



سری سوال: یک ۱

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: بدمینتون ۱، بدمینتون ۱-عملی، بدمینتون خواهران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) (۱۲۱۵۰۱۴ - ، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۸۸ - ، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۵۰

۱- بدمینتون به عنوان یک ورزش رسمی برای اولین بار در کجا برگزار شد؟

۱. المپیک ۱۹۸۸ سئول
۲. المپیک ۱۹۷۲ مونیخ
۳. المپیک ۲۰۰۰ سیدنی
۴. المپیک ۱۹۹۶ آتلانتا

۲- یک توپ بدمینتون تقریباً باید چند پرک داشته باشد؟

۱. ۱۴-۱۶ پرک
۲. ۱۲-۱۶ پرک
۳. ۱۸-۲۴ پرک
۴. ۲۵-۲۸ پرک

۳- عرض نوار سفید رنگ لبه بالایی تور بدمینتون چند سانتی متر است؟

۱. ۱۵ سانتی متر
۲. ۴ سانتی متر
۳. ۱۵/۵ سانتی متر
۴. ۷/۵ سانتی متر

۴- کدام یک از موارد زیر از اصول کلی اجرای حرکت پا در بدمینتون نمی باشد؟

۱. به هر سمت زمین با پای همان سمت حرکت را شروع کنید.
۲. آخرین گام قبل از هر ضربه با پای مخالف دست راکت است.
۳. برگشت از انتهای زمین به وسط با دویدن انجام می شود.
۴. برگشت از جلوی زمین به وسط به صورت پابکس انجام می شود.

۵- کدام ضربه است که رالی با آن شروع می شود و این ضربه از یک سمت خط مرکزی و از پشت خط منطقه کوتاه به صورت مورب اجرا می شود؟

۱. ضربه سرویس
۲. ضربه رالی
۳. ضربه کراس
۴. ضربه مورب

۶- بهترین محل برای اجرای سرویس بلند حدوداً کجا است؟

۱. یک قدم عقب تر از خط سرویس کوتاه
۲. یک راکت عقب تر از خط سرویس بلند و کنار خط مرکزی
۳. یک راکت عقب تر از خط سرویس کوتاه و کنار خط مرکزی
۴. یک قدم عقب تر از خط سرویس کوتاه و کنار خط مرکزی

۷- در اجرای سرویس بلند، در لحظه ضربه، مچ دست در مسیر حرکت دست چه نوع حرکتی را انجام می دهد؟

۱. فلکشن
۲. فلکشن افقی
۳. اکستنشن
۴. هایپر اکستنشن



سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: بدمینتون ۱، بدمینتون ۱-عملی، بدمینتون خواهران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) (۱۲۱۵۰۱۴ - ، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) (۱۲۱۵۱۸۸ - ، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۵۰)

۸- کدام نوع سرویس بیشتر در بازی دوبل استفاده می شود و در بازی انفرادی برای تغییر آهنگ بازی و یا در مقابل بازیکنانی که سرعت عکس العمل خوبی ندارند به کار می رود؟

۱. سرویس کوتاه بک هند

۲. سرویس بلند

۳. سرویس تیز

۴. سرویس بلند فورهند

۹- کدام یک از موارد زیر تفاوت موجود بین اجرای دو تاس حمله ای و دفاعی را نشان می دهد؟

۱. حرکت بدن

۲. محل ضربه به توپ

۳. محل فرود توپ

۴. زاویه برخورد راکت با توپ

۱۰- کدام گزینه از مشخصات توپ آندرهند دفاعی می باشد؟

۱. در جلوی زمین حریف فرود می آید.

۲. جلوی زمین حدود خط سرویس کوتاه و منطقه کوتاه زمین اجرا می شود.

۳. با قوس کم و سرعت زیاد حرکت می کند.

۴. اگر توپ را به سمت فورهند حریف بفرستید، احتمال موفقیت شما خیلی بیشتر می شود.

۱۱- ضربه اسمش را در چه نقطه ای اجرا کنیم تا کنترل توپ اسمش برای حریف مشکل تر شود؟

۱. هر چه نقطه اجرا به تور نزدیک تر باشد.

۲. هر چه نقطه اجرا به خطوط کناری زمین نزدیک تر باشد.

۳. نقطه اجرا در محل خط سرویس بلند باشد.

۴. نقطه اجرا به خطوط انتهایی زمین نزدیک تر باشد.

۱۲- کدام گزینه در مورد نحوه اجرای ضربه اسمش نادرست است؟

۱. موقع جایگیری، نسبت به توپ باید عقب تر قرار بگیرید.

۲. موقع ضربه زاویه صفحه راکت را باید کاملاً ببندید.

۳. این ضربه از بالاترین نقطه ممکن اجرا می شود.

۴. مچ نقش مهمی را در تعیین سرعت و قدرت ضربه ندارد.

سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: بدمینتون ۱، بدمینتون ۱-عملی، بدمینتون خواهران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) (۱۲۱۵۰۱۴ - ، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۸۸ - ، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۵۰

۱۳- در هنگام اجرای دراپ شات، بهترین نقطه فرود توپ کدام نقطه زمین است؟

۱. پشت تور
۲. روی خط سرویس کوتاه
۳. روی خطوط کناری زمین
۴. روی خطوط انتهایی زمین

۱۴- در ضربه نت، توپ با..... ارتفاع از روی تور به نزدیکترین نقطه ممکن به..... در زمین حریف فرستاده می شود.

۱. کمترین - خطوط انتهایی
۲. کمترین - تور
۳. بیشترین - خطوط کناری
۴. بیشترین - تور

۱۵- در مرحله قبل از ضربه نت بک هند، حرکت کلی پا کاملاً شبیه به حرکت کدام یک از ضربات زیر است؟

۱. آندرهند فورهند
۲. آندرهند بک هند
۳. دراپ فورهند
۴. دراپ بک هند

۱۶- موارد استفاده از دفاع تیز همان موارد استفاده از..... است.

۱. درایو
۲. نت
۳. آندرهند
۴. سرویس کوتاه

۱۷- کدام ضربه با صد در صد قدرت از پهلوی بدن، روی توپ هایی که بدون قوس و کاملاً سریع به طرف شما می آید، اجرا می شود؟

۱. اورهد
۲. آندرهند
۳. راش
۴. درایو

۱۸- کدام گزینه از موارد استفاده از ضربه درایو نمی باشد؟

۱. برای بر هم زدن تعادل حریف
۲. زمانی که به دلیل حمله ای بودن حریف نتوانید توپ بلند به زمین او بفرستید.
۳. در بازی های تکنفره بیشتر استفاده می شود.
۴. زمانی که حریف از عکس العمل خوبی برخوردار نیست.

۱۹- در اجرای ضربه پوش، زاویه صفحه راکت با زمین چقدر است؟

۱. ۱۸۰ درجه
۲. بسته تر از ۱۸۰ درجه
۳. کمتر از ۹۰ درجه
۴. ۹۰ درجه

سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: بدمینتون ۱، بدمینتون ۱-عملی، بدمینتون خواهران

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) (۱۲۱۵۰۱۴ - ، تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۸۸ - ، علوم ورزشی گرایش علوم انسانی ورزش، علوم ورزشی گرایش علوم زیستی ورزش ۱۲۱۵۲۵۰

۲۰- در چه زمانی سرویس از زمین سمت چپ به طور مورب زده می شود؟

۱. در امتیاز زوج و فرد
۲. در امتیازات فرد
۳. در شروع هر گیم در پوئن صفر
۴. در تمام حالات

۲۱- به برنامه ریزی یا استراتژی که بازیکن برای غلبه بر حریف و برنده شدن در یک رالی و نهایتاً در یک بازی طرح و اجرا می نماید، چه گفته می شود؟

۱. تاکتیک
۲. توانمندی تکنیکی
۳. مهارت
۴. توانایی

۲۲- کدام یک از موارد زیر از ارکان اساسی در تشخیص یک بازیکن موفق بدمینتون نیست؟

۱. اصول کار پا
۲. عادت
۳. حمل راکت
۴. زمان بندی

۲۳- کدام گزینه جزء مواردی است که بازیکنان بایستی زمین را تعویض کنند؟

۱. پیش از شروع گیم اول
۲. در بازی های ۱۵ امتیازی به امتیاز ۷ برسند.
۳. چنانچه بازی به ست سوم کشیده شود، پس از ست دوم
۴. در بازی های ۱۱ امتیازی به امتیاز ۵ برسند.

۲۴- سر راکت در ضربه اورهد، پس از ضربه تاکجا ادامه پیدا می کند؟

۱. تا روی شانه موافق
۲. تا بالای سر
۳. تا روی شانه مخالف
۴. تا کنار پای مخالف



@Pnudaneshjo

آخرین اخبار دانشگاه پیام نور

نمونه سوالات پیام نور

در کانال رسمی سایت دانشجوی پیام نور

wWw.Pnudaneshjo.ir

شماره سوال	پاسخ صحیح	وضعیت کلید
۱	ب	عادی
۲	الف	عادی
۳	د	عادی
۴	ب	عادی
۵	الف	عادی
۶	ج	عادی
۷	د	عادی
۸	ج	عادی
۹	د	عادی
۱۰	ب	عادی
۱۱	الف	عادی
۱۲	د	عادی
۱۳	ج	عادی
۱۴	ب	عادی
۱۵	ب	عادی
۱۶	الف	عادی
۱۷	د	عادی
۱۸	ج	wWw.Pnudaneshjo.ir عادی
۱۹	د	عادی
۲۰	ب	عادی
۲۱	الف	عادی
۲۲	ب	عادی
۲۳	ج	عادی
۲۴	د	عادی