درخت تو گر بار دانش بگیرد به زیر آوری چرخ نیلوفری را

نمونه سوالات امتحانی دی ماه

آیا با بسته جهش کانون آشنا هستید؟

یکی از ابتکارات امسال کانون فرهنگی آموزش(قلم چی) بسته جهش می‌باشد که در ۳ حوزه ، فرایند آموزش شما را تکمیل خواهد کرد و باعث پیشرفت نمرات شما در مدرسه میشود.



✓ **آزمون های تشریحی کانون از دوم دبستان تا دوازدهم: با هدف تمرین بیشتر و بهبود نمرات در مدرسه و امتحانات نیمسال اول و دوم**



✓ **فیلم های آموزشی آفلاین پیشرفت: تدریس توسط مجرب ترین دبیران پرمخاطب کشور، منطبق بر برنامه آموزش و پرورش و کتاب درسی با هدف پیشرفت در مدرسه**



✓ **نرم افزار پلکان یادگیری: شامل آزمون‌های تستی و تشریحی در سطوح مقدماتی و پیشرفته، با امکان ساخت آزمون در هر سطح دشواری**



kanoonBook.ir

برای دریافت جایزه ویژه از کانون بوک و یا آشنایی بیشتر با بسته جهش کانون، عدد ۳۳ را به سر شماره ۹۰۰۰۸۴۵۱ ارسال کنید.

www.kanoon.ir

	بسمه تعالی وزارت آموزش و پرورش اداره کل آموزش و پرورش استان **هرمزگان** مدیریت آموزش و پرورش شهرستان **قشم** **دبیرستان دخترانه غیردولتی پلکان** امتحان نوبت اول سال تحصیلی ۰۵-۱۴۰۴	نام ونام خانوادگی: پایه تحصیلی: هفتم درس: تفکر و سبک زندگی نام دبیر: تاریخ امتحان: ۱۴۰۴/۱۰/۱۷ مدت امتحان: ۲۰دقیقه

به سوالات زیر با دقت پاسخ دهید.

ردیف	سوال	بارم
۱	جای خالی را با کلمه مناسب پر کنید. الف : ..... مجموعه ای از ویژگی های جسمانی ، عاطفی ، اعتقادی ، اخلاقی وعقلانی یک فرد که موجب تفاوت او با دیگران می شود. ب : اهدافی که برای یک روز ، یک هفته یا یک ماه تنظیم می شوند را اهداف ..... می گوییم و اهدافی که برای ۵ سال ، ۱۰ سال و یا ۱۲ سال تنظیم می شوند را اهداف ..... می گوییم. برای استفاده بهتر از زمان به داشتن ..... و برنامه ریزی آگاهانه و انجام به موقع کارها نیازمندیم.	۱نمره
۲	تاب آوری به چه معناست ؟	۱نمره
۳	برنامه ریزی را تعریف کنید .	۱نمره
۴	خود آگاهی را تعریف کنید.	۱نمره
۵	اهمیت برنامه ریزی در مدیریت زمان را بنویسید .(دو مورد)	۱نمره
	جمع نمرات	۵ نمره

www-kanoon-ir

باآرزوی موفقیت و سربلندی شما

	بسمه تعالی وزارت آموزش و پرورش اداره کل آموزش و پرورش استان **هرمزگان** مدیریت آموزش و پرورش شهرستان **قشم** **دبیرستان دخترانه غیردولتی پلکان** امتحان نوبت اول سال تحصیلی ۱۴۰۴-۰۵	نام ونام خانوادگی: پایه تحصیلی: هفتم درس: تفکر و سبک زندگی نام دبیر: تاریخ امتحان: ۱۴۰۴/۱۰/۱۷ مدت امتحان: ۲۰دقیقه

به سوالات زیر با دقت پاسخ دهید.

ردیف	سوال	بارم
۱	جای خالی را با کلمه مناسب پر کنید. الف : هویت فردی مجموعه ای از ویژگی های جسمانی ، عاطفی ، اعتقادی ، اخلاقی وعقلانی یک فرد که موجب تفاوت او با دیگران می شود. ب : اهدافی که برای یک روز ، یک هفته یا یک ماه تنظیم می شوند را اهداف کوتاه مدت می گوییم و اهدافی که برای ۵ سال ، ۱۰ سال و یا ۱۲ سال تنظیم می شوند را اهداف بلند مدت می گوییم. برای استفاده بهتر از زمان به داشتن هدف و برنامه ریزی آگاهانه و انجام به موقع کارها نیازمندیم.	۱نمره
۲	تاب آوری به چه معناست ؟ تحمل سختی‌ها ، چاره جویی برای حل مشکل و دادنِ پاسخ مناسب به مشکلات	۱نمره
۳	برنامه ریزی را تعریف کنید . برنامه‌ریزی یعنی داشتن طرحی مشخص برای انجام تعدادی فعالیت‌های حساب شده برای رسیدن به اهداف مورد نظر	۱نمره
۴	خود آگاهی را تعریف کنید. شناخت ما، از خصوصیات ظاهری، افکار، باورها، ارزش ها، عواطف، نقاط قوت و ضعف، خواسته ها، علایق، ترس ها و یا نفرت های ما از چیزهای مختلف	۱نمره
۵	اهمیت برنامه ریزی در مدیریت زمان را بنویسید .(دو مورد) ۱ . برنامه‌ریزی به فرد کمک می‌کند اهداف خود را مشخص کند ، در تعیین اهداف اولویت‌ها را در نظر بگیرد و مشخص کند که .. ۱ . کدام یک از اهداف برایش مهمتر است ۲ . برای رسیدن به هر هدف چه کارهایی را و در چه مدتی از زمان باید انجام دهد ۳ . برای رسیدن به اهداف ، چه میزان از منابع مادی و مالی مورد نیاز است	۱نمره
	جمع نمرات	۵ نمره

باآرزوی موفقیت و سربلندی شما