نام:
نام خانوادگی:
کلاس :

باسمه تعالي

مدیریت آموزش و پرورش ناحیه ٤ تبریز

دبیرستان غیر دولتی پسرانه علوی – متوسطه دوره اول

مدارس غیردولتی علوی

آزمون درس : تفکر و سبک زندگی **پایه : هفتم**

تاریخ امتحان ۱۲/ ۱۰ / ۱۴۰۳ مدت امتحان: ۳۰ دقیقه تعداد صفحه: ۲ صفحه ۱

ردیف		بارم
۱	**جاهای خالی را باکلمات مناسب کامل کنید.** شیوهای رفتاری خانواده هدف پذیرش دیگران **الف)به روش و شیوه هایی که انسان در موقعیت مختلف در ارتباط با دیگران از خود نشان میدهد، ..... میگویند .** **ب)به خواسته و آرزوهایی که ما قصد داریم در زمان معین به آن ها برسیم، ..... میگویند.** **ج) سبک زندگی هر فرد به میزان زیادی توسط ..... مشخص میشود.**	۰/۷۵
۲	**گزینه صحیح را انتخاب کنید.** **الف) معنی مدیریت زمان در کدام گزینه آمده است؟** **۱) به خواسته ها و آرزوهایی که قصد داریم به آن ها برسیم ۲)مدیریت عمری که خداوند در اختیار ما قرار داده** **۳) استفاده درست از فرصت هایی که زندگی در اختیار ما قرار می دهد. ۴) گزینه ۲ و ۳** **ب) چه چیزی به طور کلی مشخص میکند که ما در برابر خداوند، خود، دیگران و طبیعت چه وظایفی داریم؟** **۱) مدیریت زمان ۲) سبک زندگی ۳) شرایط فرهنگی ۴) شرایط انسانی**	۰/۵
۳	**درستی یا نادرستی جملات زیر را مشخص کنید.** ص غ **الف) جنسیت یک فرد نمیتواند سبک زندگی آن شخص را تحت تاثیر قرار دهد.** ☐ ☐ **ب)برای استفاده بهتر از زمان به داشتن هدف و برنامه ریزی آگاهانه و انجام به موقع کارها نیازمندیم.** ص غ ☐ ☐	۰/۵
۴	**رامین اخلاق تندی دارد و اغلب اوقات با دوستانش قهر است. رفتار او را ارزیابی کنید و برای این مشکلش راه حلی ارائه دهید.**	۰/۲۵
	ادامه سوالات در صفحه بعدی	

www-kanoon.ir

ردیف	صفحه ۲	بارم
۵	خودآگاهی چیست؟	۱
۶	اهداف به چند دسته تقسیم می شوند؟ نام ببرید و یکی از آنها را به دلخواه توضیح دهید.	۱
۷	برنامه ریزی چه کمکی به شما می کند؟ نام برده و توضیح دهید.	۱

www-kanoon-ir

نمره به عدد:

نمره به حروف:

نام و نام خانوادگی دبیر مربوطه:

امضاء دبیرمربوطه :

نام:
نام خانوادگی:
کلاس :

باسمه تعالي

مدیریت آموزش و پرورش ناحیه ٤ تبریز

دبیرستان غیر دولتی پسرانه علوی – متوسطه دوره اول

مدارس غیردولتی علوی

آزمون درس : **پایه :**

تاریخ امتحان ۱۲/ ۱۰ / ۱۴۰۳ مدت امتحان: ۳۰ دقیقه تعداد صفحه: صفحه ۱

ردیف		بارم
۱	جاهای خالی را باکلمات مناسب کامل کنید. شیوه‌های رفتاری خانواده هدف پذیرش دیگران الف)به روش و شیوه هایی که انسان در موقعیت مختلف در ارتباط با دیگران از خود نشان میدهد، شیوه های رفتاری میگویند .(۰.۲۵) ب)به خواسته و آرزوهایی که ما قصد داریم در زمان معین به آن ها برسیم، .....هدف..... میگویند. (۰.۲۵) ج) سبک زندگی هر فرد به میزان زیادی توسط .....خانواده..... مشخص میشود. (۰.۲۵)	۰/۷۵
۲	گزینه صحیح را انتخاب کنید. الف) معنی مدیریت زمان در کدام گزینه آمده است؟(۰.۲۵) ۱) به خواسته ها و آرزوهایی که قصد داریم به آن ها برسیم ۲)مدیریت عمری که خداوند در اختیار ما قرار داده ۳) استفاده درست از فرصت هایی که زندگی در اختیار ما قرار می دهد. ۴) گزینه ۲ و ۳ ب) چه چیزی به طور کلی مشخص میکند که ما در برابر خداوند، خود، دیگران و طبیعت چه وظایفی داریم؟(۰.۲۵) ۱)مدیریت زمان ۲)سبک زندگی ۳) شرایط فرهنگی ۴) شرایط انسانی	۰/۵
۳	درستی یا نادرستی جملات زیر را مشخص کنید. الف) جنسیت یک فرد نمیتواند سبک زندگی آن شخص را تحت تاثیر قرار دهد. ص ☐ غ ☑ ب)برای استفاده بهتر از زمان به داشتن هدف و برنامه ریزی آگاهانه و انجام به موقع کارها نیازمندیم. ص ☑ غ ☐	۰/۵
۴	رامین اخلاق تندی دارد و اغلب اوقات با دوستانش قهر است. رفتار او را ارزیابی کنید و برای این مشکلش راه حلی ارائه دهید. او پرخاشگر است. (رفتار تهاجمی و پرخاشگرانه) ارزشیابی دانش آموز درمورد ارزیابی پرخاشگری و ارائه راه حل	۰/۲۵
	ادامه سوالات در صفحه بعدی	

www-kanoon-ir

ردیف	صفحه ۲	بارم
۵	**خودآگاهی چیست؟** **شناخت ما از خصوصیات ظاهری، افکار، ارزش ها، عواطف نقاط قوت و نقاط ضعف ، خواسته ها، عالیق، ترس ها و یا نفرت های ما از چیزهای مختلف.**	۱
۶	**اهداف به چند دسته تقسیم می شوند؟ نام ببرید و یکی از آنها را به دلخواه توضیح دهید.** **اهداف سه دسته اند. برخی از اهداف برای یک روز، یک هاته یا یک ماه تنظیم می شوند که به آنها اهداف کوتاه مدت می گویند. برخی از اهداف برای یک سال یا دو سال تنظیم می شوند و به آنها اهداف میان مدت گفته میشود. برخی از اهداف برای ۵ سال، ۱۰ سال یا ۱۲ سال تنظیم می شوند و به آنها اهداف بلند مدت می گویند.**	۱
۷	**برنامه ریزی چه کمکی به شما می کند؟ نام برده و توضیح دهید.** **۱-اهداف خود را مشخص کنید.** **۲-در تعیین اهداف، اولویت ها را در نظر بگیرید و مشخص کنید که کدام یک از اهداف برای شما مهم تر است.** **۳-برای رسیدن به هر هدف، چه کارهایی را و در چه مدتی از زمان باید انجام داد.** **۴-برای رسیدن به هدف، کدامیک از منابع مالی و مادی مورد نیاز است.**	۱

نمره به عدد:

نمره به حروف:

نام و نام خانوادگی دبیر مربوطه:

امضاء دبیرمربوطه :