

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

تعداد سوالات : تستی : ۳۰ تشریحی : ۰

دوس : مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی

روش تخصصی / گد درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهان)، تربیت بدنی و ورزشی (مدیریت ورزشی) ۱۲۱۵۰۲۲

۱- کدام گزینه در خصوص اخلاق فردی نادرست است؟

۱. به صورت وجودان فردی متجلی می شود

۲. به مفهوم توانایی تشخیص درست از نادرست است

۳. به واسطه رسیدن به سطح بلوغ افزایش می یابد

۴. بیش از آنکه موضوعی ذهنی باشد، موضوعی عینی است

۲- شروع آشنایی با دیدگاهها و نقطه نظرات دیگران ، در کدام مرحله از اخلاق فردی است؟

۱. مرحله شناختی

۳. مرحله توجه فردی به قوانین

۳- جامعه شناسی از دیدگاه دورکیم عبارت است از:

۱. دانش حیات گروهی

۳. بررسی روابط متقابل افراد جامعه

۴- کدام گزینه از شرایط کد اخلاقی نیست؟

۱. تخصصی باشد

۱. صرفاً به خدمات شخصی مربوط باشد

۴. قابلیت اجرایی داشته باشد

۳. قابل تنظیم باشد

۵- تماشاگران پنهان چه کسانی هستند؟

۱. تماشاگرانی که فقط برای گذران اوقات بیکاری به میادین مسابقات می روند

۲. تماشاگران عادی

۳. نویسنده‌گان وقایع ورزشی ، مجلات ، روزنامه ها

۴. تماشاگران ارزیابی کننده و صاحب نظر

۶- کدام مكتب روانشناسی در خصوص فرآگردهای ناخودآگاه ذهنی بحث می کند؟

۴. مكتب روانکاوی

۳. مكتب ساخت گرایی

۲. مكتب کارکرد گرایی

۱. مكتب گشتالت

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

دوس: مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنه

روش تخصصی/ گد درس: تربیت بدنه و علوم ورزشی، تربیت بدنه و علوم ورزشی (خواهان)، تربیت بدنه و ورزشی (مدیریت ورزشی) ۱۲۱۵۰۲۲

۷- کدام یک از موارد زیر جزو هدف های علم روان شناسی نیست؟

- ۱. شناخت شرایط مؤثر در بروز رفتار های خاص
- ۲. مطالعه علل رفتار
- ۳. آشکار ساختن ارزش های انسانی
- ۴. کنترل حالات روانی - بدنه

۸- شرایط نامطلوب و روش های غلط آموزشی جزو کدام دسته از علل عدم یادگیری صحیح فراگیران است؟

- ۱. علل تربیتی - ذهنی
- ۲. علل جسمانی
- ۳. علل ارتباطی
- ۴. علل عاطفی

۹- ساده ترین نوع تغییر در رفتار بر اساس سطوح چهار گانه هرسی و بلانچارد، در کدام سطح است؟

- ۱. تغییر در دانش
- ۲. تغییر در رفتار فردی
- ۳. تغییر در نگرشها
- ۴. تغییر در رفتار گروهی

۱۰- نظریه غریزی بازی چه چیزی را مطرح می کند؟

- ۱. بازی را قالبی پیشرفته از رفتار می داند که کودک در آینده باید به کار گیرد
- ۲. بازی را وسیله ای برای رفع تأثرات و تعدیل عواطف می داند
- ۳. بازی را انگیزه مصرف بدون هدف انرژی زیادی بدنه می داند
- ۴. بازی را بهترین شیوه تفریح و رهایی از بیکاری می داند

۱۱- کدام یک از موارد زیر جزو بازی های بی قاعده یا فطری است؟

- ۱. بازی های نمادی
- ۲. بازی های تخیلی
- ۳. بازی های حسی - حرکتی
- ۴. بازی های عقلانی

۱۲- عبارت زیر بیان کننده کدام نظریه در خصوص بازی است؟ "پیشرفته هر کودک از بازی ساده به بازی پیچیده حاکی از ارتباط این امر با تکامل انسان و گذر از مرحله ای به مرحله دیگر در گذشته است."

- ۱. نظریه تصفیه
- ۲. نظریه بازیابی یا تجدید تکاملی
- ۳. نظریه غریزی
- ۴. نظریه انرژی اضافی

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

تعداد سوالات : تستی : ۳۰ تشریحی : ۰

دوس : مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی

روش تخصصی / گد درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهان)، تربیت بدنی و

ورزشی (مدیریت ورزشی) ۱۲۱۵۰۲۲

۱۳- کدام گزینه بیان کننده تفاوت بازی و ورزش است؟

۱. بازی حرکتی جسمانی و روانی است ولی ورزش ارضای خاطر شخصی است.

۲. ورزش اجرای مرتب و برنامه ریزی شده تمرينات جسمی است ولی بازی هدف مشخصی ندارد.

۳. برنامه های ورزشی می توانند بخشی از بازی باشند.

۴. غلبه بر حریف از ویژگیهای اصلی بازی است.

۱۴- آماده سازی کودکان برای سازگاری با محیط ویژگی اصلی کدام یک از بازی های زیر است؟

۴. تقلیدی

۳. انتخابی

۲. غیر ارادی

۱. ترکیبی

۱۵- فرضیه پالایش در خصوص پرخاشگری بر چه اصلی تأکید دارد؟

۲. الگو برداری

۱. تقلید

۴. یادگیری مشاهده ای

۳. ابراز خشونت

۱۶- هدف در پرخاشگری خصم‌مانه کدام یک از موارد زیر است؟

۲. جلب رضایت تماشاگر

۱. دریافت پاداش بیرونی

۴. آسیب رساندن به بازیکن حریف

۳. جلب رضایت مربی

۱۷- عمل فردی که تمایل دارد رفتاری را که از دیدگاه عموم و دنیای خارج ناپسند است به دیگران نسبت دهد، چه نام دارد؟

۴. الگو برداری

۳. برون فکنی

۲. واکنش سازی

۱. درون فکنی

۱۸- ناتوانی در اعتراف به اشتباهات خود، جزء کدام دسته از علایم ضعف اعتماد به نفس است؟

۴. علایم شخصیتی

۳. علایم روانی

۲. علایم جسمانی

۱. علایم ذهنی

۱۹- در رابطه ترکیبی فشار روانی بالا و انرژی روانی پایین، کدام حالت زیر بروز می کند؟

۴. آرام بخشی

۳. بیزاری و خستگی

۲. شادی و نشاط

۱. اضطراب و خشم

۲۰- کدام گزینه از اصول آرام بخشی محسوب نمی شود؟

۲. آمادگی عضلات بدن برای ادامه فعالیت

۱. انقباض عضلات و لرزش اندام ها

۴. تنفس عمیق و یکنواخت

۳. ضربان قلب پایین و یکنواخت

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

دوس: مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنه

روش تخصصی/ گد درس: تربیت بدنه و علوم ورزشی، تربیت بدنه و علوم ورزشی (خواهان)، تربیت بدنه و ورزشی (مدیریت ورزشی) ۱۲۱۵۰۲۲

و روش تخصصی/ گد درس: تربیت بدنه و علوم ورزشی (خواهان)، تربیت بدنه و ورزشی (مدیریت ورزشی) ۱۲۱۵۰۲۲

۲۱- کدام گزینه نشان دهنده تنفس نوع دوم است؟

۱. تنفس → تفکرات منفی → انگیختگی → تحریکات محیطی
۲. تنفس → تحریکات محیطی → انگیختگی → تفکرات منفی
۳. تحریکات محیطی → تفکرات منفی → تنفس → انگیختگی
۴. تنفس → انگیختگی → تفکرات منفی → تحریکات محیطی

۲۲- تنفس شدن تکلم و جویدن ناخن جزء کدام یک از تغییرات حاصل از فشار است؟

۱. تغییرات فیزیکی
۲. تغییرات جسمانی
۳. تغییرات رفتاری
۴. تغییرات روانی

۲۳- کدام یک از عوامل زیر سبب کاهش تمایل و انگیزه فرد به اجرای فعالیت ورزشی می شود؟

۱. توجه به تفاوت‌های فردی
۲. انعطاف پذیری محیط
۳. طراحی و تنظیم اهداف معقول

۲۴- هنگامی که انرژی روانی پایین و فرد بدون تنفس است، کدام حالت زیر بروز می کند؟

۱. آرام بخشی
۲. اضطراب و خشم
۳. بیزاری و خستگی
۴. شادی و نشاط

۲۵- در کدام یک از ورزش‌های زیر لازم است میزان انگیزش مطلوب بالاتر باشد؟

۱. وزنه برداری
۲. شیرجه
۳. ژیمناستی
۴. گلف

۲۶- کدام گزینه در خصوص ماهیت رهبری در ورزش صحیح است؟

۱. رهبری کارآمد نتیجه روابط متقابل سه عامل رهبر، پیروان و شرایط محیطی است
۲. رهبری کارآمد نتیجه روابط متقابل دو عامل رهبر و پیروان است
۳. رهبری کارآمد نتیجه روابط متقابل دو عامل رهبر و شرایط محیطی است
۴. رهبری کارآمد نتیجه روابط متقابل دو عامل پیروان و شرایط محیطی است

۲۷- انتخاب شیوه رفتاری مناسب با سطح آمادگی ورزشکار، در کدام مرحله از سبک مناسب مریبگری قرار دارد؟

۱. مرحله تصمیم گیری
۲. مرحله ارتباط
۳. مرحله انطباق
۴. مرحله تشخیص

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

تعداد سوالات : تستی : ۳۰ تشریحی : ۰

دوس : مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنه

روش تخصصی / گد درس : تربیت بدنه و علوم ورزشی، تربیت بدنه و علوم ورزشی (خواهان)، تربیت بدنه و ورزشی (مدیریت ورزشی) ۱۲۱۵۰۲۲

۲۸- مفهوم اقتصادی بودن تمرینات ورزشی کدام گزینه است ؟

۱. افزایش اثر بخشی و کاهش کارایی

۲. صرف حداقل انرژی در کوتاه ترین مدت به منظور دستیابی به حداکثر کارایی

۳. افزایش کارایی و کاهش اثر بخشی

۴. صرف حداقل انرژی در کوتاه ترین مدت جهت دست یابی به حداکثر اثر بخشی

۲۹- کدام یک از موارد زیر از تأثیر ورزش در سیاست داخلی هر کشور سرچشم می گیرد ؟

۱. کاهش میزان انحرافات اجتماعی

۲. ایجاد روابط اقتصادی ، سیاسی و فرهنگی بین دولت ها

۳. حفظ آرمان های انسانی و جلوگیری از تبعیض و نژاد پرستی

۴. تقویت علائق و احساسات ملی

۳۰- تقویت علائق و احساسات ملی در مردم، مربوط به کدام یک از ابعاد ورزش و سیاست است ؟

۱. ورزش و سیاست داخلی

۲. ورزش و سیاست خارجی

۳. ورزش و سیاست درونی