

۱- کدام مهارت موثرترین راه برای کسب هدف های تهاجمی و بهترین طرح و نقشه تیمی است؟

۱. پاس دادن و دریافت کردن
۲. پاس به موقع

۲- در چه سالی دکتر جیمز اسمیت از دانشگاه وای ام سی ابستقبال را راه اندازی و اختراع کرد؟

۱. ۱۹۸۱ میلادی
۲. ۱۸۹۱ میلادی
۳. ۱۹۸۲ میلادی
۴. ۱۹۷۲ میلادی

۳- کدام نوع پاس اولین پاس هوایی است که برای پرتاب توپ دستهای کشیده و آرنج صاف می شود و دست به داخل چرخش می کند، به طوریکه انتهای حرکت کف دست ها به بیرون و شست به سمت پایین قرار دارد؟

۱. پاس زمینی
۲. پاس بالای سر
۳. پاس سینه ای
۴. پاس فشاری

۴- نام دیگر کدام دریبل گرد بادی است؟

۱. دریبل سرعتی
۲. دریبل با تغییر سرعت
۳. دریبل با حرکت دورانی سریع
۴. دریبل کشویی

۵- بازیکنان سانتر پست که در تیم بسکتبال از ناحیه مرکز نزدیک به خط پرتاب آزاد و حوالی حلقه به حمله می پردازند و پشتیشان به سبد متمایل است، اغلب از چه پرتابی استفاده می کنند؟

۱. سه گام هوک
۲. سه گام وارونه
۳. سه گام قدرتی
۴. سه گام ساده

۶- اگر بازیکن چند گل به واسطه ده پرتاب سه گام به ثمر برساند، به عنوان ستاره ای در میان ستارگان مد نظر قرار می گیرد؟

۱. ده گل
۲. نه گل
۳. هشت گل
۴. هفت گل

۷- زمانی که یک بازیکن به سوی سبد دریبل می زند اما مدافعانه اجازه انجام سه گام را نمی دهد، بازیکن مهاجم باید با یک حرکت موثر و سریع را انجام دهد.

۱. شوت خارج از منطقه جریمه
۲. شوت جفتی
۳. دریبل
۴. شوت داخل منطقه جریمه

۸- کدام بازیکن عنوان بهترین توپ قاپ (رباینده توپ) و پرتاب کننده ماهر شوت در جهان را کسب کرده است؟

۱. لاری برد
۲. ریگ ملر
۳. شکیل انیل
۴. گری پیتن

تعداد سوالات: تستی : ۲۴ تشریحی : ۰

عنوان درس: بسکتبال ۱-عملی

روش تحصیلی/گد درس: تربیت بدنه و علوم ورزشی گرایش عمومی، تربیت بدنه و علوم ورزشی، تربیت بدنه و علوم ورزشی (بوداران)، تربیت بدنه و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنه و علوم ورزشی (نایپوسته) ۱۲۱۵۰۲۴

۹- عمل یارگیری رقیب باعث جاگیری خوب در چه هنگام می شود؟

۱. پاس ۲. شوت ۳. ریباند ۴. پیوت

۱۰- یکی از ضروری ترین اجزای حرکت تهاجمی در نیمه زمین بازی بسکتبال چیست؟

۱. پیوت ۲. اسکرین ۳. ریباند ۴. دریبل

۱۱- کدام چک لیست زیر در مورد دفاع فردی اشتباه است؟

۱. پاهای باید هم عرض شانه ها باز باشد.
۲. زانوها ، دستها و بازویان خمیده باشند.
۳. چشم ها به لگن مهاجم متمرکز باشند نه توب او
۴. حالت بسیار نرم و قابل جابجایی

۱۲- کدام یک از شوت های زیر در نزدیکی سبد اجرا می شود؟

۱. شوت جفت ۲. شوت هوک ۳. شوت سه گام ۴. شوت بیسبالی

۱۳- مکان بازی کدام بازیکن به موازات و مجاور خط پنالتی است و آرایش های ۱-۳-۱ (۱-۳ فشرده) ۲-۳ و (۱-۴) به کار گرفته می شود؟

۱. گارد راس ۲. پست بالا ۳. پست پایین ۴. بال

۱۴- پست ۲-۳ مکان کدام بازیکن است؟

۱. پست پایین ۲. پست بالا ۳. بال ۴. هیچکدام

۱۵- حضور ناگهانی در منطقه ذوزنقه کدام بازیکن و با چه آرایشی می تواند بهترین حالات را مانور دهد؟

۱. بازیکن پایین ۱-۲ و ۲-۳ ۲. بازیکن پایین ۱-۲ و ۳-۱ ۳. بازیکن بالا ۱-۲ و ۲-۱ و ۳-۲ و ۲-۳

۱۶- کدام گزینه مهارت فردی جابجایی سریع ۲۰-۲۹ را نشان می دهد؟

۱. تالار افتخارات بسکتبال ۲. با ارزش ترین بازیکن ۳. مبتدی ۴. یکی از ستارگان

۱۷- کدام عامل کمک می کند تا مدافعان سریعاً به دو طرف حرکت کند؟

۱. تغییر جهت ۲. گام زیکراکی ۳. گام برداشتن به صورت کشویی ۴. گول زدن

۱. تغییر جهت

۳. گام برداشتن به صورت کشویی

۱۸- اصول ضد حمله شامل کدام یک از موارد زیر است؟

۲. خود را به فضای خالی رساندن و دنبال کردن توپ
۴. هر سه مورد
۳. کسب مالکیت توپ و پاس دادن توپ به زمین حریف

۱۹- کدام بازیکن به عنوان بهترین یار در رو در خدمت تیم خواهد بود؟

۴. بال ۳. پست پایین ۲. گارد راس ۱. پست بالا

۲۰- کدام برش است که مدافع را به دور از جهت واقعی که مهاجم می خواهد حرکت کند، منحرف می کند؟

۴. برش چرخیدن ۳. برش وی (V) شکل ۲. برش پیچشی ۱. برش مخفی

۲۱- کدام یک از آرایش های زیر جهت شروع مجدد بازی از توپ اوت شده نمی باشد؟

۴. آرایش تی (T) شکل ۳. آرایش وی (V) شکل ۲. آرایش مربعی ۱. آرایش خطی

۲۲- آرایش مربعی با یک بازیکن اضافی چه نوع دفاعی است؟

۲. دفاع منطقه ای ۴. دفاع منطقه ای - ترکیبی ۱. دفاع منطقه ای ۳. دفاع نفر به نفر

۲۳- یکی از انواع پرس دفاعی در کل زمین بازی کدام یک می باشد؟

۱. پرس نفر به نفر ۲. پرس منطقه ای ۱-۲-۱-۱ ۴. ترکیبی ۳. پرس نفر به نفر و پرس منطقه ای ۱-۲-۱-۱

۲۴- در یک تیم پنج نفره که هر دو گروه در یک زمین قرار دارند، جهت تمرین جابجایی (انتقال)، وضعیت تیم ها چگونه مناسب است؟

۲. یک تیم حمله و یک تیم دفاع ترکیبی ۴. هر دو تیم دفاع نفر به نفر ۱. یک تیم حمله و یک تیم دفاع ترکیبی ۳. یک تیم حمله منطقه ای