

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

رشته تحصیلی / گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۴۰۳۷

سوی سوال: یک ۱

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

۴. هنگاری - ناهنگاری

۳. ملاکی - تکوینی

۲. ابتدایی - پایانی

۱. تکوینی - پایانی

۱- ارزشیابی در تربیت بدنی به چند شکل انجام می شود؟

۲- کدام عبارت در خصوص کودکان ۳-۶ سال صحیح است؟

۱. به وزن بدن کودکان زیر ۶ سال، هر ساله دو کیلو گرم اضافه می شود.

۲. دست های کودکان زیر ۶ سال سریع تراز پاها رشد می کنند.

۳. به طول قد کودکان زیر ۶ سال، هر سال حدود ۱۰ سانتی متر افزوده می شود.

۴. آهنگ رشد جسمانی کودکان زیر ۶ سال بسیار سریع است.

۳- کدام گزینه جزء ویژگی های عاطفی کودکان زیر ۶ سال می باشد؟

۱. رشد عاطفی و هیجانی کنترل می شود

۲. کنترل هیجانات

۳. کودکان سه و چهار ساله برای فرو نشاندن خشم خود بیشتر از زبان استفاده می کنند.

۴. کودک در سن چهار سالگی می تواند به راحتی روی پنجه های پا راه برود.

۴- در کدام دوره کودک وارد مرحله دوم زندگی شده و رشد طولی کند تر و رشد عرضی سریعتر می شود؟

۲. کودکان ۶ تا ۹ سال

۱. کودکان ۳ تا ۶ سال

۴. دانش آموزان ۱۳ تا ۱۷ سال

۳. دانش آموزان ۹ تا ۱۲ سال

۵- در کدام دوره سنی ساعد و دست ها رشد بیشتری دارند و بلند تر می شوند؟

۴. ۶ تا ۹ سال

۳. ۳ تا ۶ سال

۲. ۱۳ تا ۱۷ سال

۱. ۹ تا ۱۲ سال

۶- کدام عبارت درباره هدف روانی - حرکتی دانش آموزان ۱۳ تا ۱۷ سال صحیح است؟

۱. جهت دادن واکنش های عاطفی دانش آموزان در مقابل پیروزی و شکست در بازی ها است.

۲. تعلیم روش های صحیح تمرینات ورزشی، کنترل وزن و افزایش توانایی های حرکتی و آمادگی جسمانی دانش آموزان است.

۳. کمک به دانش آموزان برای تقویت کنترل عضلات و افزایش قابلیت های حرکتی است.

۴. ارائه برنامه های حرکتی و فعالیت های جسمانی صحیح است.

۷- اولین و مهم ترین پایگاه به منظور حضور فعال و موثر دانش آموزان در فعالیت های تربیت بدنی و ورزش کدام است؟

۴. جامعه

۳. خانواده

۲. دوستان

۱. مدرسه

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

رشته تحصیلی/گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۳۷

- به آن دسته از قابلیت ها و توانایی ها که فرد در اثر آموزش به آنها می رسد و در نتیجه توانایی های مهارتی، هنری و حرکتی پرورش می یابندرا می گویند.

۱. آمادگی حرکتی ۲. آمادگی جسمانی ۳. آمادگی روانی ۴. آمادگی عاطفی

۹- کدامیک زیر مجموعه آمادگی جسمانی نیست؟

۱. قدرت ۲. پاس ۳. سرعت ۴. استقامت

- کدام بخش از یک جلسه تدریس درس تربیت بدنی بیشترین زمان را به خود اختصاص می دهد؟

۱. سازماندهی کلاس درس ۲. بخش آموزش

۳. گرم کردن ۴. بازگشت به حال اولیه

- این تعریف از کیست: تربیت بدنی مجموعه روش هایی است که جهت تبدیل بدن به یک وسیله مورد اعتماد و تطابق و همگامی با محیط های بیولوژیکی و اجتماعی از طریق پرورش عوامل بیولوژیکی می باشد.

۱. ژرژ هپر ۲. دکترلوبوش ۳. بلوم ۴. دکتر کین

- کدام مورد از اهداف اختصاصی تربیت بدنی محسوب می شود؟

۱. پرورش قابلیت ها و فعالیت های جسمانی

۲. پرورش قوای ذهنی دانش آموزان از طریق بازی های سازمان یافته

۳. پرورش و تقویت روحیه نظم و انظباط در کارها

۴. توسعه توانایی ها و مهارت های بنیادی پیشرفت و آمادگی جسمانی

- از نظر دکتر ناش تقویت هیجانات و عواطف فطری و استفاده از آنها در اجرای مطلوب و بهتر کارهای روزمره جزء کدامیک از اهداف تربیت بدنی در مدارس محسوب می شود؟

۱. تقویت جسم ۲. تقویت هماهنگی عصبی- عضلانی

۳. تقویت احساسات ۴. تقویت درک و سرعت انتقال و عمل

- نگرش و توقعات دانش آموزان از درس تربیت بدنی و ورزش در دوره راهنمایی چیست؟

۱. لذت بردن ۲. تناسب اندام و سلامتی و ایجاد مهارت جدید ورزشی

۳. ارتقاء مهارت های ورزشی مورد علاقه ۴. یادگیری بازی های ورزشی

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

رشته تحصیلی/گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۳۷

۱۵- کلاس هایی که مسئولان آموزشگاه و معلمان تربیت بدنی و ورزش در خارج از ساعت برنامه های هفتگی درسی برگزار می کنند تعریف کدام یک از کلاس های زیر است؟

- ۱. برنامه کلاس های آموزش تربیت بدنی و ورزش
- ۲. برنامه کلاس های فوق برنامه تربیت بدنی و ورزش
- ۳. برنامه کلاس های تربیت بدنی اصلاحی
- ۴. برنامه مسابقات و رقابت های ورزشی

۱۶- عوامل موثر در طراحی برنامه های تربیت بدنی کدام است؟

- ۱. عوامل شخصی و گروهی
- ۲. نیازهای محیطی و اجتماعی
- ۳. سازمان و مقررات دولتی
- ۴. تمام گزینه ها در طراحی برنامه تربیت بدنی موثر است

۱۷- قدیمی ترین شیوه تدریس کدام است؟

- ۱. دستوری
- ۲. دوچانبه
- ۳. تکلیفی
- ۴. هدایت شده

۱۸- در کدام روش تدریس، معلم نوع و روش های اجرای یک حرکت را برنامه ریزی می کند اما تمرکز روی بهترین روش اجرای حرکت است؟

- ۱. شیوه تدریس تکلیفی
- ۲. شیوه تدریس حل مشکل
- ۳. شیوه تدریس کشف هدایت شده
- ۴. شیوه تدریس کشف حرکت

۱۹- مهم ترین مشخصه شیوه تدریس تکلیفی کدام است؟

- ۱. تقلید از دیگران
- ۲. مدیریت آزاد
- ۳. بی توجهی معلم به دانش آموزان
- ۴. تصمیم نوع فعالیت براساس توانایی خود

۲۰- کدام روش تدریس را نمی توان برای دانش آموزان سال های اول دبستان به کار برد؟

- ۱. روش جزئی
- ۲. روش کلی
- ۳. روش دوچانبه
- ۴. روش ارتباطی

۲۱- کدام عبارت از اهداف ارزشیابی درس تربیت بدنی در مدارس نمی باشد؟

- ۱. تعیین نمره دانش آموزان از درس ورزش
- ۲. پی بردن به نقاط ضعف اجرایی درس تربیت بدنی
- ۳. شناخت آزمون های اندازه گیری
- ۴. تقویت قوای فکری و امنیتی

۲۲- ارزشیابیدر سراسر دوره آموزشی یا برنامه تمرینی در هر ثلث و نیم سال صورت می گیرد.

- ۱. پایانی
- ۲. تکوینی
- ۳. ملکی
- ۴. نهایی

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

رشته تحصیلی / گد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۳۷

- ۲۳- بلوغ عاطفی چیست؟

۱. حل مسائل و مشکلات و سازگاری محیطی همراه با رشد جسمی
۲. حل مسائل و مشکلات و سازگاری محیطی بدون نیاز به درگیری عاطفی زاید و غیر ضروری
۳. خلاقیت و قدرت ابداع و نوع آوری
۴. روح احترام به مقررات و قوانین و تقسیم مسئولیت ها و وظایف

- ۲۴- کدام گزینه ملاک آزمون تعادلی نیست؟

۱. حرکت فرشته در زیمناستیک
۲. ایستادن روی یک پا با چشم اندازی
۳. آویزان شدن از میله افقی
۴. حفظ تعادل یک جسم مسطح در قسمت پایین پا

- ۲۵- اولین گام برای توسعه تربیت بدنی جدید چیست؟

۱. بازنگری اساسی در برنامه های آموزشی
۲. بازنگری اساسی در برنامه های پژوهشی
۳. بازنگری اساسی در برنامه ریزی و ارزشیابی

- تجربه نشان داده است مدارسی که آنها اهمیت ویژه برای ورزش قائل بوده اند، تیم های ورزشی آنها دارای سازماندهی منظم و موفقیت شان بسیار چشمگیر بوده است.

۱. معلمان
۲. مدیران
۳. معاونان
۴. دانش آموزان

- ۲۶- بحرانی ترین دوره زندگی کدام دوره است؟

۱. ۶ تا ۹ سال
۲. ۹ تا ۱۲ سال
۳. ۱۳ تا ۱۷ سال
۴. ۳ تا ۶ سال

- ۲۷- خصوصیات جسمانی دانش آموزان ۹ تا ۱۲ ساله کدام است؟

۱. در این دوره کم و بیش قدر و قواره دائمی خود را پیدا می کنند.
۲. دخترها و پسرهای نوجوان نسبت به کوتاهی یا بلندی و چاقی یا لاغری خود بیش از حد حساسند.
۳. عضلات به سرعت رشد می کنند و به قطر آنها افزوده می شود ولی استخوان بندی هنوز محکم نشده است.
۴. رشد عمومی بدن دختران سریعتر از پسران است اما پسران توانایی عمومی و قدرت بیشتری دارند.

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

سوی سوال : ۱ یک

تعداد سوالات : تستی : ۳۰ تشریحی : ۰

عنوان درس : تربیت بدنی در مدارس

رشته تحصیلی / گد درس : تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۲۱۵۰۳۷

-۲۹- کدام عبارت صحیح است؟

۱. کلاس داری به روش شاگرد محوری بیشتر در مدارس ابتدایی اجرا می شود.
۲. کلاس داری به روش دستوری بیشتر در دبیرستان اجرا می شود.
۳. کلاس داری به روش ارتباطی بیشتر در مدارس ابتدایی اجرا می شود.
۴. شیوه های مدیریت کلاسها اقتضایی است و بر اساس زمان و مکان و مقطع تحصیلی انتخاب می شود.

-۳۰- کدام عبارت از اهداف تربیت بدنی تکاملی نیست؟

۱. پرورش توانایی های حرکتی
۲. ارتقاء سطح آمادگی جسمانی
۳. رشد بلوغ عاطفی و خلاقیت و قدرت ابداع و نوآوری
۴. رشد پرورش سلامت عمومی