



پیام نور

دانشجویان  
پایگاه خبری

PNU.COM  
PNU News Agency

تعداد سؤالات: تست: ۲۴ تشرییع: --  
نام درس: بدمینتون ۱ - بدمینتون خواهاران  
رشته تحصیلی/ گذ درس: کارشناسی تربیت بدنی و علوم ورزشی- (برادران)- (خواهاران) - (ناپیوسته) ۱۴/  
کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش) - (مدیریت ورزشی) - (حرکات اصلاحی)

مجاز است.

استفاده از:

۱. رالی در ورزش بدمینتون با اجرای کدام ضربه آغاز می‌گردد؟
- الف. تاس      ج. سرویس      ب. دراپ      د. اندرهند
۲. منظور از دست راهنمای در بدمینتون کدام گزینه است؟
- الف. دست مسلط      ب. دست راکت      ج. دست غیرسلط      د. دست موافق
۳. کدام قسمت راکت، کله را به میله وصل می‌کند؟
- الف. فریم      ب. گلو      ج. دسته      د. صفحه
۴. "این نوع راکتها بسیار حساس و گران هستند و ضریب بازدهی بالایی دارند" معرف کدام نوع راکت بدمینتون می‌باشد؟
- الف. راکت چوبی      ب. راکت فلزی و چوبی      ج. راکت فلزی      د. راکت کربونکس-برم-تیتانیوم
۵. ارتفاع پایه از سطح زمین و قطر آن به ترتیب چند سانتی متر است؟
- الف. ۱۵۶ و ۴ سانتی متر      ب. ۱۵۵ و ۴ سانتی متر      ج. ۱۵۷ و ۵ سانتی متر      د. ۱۵۶ و ۱۰ سانتی متر
۶. در مورد گرفتن صحیح راکت بدمینتون در ضربات فورهند کدام عبارت صحیح نیست؟
- الف. نرمی کف دست بالای برجستگی دسته راکت قرار می‌گیرد.  
ب. انکشت سبابه با کمی فاصله از سه انکشت دیگر قرار می‌گیرد.  
ج. انکشت شست طرف مقابل سایر انکشتان حرف لاتین V بوجود می‌آورد.  
د. سطح نرم شست و یا کف شست روی دسته راکت قرار می‌گیرد.
۷. بهترین مکان برای پاسخ به دریافت سرویس ایستادن در کدام قسمت زمین است؟
- الف. گوشه راست زمین      ب. گوشه چپ زمین      ج. انتهای زمین      د. وسط زمین
۸. وضعیت پاهای بازیکن دریافت کننده سرویس چگونه است؟
- الف. یک پا جلو، یک پا عقب، پای موافق دست راکت جلو است.  
ب. یک پا جلو، یک پا عقب، پای مخالف دست راکت جلو است.  
ج. هر دو پا موازی هم قرار می‌گیرد.  
د. یک پا جلو، یک پا عقب، وزن بدن روی پای موافق است.
۹. کدام گزینه دلیل اهمیت حرکت پاهای در بدمینتون نیست؟
- الف. پوشش کامل نقاط زمین و اجرای دفاع موفق      ب. صرفه‌جویی در زمان رسیدن به توپ  
ج. صرفه‌جویی در انرژی      د. اجرای ضربات تیز و سریع



پیام نور

دانشجویان  
پایگاه خبری

**PNUNA.COM**  
PNU News Agency

تعداد سؤالات: تست: ۲۴ تشرییع: --  
نام درس: بدمیتون ۱ - بدمیتون خواهاران  
رشته تحصیلی/ گذ درس: کارشناسی تربیت بدنی و علوم ورزشی- (برادران)- (خواهاران) - (ناپیوسته) ۱۴/  
کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش) - (مدیریت ورزشی) - (حرکات اصلاحی)

مجاز است.

استفاده از:

۱۰. کدام گزینه اصول کلی در اجرای حرکات پا نمی باشد؟

- الف. آخرین گام قبل از هر ضربه با پای موافق دست راکت است.
- ب. به هر سمت زمین با پای همان سمت حرکت را شروع کنید.
- ج. برگشت از انتهای زمین به وسط با دویدن انجام می شود.
- د. در برگشت‌ها باید نگاه متوجه زمین خود باشد.

۱۱. ضربه ایست که با قوس زیاد به انتهای زمین حریف فرستاده می شود. این ضربه با روی راکت و با صد درصد قدرت زده می شود.) تعریف کدام ضربه زیر است؟

- الف. سرویس بلند
- ب. اسمش
- ج. دراپ
- د. آندرهند

۱۲. کدام گزینه در مورد سرویس کوتاه صحیح نیست؟

- الف. در بازی انفرادی برای تنوع و تغییر آهنگ بازی کاربرد دارد.
- ب. بیشتر در بازی انفرادی کاربرد دارد.
- ج. در مقابل بازیکنانی که در اجرای ضربات جلو ضعیف هستند کاربرد دارد.
- د. در مقابل بازیکنانی که در حرکت به سمت انتهای زمین ضعیف هستند کاربرد دارد.

۱۳. سرویس فیلیک شبیه کدام نوع سرویس است؟

- الف. سرویس فورهند بلند
- ج. سرویس بکهند
- ب. سرویس فورهند کوتاه
- د. سرویس تیز

۱۴. زاویه راکت در لحظه برخورد با توپ در تاس دفاعی چگونه است؟

- الف. کاملاً بسته
- ب. نیمه بسته
- ج. نیمه باز
- د. کاملاً باز

۱۵. در حرکت قبل از ضربه تاس فورهند، بدن روی پای چپ حول چه محوری چرخش می یابد؟

- الف. فرونتال
- ب. ساجیتال
- ج. هوریزونتال
- د. عرضی

۱۶. نقطه تماس توپ و راکت در ضربه آندرهند کدام گزینه است؟

- الف. پایین‌تر از دست
- ب. بالاتر از خط کمر
- ج. بالای سر در اوج
- د. بالای سر جلوی پیشانی

۱۷. از موارد استفاده از اسمش کدام گزینه صحیح است؟

الف. زمانی که حریف شما از چابکی و عکس العمل خوبی برخوردار است.

ب. زمانی که حریف شما در دفاع از زمین خود قوی است.

ج. زمانی که حریف شما در دفاع از زمین خود ضعیف است.

د. زمانی که موقعیت مناسبی برای پایان دادن به رالی و کسب امتیاز وجود ندارد.



پیام نور-

دانشجویان  
پایگاه خبری

**PNUNA.COM**  
PNU News Agency

رشته تحصیلی / گذ درس: کارشناسی تربیت بدنی و علوم ورزشی - (برادران) - (خواهران) - (ناپیوسته) ۱۴/ کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی (فیزیولوژی ورزش) - (مدیریت ورزشی) - (حرکات اصلاحی)

تعداد سوالات: تست: ۲۶ تشرییع: --

نام درس: بدミニتون ۱ - بدミニتون خواهاران

مجاز است.

استفاده از:

۱۸. در خصوص "بهترین نقاط فرود توپ در اسمش" کدام گزینه صحیح نیست؟

ب. بکهند حریف

د. خطوط کناری زمین

ج. سینه و صورت حریف

۱۹. در کدام تکنیک زیر حرکت قبل از ضربه کاملاً شبیه به تاس و اسمش است؟

ب. اورهد

د. دراپ فورهند

الف. آندرهند فورهند

ج. دفاع تیز

۲۰. الگوی حرکتی کدام ضربه شبیه تاس فورهند می‌باشد؟

د. اورهد

ب. دراپ

ج. آندرهند

الف. اسمش

تاس

د. درایو

ب. دراپ

ج. برash

الف. تاس

۲۲. در کدام ضربه زیر حرکت دست شبیه به پوش است، ولی چرخش مج و حرکت تمام دست و بازو از بالا به توپ کات می‌دهد؟

د. راش

stop

ب. برash

الف. نتکیل

تاس

ب. زنان ۱۱ و مردان ۱۱

الف. زنان ۱۱ و مردان ۲۱

د. زنان ۱۵ و مردان ۱۱

ج. زنان ۱۱ و مردان ۱۵

۲۳. امتیاز برای اتمام بازی در هر گیم در بازی بدミニتون انفرادی چگونه است؟

ب. زنان ۲۱ و مردان ۱۱

الف. زنان ۱۱ و مردان ۲۱

د. زنان ۱۵ و مردان ۱۱

ج. زنان ۱۱ و مردان ۱۵

۲۴. موارد استفاده درایو کدام گزینه صحیح است؟

الف. در بازی‌های انفرادی بیشتر استفاده می‌شود.

ب. زمانی‌که حریف از عکس العمل خوبی برخوردار است.

ج. بهترین جواب ضربه درایو می‌تواند نت باشد.

د. برای برهم زدن تعادل حریف استفاده می‌شود.