶ برای بازیکنان مبتدی و تازه کار بسیار مطلوب است زیرا:

الف. در این سیستم پاسور وجود ندارد.

ب. این سیستم ماهیتی ساده دارد و نیاز به بازی بازیکن در همه پست ها دیده می شود.

ج. در این سیستم، تعویض مناطق و نفوذ جزء وظایف اصلی بازیکن است.

د. در این سیستم، پاسور از پاس های کوتاه استفاده می کند و این پاس برای بازیکنان مبتدی راحت تر به امتیاز تبدیل می شود.

۱۳. کدامیک از سیستمهای حمله ای زیر، همراه با فشار زیاد بر روی پاسور بوده و متکی به استعداد و خلاقیت پاسور می باشد؟

الف. ۳-۳ ب. ۰-۶ ج. ۲-۲-۲ د. ۵-۱

۱۴. کدامیک از دفاع های زیر جزء دفاع های تیمی محسوب می شود؟

الف. دفاع سه نفره ب. دفاع دو نفره ج. دفاع تن به تن د. دفاع خطی سه نفره

۱۵. دفاع عقب زمین، به فعالیتی گفته می شود که در آن :

الف. بازیکنان مناطق ۱، ۲، ۳ در محدوده بین خط حمله و خط انتهایی زمین انجام می دهند.

ب. بازیکنان مناطق ۱، ۲، ۳ در محدوده بین تور تا خط یک سوم جلویی زمین انجام می دهند.

ج. بازیکنان مناطق ۱، ۵، ۶ در محدوده بین خط حمله و خط انتهایی زمین انجام می دهند.

د. بازیکنان مناطق ۱، ۵، ۶ در محدوده بین تور تا خط یک سوم جلویی زمین انجام می دهند.



۱۶. کدامیک از مسئولیت‌ها، در دفاع از حمله‌های انتهای تور با یک دفاع متمرکز (دفاع ۶ جلو) درست تعریف شده است؟

الف. مسئول اسپک‌هایی که در امتداد خط کناری سمت راست زده می‌شود و جا خالی‌های پشت سر بازیکن منطقه ۱، بازیکن منطقه ۶ می‌باشد.

ب. مسئول اسپک‌هایی که در منطقه حمله زده می‌شود و جا خالی‌هایی که در منطقه حمله انداخته می‌شود، بازیکن منطقه ۱، می‌باشد.

ج. مسئول کلیه جا خالی‌ها و توپ‌های سر دفاع که بلافاصله پشت مدافعان روی تور زده می‌شود، بازیکن منطقه ۶ می‌باشد.

د. مسئول دریافت اسپک‌های ضربدری طولی که در اطراف خط کناری سمت چپ و خط انتهایی زده می‌شود، بازیکن منطقه ۴ می‌باشد.

۱۷. هر گاه تیمی مایل به محافظت از منطقه وسط زمین خودش باشد و حمله‌های حریف بیشتر به صورت اسپک ضربدری باشد، بهتر است از چه نوع سیستم دفاعی استفاده کنیم؟

الف. دفاع فشرده

ب. دفاع حمله‌های وسط با دفاعی سه نفره

ج. دفاع حمله‌های انتهای تور با یک دفاع متمرکز

د. دفاع خطی سه نفره

۱۸. کدامیک از موارد زیر از معایب سیستم چپ دست است؟

الف. عامل غافلگیری در اختیار شما نیست.

ب. برتری اسپکر منطقه ۴ حریف از اسپکرهای مناطق ۲ و ۳ کاهش می‌یابد.

ج. اسپکرهای راست دست مجبورند از سمتی که تسلط کمتری دارند، اسپک بزنند.

د. اسپکرهای چپ دست هنگام زدن اسپک تسلط بیشتری دارند.

۱۹. کدامیک از بازیکنان در سیستم حمله ای ضربدر همراه با تغییر مسیر، وظیفه تغییر مسیر را بر عهده دارد؟

الف. بازیکن منطقه ۴

ب. بازیکن منطقه ۲

ج. بازیکن منطقه ۳

د. پاسور

۲۰. کدامیک از گزینه‌های زیر از علائم اصلی سیستم سنتی والیبال است؟

الف. حضور سه اسپکر در نزدیکی تور

ب. جهت حرکت بازیکنان غالباً قابل تغییر و شناور است.

ج. پاسور معمولاً در قسمت یک سوم راست منطقه حمله قرار می‌گیرد.

د. معمولاً پاسور از سیستم‌های ترکیبی برای حمله استفاده می‌کند.

۲۱. ساده‌ترین روش حمله که می‌توان در آن بازیکنان را با وظایفشان آشنا کرد، کدام سیستم است؟

الف. ۰ - ۶

ب. ۳ - ۳

ج. ۲ - ۲ - ۲

د. ۱ - ۵

۲۲. در کدامیک از انواع دفاع‌های تیمی بهتر می‌توان مسیر اسپک ضربدری را بست؟

الف. تن به تن

ب. دفاع منطقه ای

ج. دفاع سه نفره

د. دفاع خطی سه نفره

