

سوی سوال : یک

زمان آزمون (دقیقه) : سهتی : ۶۰ تشریحی :

تعداد سوالات : سهتی : ۳۰ تشریحی :



پایگاه خبری دانشجویان پیام نور

عنوان درس : مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی

و شهه تحصیلی / کد درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) (۱۴۰۲۲-۱۴۰۲۵)

۱- هدف نهایی فعالیت های ورزشی و تربیت بدنی چیست؟

۱. توسعه شخصیت انسانی و توانای کردن افراد در جنبه های متنوع زندگی
۲. قهرمانی و کسب مقام
۳. پر کردن اوقات فراغت
۴. توسعه ورزش همگانی

۲- کدام یک از زمینه های اصلی پدیده اجتماعی احساسات، افکار، عقاید، هیجانات و رفتارهای خاص را مطالعه می کند؟

۱. زمینه های مربوط به ساختار جامعه
۲. زمینه های مربوط به امور اقتصادی
۳. زمینه های مربوط به امور اجتماعی
۴. زمینه های مربوط به رفتار های گروهی

۳- اساسی ترین و مهم ترین بخش نهادهای تفریحی کدام گزینه است؟

۱. ورزش
۲. توسعه پارک ها
۳. افزایش فرهنگ شهروندی
۴. توسعه آموزش و پرورش

۴- بینش صحیح نسبت به جامعه و زدودن ویژگی های منفی خود بزرگ بینی یا خود کم بینی، جزء کدام یک از آثار اجتماعی ورزش کردن به شمار می رود؟

۱. بروز شخصیت اجتماعی
۲. احترام متقابل اجتماعی
۳. فهم و شناخت ارزش های حاکم بر جامعه
۴. آموزش اصول اخلاقی

۵- از دیدگاه جورج هومنز هر سازمان برای ادامه حیات خود به کدام موارد ذیل نیازمند است؟

۱. فعالیت ها، کنش های متقابل ، حالات عاطفی
۲. شناخت ، تصمیم گیری، اجرا
۳. ساختار، رفتار گروهی، امور اجتماعی
۴. سودمندی، صحت ، انصاف

۶- مجموعه ای از سرگرمی ها که افراد به صورت دلخواه و داوطلبانه و در غیرساعت کاری انجام می شود را چه می نامند؟

۱. ورزش گروهی
۲. فعالیت بدنی
۳. اوقات فراغت
۴. تفریحات سالم

۷- روانشناسی به مفهوم «مطالعه حالات روانی» توسط روانشناسان کدام مكتب ارائه شد؟

۱. روانکاوی
۲. رفتار گرایان
۳. ساخت گرایان
۴. وظیفه گرایان

۸- پیروان کدام دانشمند ذیل مكتب «ساخت گرایی» را بوجود آوردند؟

۱. ویلهلم وونت
۲. جان دیوئی
۳. واتسون
۴. فروید

سوی سوال : ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه) : تستی : ۶۰ تشریحی : ۰

تعداد سوالات : تستی : ۳۰ تشریحی : ۰



پایگاه خبری دانشجویان پیام نور

عنوان درس : مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی

و شهه تحصیلی / کد درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۴۰۲-۱۴۰۳

۹- از نظر فرودید برای کشف منبع اختلالات و تعارض های روانی، باید از کدام روش فنی استفاده نمود؟

- | | | | |
|--------------|-------------|----------------|---------------|
| ۱. روانشناسی | ۲. روانکاوی | ۳. جامعه شناسی | ۴. مردم شناسی |
|--------------|-------------|----------------|---------------|

۱۰- از نظر هرسی و بلانچارد اولین سطح تغییر در رفتار کدام گزینه است؟

- | | | | |
|---------------|----------------|---------|---------|
| ۱. رفتار فردی | ۲. رفتار گروهی | ۳. دانش | ۴. نگرش |
|---------------|----------------|---------|---------|

۱۱- احکام ارزشی به صورت مطلوب یا نامطلوب درباره مردم، اشیاء و رویدادها، که این احکام بیانگر نحوه احساس فرد درباره چیزی است، را چه می گویند؟

- | | | | |
|---------|---------|---------------|----------------|
| ۱. دانش | ۲. نگرش | ۳. رفتار فردی | ۴. رفتار گروهی |
|---------|---------|---------------|----------------|

۱۲- از نظر روانشناسان علل تفاوت های فردی کدام عوامل است؟

- | | | | |
|-----------------|--------------------|------------------|---------------------|
| ۱. ارثی و محیطی | ۲. عاطفی و ارتباطی | ۳. تربیتی و ذهنی | ۴. جسمانی و ارتباطی |
|-----------------|--------------------|------------------|---------------------|

۱۳- احساس حقارت و عدم اعتماد به نفس، جزء کدام یک از عوامل ایجاد تنبلی در یادگیری مهارت های حرکتی می باشد؟

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

۱۴- مجموعه ای از الگوهای رفتاری که در طول زمان به وجود آمده است و مردم آن را به نام فرد ثبت می کنند، چه نامیده می شود؟

- | | | | |
|----------|----------|-------------------|----------------|
| ۱. شخصیت | ۲. فرهنگ | ۳. تفاوت های فردی | ۴. انرژی روانی |
|----------|----------|-------------------|----------------|

۱۵- از نظر وايت در اختیار گرفتن عوامل محیطی (عوامل مادی و اجتماعی) را چه می نامند؟

- | | | | |
|------------|------------------|----------|----------|
| ۱. شایستگی | ۲. اعتماد به نفس | ۳. مهارت | ۴. شجاعت |
|------------|------------------|----------|----------|

۱۶- کدام گزینه در مورد بازی صحیح می باشد؟

۱. بازی یک مرحله جسمانی و روانی است.

۲. بازی وسیله ای برای ارضاء خاطر شخصی می باشد.

۳. بازی دارای هدف خاصی می باشد.

۴. بازی یک فعالیت نشاط آور است و با اجبار انجام می گیرد.

۱۷- کدام نوع از بازی ها جهت سازگاری و تطابق با محیط مورد استفاده قرار می گیرد؟

- | | | | |
|------------|-----------|-----------|-------------|
| ۱. انتخابی | ۲. ترکیبی | ۳. تقليدي | ۴. غیرارادی |
|------------|-----------|-----------|-------------|

سوی سوال : ۱ بک

زمان آزمون (دقیقه) : سنتی : ۶۰ تشریحی : ۰

تعداد سوالات : سنتی : ۳۰ تشریحی : ۰



پایگاه خبری دانشجویان پیام نور
۱۴۰۲۲-۱۴۰۵۱

عنوان درس : مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی

و شهه تخصصی / کد درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)

- ۱۸- شطرنج جزء کدام دسته از بازی ها قرار می گیرد؟

۱. بازی های استراتژیکی

۲. بازی های سرگرمی

۱. بازی های مرتبط با مهارت فیزیکی

۳. بازی های شناسی

- ۱۹- کدام گزینه جزء بازی های آموزشی می باشد؟

۱. بازی های بدنه

۱. بازی های تخیلی

۲. بازی های حسی و عاطفی

۳. بازی های نمادی

- ۲۰- دامنه ظهور بازی های نشاط آور از چه سنی است؟

۱. ۱۴ تا ۱۷ سالگی

۲. ۱۰ تا ۱۳ سالگی

۱. تولد تا ۲ سالگی

۱. تولد تا ۳ سالگی

- ۲۱- نقطه اوج بازی های بنیادی چه سنی است؟

۱. ۳ تا ۱۰ سالگی

۲. ۳ تا ۱۰ سالگی

۱. تولد تا ۳ سالگی

۱. تولد تا ۳ سالگی

- ۲۲- «پوشاندن حقارت ها و بی کفایتی ها که می تواند در جهت مثبت یا منفی باشد» را چه می گویند؟

۱. برون فکنی

۲. واکنش سازی

۱. همانند سازی

۱. همانند سازی

- ۲۳- عبارت ذیل از نتایج پیشنهادی کدام یک از نظریه های مربوط به پرخاشگری می باشد؟

«والدین پرخاشگر غالباً دارای کودکان پرخاشگر هستند»

۱. جابه جایی - ناکامی - پرخاشگری

۱. پالایش

۲. غریزی بودن پرخاشگری

۳. یادگیری اجتماعی

- ۲۴- تنش عصبی که در نتیجه تعارض های داخلی ناشی از موقعیت های خارجی بوجود می آید، تعریف کدام اصطلاح ذیل است؟

۱. تنش

۲. فشار روانی

۱. اضطراب

۲. ترس

۱. اضطراب

- ۲۵- کدام گزینه از وظایف نیمکره چپ مغز می باشد؟

۱. یادگیری مهارت های جدید

۱. نظرارت بر اجرای مهارت های خوب یاد گرفته شده

۲. طرح ریزی همزمان اطلاعات و تصور

۳. خلاقیت و جهت یابی

- ۲۶- اساسی ترین مرحله ای که بایستی در روند توسعه اعتماد به نفس مورد توجه قرار گیرد، کدام مرحله ذیل است؟

۱. کهنسالی

۲. نوجوانی

۱. کودکی

سوی سوال : ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه) : سنتی : ۶۰ تشریحی : ۰

تعداد سوالات : سنتی : ۳۰ تشریحی : ۰



پایگاه خبری دانشجویان پیام نور

عنوان درس : مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی

و شهه تخصصی / گد درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران) ۱۴۰۲۲

- ۲۷- بیزاری، عدم رضایت و خستگی از ویژگی های کدام حالت ذیل می باشد؟

۱. انرژی روانی بالا - استرس بالا
۲. انرژی روانی پایین - استرس بالا
۳. انرژی روانی پایین - استرس پایین
۴. انرژی روانی بالا - استرس پایین

- ۲۸- نگهداری توجه به محرك ها را چه می نامند؟

۱. توجه
۲. هوشیاری
۳. تمرکز
۴. ادراک

- ۲۹- چه سطحی از انگیزش برای رشتہ وزنه برداری مطلوب تر است؟

۱. پایین
۲. بسیار پایین
۳. متوسط
۴. بالا

- ۳۰- در قانون اساسی جمهوری اسلامی، سرمایه گذاری در برنامه های تربیت بدنی از وظایف کیست؟

۱. دولت
۲. بخش خصوصی
۳. مردم
۴. صاحبان باشگاه های ورزشی

