



سری سوال: یک ۱

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰۰

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

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

۱- کدام عبارت درباره ارزشیابی درست است؟

۱. داوری بر اساس مجموع اطلاعات به دست آمده است.
۲. ارزشیابی یکی از وظایف کم اهمیت معلم تربیت بدنی است.
۳. ارزشیابی هیچ نقشی در تعلیم و تربیت ندارد.
۴. ارزشیابی در آزمون های جسمانی کاربردی ندارد.

۲- تحلیل ها و تفاوت ها جزء کدامیک از حیطه های رفتاری است؟

۱. حیطه عاطفی
۲. حیطه روانی - حرکتی
۳. حیطه شناختی
۴. حیطه روانی

۳- اولویت بندی فعالیت ها در بحث عوامل موثر بر طراحی برنامه های تربیت بدنی در مدارس در کدام حیطه قرار دارد؟

۱. عوامل شخصی و گروهی
۲. نیازهای اجتماعی
۳. عوامل محیطی
۴. عوامل غیر مدرسه ای

۴- قد و وزن تقریبی یک کودک پنج ساله به ترتیب چند سانتی متر و چند کیلوگرم است؟

۱. ۱۱۵ سانتی متر، ۲۵ کیلوگرم
۲. ۱۱۰ سانتی متر، ۲۳ کیلوگرم
۳. ۱۱۰ سانتی متر، ۲۰ کیلوگرم
۴. ۱۱۵ سانتی متر، ۲۳ کیلوگرم

۵- کودکان پنج و شش ساله از چه طریقی برای فرو نشاندن خشم خود استفاده می کنند؟

۱. قهر کردن
۲. داد و فریاد کردن
۳. استفاده از زبان
۴. گریه کردن

۶- کدامیک از موارد زیر، از خصوصیات جسمانی دانش آموزان ۹ تا ۱۲ سال می باشد؟

۱. دانش آموزان دختر و پسر نسبت به کوتاهی یا بلندی، چاقی یا لاغری و تناسب اندام خود بیش از حد حساس اند.
۲. دانش آموزان در این سنین خستگی ناپذیر به نظر می رسند و قادرند تمرین های بدنی طولانی و مداوم داشته باشند.
۳. در این سنین به دلیل کوچک بودن شش ها در هنگام فعالیت های جسمانی تعداد تنفس و ضربان قلب به سرعت افزایش می یابد.
۴. سیستم عصبی در عضلات کوچک هنوز کارایی لازم را پیدا نکرده است و کودک در اجرای حرکات از عضلات بزرگ بدن استفاده می کند.



سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰۰

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

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

۷- کدام یک از گزینه های زیر درست نیست؟

۱. آمادگی جسمانی، آن دسته از قابلیت ها و توانایی هایی هستند که به صورت بالقوه در فرد وجود دارند.
۲. آمادگی حرکتی، آن دسته از استعداد ها و قابلیت ها که فرد در اثر آموزش به آنها می رسد.
۳. قدرت، استقامت، سرعت و چابکی اجزای آمادگی حرکتی هستند.
۴. آمادگی های جسمانی زیر بنای تمام فعالیت های بدنی و اجزای مهارت های ورزشی است.

۸- قبول مسئولیت و همکاری با گروه جز کدام یک از حیطه های رفتاری است؟

۱. عاطفی
۲. شناختی
۳. روانی - حرکتی
۴. روانی

۹- در این شیوه معلم محتوا یا نوع فعالیت را تعیین می کند، اما به بچه ها فرصت می دهد تا برای انجام دادن آن تصمیم بگیرند. ویژگی کدام شیوه تدریس است؟

۱. دستوری
۲. کشف حرکت
۳. دو جانبه
۴. تکلیفی

۱۰- مهمترین محاسن شیوه تدریس هدایت شده کدام گزینه است؟

۱. کنترل بهتر کلاس
۲. درک مثبت فرد از خود در اجرای یک مهارت
۳. توسعه مهارت، ارتباط، افزایش صبر و تحمل
۴. خود هدایتی

۱۱- کدام نوع ارزشیابی در سراسر دوره آموزشی یا برنامه تمرینی انجام می پذیرد؟

۱. ارزشیابی پایانی
۲. ارزشیابی پیشرفت
۳. ارزشیابی تکوینی
۴. ارزشیابی حرکتی

۱۲- اهداف تربیت بدنی معمولی را دنبال می کند اما با تغییرهایی در آنها تلاش می کند تا نیازهای کودکان استثنائی را برآورده سازد. تعریفی است از

۱. تربیت بدنی انطباقی
۲. تربیت بدنی تکاملی
۳. تربیت بدنی اصلاحی
۴. تربیت بدنی عمومی

۱۳- مهمترین صفت معلم دانش آموزان معلول در کلاس های ویژه چیست؟

۱. انگیزه و اشتیاق
۲. ابتکار و خلاقیت
۳. توانایی سازماندهی
۴. بلوغ عاطفی



سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

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

۱۴- کدام مورد در باره ماهیت تربیت بدنی در مدارس درست نیست؟

۱. تربیت بدنی جزئی لاینفک از برنامه های آموزش و پرورش بوده که در آن آموزش همگانی برای دانش آموزان مطرح است.
۲. هدف تربیت بدنی در مدارس صرفاً قهرمانی در یک رشته ورزشی است.
۳. در برنامه ریزی تربیت بدنی در مدارس به نیازهای واقعی دانش آموزان توجه می شود.
۴. هدف از تربیت بدنی در مدارس ایجاد شور و نشاط و یادگیری مهارت های کلی است.

۱۵- در این گونه کلاس ها معمولاً آن دسته از دانش آموزان که در اجرای مهارت های ورزشی دچار مشکل هستند و احتمال بهبود آنها هست شرکت می کنند تعریفی از

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

۱۶- کدام یک از گروه های سنی زیر قادر نیستند واکنش های عاطفی و هیجانی خود را کنترل نمایند و نسبت به شادی و ترس از خود واکنش نشان نمی دهند؟

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

۱۷- کدام مورد جز آزمون های تعادلی برای معلولان نیست؟

۱. ایستادن روی یک پا با چشمان باز
۲. ایستادن روی یک پا با چشمان بسته
۳. غلتیدن به جلو
۴. حرکت فرشته تعادلی ژیمناستیک

۱۸- مهمترین قسمت برنامه تربیت بدنی در مدارس و تعلیم و تربیت چیست؟

۱. ارزشیابی
۲. برنامه ریزی
۳. طرح درس
۴. کشف استعداد

۱۹- تدریس مهارت های پیشرفته ورزشی در کدامیک از گروه های سنی زیر انجام می شود؟

۱. ۵ تا ۶ ساله
۲. ۷ تا ۹ ساله
۳. ۱۲ تا ۱۴ ساله
۴. ۱۴ سال به بالا

۲۰- کدام مورد درباره مسوولیت والدین نسبت به شرکت فرزندانشان در برنامه های ورزشی مدارس درست نیست؟

۱. فرزندان خود را نسبت به شرکت در فعالیت های ورزشی در مدارس تشویق نمایند.
۲. به اهداف تربیتی، اخلاقی و آموزشی تربیت بدنی و تاثیر آن بر جسم و روان فرزندان توجه نمایند.
۳. ساعاتی را در هفته همراه با فرزندان خود به ورزش بپردازند.
۴. والدین مسوولیتی در قبال برنامه های ورزشی مدرسه و بهبود و گسترش کمی و کیفی برنامه ها ندارند.



سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰۰

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

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

۲۱- کدامیک از واژه های زیر مغایر تعریف لوبوش از علم تربیت بدنی است؟

۱. منظم بودن

۲. مجموع روش هایی است برای تبدیل بدن به یک وسیله مورد اعتماد

۳. اجتماعی شدن از طریق پرورش عوامل بیولوژیکی

۴. کنترل عوامل روانی - حرکتی

۲۲- کدامیک از موارد زیر، جزء (بازگشت به حالت اولیه) در اجرای یک جلسه تدریس تربیت بدنی محسوب می شود؟

۱. دادن پیامهای بهداشتی و اخلاقی

۲. آمادگی و بالا بردن درجه حرارت بدن

۳. مرور مهارت های آموزش داده شده

۴. حضور و غیاب

۲۳- در بحث اهداف عمومی تربیت بدنی دوره ابتدایی، کدام یک از موارد زیر ضرورتی ندارد؟

۱. تقویت روحیه اجتماعی

۲. ایجاد عادات ایمنی

۳. پرورش روحیه نظم و انضباط

۴. توسعه و رشد مهارت های شناختی

۲۴- پر کردن اوقات فراغت، به عضویت در آمدن تیمهای ورزشی و محبوبیت اجتماعی، هدف اصلی کدام پایه است؟

۱. پایه مقدماتی

۲. پایه دوم

۳. پایه سوم

۴. پایه چهارم

۲۵- عواملی که در برنامه ریزی و تعیین محتوای درس تربیت بدنی مورد استفاده قرار می گیرد شامل کدام یک از موارد زیر است؟

۱. مدرسه، جامعه، معلم

۲. جامعه، دانش آموزان، علوم ورزشی

۳. معلم، جامعه، دانش آموزان

۴. مدرسه، معلم، دانش آموزان

۲۶- بهترین زمانی که برای فعالیت کلاس های ویژه تربیت بدنی برای معلولان ارائه کرد چه زمانی است؟

۱. همزمان با انجام مسابقات

۲. همزمان با مسابقات کشوری

۳. همزمان با کلاس های عادی

۴. کلاس های فوق برنامه



سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

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

۲۷- کدام مورد جز وظایف و مسوولیت های کارشناس تربیت بدنی نیست؟

۱. تهیه امکانات و وسایل و تجهیزات ورزشی

۲. برنامه ریزی مسابقات قهرمانی دانش آموزان در فرصت های مناسب

۳. تهیه کتب و نشریات، راه اندازی کارگاههای آموزشی

۴. تشکیل پرونده بهداشتی - ورزشی

۲۸- مهمترین گام در ارائه درس تربیت بدنی در مدارس کدام است؟

۱. برنامه ریزی

۲. شناخت دانش آموزان

۳. سازماندهی امور

۴. کنترل

۲۹- اولین و مهمترین پایگاه حضور فعال و موثر دانش آموزان در فعالیت های تربیت بدنی کجاست؟

۱. کلاس ورزشی

۲. خانواده

۳. باشگاه های ورزشی

۴. کلاس های تربیت بدنی دانشگاه

۳۰- جهت رشد و نمو اندام ها و ایجاد هماهنگی بیشتر بین دست ها و پاهای کودکان ۳ تا ۶ سال در روز چند ساعت تمرین لازم است؟

۱. حداقل ۲ ساعت

۲. حداقل ۴ ساعت

۳. حداقل ۵ ساعت

۴. حداقل ۶ ساعت