



مجموعه سؤالات همارگزنه‌ای تربیت بدنی

- دانش فنی پایه
- پرورش مهارت‌های جسمانی، حرکتی (ویژه دختران و پسران)
- توسعه مهارت‌های چابکی - ذهنی
- توسعه مهارت‌های رزمی ، هدفی (جلد ۱ و ۲)
- توسعه مهارت‌های حرکتی با توب
- دانش فنی تخصصی
- توسعه سلامت و سبک زندگی با ورزش
- عملیات تکمیلی - اصلاحی ورزش‌ها

سالی جوانی، زهراء، ۱۳۵۶ -
عنوان و نام پدیدآور : مجموعه سوالات چهارگزینه‌ای تربیت بدنی / پدیدآورندگان؛ زهراء صالحی؛ ویراستار نجمه موسوی.
مشخصات نشر : تهران: انتشارات چهارخونه، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری : ۲۰۸ ص.: ۲۹x۲۲ س.م.
شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۵-۱۸۲-۹
وضعیت فهرست نویسی : فیپای مختصر
شناخته افزوده : موسوی، نجمه السادات، ۱۳۷۰ - ویراستار
شماره کتابشناسی ملی : ۶۰۵۰۹۹

مجموعه سوالات چهارگزینه‌ای تربیت بدنی

- ناشر: انتشارات چهارخونه
- پدیدآورندۀ: زهراء صالحی
- ویراستار: نجمه موسوی
- صفحه‌آرایی: محبوبه شریفی
- حروفچینی: فاطمه مرادی
- لیتوگرافی: امیر گرافیک
- چاپ و صحافی: یگانه
- ناظر چاپ: فتوحی
- نوبت چاپ: پنجم - بهار ۱۴۰۰
- شمارگان: ۵۰۰ جلد
- قیمت: ۹۰۰۰ تومان

فروشگاه اینترنتی: www.4Khooneh.org

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است و هرگونه نسخه‌برداری پیگرد قانونی دارد.

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۶۲۰۰۰۲۶ - ۶۶۹۲۷۷۹۶ - ۰۹۱۲۸۱۷۱ - ۶۶۹۲۸۱۷۱

جهت دریافت کتاب از طریق پست به سایت www.4Khooneh.org مراجعه نموده و یا با شماره تلفن ۰۹۱۲۸۰۲۹ (۶۶۹۲۸۰۲۹) تماس حاصل فرمایید.

بخش پنجم:

توسعه مهارت‌های حرکتی با توپ

۹۷.....	پودمان اول: والیبال
۱۰۴.....	پودمان دوم: هندبال
۱۰۷.....	پودمان سوم: فوتسال
۱۱۰.....	پودمان چهارم: فوتبال
۱۱۲.....	پودمان پنجم: بسکتبال
۱۲۱.....	پاسخنامه

بخش ششم:

دانش فنی تخصصی

۱۳۵.....	پودمان اول: کاربرد رشد حرکتی در ورزش
۱۳۷.....	پودمان دوم: کاربرد ورزش در توسعه مفاهیم تربیتی
۱۳۸.....	پودمان سوم: توسعه ارتباطات کلامی در محیط‌های ورزشی بین‌المللی
۱۴۰.....	پودمان چهارم: کاربرد آزمون‌های ورزشی
۱۴۳.....	پودمان پنجم: تجزیه و تحلیل تکنیک‌های ورزشی
۱۴۵.....	پاسخنامه

بخش هفتم:

توسعه سلامت و سبک زندگی با ورزش

۱۵۰.....	پودمان اول: برنامه‌ریزی بازی‌ها و ورزش‌های سنتی
۱۵۲.....	پودمان دوم: روان‌شناسی ورزشی
۱۵۴.....	پودمان سوم: برنامه‌ریزی تغذیه ورزشی
۱۵۷.....	پودمان چهارم: برنامه‌ریزی ورزش برای سطوح مختلف سلامت (افراد دارای معلولیت)
۱۶۰.....	پودمان پنجم: برنامه‌ریزی ورزش در فضاهای سرپوشیده و رویاز
۱۶۲.....	پاسخنامه

بخش هشتم:

عملیات تكمیلی - اصلاحی ورزش‌ها

۱۷۲.....	پودمان اول: برنامه‌ریزی تمرین
۱۷۵.....	پودمان دوم: پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
۱۷۸.....	پودمان سوم: جدول مسابقات ورزشی
۱۸۱.....	پودمان چهارم: پیکرسنجی
۱۸۴.....	پودمان پنجم: بدنه‌سازی مدرن
۱۸۶.....	پاسخنامه

ضمیمه سؤالات کنکور سراسری ۹۹

۱۹۶.....	سوالات
۲۰۴.....	پاسخنامه

بخش اول: دانش فنی پایه

۵.....	فصل اول: مبانی بنیادی تربیت بدنی
۱۱.....	فصل دوم: مبانی علوم پایه در تربیت بدنی
۱۳.....	فصل سوم: مبانی ساختار اماکن و تجهیزات ورزشی
۱۴.....	فصل چهارم: مبانی اندازه‌گیری و ارزشیابی در تربیت بدنی
۱۵.....	فصل پنجم: مبانی ارتباطات و رسانه‌های ورزشی
۱۶.....	پاسخنامه

بخش دوم: پرورش مهارت‌های جسمانی، حرکتی (ویژه دختران و پسران)

۲۰.....	فصل اول: بدن‌سازی عمومی
۲۲.....	فصل دوم: شایستگی‌های ژیمناستیک (ویژه دختران)
۲۶.....	فصل دوم: شایستگی‌های ژیمناستیک (ویژه پسران)
۲۸.....	فصل سوم: دو و میدانی
۳۳.....	فصل چهارم: شنا
۳۶.....	فصل پنجم: ورزش هوایی (ویژه دختران)
۳۸.....	فصل پنجم: کشتی (ویژه پسران)
۴۰.....	پاسخنامه

بخش سوم: توسعه مهارت‌های چاکی - ذهنی

۵۴.....	فصل اول: دارت
۵۶.....	فصل دوم: اسکیت
۶۰.....	فصل سوم: شترنج
۶۳.....	فصل چهارم: تنیس روی میز
۶۸.....	فصل پنجم: بدمنیتون
۷۱.....	پاسخنامه

بخش چهارم: توسعه مهارت‌های رزمی، هدفی (جلد ۱ و ۲)

۸۱.....	پودمان اول: تیر و کمان
۸۴.....	پودمان دوم: تیر اندازی
۸۷.....	پودمان سوم: کاراته
۸۹.....	پودمان چهارم: پینت بال
۹۱.....	پودمان پنجم: تکواندو
۹۴.....	پاسخنامه

مقدمه ناشر

با عنایت به سرعت پیشرفت و تغییر دانش ورزشی و شناخت بنیادی مهارت‌ها و همچنین با توجه به تغییرات سیستم آموزش دانش‌آموزان هنرستانی و عدم وجود یک منبع مفید درسی، بر آن شدیم تا یک مجموعه‌ی کامل چهارگزینه‌ای از دروس تخصصی پایه‌های ۱۰، ۱۱ و ۱۲ تهیه نمائیم تا خلاصه وجود آمده در مقطع فنی حرفه‌ای و کاردانش برای دانش‌آموزان رشته تربیت بدنی مرتفع گردد. این مجموعه، شامل قابلیت‌های مهم زیر می‌باشد:

۱) مطالب و سوالات چهارگزینه‌ای این مجموعه، قابل استفاده برای دانش‌آموزان فنی حرفه‌ای و کاردانش در پایه‌های دهم، یازدهم و دوازدهم می‌باشد.

در انتهای کتاب نیز سوالات کنکور سراسری ۱۳۹۹ هنرستان با پاسخنامه ضمیمه شده است.

عنوان دروس

دروس سال دوازدهم

دانش فنی تخصصی
توسعه سلامت و سبک زندگی با ورزش
عملیات تکمیلی - اصلاحی ورزش‌ها

دروس سال یازدهم

توسعه مهارت‌های رزمی، هدفی
(جلد ۱ و ۲)
توسعه مهارت‌های حرکتی با توب

دروس سال دهم

دانش فنی پایه
پرورش مهارت‌های جسمانی، حرکتی
(ویژه دختران و پسران)
توسعه مهارت‌های چابکی ذهنی

۲) سوالات چهارگزینه‌ای این مجموعه، به صورت طبقه‌بندی شده می‌باشد که دانش‌آموزان محترم می‌توانند مطالب درسی هر بخش را براساس این سوالات بیاموزند.

۳) این مجموعه دارای پاسخ تشریحی می‌باشد که دانش‌آموزان محترم می‌توانند از طریق آن به یادگیری مطالب درسی بپردازنند.
۴) این مجموعه براساس آخرین ویرایش مطالب درسی مصوب طراحی شده است.

۵) با توجه به یکپارچه بودن دروس تخصصی در این مجموعه در قالب یک کتاب، دانش‌آموزان محترم را از تهیه چندین کتاب تخصصی، بی‌نیاز می‌سازد.

در پایان از همکاری همراه عزیزم خانم بهاره رضا دوست که در تهیه سوالات بخش توسعه مهارت‌های رزمی، هدفی مرا یاری نمود قدردانی می‌کنم و امید است این مجموعه شما را هر چه اندک، به اهداف خود نزدیک نماید.

دانش فنی پایه

فصل ۱

«مبانی بنیادی تربیت بدنی»

- در اولین باشگاهی که در تهران تأسیس شد، چه ورزشی و چه مسابقه‌ای انجام می‌شد؟
- ۱) اسبسواری - چوگان ۲) تیراندازی - اسبسواری ۳) چوگان - اسبسواری
- (کنکور ۹۸) ۴) چوگان - کشتی
- حمل مشعل المپیک، از بین چند قاره، در کدام المپیک انجام شد؟
- ۱) آتلانتا ۱۹۷۶ ۲) سیدنی ۲۰۰۰ ۳) پکن ۲۰۰۸
- (کنکور ۹۸) ۴) ریو ۲۰۱۶
- اسم مصدر ورزش از نظر لغوی کدام است؟
- ۱) ورزی ۲) ورزش کردن ۳) ورزیدن
- معادل ورزش در زبان انگلیسی کدام است؟
- ۱) Sport ۲) Game ۳) Play ۴) Math
- از واژه تربیت می‌آید و در حیطه تخصصی ورزش، به تمرین دهنده (انسان و حیوان) اطلاق می‌شود؟
- ۱) teacher ۲) Trainer ۳) gamear ۴) Coach
- تربیت بدنی از نظر دستوری کدام است؟
- ۱) مصدر ۲) فعل ۳) اسم ۴) کلمه
- این جمله از کیست؟ «آنها که اهل خدا هستند، هم ورزش روحی می‌کنند و هم ورزش جسمی»
- ۱) امام علی (ع) ۲) امام حسین (ع) ۳) حضرت محمد (ص) ۴) امام خمینی (ره)
- هدف از بازی کدام است؟
- ۱) ایجاد نشاط و رضایت خاطر فرد ۲) ایجاد نشاط و رضایت خاطر والدین
- کدام جمله زیر صحیح نیست؟
- ۱) بازی لزوماً با فعالیت جسمانی همراه است. ۲) می‌تواند در جهت پر کردن اوقات فراغت مورد استفاده قرار گیرد.
- ۳) از وسائل الکترونیکی برای انجام بازی استفاده می‌شود.
- ۴) کدام گزینه از جمله بازی‌ها، دسته‌بندی نمی‌شود؟
- ۱) بازی بیشتر در کدام مورد کاربرد دارد؟
- ۱) بازی آگاهی ۲) هفت سنگ
- کدام مورد زیر ریشه در فرهنگ ملتها دارد؟
- ۱) بازی ۲) گیم
- کدام مورد تعریف کیم است؟
- ۱) مجموعه‌ای از رقابت‌های سازمان یافته در یک محدوده زمانی و مکانی مشخص را گویند. ۲) بعضی از رقابت‌ها در یک محدوده مشخص را می‌گویند.
- ۳) بازی‌هایی در یک محدوده زمانی و مکانی مشخص را گویند. ۴) بعضی از بازی‌ها در یک محدوده زمانی مشخص را گویند.
- تعريف مسابقه کدام است؟
- ۱) در آن یک فرد یا تیم با سایر افراد یا تیم‌ها به رقابت می‌پردازند. ۲) اسم فاعل است که هر فردی که ورزش می‌کند اطلاق می‌شود.
- ۳) افراد برای کسب رتبه‌ای تازه در آن شرکت می‌کنند. ۴) گروه‌ها هر ۴ سال یکبار در آن شرکت می‌کنند.

● جموعه سؤالات چهارگزینه‌ای تربیت بدنی ●

۱۵ در کدام بازی هدف از شرکت در آن کسب رکوردي تازه، و یا پیروزی بر حریفان نیست؟

- (۱) مسابقات جامجهانی فوتبال
- (۲) مسابقات قهرمانی دو و میدانی
- (۳) مسابقات دوستانه
- (۴) مسابقات ملی

۱۶ به هر فردی که ورزش می‌کند چه می‌گویند؟

- (۱) قهرمان
- (۲) ورزشکار
- (۳) پهلوان
- (۴) جوانمرد

۱۷ هدف از شرکت در مسابقه چیست؟

- (۱) کسب رکوردي تازه، و یا پیروزی بر حریفان است.
- (۲) رقابت برای رسیدن به پیروزی
- (۳) رقابت دوستانه برای نشان دادن مهارت‌های ورزشی
- (۴) کسب رتبه بهتر از مسابقه قبلی

۱۸ «فردی که با هدف رقابت ورزش نمی‌کند» چه نامیده می‌شود؟

- (۱) قهرمان
- (۲) ورزشکار
- (۳) ورزش کرده
- (۴) پهلوان

۱۹ افراد ورزش کرده در کدام حیطه‌ها تخصص دارند؟

- (۱) ورزش همگانی - ورزش تخصصی
- (۲) ورزش تربیتی - ورزش همگانی
- (۳) ورزش تقویتی - ورزش تخصصی
- (۴) ورزش تربیتی - ورزش تقویتی

۲۰ فعالیت‌های ورزشی که با هدف «کسب مهارت‌های زندگی و تعلیمات عالیه انسانی» و تحت تربیت معلم انجام می‌شوند در کدام گزینه محقق می‌شوند؟

- (۱) ساعت درس مدرسه
- (۲) اوقات فراغت در مدرسه
- (۳) ساعت درس تربیت‌بدنی
- (۴) اوقات فراغت در تابستان

۲۱ «حیطه ورزش همگانی» معمولاً تحت نظارت چه کسی انجام می‌پذیرد؟

- (۱) شهرداری
- (۲) سازمان تربیت‌بدنی
- (۳) معلم
- (۴) مربی

۲۲ «فردی که با هدف رقابت ورزش می‌کند» کدام گزینه نشانگر این تعریف است؟

- (۱) قهرمان
- (۲) ورزشکار
- (۳) ورزش کرده
- (۴) پهلوان

۲۳ حیطه تخصصی ورزشکار کدام است؟

- (۱) ورزش همگانی
- (۲) ورزش تربیتی
- (۳) ورزش هدفمند
- (۴) ورزش حرفاًی

۲۴ ورزشکاران آماتور در «حیطه ورزش قهرمانی» کدام هدف را دنبال می‌کنند؟

- (۱) کسب رکورد، مقام و مдал
- (۲) تمرینات مستمر و حرفاًی شدن
- (۳) بودن در کنار مریان خبره
- (۴) رسیدن به بازی‌های ملی

۲۵ در «حیطه ورزش قهرمانی» قله پیروزی کجاست؟

- (۱) کسب رکورد
- (۲) بیهود در رکورد
- (۳) بر افراشتن پرچم کشور
- (۴) کسب مقام قهرمانی

۲۶ ورزشکاران تیمهای ملی و قهرمانان بازی‌های المپیک در کدام حیطه ورزشی گنجانده می‌شوند؟

- (۱) همگانی
- (۲) تربیتی
- (۳) حرفاًی
- (۴) قهرمانی

۲۷ ورزشکاران حرفاًی با کدام هدف فعالیت‌های ورزشی را دنبال می‌کنند؟

- (۱) کسب درآمد، حرفة و پیشه
- (۲) کسب درآمد، کسب قهرمانی
- (۳) کسب سلامتی، نشاط و تناسب اندام

۲۸ خانم کیمیا علیزاده در کدام حیطه ورزشی فعالیت می‌کند؟

- (۱) ورزش تربیتی
- (۲) ورزش همگانی
- (۳) ورزش قهرمانی
- (۴) ورزش تدارکاتی

● دانش فنی پایه

۷

۲۹ کلمات Sophia و Philo هر کدام به ترتیب از راست به چپ به کدام معنا هستند؟

- (۱) خرد - کلان (۲) دوستدار - فکرکردن (۳) دوستدار - خرد

۳۰ تعریف فلسفه از نظر ارسطو کدام است؟

- (۱) جسم و روح (۲) شناخت و معرفت (۳) تفکر و تعقل

۳۱ از دیدگاه فلسفه کدام خصوصیت انسانی مقدمه بیماری است؟

- (۱) دوگانگی (۲) بی محبتی (۳) عدم تعادل

۳۲ کدام گزینه عقیده ارسطو می‌باشد؟

- (۱) تربیت بدنی را مجموعه فعالیتهای تعریف می‌کند که فکر و عمل را باهم درگیر می‌کند.

- (۲) ورزش را مجموعه فعالیتهای تعریف می‌کند که فکر و عمل را باهم درگیر می‌کند.

- (۳) روانشناسی را مجموعه فعالیتهای تعریف می‌کند که فکر و عمل را باهم درگیر می‌کند.

- (۴) فلسفه را مجموعه فعالیتهای تعریف می‌کند که فکر و عمل را باهم درگیر می‌کند.

۳۳ تربیت بدنی چگونه فرد را برای زندگی و حیات معقول آماده می‌نماید؟

- (۱) جهت فکری دادن به افراد (۲) ارائه تحصیلات عالیه

- (۳) برگرفته شده از بایدها و نبایدهای مشخص (۴) قرار گرفتن تحت تعلم افراد خاص

۳۴ «هر اندیشه‌ای، وقتی درست است که بتواند به کار آید و مشکلی را حل کند.» نشانگر کدام مکتب درخصوص فعالیتهای ورزشی است؟ معروفترین دانشمند این مکتب کیست؟

- (۱) عملگرایی - ژان ژاک روسو (۲) طبیعت‌گرایی - ژان ژاک روسو

- (۳) طبیعت‌گرایی - جان دیوی

۳۵ «آموزش روش حل مسئله با استفاده از آموزش تاکتیک‌های ورزشی.» نمایانگر کدام دیدگاه مکتب درخصوص فعالیتهای ورزشی است؟

- (۱) عملگرایی (۲) طبیعت‌گرایی (۳) اصالت وجود (۴) دین مقدس اسلام

۳۶ «هرآنچه که با طبیعت انسان سازکار باشد، برای وی سودمند و با ارزش است.» معرف کدام مکتب درخصوص فعالیتهای ورزشی است معروفترین دانشمند این مکتب کیست؟

- (۱) عملگرایی - ژان ژاک روسو (۲) طبیعت‌گرایی - ژان ژاک روسو

- (۳) طبیعت‌گرایی - جان دیوی

۳۷ «آموزش مهارت‌های زندگی در طبیعت، با استفاده از فعالیتهای ورزشی فضای سرگردان» نمایش‌دهنده کدام دیدگاه مکتب درخصوص فعالیتهای ورزشی است؟

- (۱) عملگرایی (۲) طبیعت‌گرایی (۳) اصالت وجود (۴) دین مقدس اسلام

۳۸ «افراد باید آگاهانه نسبت به پیامدهای، انتخاب‌های خود در زندگی، احساس مسئولیت کنند.» نشانگر کدام مکتب درخصوص فعالیتهای ورزشی است؟ معروفترین دانشمند این مکتب کیست؟

- (۱) اصالت وجود - ژان پل سارتر (۲) طبیعت‌گرایی - ژان ژاک روسو

- (۳) اصالت وجود - ژان پل سارتر

۳۹ براساس دیدگاه مکتب اصالت وجود درخصوص ورزش کدام موارد تحقق می‌پذیرد؟

- (۱) تقویت و پرورش بدن در جهت تلاش برای تقرب به خداوند است.

- (۲) ابزار تربیتی در قالب انواع ورزش‌هاست.

- (۳) ابزاری برای پرورش جسم، همراه با پرورش روح است.

(۴) تقویت حس آزادی و استقلال از طریق انتخاب آزادانه مسیر فعالیتهای ورزشی فرد، براساس استعدادهای ذاتی فرد می‌باشد.

۴۰ ریشه کلمه اسلام کدام معنی را می‌رساند؟

- (۱) تسليم و رضا (۲) تقرب به خدا، پاکی

- (۳) صلح، دوستی و آرامش

۴۱ فلسفه اسلام چیست؟

- (۱) تسليم و رضا (۲) تقرب به خدا، پاکی

- (۳) صلح، دوستی و آرامش

- (۴) تعالی و مسلم بودن

● جموعه سؤالات چهارگزینه‌ای تربیت بدنی ●

۴۲) الگوی فتوت و سمبول فتوت کدام بزرگان دین هستند؟

- (۲) حضرت محمد - حضرت علی
- (۴) حضرت محمد - حسنین

- (۱) حضرت علی - امام حسین
- (۳) امام حسن - امام حسین

۴۳) حاصل جوانمردی و فتوت در کدام صفات آورده شده است؟

- (۲) عدالت گستری، آزادگی، شجاعت، حکمت
- (۴) عفت، شجاعت، حکمت و عدالت

- (۱) آزادگی، بلند نظری، شجاعت، عفت
- (۳) مناعت طبع، شجاعت، حکمت، عدالت

۴۴) کدام ورزش‌ها در صدر اسلام بیشتر مورد توجه قرار می‌گرفت؟

- (۲) تیراندازی، زبین اندازی، کشتی
- (۴) زبین اندازی، اسب دوانی، شنا

- (۱) اسب دوانی، تیراندازی، شنا
- (۳) شنا، کشتی، اسب دوانی

۴۵) کدام دانشمند اسلامی تربیت‌بدنی را عنصر اصلی سلامت فکری و جسمی معرفی می‌کند؟

- (۴) عنصرالمعالی
- (۳) بوعلی سینا

- (۱) فارابی
- (۲) ابوالیحان بیرونی

۴۶) عیاران یا آزاد مردان نماد کدام مورد در ایران هستند؟

- (۲) فتوت و جوانمردی
- (۴) بزرگ منشی و کدخداگری

- (۱) دزدی
- (۳) راهزنی

۴۷) در مورد تعریف تربیت‌بدنی کدام صحیح است؟

- (۲) تعلیم و تربیت جسم و روان، از طریق آموزش رشته‌های ورزشی
- (۴) متعادل سازی انسان‌ها از طریق روانشناسی

- (۱) تربیت جسم از طریق پرورش روان
- (۳) انجام فعالیت‌های خود جوش با قوانین اختیاری

۴۸) کدام گزینه از جامع‌ترین خصوصیات اهداف تربیت‌بدنی و ورزش نیست؟

- (۲) توسعه قابلیت‌های هوشی
- (۴) توسعه توانایی‌های ذهنی، اخلاقی

- (۱) توسعه قابلیت‌های جسمانی
- (۳) ایجاد انگیزه قوی برای اجرای ورزش‌ها در همه سطوح

۴۹) تکامل جسمانی، تکامل شناختی، زیر گروه کدام است؟

- (۲) اهداف ورزش تخصصی
- (۴) اهداف تربیت‌بدنی

- (۱) اهداف ورزش قهرمانی
- (۳) اهداف ورزش همگانی

۵۰) توانایی بازی در یک رشته ورزشی در مدت زمان طولانی (مانند فوتبال - بسکتبال و ...) در زمرة کدام یک از اهداف تربیت‌بدنی دسته‌بندی می‌شود؟

- (۱) تکامل عصبی - عضلانی
- (۳) تکامل جسمانی
- (۴) عاطفی (احساسی)

- (۲) شناختی

۵۱) توسعه توانایی بدن، جهت اجرای حرکات با انرژی کمتر و آمیخته با مهارت نشانگر کدام گزینه است؟

- (۱) تکامل عصبی - عضلانی
- (۳) شناختی
- (۴) عاطفی (احساسی)

- (۲) شناختی

۵۲) رعایت مقررات و قوانین ویژه هر رشته ورزشی در کدام گزینه نمایش داده شده است؟

- (۱) تکامل عصبی - عضلانی
- (۳) شناختی
- (۴) عاطفی (احساسی)

- (۲) شناختی

۵۳) کدام مورد علاوه بر رعایت قوانین بازی‌ها براساس قوانین زندگی آزاد و دموکراتیک به رشد طرز برخوردها و ارزش‌های فرد نیز می‌انجامد؟

- (۱) تکامل عصبی - عضلانی
- (۳) تکامل جسمانی
- (۴) عاطفی (احساسی)

- (۲) شناختی

۵۴) ژیمناستیک کدام مورد زیر را بررسی می‌کند؟

- (۱) تکامل عصبی - عضلانی
- (۳) تکامل شناختی
- (۴) تکامل احساسی

- (۲) تکامل جهانی

۵۵) توجه به آثار تربیت‌بدنی به عنوان سبک خوب زندگی کردن کدام گزینه است؟

- (۲) تکامل عضلانی - عصبی

- (۱) تکامل شناختی

- (۴) تکامل جسمانی

- (۳) تکامل احساسی

۵۶) احترام به داور، بازیکنان تیم مقابل، اجرای بازی جوانمردانه در مسابقات کدام گزینه را تداعی می‌کند؟

- (۱) تکامل عصبی - عضلانی
- (۳) شناختی
- (۴) عاطفی (احساسی)

- (۲) شناختی

۵۷) در ایران باستان کدام گزینه بیشترین سهم در جشن مهرگان را دارد؟

- (۴) کشتی

- (۱) چوگان

- (۲) ارباب رانی

- (۳) تیراندازی

۵۸ در ایران باستان اجرای کدام گزینه از اهداف نظامی نیست؟

- (۱) چوگان (۲) شنا (۳) تیراندازی (۴) کشتی

۵۹ شکار به چه منظوری در ایران باستان آموزش داده می‌شود؟

- (۱) رفع نیازهای غذایی (۲) اهداف نظامی (۳) تفریح (۴) شرکت در مسابقات جشن مهرگان

۶۰ فعالیت‌های ورزشی هر منطقه براساس کدام مورد تنظیم نشده است؟

- (۱) آداب و رسوم (۲) شرایط اقلیمی (۳) حرفة نظامی گری (۴) نیازهای طبیعی آن منطقه

۶۱ بین فعالیت‌های بدنه و ورزشی کدام مورد رابطه نزدیکی وجود دارد؟

- (۱) آداب و رسوم (۲) شرایط اقلیمی (۳) حرفة نظامی گری (۴) نیازهای طبیعی آن منطقه

۶۲ در زمان باستان در کدام تمدن یوگا برای رهایی از شر و شور و دنیا اجرائی شده است؟

- (۱) چین (۲) هند (۳) یونان (۴) ژاپن

۶۳ در مثلث ابعاد اهداف تربیت‌بدنی کدام مورد جای نمی‌گیرد؟

- (۱) مبانی تربیتی، اخلاقی و اعتقادی (۲) مبانی روانی و اجتماعی (۳) مبانی نظری، تربیتی، آموزشی (۴) مبانی بیولوژیکی، فیزیولوژیکی و حرکتی

۶۴ اساس و مبانی تربیت‌بدنی سر فصل کدام موضوع نمی‌باشد؟

- (۱) مبانی تربیتی، اخلاقی و اعتقادی (۲) مبانی روانی و اجتماعی (۳) مبانی نظری، تربیتی، آموزشی (۴) مبانی بیولوژیکی، فیزیولوژیکی و حرکتی

۶۵ تندیس روبه‌رو نماد کدام ورزش است؟



۶۶ روابط ورزشی و اجتماعی با کدام مورد به کار میرفته است؟

- (۱) مبارزات (۲) رقابت‌های گروهی (۳) مسابقات (۴) رقابت‌های فردی

۶۷ «یکی از آداب و رسوم اجتماعی و فرهنگی در جشن‌ها، مراسم و اعیاد ملی و مذهبی در تمدن‌های قدیم به کار میرفته است». کدام است؟

- (۱) مبارزات (۲) رقابت‌های گروهی (۳) مسابقات (۴) رقابت‌های فردی

۶۸ کدام گزینه در تمدن‌های قدیم موجبات تقویت ارتباط و دوستی بین مردم اقشار اجتماعی را فراهم می‌نمود؟

- (۱) مبارزات (۲) رقابت‌های گروهی (۳) مسابقات (۴) رقابت‌های فردی

۶۹ کدام گزینه از اماکن ورزشی در تمدن آتن است؟

- (۱) کلوسئوم (۲) پالاسترا (۳) ژیمنازیوم (۴) ماقزیموس

۷۰ مدارس کشتی در تمدن آتن چه نامیده می‌شوند؟

- (۱) کلوسئوم (۲) پالاسترا (۳) ژیمنازیوم (۴) ماقزیموس

۷۱ در تمدن آتن، در استadioهای ورزشی که خارج از شهر ساخته می‌شدند کدام گزینه وجود داشت؟

- (۱) مدرسه نوجوانان (۲) ژیمنازیوم (۳) مدرسه چوگان (۴) مدرسه کشتی

۷۲ در تمدن آتن جدید مکان ورزش‌هایی وجود داشت که برنامه دو ساله‌ای برای تربیت‌بدنی تدارک دیده شده بود.

- (۱) مدرسه نوجوانان (۲) ژیمنازیوم (۳) مدرسه چوگان (۴) مدرسه کشتی

● جموعه سؤالات چهارگزینه‌ای تیست بدن ●

- ۷۳ در تمدن روم تمرینات نظامی و فعالیت‌های ورزشی کجا انجام می‌شد؟
- (۱) مدرسه نوجوانان (۲) میدان ماریتیوس (۳) ژیمنازیوم
- ۷۴ در بین رومیان کدام ورزش علاقمندان زیادی داشت؟
- (۱) کشتی (۲) زوبین‌اندازی (۳) گاوبارزی
- ۷۵ این مبارزات معمولاً بر سر مزارها، بازارها و یا در گودال‌ها انجام می‌شد؟
- (۱) کشتی (۲) زوبین‌اندازی (۳) گاوبارزی
- ۷۶ پلاسترا از اماکن کدام تمدن است؟
- (۱) آتن (۲) روم (۳) یونان
- ۷۷ استادیوم‌های ورزشی مربوط به کدام تمدن است و در آن کدام بخش دیده می‌شود؟
- (۱) آتن، مدارس کشتی (۲) روم - مدارس نوجوانان (۳) آتن - مدارس نوجوانان
- ۷۸ افراط مسیحیان تندرو در مسائل روحانی و مزمنت جسم تاثیر منفی شدیدی بر ورزش در کدام برهه زمانی گذاشت؟
- (۱) قرون پیش از اسلام (۲) عصر حجر (۳) قرون وسطی
- ۷۹ به کمک چه کسی ورزش بعد از قرون وسطی احیا گردید؟
- (۱) بقراط (۲) پیردو کوبرتن (۳) لئوناردو دا وینچی
- ۸۰ کدام گزینه از استادیوم‌های ورزشی در تمدن آتن است؟
- (۱) ثنا (۲) ماکزیموس (۳) کلوسیوم
- ۸۱ کدام گزینه از اماکن ورزشی قدیمی در روم باستان می‌باشد؟
- (۱) ثنا (۲) ماکزیموس (۳) کلوسیوم
- ۸۲ آمفی تئاتر کلوسیوم متعلق به کدام تمدن است؟
- (۱) روم (۲) یونان (۳) آتن
- ۸۳ ظرفیت محلی که کوبرتن جهت احیاء ورزش بنا کرد چند نفر است؟
- (۱) ۳۰۰ هزار (۲) ۱۵۰ هزار (۳) ۹۰ هزار
- ۸۴ چه کسی در قرون وسطی بازیهای المپیک را احیا کرد؟
- (۱) داوینچی (۲) پیردو کوبرتن (۳) بقراط
- ۸۵ ارباب رانی در کدام دوره زمانی و کدام جشن برگزار می‌شد؟
- (۱) ایران باستان - جشن تیرگان (۲) ایران نوین - جشن تیرگان (۳) ایران باستان - جشن زیرگان
- ۸۶ امروزه چند فدراسیون و انجمن ورزشی در رشته‌های مختلف در ایران وجود دارد؟
- (۱) ۳۰ (۲) ۳۱ (۳) ۲۵ (۴) ۴۵
- ۸۷ اسطوره‌های ورزشی با اتكای بر محبوبیت و مقبولیت خود در جامعه به چه کارهایی می‌پردازند؟
- (۱) کارهای عامه پسند (۲) ارتقاء فرهنگ سلامت جامعه (۳) کارهای خیر و کمک به موسسات خیریه
- ۸۸ نام محلی است در کنار کوه اولمپیس؟
- (۱) المپیاد (۲) المپیک (۳) اولمپیوس
- ۸۹ «کمال جویی مشترک همه انسان‌ها می‌تواند نهضتی جهانی به وجود آورد که در حل صلح‌آمیز مسائل بین‌المللی موثر باشد» این سخن از کیست؟
- (۱) ارسسطو (۲) پیردو کوبرتن (۳) جهان پهلوان تختی
- ۹۰ پرچم و نماد المپیک مظهر چیست؟
- (۱) همدلی و دوستی قاره‌ها (۲) درک مردم از سوی یکدیگر (۳) اتحاد ۵ قاره