

سوالات استخدای: فوتبال 1

۱- اولین مسابقه کاپ فوتبال در کدام یک از کشورهای آسیایی برگزار گردید؟

- ۱. چین
- ۲. هندوستان
- ۳. ایران
- ۴. ژاپن

۲- در کدام المپیک برای اولین بار مسابقات فوتبال صورت گرفت؟

- ۱. 1914
- ۲. 1910
- ۳. 1982
- ۴. 1918

۳- فدراسیون فوتبال ایران رسماً در چه سالی تشکیل شد؟

- ۱. 1313
- ۲. 1320
- ۳. 1327
- ۴. 1352

۴- در هنگام ضربه زدن به توپ فوتبال، چگونگی وضعیت بالاتنه به کدام عامل بستگی دارد؟

- ۱. قد بازیکن
- ۲. سرعت توپ ارسالی
- ۳. ارتفاع توپ ارسالی
- ۴. پست بازیکن

۵- در فوتبال، کدام یک از انواع ضربه، بیشترین کاربرد را دارد؟

- ۱. ضربه به داخل پا
- ۲. ضربه با بغل پا
- ۳. ضربه با روی پا
- ۴. ضربه سر

۶- مهم ترین عامل مورد نظر در ضربه های بغل پا کدام است ؟

- ۱. سرعت توپ
- ۲. دقت توپ
- ۳. قدرت توپ
- ۴. مسافت توپ

۷- کدام یک از ضربات ذیل بیشترین کاربرد را در ضربه دروازه، کرنر، پنالتی و ضربه های آزاد پشت محوطه جریمه دارد؟

- ۱. ضربه با داخل پنجه پا
- ۲. ضربه با بغل پا
- ۳. ضربه با روی پا
- ۴. ضربه با خارج پنجه پا

۸- کدام یک از عبارات ذیل صحیح است؟

- ۱. ضربه با روی پا با کناره داخلی پنجه پا زده می شود.
- ۲. ضربه با روی پا محکم ترین ضربه در فوتبال است.
- ۳. در ضربه با روی پا، دقت مهمترین عامل است.
- ۴. ضربه با روی پا برای مسافت های کوتاه و متوسط به کار می رود.

۹- برای حفظ تعادل هنگام زدن ضربه سر، باید دست ها در چه وضعیتی باشند؟

۱. فوراً به عقب برده می شوند.
۲. فوراً به جلو آورده می شوند.
۳. به سمت بالا حرکت داده می شوند.
۴. بی حرکت هستند

۱۰- کدام عامل به حفظ تعادل و کنترل توپ کمک قابل توجهی می کند؟

۱. دور بودن مرکز ثقل از بدن
۲. کاهش سطح اتکا
۳. انحراف نداشتن مرکز ثقل از سطح اتکا
۴. همه موارد

۱۱- کدام گزینه معمول ترین نوع کنترل در فوتبال بوده و سطح تماس وسیع تری دارد؟

۱. کنترل با کف پا
۲. کنترل با بغل پا
۳. کنترل با روی پا
۴. کنترل با سینه

۱۲- توپهایی که از طرفین می رسند و لازم است دریافت سریع همراه باچرخش داشته باشند چگونه کنترل می شوند؟

۱. کنترل با کف پا
۲. کنترل با بغل پا
۳. کنترل با روی پا
۴. کنترل با بیرون پا

۱۳- به منظور عکس العمل های دفاعی و توپهای غیر منتظره از کدام نوع کنترل استفاده می شود؟

۱. کنترل با سینه
۲. کنترل با ناحیه شکم
۳. کنترل با سر
۴. کنترل با روی ران

۱۴- کدام مهارت با شرایط بدنی، هماهنگی اعصاب، عضلات و چابکی درارتباط مستقیم می باشد؟

۱. ضربه
۲. دریبل
۳. کنترل
۴. حفظ توپ

۱۵- کدام عامل در تغییر سرعت بازیکنان با توپ مهم تر است؟

۱. چابکی
۲. شرایط روانی
۳. سرعت
۴. قدرت بدنی

۱۶- اصطلاح (دریبل کشویی) به چه معناست؟

۱. فریب مدافع با متوقف کردن توپ با کف پا
۲. فریب دادن مدافع با جابجایی بدن
۳. فریب دادن مدافع توسط حرکت لوکوموتیوی
۴. فریب دادن مدافع بوسیله شوت کاذب

۱۷- مهم ترین عامل در اجرای تکل مناسب چیست؟

۱. تعادل
۲. سرعت عمل
۳. قدرت
۴. پیش بینی زمان دقیق

۱۸- در کدام نوع تکل، مدافع به بازیکن نزدیک شده و با بغل یا قسمت خارجی پا توپ را از مدافع می گیرد؟

۱. تکل کمینی
۲. تکل از روبرو
۳. تکل سرخوردنی
۴. تکل از پشت

۱۹- کدام عبارت نادرست است؟

۱. تنه زدن دارای انواع مختلفی است.
۲. تنه زدن از پهلو موثرترین روش برای تصاحب توپ است.
۳. به کار بردن آرنج در تنه زدن اشکال ندارد.
۴. تنه زدن با سینه، در درگیری هوایی انجام می شود.

۲۰- مهم ترین وظیفه دروازه بان چیست ؟

۱. مهارت های تدافعی
۲. مهارت های تهاجمی
۳. ضربه شروع بازی از دروازه
۴. مدیریت بازیکنان

۲۱- هنگامی که توپ در $1/3$ میانی زمین است محل استقرار دروازه بان کجاست ؟

۱. روی خط دروازه
۲. ۵ تا ۱۰ متری خط گل
۳. روی نقطه پنالتی
۴. روی خط ۱۸ قدم

۲۲- سرعت زیاد و زاویه کم، نسبت به سطح زمین ویژگی کدام ضربه است ؟

۱. ضربه دراپ
۲. ضربه کاشته
۳. ضربه والی
۴. ضربه پینالتی

۲۳- کدامیک از گزینه ها از تاکتیک های دفاعی در پرتاب اوت نیست ؟

۱. یارگیری من تو من
۲. حفظ منطقه دفاعی
۳. پوشش پرتاب کننده
۴. آمادگی جسمانی

۲۴- در صورتی که بازیکن توپ را مستقیماً از بدست آورد آفساید محسوب می شود؟

۱. ضربه کرنر
۲. پرتاب اوت
۳. ضربه دروازه
۴. ضربه کاشته

۲۵- کدامیک از خطاهای ذیل موجب جریمه و ضربه آزاد غیرمستقیم می شود ؟

۱. پریدن روی حریف
۲. گرفتن حریف با دست
۳. سد کردن حریف و بازی نکردن با توپ
۴. هل دادن حریف

۲۶- کدام یک از خطاهای زیر موجب دریافت اخطار و یک ضربه آزاد غیرمستقیم خواهد شد؟

۱. تنه زدن شدید و خطرناک
۲. هل دادن حریف
۳. بازی خطرناک
۴. نپسندیدن تصمیمات داوری

۲۷- کدام گزینه از جمله تاکتیک های اساسی دفاعی در هنگام پرتاب اوت توسط تیم مقابل محسوب می شود؟

۱. یارگیری من تو من
۲. تعقیب پرتاب کننده
۳. پوشش منطقه 18 قدم
۴. تشکیل دیوار دفاعی

۲۸- مهمترین ویژگی فیزیکی دروازه بان چیست؟

۱. خونسردی
۲. قد بلند
۳. قدرت بدنی
۴. چابکی

۲۹- در انجام موثر تکل کدام یک از موارد زیر مهم است؟

۱. تکل از پشت انجام شود
۲. در هنگام حرکت بلافاصله باید اقدام به تکل کرد
۳. با کاهش تسلط مهاجم بر توپ باید تکل انجام شود
۴. مهمترین عامل سرعت اجرای تکل است

شماره سوال	پاسخ صحیح
1	ب
2	الف
3	ج
4	ج
5	ب
6	ب
7	الف
8	ب
9	الف
10	ج
11	ب
12	د
13	ب
14	ب
15	الف
16	الف
17	د
18	الف
19	ج
20	الف
21	ب
22	الف
23	د
24	د
25	ج
26	د
27	الف
28	ب
29	ج

۱- در چه سالی فوتبال رسماً به صورت ورزش کنونی در آمد؟

۱. 1923 ۲. 1823 ۳. 1932 ۴. 1832

۲- اولین دوره مسابقات فوتبال ایران در چه دوره ای و تحت کدام نام برگزار شد؟

۱. 1361 - تخت جمشید ۲. 1315 - تخت جمشید
۳. 1341 - تخت جمشید ۴. 1351 - تخت جمشید

۳- کاربردی ترین ضربه در فوتبال کدام است؟

۱. کف پا ۲. روی پا ۳. بغل پا ۴. بیرون پنجه پا

۴- کدام ضربه بیشتر توسط فوتبالیست های حرفه ای انجام می شود؟

۱. خارج پنجه پا ۲. روی پا ۳. بغل پا ۴. کف پا

۵- بستن چشمها هنگام ضربه ی سر از ویژگیهای کدام ورزشکاران می باشد؟

۱. حرفه ای ۲. مبتدی ۳. نخبه ۴. نیمه حرفه ای

۶- در مورد کنترل توپ، کدام گزینه صحیح می باشد؟

۱. جهت دار بودن فرد نسبت به مسیر توپ ۲. تمرکز اصلی بر توپ و عدم توجه به بازی
۳. نزدیک کردن سطح تماس به توپ ۴. منقبض نمودن عضله کنترل کننده

۷- در کدام نوع از کنترل، فرد کنترل کننده ی توپ حتماً می بایست در مسیر حرکت توپ باشد؟

۱. کنترل با قسمت بیرونی پنجه ۲. کنترل با کف پا
۳. کنترل با قسمت درونی پنجه ۴. کنترل با روی ران

۸- در دربیبل معمولاً کدام بازیکن از مهارت بالاتری برخوردار می باشد؟

۱. دفاع بلند قد ۲. هافبک بلند قد ۳. فوروارد کوتاه قد ۴. فوروارد بلند قد

۹- هدایت توپ با پای مخالف با توجه به سمتی که حریف در آن قرار دارد از ویژگی-های کدام نوع فریب می باشد؟

۱. فریب با شوت کاذب ۲. فریب با جابجایی بدن
۳. فریب با عبور از روی توپ ۴. فریب با حرکت لوکوموتیو

۱۰- کدام مورد در ارتباط با بازیکن مدافع صحیح می باشد؟

۱. اگر مهاجم از سرعت کمتری برخوردار باشد، مدافع کمی از او فاصله بگیرد.
۲. اگر مهاجم از سرعت بیشتری برخوردار باشد، مدافع کمی از او فاصله بگیرد.
۳. اگر مهاجم از مهارت کمتری در دریبل برخوردار باشد، مدافع به او نزدیک شود.
۴. اگر مهاجم از مهارت قابل توجهی در دریبل برخوردار باشد، مدافع کمی از او فاصله بگیرد.

۱۱- در فوتبال بیشترین درگیری مدافع با مهاجم از کدام طریق می باشد؟

۱. تکل تکمیلی
۲. تکل از روبرو
۳. تکل سر خوردنی
۴. تکل از پشت

۱۲- کدام بازیکن در بهترین و مهمترین نقطه زمین قرار می گیرد؟

۱. دروازه بان
۲. بازیکن حمله
۳. بازیکن دفاع
۴. بازیکنان خط میانی

۱۳- در ارسال توپ به مسافتهای کوتاه، دروازه بانها از کدام روش بهره می برند؟

۱. پرتاب توپ زمینی
۲. ضربه کاشته
۳. پرتاب توپ از بالای سر
۴. پرتاب توپ مسافتی

۱۴- سرعت زیاد و زاویه کم نسبت به زمین از ویژگیهای کدام ضربه می باشد؟

۱. والی
۲. دراپ
۳. روی پا
۴. کاشته

۱۵- ضربات مکرر به توپهای سنگین در نوجوانان احتمال بروز کدام ناراحتی را به همراه دارد؟

۱. شکستگی استخوان
۲. درد ستون فقرات
۳. کوفتگی عضلانی
۴. سرگیجه

۱۶- کدام گزینه صحیح می باشد؟

۱. شعاع نقطه کرنر 71 سانتیمتر می باشد.
۲. فاصله نقطه پنالتی تا خط دروازه 18 متر می باشد.
۳. عرض و ارتفاع دروازه فوتبال به ترتیب $\frac{7}{32}$ و $\frac{2}{44}$ متر می باشد.
۴. وزن توپ فوتبال بین 453 تا 596 گرم می باشد.

۱۷- کدام خطا، جریمه ی ضربه ی آزاد غیر مستقیم را دارد؟

۱. هل دادن حریف
۲. رفتار ناشایست
۳. پشت پا زدن
۴. گرفتن حریف

۱۸- حداقل فاصله مدافع در ضربه کرنر از توپ چند متر می باشد؟

۱. ۱۰ متر و ۱۵ سانتی متر
۲. ۱۱ متر
۳. ۹ متر و ۱۵ سانتی متر
۴. ۹ متر و ۵۰ سانتی متر

۱۹- دروازه بان-ها در مهار شوت-های سنگین زمینی و همچنین زمین-های ناهموار از کدام روش بهره می برند؟

۱. مهار با خم نمودن زانو
۲. مهار در ارتفاع سینه
۳. مهار در ارتفاع کمر
۴. مهار بدون خم کردن زانو

۲۰- موثرترین روش در تصاحب توپ توسط بازیکنان فوتبال کدام است؟

۱. شانه به شانه
۲. تکل از پشت
۳. تکل کمینی
۴. قطع کردن توپ

۲۱- مدافعین در برابر شوت کاذب، معمولاً کدام حرکت را انجام می دهند؟

۱. دویدن
۲. برگشت به عقب
۳. پرش
۴. سر خوردن

۲۲- در کدام کنترل معمولاً سطح تماس کمتری وجود دارد؟

۱. روی پا
۲. بغل پا
۳. روی ران
۴. سینه

۲۳- در ضربه سر، چه عاملی می تواند در قدرتی تر بودن ضربه نقش داشته باشد؟

۱. پرش قوی با پای برتر
۲. انقباض عضلات دو قلو و نعلی
۳. انقباض عضلات گردن و کمر بند شانه
۴. پرش قویتر با هر دو پا

۲۴- ابعاد استاندارد زمین فوتبال در مسابقات بین المللی، حداکثر چند در چند متر، می باشد؟

۱. ۸۵×۶۴
۲. ۹۰×۴۵
۳. ۱۱۰×۷۵
۴. ۱۱۰×۹۰

شماره سوال	پاسخ صحیح
1	ب
2	د
3	ج
4	الف
5	ب
6	ج
7	د
8	ج
9	د
10	ب
11	ب
12	الف
13	الف
14	ب
15	ج
16	ج
17	ب
18	ج
19	الف
20	الف
21	ج
22	الف
23	ج
24	ج

۱- اولین برگزار کننده مسابقه کاپ آسیا در فوتبال، کدام کشور بود؟

۱. چین ۲. ژاپن ۳. هند ۴. سنگاپور

۲- اولین مسابقات سراسری فوتبال در ایران با حضور چند تیم برگزار شد؟

۱. 12 ۲. 14 ۳. 16 ۴. 18

۳- وضعیت بالاتنه در هنگام ضربه به چه کدام عامل بستگی دارد؟

۱. قد بازیکن ۲. ارتفاع توپ
۳. وضعیت بازیکن حریف ۴. چرخش توپ

۴- در ضربه بغل پا برای توپ های زمینی، پای ضربه زننده از ناحیه مفصل ران و نیز مفصل مچ پا به چرخش پیدا می کند، به طوری که تقریباً با پای تکیه زاویه حدودا درجه می سازد.

۱. داخل - 120 ۲. داخل - 90 ۳. خارج - 120 ۴. خارج - 90

۵- بهترین ارتفاع برای زدن ضربه با روی پا در توپ های هوایی و مستقیم کدام ناحیه می باشد؟

۱. ناحیه سینه ۲. حدود لگن ۳. حدود زانو ۴. حدود مچ پا

۶- بازیکنان راست پا، برای ضربه زدن با بیرون پنجه ی پا، از کدام طرف به توپ نزدیک می شوند و وضعیت بالاتنه هنگام ضربه چگونه است؟

۱. از طرف راست و بالاتنه به جلو متمایل است.
۲. از طرف راست و بالاتنه به عقب متمایل است.
۳. از طرف چپ و بالاتنه به جلو متمایل است.
۴. از طرف چپ و بالاتنه به عقب متمایل است.

۷- کدام گزینه در نکات کلی زیر جهت ضربه سر، نادرست می باشد؟

۱. فقط با قسمت استخوانی و مسطح پیشانی باید به توپ ضربه زد.
۲. چشم ها باید در لحظه تماس به توپ بسته باشند.
۳. دست ها هنگام ضربه برای حفظ تعادل فوراً به عقب برده می شوند.
۴. با عقب بردن و سپس جلوآوردن سریع بدن باید به استقبال توپ رفت و به آن ضربه زد.

۸- با کدام قسمت بدن کنترل توپ دارای بیشترین مشکل می باشد؟

۱. سطح رویی ران ۲. بغل پا ۳. سینه ۴. سر

۹- در کنترل با بیرون پا، محل تماس توپ کجاست؟

۱. بخش بیرون و قسمتی از روی پا در روی قوزک داخلی
۲. بخش بیرون و قسمتی از روی پا در زیر قوزک داخلی
۳. بخش بیرون و قسمتی از روی پا در روی قوزک خارجی
۴. بخش بیرون و قسمتی از روی پا در زیر قوزک خارجی

۱۰- در کنترل توپ با روی پا، وضعیت پای کنترل به چه صورت می باشد؟

۱. پا از زانو خم و پنجه آن مقداری متمایل به پایین می شود به طوری که زاویه بین پنجه پا و ساق بیش از 90 درجه می شود.
۲. پا از زانو خم و پنجه آن مقداری متمایل به بالا می شود به طوری که زاویه بین پنجه پا و ساق کمتر از 90 درجه می شود.
۳. پا صاف و جهت پنجه آن به طرف بالا است به طوری که زاویه بین پنجه پا و ساق 90 درجه می شود.
۴. پا صاف و جهت پنجه آن به طرف بالا است به طوری که زاویه بین پنجه پا و ساق کمتر از 90 درجه می شود.

۱۱- در کنترل با شکم، عضلات ناحیه شکمی و تنه چگونه عمل می کنند؟

۱. عضلات ناحیه شکمی شل (منبسط) شده و بالاتنه کاملاً راست نگه داشته می شود.
۲. عضلات ناحیه شکمی شل (منبسط) شده و بالاتنه مقداری به جلو خم می شود.
۳. عضلات ناحیه شکمی منقبض شده و بالاتنه کاملاً راست نگه داشته می شود.
۴. عضلات ناحیه شکمی منقبض شده و بالاتنه مقداری به جلو خم می شود.

۱۲- کدام گزینه در مورد کنترل توپ با سر در حالت ایستاده صحیح است؟

۱. یکی از پاها خم می شود و دستها برای تعادل به طرف عقب می روند.
۲. هر دو پا خم می شود و دستها برای تعادل به طرف عقب می روند.
۳. یکی از پاها خم می شود و دستها برای تعادل به طرف جلو می روند.
۴. هر دو پا خم می شود و دستها برای تعادل به طرف جلو می روند.

۱۳- هنگام دریبل زدن و توانایی در تغییر سرعت، جهت توپ و جهت تسریع در حرکت با توپ، بالاتنه را به می آورند و گام ها را می کنند.

۱. عقب - کوتاه تر
۲. عقب - بلندتر
۳. جلو - کوتاه تر
۴. جلو - بلندتر

۱۴- دریبل کشویی به کدام گزینه اشاره دارد؟

۱. فریب حریف با استفاده از جابجایی بدن
۲. فریب مدافع با متوقف کردن توپ با کف پا
۳. فریب حریف توسط حرکت لوکوموتیوی
۴. فریب به وسیله شوت کاذب

۱۵- واکنش حریف در برابر کدام گزینه معمولاً عمل پرش است؟

۱. فریب حریف با استفاده از جابجایی بدن
۲. فریب مدافع با متوقف کردن توپ با کف پا
۳. فریب حریف توسط حرکت لوکوموتیوی
۴. فریب به وسیله شوت کاذب

۱۶- کدام گزینه در مورد دفاع از حریف بدون توپ نادرست می باشد؟

۱. اگر مهاجم از سرعت بیشتری برخوردار است بهتر است مدافع از او کمی فاصله بگیرد.
۲. اگر مهاجم از مهارت قابل ملاحظه ای در دریبل کردن برخوردار باشد باید نسبت به او نزدیک تر باشد.
۳. هر اندازه حریف به دروازه نزدیک تر باشد، فاصله دفاع با او به طور متناسب کمتر است.
۴. بهتر است از سر به منظور خنثی کردن حرکت حریف در فضا استفاده کرد.

۱۷- متداول ترین و موثرترین روش برای تصاحب توپ کدام مورد می باشد؟

۱. تکل از رو به رو
۲. تکل سرخوردنی
۳. تکل زمینی
۴. تنه زدن یا درگیری شانه به شانه

۱۸- کدام گزینه نمی تواند جزء تکنیک های تدافعی یک دروازه بان فوتبال باشد؟

۱. ضربه دراپ
۲. شیرجه رفتن
۳. مهار توپ های هوایی
۴. روش ایستادن صحیح

۱۹- در شیرجه برای توپ های در ارتفاع کمر، هنگام فرود ابتدا کدام گزینه زیر با زمین تماس پیدا می کند؟

۱. ساعد
۲. بالاتنه
۳. توپ
۴. پاها

۲۰- هنگامی که توپ در یک سوم زمین حریف قرار دارد، دروازه بان فوتبال در کجا جاگیری می نماید؟

۱. روی خطی که از وسط دروازه به طرف توپ کشیده می شود، به فاصله ۵ تا ۱۰ متری خط گل قرار گیرد.
۲. روی خطی که از مرکز دروازه به طرف توپ کشیده می شود بین نقطه پنالتی تا خط هیجده قدم قرار گیرد.
۳. روی خط دروازه می ایستد.
۴. روی نقطه پنالتی می ایستد.

۲۱- دروازه بانان فوتبال برای پرتاب بیشتر توپ با دست از کدام تکنیک استفاده می کنند؟

۱. پرتاب توپ زمینی
۲. پرتاب توپ به روش نیزه
۳. پرتاب توپ از بالای سر
۴. پرتاب توپ با دو دست

شماره سوال	پاسخ صحیح
1	ج
2	الف
3	ب
4	د
5	ج
6	ب
7	ب
8	د
9	د
10	الف
11	د
12	د
13	د
14	ب
15	د
16	د
17	د
18	الف
19	ج
20	ب
21	ج

۱- نام لیگ فوتبال کدام کشور بازی قدیمی آن کشور است که به فوتبال امروزی شباهت دارد؟

۱. فرانسه ۲. انگلستان ۳. ایتالیا ۴. اسپانیا

۲- هنگام ضربه زدن به توپ کدام مفصل معمولاً ثابت است؟

۱. ران ۲. زانو ۳. مچ پا ۴. شانه

۳- وضعیت بالا تنه در ضربه به توپهای زمینی و توپهای در ارتفاع زانو به ترتیب چگونه است؟

۱. متمایل به جلو-متمایل به جلو ۲. متمایل به جلو-متمایل به عقب
۳. متمایل به عقب-متمایل به عقب ۴. متمایل به عقب-متمایل به جلو

۴- در کدام ضربه بدن به سمت مسیر رسیدن توپ می‌چرخد؟

۱. ضربه با روی پا ۲. ضربه با روی پا به توپ زمینی
۳. ضربه با روی پا به توپ هوایی و مستقیم ۴. ضربه با روی پا به توپ هوایی که از طرفین می‌رسد

۵- کدام خطا در هنگام ضربه زدن با روی پا در افراد مبتدی وجود دارد؟

۱. خم نکردن کامل زانو ۲. باز نکردن کامل زانو
۳. خم نکردن کامل مچ پا ۴. باز نکردن کامل مچ پا

۶- زدن کدام ضربات به ترتیب راحت‌تر و سخت‌تر از سایر ضربات هستند؟

۱. داخل پنجه-روی پا به توپ زمینی ۲. داخل پنجه-خارج پنجه
۳. خارج پنجه-روی پا به توپ زمینی ۴. روی پا به توپ زمینی-خارج پنجه

۷- بازیکنان کدام کشور استاد ضربه سر با ارسال توپ از اطراف و ارسال عمقی توپ هستند؟

۱. ایتالیا ۲. دانمارک ۳. انگلستان ۴. اسپانیا

۸- در کنترل‌ها حرکت بخشی از بدن که می‌خواهد توپ را کنترل کند چگونه است؟

۱. از ابتدا با سرعت توپ به عقب کشیده می‌شود.
۲. ابتدا به استقبال توپ می‌رود و پس از برخورد با توپ با سرعت توپ به عقب کشیده می‌شود.
۳. ابتدا به استقبال توپ می‌رود و پس از برخورد با توپ با سرعت نزدیک به سرعت توپ به عقب کشیده می‌شود.
۴. از ابتدا با سرعت نزدیک به سرعت توپ به عقب کشیده می‌شود.

۹- توپی که به صورت مستقیم در حدود ارتفاع سینه در حال حرکت است با کدام تکنیک کنترل می‌شود؟

۱. با سینه بدون استفاده از زمین
۲. با سینه با استفاده از زمین
۳. با شکم
۴. با سر یا سینه

۱۰- کدام بازیکن در دریبل موفق‌تر است؟

۱. بازیکن دارای شاخص توده بدنی کم
۲. بازیکن دارای شاخص توده بدنی زیاد
۳. بازیکن دارای مرکز ثقل پایین
۴. بازیکن دارای مرکز ثقل بالا

۱۱- در هنگام دریبل زدن واکنش بازیکن حریف به شوت کاذب معمولاً چه حرکتی است؟

۱. حرکت به سمت پایی که شوت فریب را اجرا می‌کند
۲. حرکت به سمت مخالف پایی که شوت فریب را اجرا می‌کند
۳. پرش
۴. چرخش

۱۲- تکل چیست؟

۱. سر خوردن بر روی زمین برای ایجاد اختلال در حرکت حریف
۲. درگیری برای جدا کردن توپ از پای حریف
۳. سر خوردن بر روی زمین برای جدا کردن توپ از پای حریف
۴. قطع کردن مسیر حرکت توپ با دو یا یک پا بر روی زمین

۱۳- به چه دلیل بهترین مکان برای تمرین دروازه‌بان زیر تور دروازه است؟

۱. برای آشنایی بیشتر دروازه‌بان با محیط دروازه
۲. برای تمرین در فضای مناسب بدون ناهمواری
۳. برای تمرین در حضور نور مقابل
۴. هر سه گزینه

۱۴- برای مهار کدام توپ دروازه‌بان زانوی خود را خم می‌کند؟

۱. توپ زمینی
۲. توپ زمینی در زمین نامناسب
۳. توپ زمینی با شدت کم
۴. توپ در ارتفاع کم

۱۵- چند نوع شیرجه با توجه به نوع توپ ارسالی وجود دارد؟

۱. 2 ۲. 3 ۳. 4 ۴. 5

۱۶- در کدام حالت دروازه‌بان از مشت کردن توپ استفاده می‌کند؟

۱. توپ در درون محوطه دروازه باشد
۲. ارتفاع توپ خیلی زیاد باشد
۳. بازیکنان زیادی در محوطه جریمه باشند
۴. بازیکن خودی پشت محوطه جریمه باشد

۱۷- مهارت خروج دروازه بان از دروازه و حرکت او به سمت حریف چه نام دارد؟

۱. تنگ کردن زاویه مهاجم
۲. مقابله تک به تک
۳. دفاع خارج از دروازه
۴. دفاع حمله‌ای

۱۸- در موقع پرتاب اوت پاها باید چه وضعیتی داشته باشند؟

۱. پشت خط و جفت باشند
۲. روی خط و جفت باشند
۳. پشت یا روی خط و جفت باشند
۴. شت یا روی خط و و در تماس با زمین باشند

۱۹- برای حفظ توپ در فضا استفاده از کدام بخش‌های بدن مجاز است؟

۱. پاها و سر
۲. پاها و تنه
۳. قسمت‌های مختلف بدن
۴. پاها، سر و قسمت جلویی تنه

۲۰- حداکثر قطر توپ فوتبال چند سانتی‌متر است؟

۱. 63 سانتی‌متر ۲. 68 سانتی‌متر ۳. 71 سانتی‌متر ۴. 74 سانتی‌متر

۲۱- در کدام ویژگی کفش‌های فوتبال محدودیت وجود دارد؟

۱. رنگ ۲. نوع چرم ۳. قطر استوک ۴. تعداد استوک

۲۲- برنده قرعه کشی شروع بازی کدام گزینه را انتخاب می‌کند؟

۱. توپ
۲. زمین
۳. توپ یا زمین
۴. نوبت بازیکنی تصویر خطا

۲۳- اگر بازیکن در وضعیت آفساید قرار داشته باشد دریافت توپ با کدام ضربه منجر به آفساید می‌شود؟

۱. ضربه کرنر ۲. اوت دستی ۳. ضربه دروازه‌بان ۴. ضربه کاشته خطا

شماره سوال	پاسخ صحیح
1	ج
2	ج
3	الف
4	د
5	د
6	ب
7	ج
8	ج
9	ب
10	ج
11	ج
12	ب
13	الف، ب، ج، د
14	ب
15	ب
16	ب
17	الف
18	د
19	الف، ب، ج، د
20	ج
21	ج
22	ج
23	د

۱- اولین کشوری که در آسیا فوتبال را پذیرفت کدام است؟

۱. چین
۲. کره جنوبی
۳. هند
۴. سنگاپور

۲- اینکه درک مسیر، وضعیت، سرعت، زاویه مناسب و جاگیری سایر بازیکنان باید در ضربه مورد توجه قرار گیرد، مربوط به کدام گزینه زیر می باشد؟

۱. موقعیت بازی و وضعیت توپ
۲. استقرار در مسیر حرکت توپ
۳. انتخاب سطح تماس
۴. ارسال توپ به هدف

۳- در توپ هایی که به شکل «موزی» زده می شوند، به کدام قسمت توپ ضربه وارد می شود؟

۱. زیر مرکز ثقل توپ
۲. به بالای مرکز ثقل توپ
۳. به طرفین مرکز ثقل توپ
۴. به مرکز ثقل توپ

۴- ضربه بغل پا تا پاس های چند متری کاربرد دارد؟

۱. ۵
۲. ۱۰
۳. ۱۵
۴. ۲۰

۵- در روش ضربه به توپ های زمینی با بغل پا، کدام گزینه صحیح می باشد؟

۱. پای ضربه زننده از ناحیه مفصل ران و مفصل مچ پا به داخل چرخش پیدا می کند.
۲. پای ضربه زننده تقریباً با پای تکیه، زاویه ای حدود ۹۰ درجه می سازد.
۳. هنگام ضربه، مچ پای ضربه زننده و بخشی از کف پا رو به داخل است.
۴. بالاتنه هنگام ضربه کمی به عقب متمایل است.

۶- محل اصلی ضربه با داخل پنجه پا کجاست؟

۱. بند اول انگشتان پا
۲. برآمدگی مفصل انگشت شست با استخوان کف پای
۳. قوزک داخلی
۴. فاصله بین قوزک داخلی و اولین استخوان کف پای

۷- محکم ترین ضربه در فوتبال کدام است؟

۱. ضربه با داخل پنجه پا
۲. ضربه با روی پا
۳. ضربه بغل پا
۴. ضربه با خارج پنجه پا

۸- ضربه به صورت برگردان چگونه زده می شود؟

۱. بغل پا
۲. روی پا
۳. خارج پنجه پا
۴. داخل پنجه پا

۹- بهترین ارتفاع برای زدن توپ های هوایی و مستقیم با روی پا کجاست؟

۱. حدود مچ پا
۲. حدود زانو
۳. حدود لگن
۴. حدود سینه

۱۰- در ضربه با خارج پنجه پا برای فرد راست پا، فرد باید از کدام طرف به توپ نزدیک شود و به کجای آن ضربه وارد کند؟

۱. از طرف راست نزدیک شده و به کنار مرکز ثقل توپ ضربه وارد می شود.

۲. از طرف چپ نزدیک شده و به بالای مرکز ثقل توپ ضربه وارد می شود.

۳. از طرف راست نزدیک شده و به پایین مرکز ثقل توپ ضربه وارد می شود.

۴. از طرف چپ نزدیک شده و به کنار مرکز ثقل توپ ضربه وارد می شود.

۱۱- استاد مسلم بازی با سر بدون شک هستند.

۱. آلمان ها

۲. انگلیسی ها

۳. ایتالیایی ها

۴. برزیلی ها

۱۲- کدام گزینه به حفظ تعادل و کنترل توپ کمک می کند؟

۱. نزدیکی مرکز ثقل بدن به زمین

۲. کاستن سطح اتکا

۳. انحراف مرکز ثقل از سطح اتکا

۴. نداشتن سطح اتکا

۱۳- کدام گزینه در مورد کنترل توپ های زمینی صحیح نمی باشد؟

۱. زانوی پای کنترل کننده در لحظه عمل به جلو خم می شود تا وزن بدن را تحمل کند.

۲. پنجه پای کنترل کننده کمی بالا است.

۳. پس از تماس با توپ بالا تنه کمی به جلو متمایل می شود.

۴. محل تماس توپ قسمت زیر پنجه تقریباً انتهای قسمت برآمدگی تا حدود قوس طولی کف پا است.

۱۴- معمول ترین نوع کنترل در فوتبال است؟

۱. کنترل با روی پا

۲. کنترل با کف پا

۳. کنترل با بیرون پا

۴. کنترل با بغل پا

۱۵- کدام قسمت از پا در کنترل توپ های بلند و قوس دار، پشت توپ قرار داده می شود؟

۱. گودی پا

۲. قوزک پا

۳. گودی و بخشی از قوزک پا

۴. انگشتان پا

۱۶- در کنترل با بیرون پا برای توپ های زمینی، زانوی پای کنترل کننده است و در حالی که مفصل ران به

..... متمایل شده است مج پا به گردش می کند.

۱. صاف - خارج - داخل

۲. صاف - داخل - خارج

۳. خم - خارج - داخل

۴. خم - داخل - خارج

۱۷- در کنترل با روی پا، زاویه مفصل ران با تنه حدود چند درجه است؟

۱. ۶۰

۲. ۹۰

۳. ۱۲۰

۴. ۱۵۰

۱۸- توپ هایی که در ارتفاع کمر و بالاتر به موازات زمین یا به صورت قوس دار به بازیکن می رسند، با کدام قسمت کنترل می شوند؟

۱. با روی پا ۲. با روی ران ۳. با بغل پا ۴. با بیرون پا

۱۹- کنترل توپ با سینه و با استفاده از زمین در چه مواقعی انجام می شود؟

۱. وقتی توپ به صورت قوسی و در ارتفاع سر به بازیکن می رسد.
۲. وقتی توپ به صورت قوسی و در ارتفاع سینه به بازیکن می رسد.
۳. وقتی توپ به صورت مستقیم و در ارتفاع سر به بازیکن می رسد.
۴. وقتی توپ به صورت مستقیم و در ارتفاع سینه به بازیکن می رسد.

۲۰- برای هدایت توپ و تغییر سرعت و جهت، از کدام قسمت پا استفاده می شود؟

۱. روی پا ۲. داخل پنجه پا ۳. خارج پنجه پا ۴. داخل و خارج پنجه پا

۲۱- در کدام نوع فریب بازیکن پای خود را به حرکت پس و پیش به جلو و عقب می برد و سپس به حرکت خود با توپ ادامه می دهد؟

۱. فریب با استفاده از جابجایی بدن ۲. با متوقف کردن توپ با کف پا
۳. حرکت لوکوموتیوی ۴. با عبور از روی توپ

۲۲- اساس اجرای کدام مهارت در دریبل زدن، بر هم زدن تعادل حریف است؟

۱. توانایی در کنترل نزدیک توپ ۲. توانایی در پوشش توپ
۳. توانایی در فریب یار مقابل ۴. توانایی در حرکت سریع با توپ

۲۳- ارتفاع دروازه فوتبال چند متر است؟

۱. ۲/۳۲ ۲. ۲/۴۴ ۳. ۲/۵۴ ۴. ۲/۷۰

۲۴- هر تیم فوتبال حداقل با نفر می تواند بازی را شروع کند.

۱. ۶ ۲. ۷ ۳. ۸ ۴. ۹

نمبر رد سواب	ياشيخ صحيح
١	ج
٢	الف
٣	ج
٤	ج
٥	ب
٦	ب
٧	ب
٨	ب
٩	ب
١٠	الف
١١	ب
١٢	الف
١٣	الف
١٤	د
١٥	ج
١٦	ج
١٧	ب
١٨	ب
١٩	د
٢٠	د
٢١	ج
٢٢	ج
٢٣	ب
٢٤	ج

۱- اولین کشوری در آسیا که فوتبال را پذیرفت، کدام است؟

۱. کره جنوبی ۲. سنگاپور ۳. هندوستان ۴. ایران

۲- وضعیت بالاتنه در ضربه زدن به توپ، بستگی به چه عاملی دارد؟

۱. جنس توپ ۲. جنس سطح زمین بازی
۳. طول قد بازیکن ۴. ارتفاع توپ ارسالی

۳- کدام گزینه صحیح می باشد؟

۱. برای ارسال توپ به مسافت های کوتاه و زمینی، پای تکیه در کنار و نزدیک توپ قرار می گیرد.
۲. برای ارسال توپ به مسافت های بلند و قوس دار، پای تکیه در کنار و نزدیک توپ قرار می گیرد.
۳. برای ارسال توپ به مسافت های کوتاه و زمینی، پای تکیه با مقداری فاصله در پشت توپ قرار می گیرد.
۴. برای ارسال توپ به مسافت های بلند و قوس دار، پای تکیه در جلوی توپ قرار می گیرد.

۴- بغل پا حد فاصل کدام ناحیه از پا است؟

۱. بند اول انگشت شست تا وسط پا ۲. بند دوم انگشت شست تا وسط پا
۳. بند اول انگشت شست تا قوزک و پاشنه پا ۴. بند دوم انگشت شست تا قوزک و پاشنه پا

۵- در ضربه با داخل پنجه پا، پای تکیه کجا قرار گرفته و بازیکن راست پا از کدام سمت به توپ نزدیک می شود؟

۱. پای تکیه در فاصله حدود 10 سانتی متر در کنار توپ و بازیکن از سمت راست به توپ نزدیک می شود.
۲. پای تکیه در فاصله حدود 10 سانتی متر در پشت و کنار توپ و بازیکن از سمت راست به توپ نزدیک می شود.
۳. پای تکیه در فاصله حدود 20 سانتی متر در کنار توپ و بازیکن از سمت چپ به توپ نزدیک می شود.
۴. پای تکیه در فاصله حدود 20 سانتی متر در پشت و کنار توپ و بازیکن از سمت چپ به توپ نزدیک می شود.

۶- محکم ترین ضربه در فوتبال کدام است؟

۱. با داخل پنجه پا ۲. با بغل پا ۳. با خارج پنجه پا ۴. با روی پا

۷- محل اصلی ضربه با داخل پنجه پا کدام ناحیه است؟

۱. قوزک داخلی پا ۲. داخل و وسط پا
۳. برآمدگی مفصل انگشت شست با استخوان کف پایي ۴. برآمدگی مفصل انگشت شست با استخوان پاشنه

۸- در کدام ضربه فاصله پای تکیه از توپ بیشتر است؟

۱. با داخل پنجه پا
۲. با روی پا
۳. با خارج پنجه پا
۴. با بغل پا

۹- چرا کنترل با بغل پا از دقت و اطمینان بیشتری برخوردار است؟

۱. به دلیل سطح تماس وسیعتر پا با توپ
۲. به دلیل ارتفاع کم توپ دریافتی
۳. به دلیل تسلط اکثر بازیکنان به این نوع کنترل
۴. به دلیل کاربرد در هر نوع شرایطی

۱۰- کنترل با روی پا برای چه توپ هایی کاربرد دارد؟

۱. توپ هایی که در ارتفاع زانو باشند.
۲. توپ هایی که در ارتفاع زانو یا بالاتر از آن باشند.
۳. توپ هایی که در ارتفاع پایین تر از زانو باشند.
۴. توپ هایی که در ارتفاع زانو یا پایین تر از آن باشند.

۱۱- در کنترل با روی ران، زاویه بین پنجه پا و ساق پای کنترل چقدر است؟

۱. بیش از 90 درجه
۲. 90 درجه
۳. حدود 30 درجه
۴. حدود 45 درجه

۱۲- در کدام نوع کنترل، منقبض کردن عضلات ناحیه کنترل کننده کمک بیشتری می کند؟

۱. کنترل با روی ران
۲. کنترل با سینه
۳. کنترل با ناحیه شکم
۴. کنترل با سر

۱۳- کدام فاکتور آمادگی بدنی، عامل مهمی در تغییر سرعت و جهت توپ در بازی می باشد؟

۱. قدرت
۲. چابکی
۳. توان
۴. انعطاف پذیری

۱۴- اساس اجرای توانایی در فریب است.

۱. داشتن استقامت کافی
۲. مهارت در شوت
۳. برهم زدن تعادل حریف
۴. القای اطلاعات درست به مدافع

۱۵- در کدام گزینه مدافع در دفاع از حریف بدون توپ، به حریف نزدیکتر می شود؟

۱. زمانی که مهاجم از سرعت بیشتری برخوردار است.
۲. وقتی مهاجم به دروازه نزدیک است.
۳. وقتی مهاجم در دریبل زدن ضعیف است.
۴. وقتی مهاجم قدرت بدنی زیادی دارد.

۱۶- منظور از، درگیری برای خارج کردن توپ از پای مهاجم است.

۱. حمله
۲. خطا
۳. تکل
۴. دریبل

۱۷- مراحل اجرای تکل از رو به رو، به کدام تکنیک شباهت بیشتری دارد؟

۱. شوت با روی پا
۲. ضربه با خارج پا
۳. ضربه با داخل پنجه پا
۴. ضربه بغل پا

۱۸- بهترین روش برای گرفتن توپ در دفاع از حریف دارای توپ، کدام است؟

۱. تکل کمینی
۲. تکل از رو به رو
۳. تکل سر خوردنی
۴. درگیری شانه به شانه

۱۹- کدام گزینه جزء تکنیک های تدافعی دروازه بان به شمار نمی رود؟

۱. شیوه صحیح ایستادن
۲. پرتاب توپ زمینی
۳. شیرجه رفتن
۴. مشت کردن

۲۰- کدام گزینه پس از فرود در شیرجه برای توپ های در ارتفاع کمر، زودتر با زمین تماس پیدا می کند؟

۱. توپ
۲. ساعد
۳. بالاتنه
۴. پاها

۲۱- در چه حالتی دروازه بان روی خطی که از وسط دروازه به طرف توپ کشیده می شود، به فاصله 5 تا 10 متری خط گل قرار می گیرد؟

۱. زمانی که توپ در یک سوم میانی است.
۲. هنگامیکه توپ در یک سوم زمین حریف است.

۳. وقتی که توپ در یک سوم زمین خودی است.
۴. در زمانی که کرنر ارسال می گردد.

۲۲- کدام تکنیک و پرتاب توپ توسط دروازه بان، شبیه به هوک در بسکتبال یا دیسک در دو و میدانی است؟

۱. پرتاب توپ زمینی
۲. پرتاب توپ به روش نیزه

۳. پرتاب توپ از بالای سر
۴. ضربه دراپ

۲۳- ارتفاع دروازه در فوتبال چقدر است؟

۱. 2 متر و 44 سانتی متر
۲. 2 متر و 53 سانتی متر

۳. 1 متر و 78 سانتی متر
۴. 2 متر

۲۴- حداکثر وزن توپ فوتبال چند گرم است؟

۱. 396
۲. 453
۳. 410
۴. 500

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

۱- بازی «هارپاستوم» در کدام یک از کشورهای زیر انجام می شده است؟

۱. چین ۲. ژاپن ۳. روم ۴. انگلستان

۲- کدام کشور آسیایی اولین کشوری بود که فوتبال را پذیرفت و اولین مسابقه کاپ را برگزار کرد؟

۱. هندوستان ۲. چین ۳. کره ۴. ایران

۳- فدراسیون فوتبال ایران در چه سالی تشکیل شد؟

۱. 1313 ۲. 1327 ۳. 1351 ۴. 1357

۴- کدام گزینه از عوامل تعیین کننده سطح تماس با توپ نیست؟

۱. شرایط بازی ۲. چگونگی موقعیت توپ

۳. وضعیت قرارگیری بازیکن نسبت به توپ ۴. جاگیری سایر بازیکنان

۵- ضربه به کدام قسمت توپ موجب چرخش توپ می شود؟

۱. ضربه به طرفین مرکز ثقل ۲. ضربه به زیر مرکز ثقل

۳. ضربه به طرفین بالای ثقل ۴. ضربه به وسط مرکز ثقل

۶- کدام یک از ضربات زیر بیشترین کاربرد را در فوتبال دارد؟

۱. بغل پا ۲. داخل پنجه پا ۳. خارج پنجه پا ۴. روی پا

۷- مناسب ترین و محکم ترین ضربه جهت دور کردن توپ از محوطه خطر توسط مدافعان، کدام یک از ضربات زیر می باشد؟

۱. ضربه با سر ۲. ضربه با روی پا ۳. ضربه با پشت پا ۴. ضربه با خارج پنجه پا

۸- کدام یک از موارد زیر در مورد ضربه با خارج پا به توپ نادرست است؟

۱. این ضربه برای ارسال توپ های بلند و متوسط به کار می رود.

۲. از این ضربه در پنالتی ها هم می توان استفاده کرد.

۳. یادگیری این ضربه اندکی مشکل تر از سایر ضربه های با پا است.

۴. در هنگام زدن این نوع ضربه مچ پا به خارج چرخش پیدا می کند.

۹- رمز ضربه سر قوی و قدرتمند به توپ چیست؟

۱. انقباض عضلات شکم ۲. انقباض عضلات پشت

۳. انقباض عضلات پا و لگن ۴. انقباض عضلات گردن و کمر بند شانه ای

۱۰- کدام گزینه در ارتباط با کنترل توپ صحیح است؟

۱. نکته مهم در موقع برخورد توپ با سطح تماس، منقبض کردن عضله یا مفاصل مربوط به کنترل ست.
۲. توپ با سطح تماس برخورد نمی کند بلکه این عضو یا سطح تماس است که با توپ برخورد می کند.
۳. انحراف داشتن مرکز ثقل از سطح اتکا به حفظ تعادل و کنترل توپ کمک می کند.
۴. نزدیکی متناسب مرکز ثقل بدن به زمین و افزودن سطح اتکا به حفظ تعادل و کنترل توپ کمک می کند.

۱۱- معمول ترین نوع کنترل در فوتبال چیست؟

۱. کنترل با کف پا
۲. کنترل با بیرون پا
۳. کنترل با روی پا
۴. کنترل با بغل پا

۱۲- غالباً کنترل چه توپ هایی با روی پا مناسب تر است؟

۱. توپ هایی که در ارتفاع زانو یا بالاتر از آن باشد.
۲. توپ هایی که از طرفین به کنار پای کنترل کننده می رسد.
۳. توپ های زمینی که از اطراف یا روبرو می رسد.
۴. توپ های قوس دار، مستقیم یا موربی که در ارتفاع بالاتر از زانو، از دو طرف یا روبرو به سمت بازیکن می رسد.

۱۳- بهترین زمان پرش بازیکن جهت کنترل با سر، چه زمانی است ؟

۱. زمانی که توپ هنوز به او نرسیده است.
۲. زمانی که توپ به او رسیده است.
۳. زمانی که توپ به نقطه اوج خود رسیده است.
۴. زمانی که توپ در حال افت کردن است.

۱۴- کدامیک از فاکتورهای آمادگی جسمانی زیر بیشترین نقش را در تغییر سرعت با توپ دارد؟

۱. قدرت
۲. انعطاف پذیری
۳. چابکی
۴. استقامت

۱۵- در کدامیک از تکنیک های زیر بازیکن سعی می کند قبل از حمله حریف با پای راست گامی سریع به جلو به سمت درون برداشته و با چرخشی 90 درجه یا کمتر وبا بیرون همان پا توپ را به حرکت درآورد؟

۱. فریب با عبور از روی توپ
۲. فریب به وسیله شوت کاذب
۳. فریب حریف توسط حرکت لوکوموتیوی
۴. فریب مدافع با متوقف کردن توپ با کف پا

۱۶- مهمترین عامل در اجرای تکل است.

۱. سرعت حرکت
۲. سرعت گام
۳. قدرت بدنی
۴. پیش بینی زمان دقیق آن

۱۷- تیم با تشکیلات قوی و منظم باید حداقل از چند دروازه بان خوب برخوردار باشد؟

۱. 1 ۲. 2 ۳. 3 ۴. 4

۱۸- چه مکانی را برای تمرین دروازه بان مناسب تر می دانید؟

۱. زمین ناهموار ۲. زیر تور دروازه
۳. زمین زبر و خشن ۴. زمین خیس همراه با گل و لای

۱۹- کدام ضربه هنگامی که اطراف محوطه جریمه تقریباً خلوت است، توسط دروازه بان به توپ زده می شود؟

۱. ضربه کاشته ۲. ضربه دراپ
۳. ضربه با روی پا ۴. پرتاب توپ به روش نیزه

۲۰- طرز قرارگیری و فاصله دروازه بان از خط دروازه زمانی که توپ در یک سوم میانی است، باید چگونه باشد؟

۱. باید روی خطی که از وسط دروازه به طرف توپ کشیده می شود به فاصله 5 تا 10 متری خط گل قرار بگیرد.
۲. روی خط دروازه واقع شود.
۳. روی خطی که از مرکز دروازه به طرف توپ کشیده می شود بین نقطه پنالتی تا هجده قدم قرار بگیرد.
۴. بر روی خط پنالتی قرار بگیرد.

۲۱- کدام گزینه در پرتاب اوت دستی خطا محسوب می شود؟

۱. پرتاب همراه با پرش ۲. خم کردن کمر به سمت عقب
۳. تماس هر دو پا با زمین ۴. دورخیز کردن

۲۲- پهنای خط های زمین بازی فوتبال چند سانتی متر است؟

۱. 10 ۲. 11 ۳. 12 ۴. 13

۲۳- حداقل تعداد افراد تیم جهت شروع بازی چند نفر است؟

۱. 8 ۲. 9 ۳. 10 ۴. 11

۲۴- زمان استراحت هر نیمه مسابقه فوتبال چند دقیقه است؟

۱. 12-16 ۲. 10-15 ۳. 40-45 ۴. 5-10

نمبر رد سوال	ياسخ صحيح
١	ج
٢	الف
٣	ب
٤	د
٥	الف
٦	الف
٧	ب
٨	د
٩	د
١٠	د
١١	د
١٢	الف
١٣	الف
١٤	ج
١٥	الف
١٦	د
١٧	ب
١٨	ب
١٩	ب
٢٠	الف
٢١	الف
٢٢	ج
٢٣	الف
٢٤	ب

۱- در چه سالی فوتبال به صورت ورزش رسمی و امروزی درآمد؟

۱. 1823 ۲. 1863 ۳. 1892 ۴. 1904

۲- در کدام المپیک برای اولین بار فوتبال انجام شد؟

۱. لندن ۲. سنت لوئی ۳. پکن ۴. سیدنی

۳- کدام یک از گزینه های زیر بازیکن را قادر می سازد تا از حداکثر توانایی خود برای ارسال به موقع و دقیق آن به هدف سود ببرد؟

۱. درک موقعیت بازی ۲. استفاده صحیح از پای تکیه
۳. استقرار در مسیر حرکت توپ ۴. انتخاب مناسب سطح تماس

۴- ضربه به کدام قسمت توپ موجب کات دار شدن آن می شود؟

۱. ضربه به طرفین مرکز ثقل ۲. ضربه به زیر مرکز ثقل
۳. ضربه به طرفین بالای ثقل ۴. ضربه به وسط مرکز ثقل

۵- برای ارسال توپ هایی با ارتفاع متوسط یا بلند و دقیق از..... استفاده می شود.

۱. ضربه بغل پا ۲. ضربه با داخل پنجه پا ۳. ضربه با روی پا ۴. ضربه با خارج پنجه پا

۶- محل تماس سر با توپ هنگام ضربه کدام قسمت از بدن می باشد؟

۱. وسط سر ۲. وسط پیشانی ۳. کنار پیشانی ۴. کنار و روی سر

۷- اگر توپ در ارتفاع بالاتر از ارتفاع پا و ران باشد و به محور عمودی بدن نزدیک شود، کنترل باید با کدام ناحیه از بدن انجام شود؟

۱. سینه ۲. پیشانی ۳. بغل پا ۴. سطح ران

۸- معمول ترین نوع کنترل در فوتبال چیست؟

۱. کنترل با کف پا ۲. کنترل با بیرون پا ۳. کنترل با بغل پا ۴. کنترل با روی پا

۹- غالباً کنترل چه توپ هایی با بیرون پا مناسب تر است؟

۱. توپ های زمینی که از روبرو یا اطراف می رسد.
۲. توپ های نیمه بلند و افقی تا حدود 70 سانتی متر که از روبرو یا اطراف به سوی بازیکن در حرکت است.
۳. توپ هایی که از طرفین به کنار پای کنترل کننده می رسد.
۴. توپ هایی که در ارتفاع زانو یا بالاتر از آن باشد.

۱۰- کدام یک از فاکتورهای آمادگی جسمانی در تغییر سرعت با توپ نقش مهمی دارد؟

۱. چابکی
۲. قدرت
۳. انعطاف پذیری
۴. استقامت

۱۱- این حرکت در اصطلاح فوتبال در بیل کشویی نامیده می شود:

۱. فریب حریف توسط حرکت لوکوموتیوی
۲. فریب حریف با استفاده از جابه جایی بدن
۳. فریب با عبور پا از روی توپ
۴. فریب حریف با متوقف کردن توپ با کف پا

۱۲- مهمترین عامل در اجرای تکل چیست؟

۱. پیش بینی زمان دقیق آن
۲. سرعت حرکت
۳. قدرت بدنی
۴. برداشتن گام بلند

۱۳- کدام گزینه زیر برای تمرین دروازه بان مناسب تر است؟

۱. زیر تور دروازه
۲. زمین ناهموار
۳. زمین زبر و خشن
۴. زمین خیس همراه با گل و لای

۱۴- کدام روش برای مهار شوت های سنگین زمینی و همچنین توپ در زمین نامناسب توسط دروازه بان، مناسب تر است؟

۱. مهار توپ بدون خم کردن زانو
۲. مهار توپ با خم کردن زانو
۳. مشت کردن و منحرف کردن توپ
۴. شیرجه رفتن

۱۵- طرز قرارگیری و فاصله دروازه بان از خط دروازه زمانی که توپ در یک سوم زمین حریف است، چگونه باید باشد؟

۱. باید روی خطی که از وسط دروازه به طرف توپ کشیده می شود به فاصله 5 تا 10 متری خط گل قرار بگیرد.
۲. روی خط دروازه واقع شود.
۳. روی خطی که از مرکز دروازه به طرف توپ کشیده می شود بین نقطه پنالتی تا هجده قدم قرار بگیرد.
۴. بر روی خط پنالتی قرار بگیرد.

۱۶- در مواقعی که اطراف محوطه جریمه خلوت است، بهتر است که یک دروازه بان از چه ضربه ای استفاده نماید؟

۱. ضربه روی پا

۲. ضربه کاشته

۳. پرتاب توپ به روش نیزه

۴. ضربه دراپ

۱۷- کدام گزینه در پرتاب اوت دستی خطا محسوب می شود؟

۱. پرتاب همراه با پرش

۲. هردو پا در عرض یکدیگر قرار گیرند.

۳. یک پا جلوتر از پای دیگر قرار بگیرد.

۴. هردو پا خارج از خط یا روی آن قرار گیرند.

۱۸- دریافت کننده توپ پرتاب شده از اوت باید در فاصله حداقل متری از پرتاب کننده قرار گیرد.

۱. ۸

۲. ۹

۳. ۱۰

۴. ۱۱

۱۹- جهت تمرین حفظ توپ در فضا، مناسب ترین ناحیه بدن در مراحل اولیه، کدام است؟

۱. روی پا

۲. روی شانه ها

۳. پشت گردن

۴. کناره های داخلی و خارجی پا

۲۰- بالاتنه در هنگام ضربه زدن با روی ران چگونه است؟

۱. قائم

۲. به سمت جلو خم است.

۳. به سمت عقب متمایل است.

۴. به سمت پای ضربه خم است.

۲۱- حداکثر ابعاد زمین فوتبال چقدر است؟

۱. ۹۰در۴۵

۲. ۹۰در۱۲۰

۳. ۹۰در۷۵

۴. ۹۰در۶۴

۲۲- کدام گزینه صحیح نیست؟

۱. هر تیم فوتبال از ۱۱ نفر اصلی و ۱۱ نفر بازیکن ذخیره تشکیل می شود.

۲. هر تیم فوتبال حداقل با ۸ نفر می تواند بازی را شروع کند.

۳. در خلال بازی بدون نیاز به اجازه داور بازیکنان می توانند توپ بازی را عوض کنند.

۴. وزن توپ فوتبال بین ۳۹۶ الی ۴۵۳ گرم می باشد.

۲۳- در صورتی که توپ به میله های پرچم در چهارگوش زمین برخورد کند، بازی.....

۱. قطع خواهد شد.

۲. ضربه اوت اعلام می شود.

۳. ادامه خواهد یافت.

۴. بستگی به تصمیم داور دارد.

نمبر رد سوال	ياشيخ صحيح
١	الف
٢	ب
٣	ج
٤	الف
٥	ب
٦	ب
٧	الف
٨	ج
٩	ج
١٠	الف
١١	د
١٢	الف
١٣	الف
١٤	ب
١٥	ج
١٦	د
١٧	الف
١٨	ب
١٩	الف
٢٠	الف
٢١	ب
٢٢	ج
٢٣	د