به‌نام او که علم آموخت عالم را

آموزش وپرورش منطقه ۱۷ تهران

دبیرستان شهید مجتبی ناظم البکاء

امتحانات نوبت دوم – خرداد ۱۴۰۱

ردیف	تعداد صفحه : ۱ دانش آموز عزیز لطفا به سؤالات با خودکار آبی خوش خط وخوانا پاسخ دهید. صفحه ۱	بارم
۱-	صحیح یا غلط بودن عبارت های زیر را مشخص کنید . الف) نزول رحمت الهی و افزایش طول عمر از برخی آثار نیکی به والدین است . صحیح ☐ غلط ☐ ب) اضطراب نوعی فشار درونی ، ترس و نگرانی و یک حالت هیجانی است ، که بعد از روبرو شدن با یک موقعیت ناراحت کننده برای فرد به وجود می آید . صحیح ☐ غلط ☐ ج) برخوردمنطقی ، صادقانه و به موقع افراد با موضوعی که باعث تنش و مشکلات در زندگی فرد می شود جزء مدیریت اختلاف می باشد . صحیح ☐ غلط ☐ د) زمانی که انسان احساس می کند حقی از او ضایع شده ویا تحقیر شده است خشمگین نمی شود و مهم نیست . صحیح ☐ غلط ☐	۱
۲-	جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید . الف) ..... یعنی عدم توافق بین دو یا چند نفر برسر یک موضوع . ب) خشم عکس العمل انسان به یک موضوع ..... است . ج) به رابطه صمیمی و ..... و ..... در بین افراد دوستی گفته می شود . د) به تأثیرات یک دوست یا گروه دوستان در انتخاب یک تصمیم یا انجام یک کار، چه خوب چه بد ..... می گویند .	۱
۳-	جملات زیر را تکمیل کنید . الف) تاب آوری یعنی : ب) رفتارقاطعانه یعنی :	۱
۴-	خشم معمولا با چه هیجاناتی همراه است ؟ وچه افرادی در کنترل خشم خود موفق ترند ؟	۱
۵-	چگونه می توانیم بر اضطراب خود غلبه کنیم ؟ (۴ مورد)	۱
	سؤالات آزاد	
۱-	چند نوع ارتباط داریم ؟ یکی از آنها را مختصرا توضیح دهید .	۰/۵
۲-	سبک زندگی مردم کشور ما چیست ؟ دو عنصر مهم که هویت مردم ایران را تشکیل می دهند ، کدامند ؟	۰/۵

نمره کتبی : جمع کل نمره :	نمره عملی : امضای مصحح :	۵نمره

نام طراح سؤال : آقای علیرضا جعفری **موفق باشید** **گروه تفکر وسبک زندگی دبیرستان شهید ناظم البکاء**

به‌نام او که علم آموخت عالم را

آموزش وپرورش منطقه ۱۷ تهران

دبیرستان شهید مجتبی ناظم البکاء

امتحانات نوبت دوم – خرداد ۱۴۰۱

ردیف	تعداد صفحه: ۱ دانش آموز عزیز لطفا به سؤالات با خودکار آبی خوش خط وخوانا پاسخ دهید. صفحه ۱	بارم
۱-	صحیح یا غلط بودن عبارت های زیر را مشخص کنید . الف) نزول رحمت الهی و افزایش طول عمر از برخی آثار نیکی به والدین است . صحیح ☑ غلط ☐ ب) اضطراب نوعی فشار درونی ، ترس و نگرانی و یک حالت هیجانی است ، که بعد از روبرو شدن با یک موقعیت ناراحت کننده برای فرد به وجود می آید . صحیح ☐ غلط ☑ ج) برخوردمنطقی ، صادقانه و به موقع افراد با موضوعی که باعث تنش و مشکلات در زندگی فرد می شود جزء مدیریت اختلاف می باشد . صحیح ☑ غلط ☐ د) زمانی که انسان احساس می کند حقی از او ضایع شده ویا تحقیر شده است خشمگین نمی شود و مهم نیست . صحیح ☐ غلط ☑	۱
۲-	جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید . الف) اختلاف یعنی عدم توافق بین دو یا چند نفر برسر یک موضوع . ب) خشم عکس العمل انسان به یک موضوع ناخوشایند است . ج) به رابطه صمیمی و داوطلبانه و عاطفی در بین افراد دوستی گفته می شود . د) به تأثیرات یک دوست یا گروه دوستان در انتخاب یک تصمیم یا انجام یک کار، چه خوب چه بد فشار همسالان می گویند .	۱
۳-	جملات زیر را تکمیل کنید . الف) تاب آوری یعنی: تحمل سختی ها ، چاره جویی برای حل مشکل ودادن پاسخ مناسب به مشکلات . ب) رفتارقاطعانه یعنی: شجاعت در بیان عقاید بصورت مستقیم و صادقانه به طرف مقابل .	۱
۴-	خشم معمولا با چه هیجاناتی همراه است ؟ وچه افرادی در کنترل خشم خود موفق ترند ؟ خشم معمولا با هیجان های منفی نظیرپرخاشگری ، کینه توزی ، خصومت ، تنفر ، حسادت ، رنجش ، تحقیر و ناراحتی همراهات . افراد متدیّن و معتقد به آداب و مبانی اخلاقی درکنترل خشم خود موفق ترند .	۱
۵-	چگونه می توانیم بر اضطراب خود غلبه کنیم ؟ (۴ مورد) توکل به خدا ، داشتن تفکر مثبت ، تسلط داشتن برخود ، دوری ازتفکرات منفی و ایمان و توکل به خدا	۱
	سؤالات آزاد	
۱-	چند نوع ارتباط داریم ؟ یکی از آنها را مختصرا توضیح دهید . ارتباط خانوادگی ، مجاورتی ، عملکردی	۰/۵
۲-	سبک زندگی مردم کشور ما چیست ؟ دو عنصر مهم که هویت مردم ایران را تشکیل می دهند ، کدامند ؟ سبک زندگی ، مردم کشورما اسلامی ، ایرانی است ، اسلام و فرهنگ ایران دو عنصر مهم هستند که هویت مردم ایران را تشکیل می دهند .	۰/۵

	نمره کتبی : ۵ نمره : ۲۰	نمره عملی : ۱۵ امضای مصحح :	جمع کل	۵نمره

نام طراح سؤال : آقای علیرضا جعفری **موفق باشید** **گروه تفکر وسبک زندگی دبیرستان شهید ناظم البکاء**