به نام خداوند دل های پاک  که نامش بود در دلت تابناک  به نام کسی که تورا آفرید  سرآغاز عشق است و نور و امید

| مدیریت آموزش و پرورش شهرستان ایذه | دبیرستان نمونه دولتی حورا | نمره | مهر آموزشگاه |
|---|---|---|---|
| سوالات ارزشیابی نوبت: دوم | درس:تفکر و سبک زندگی | پایه: هفتم | |
| شامل سوال در یک صفحه | تاریخ آزمون: ۱۴۰۲/۰۳/۰۱ | مدت آزمون : ۳۰ دقیقه | |

| نام | نام خانوادگی | نام پدر | شماره دانش آموزی | نام دبیر |
|---|---|---|---|---|
| | | | | فاطمه ال محمدی |

| ردیف | سؤالات<br>**بعضی ها به معجزه اعتقاد دارن ولی من به خودم اعتقاد دارم چون روح خالقم در من دمیده شده است** | بارم |
|---|---|---|
| ۱ | صحیح و غلط بودن جملات زیر را مشخص کنید.<br>*برنامه ریزی یعنی انجام تعدادی فعالیت حساب شده برای رسیدن به اهداف مورد نظر. ص غ<br>* مدیریت زمان به معنی استفاده درست از فرصت های است که زندگی در اختیار ما قرار داده است.ص غ<br>*به خواسته ها و آرزو های که ما قصد داریم در زمان معینی به آنها برسیم هدف می گویند. ص غ<br>*اهداف که برای ۵ سال تنظیم می شوند اهداف میان مدت نام دارند. ص غ | ۱ |
| ۲ | دو مورد از موارد اختلاف خود را با اعضای خانواده بیان کنید و برای حل هر کدام یک راهکار بنویسید. | ۱ |
| ۳ | در چه مواقعی دچار اضطراب می شوید؟دو مورد از راهکارهای غلبه بر اضطراب را نام ببرید. | ۱ |
| ۴ | در چه مواقعی خشمگین می شوید؟ از چه راهکارهای برای رهایی از خشمتان استفاده می کنید؟(برای هر کدام دو مورد بنویسید) | ۱ |
| ۵ | بهترین نکته ای که از کلاس درس تفکر آموختی را در قالب یک تا دو جمله بیان کنید. | ۱ |

**زندگی مثل دایره ست ،هر کاری کنی آخرش برمیگرده به خودت**

برای خانم آل محمد هر حرفی دوس داری بنویس.....