امتحانات نوبت اول(دی ماه۱۴۰۲)	سازمان ملی پرورش استعدادهای درخشان اداره استعدادهای درخشان سیستان و بلوچستان مجتمع آموزشی پسرانه استعدادهای درخشان شهید بهشتی وزوان ایرانشهر	دبیر : استاد خداوردی
امتحان درس:تفکر وسبک زندگی		تعداد سوال:۵
پایه و رشته: هفتم-متوسطه اول		مدت امتحان: ۳۰ دقیقه
نام و نام خانوادگی :		تاریخ: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶
		ساعت‌شروع: ۱۰ صبح
		تعداد صفحه:۱

ردیف	سوالات	بارم
۱	**سوالات زیر با کدام یک ازجوابهای روبرو تکمیل می شوند؟(مشاهده/نظرسنجی)** **الف.چه تعداد از ساختمانهای محله شما با ویژگی های معماری ایرانی هماهنگی دارد؟** **ب.دانش آموزان مدرسه شما تا چه اندازه ازشیوه اداره مدرسه راضی هستند؟**	۱
۲	**خود آگاهی یعنی چه؟تعریف کنید.**	۱
۳	**هدف راتعریف کنید وبیان کنید که اهداف چند دسته اند؟**	۱
۴	**ارتباط چیست و چند مورد ازعناصر ارتباطی را نام ببرید.**	۱
۵	**مدیریت زمان را تعریف کنید.**	۱
	جمع بارم	۵

موفق و پیروز باشید....

www-kanoon-ir

محمدصدر انبیه پور رتبه ۵۸ کنکور استانی ۱۴۰۲ دانشجوی روانشناسی دانشگاه شهید بهشتی

پاسخ امتحان تفکر و سبک زندگی دبیرستان استعدادهای درخشان شهید بهشتی و زان ایرانشهر

۱ـ الف) مشاهده ب) نظر سنجی

۲ـ خودآگاهی یعنی شناخت ما، از خصوصیات ظاهری، افکار، باورها، ارزش‌ها، عواطف، نقاط قوت و ضعف، خواسته‌ها، علایق، ترس‌ها و یا نفرت‌های ما از چیزهای مختلف.

۳ـ به خواسته‌ها و آرزوهایی که ما قصد داریم در زمان معینی به آنها برسیم، هدف می‌گوییم.
اهداف سه دسته‌اند. برخی از اهداف برای یک روز، یک هفته یا یک ماه تنظیم می‌شوند، به آنها اهداف کوتاه‌مدت می‌گویند. برخی از اهداف برای یک سال و یا دو سال تنظیم می‌شوند و به آنها اهداف میان‌مدت می‌گویند. اما برخی از اهداف برای ۵ سال، ۱۰ سال و یا ۱۲ سال تنظیم می‌شوند و به آنها اهداف بلندمدت می‌گویند.

۴ـ ارتباط یعنی انتقال پیام از یک فرد به فرد دیگر، یا از یک فرد به عده‌ای از افراد به صورت کلامی (صحبت کردن با ماهایی مختلف، نوشته) و یا غیرکلامی (حرکات دست، حالت چهره، تصاویر، استفاده از لباس‌های خاص) با هدف تاثیرگذاری بر افکار، احساسات و رفتار دیگران. در ارتباط کلامی و غیرکلامی همواره چهار عنصر وجود دارد که به آنها عناصر ارتباطی می‌گویند: فرستنده پیام، گیرنده پیام، پیام و بازخورد نسبت به پیام.

۵ـ مدیریت زمان یعنی مدیریت عمری که خداوند در اختیار ما قرار داده است. به عبارت دیگر مدیریت زمان استفاده درست از فرصت‌هایی است که زندگی در اختیار ما قرار می‌دهد. برای استفاده بهتر از زمان به داشتن هدف و برنامه‌ریزی آگاهانه و انجام به موقع کارها نیاز مندیم.