

نام درس: تفکر و سبک زندگی

تاریخ امتحان:

ساعت امتحان:

مدت امتحان: ۳۰ دقیقه.

امتحانات نوبت دوم سال تحصیلی

نام و نام خانوادگی:

پایه و رشته: **هشتم**

نام پدر:

شماره داوطلب:

نمره به عدد:	نمره به حروف:	نمره تجدید نظر به عدد:	نمره به حروف:	محل مهر و امضاء مدیر
نام دبیر:	تاریخ و امضاء:	نام دبیر:	تاریخ و امضاء:	
ردیف	سوالات	بارم		

باسمه تعالی

بارم	سوالات	ردیف
۰.۵	در تعریف « عزت نفس » کدام مورد صحیح است؟ الف) احساس ارزشمند بودن ب) احساس محترم بودن و شریف بودن ج) احساس توانایی و کفایت د) تمام موارد	۱-
۰.۵	درباره ی ویژگی های مفهوم « اعتماد به نفس » کدام مورد صحیح است؟ الف) باور کردن خود ب) باور نداشتن توانایی ها و استعداد های ذاتی ج) نپذیرفتن ضعف های فردی د) عدم برنامه ریزی برای افزایش توانایی ها	۲-
	جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید.	۳-
۰.۵ یعنی برنامه ریزی و تلاش برای رسیدن به هدف و حرکت از وضع موجود به وضع مطلوب	
۰.۵ نوعی مبادله ی اطلاعات به صورت شفاهی یا نوشتاری بین دو نفر یا چند نفر درباره یک موضوع است	
۰.۵ وسیله ای است که از طریق آن انسان پیام خود را به فرد دیگر یا تعداد زیادی از مردم منتقل می کند	
۰.۵ هر نوع رفتاری است که سلامت جسمی و روانی فرد را در معرض خطر قرار می دهد	
	عناوین زیر را تعریف کنید.	۴-
۱	خودپنداره:	
۱	استرس:	

نام درس: تفکر و سبک زندگی

تاریخ امتحان:

ساعت امتحان:

مدت امتحان: ۳۰ دقیقه.

امتحانات نوبت دوم سال تحصیلی

نام و نام خانوادگی:

پایه و رشته: **هشتم**

نام پدر:

شماره داوطلب:

نمره به عدد:	نمره به حروف:	نمره تجدید نظر به عدد:	نمره به حروف:	محل مهر و امضاء مدیر
نام دبیر:	تاریخ و امضاء:	نام دبیر:	تاریخ و امضاء:	
ردیف	سوالات	بارم		

باسمه تعالی

ردیف	سوالات	بارم
۱-	در تعریف « عزت نفس » کدام مورد صحیح است؟ الف) احساس ارزشمند بودن ب) احساس محترم بودن و شریف بودن ج) احساس توانایی و کفایت د) تمام موارد	۰.۵
۲-	درباره ی ویژگی های مفهوم « اعتماد به نفس » کدام مورد صحیح است؟ الف) باور کردن خود ب) باور نداشتن توانایی ها و استعداد های ذاتی ج) نپذیرفتن ضعف های فردی د) عدم برنامه ریزی برای افزایش توانایی ها	۰.۵
۳-	جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید.	۰.۵
۰.۵ موفقیت یعنی برنامه ریزی و تلاش برای رسیدن به هدف و حرکت از وضع موجود به وضع مطلوب	۰.۵
۰.۵ گفت و گو نوعی مبادله ی اطلاعات به صورت شفاهی یا نوشتاری بین دو نفر یا چند نفر درباره یک موضوع است	۰.۵
۰.۵ رسانه وسیله ای است که از طریق آن انسان پیام خود را به فرد دیگر یا تعداد زیادی از مردم منتقل می کند	۰.۵
۰.۵ رفتار پرخطر هر نوع رفتاری است که سلامت جسمی و روانی فرد را در معرض خطر قرار می دهد	۰.۵
۴-	عناوین زیر را تعریف کنید.	۱
	خودپنداره:	
	هر انسانی تصویری از خود دارد و می تواند شخصیت خود را توصیف و ارزیابی کند به این تصور و ارزیابی خودپنداره گویند	
	استرس:	۱
	وارد شدن فشار روانی به یک فرد به دلیل روبه رو دن با یک مشکل -حادثه- یا قرار گرفتن در یک موقعیت ناراحت کننده	