

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی - تشریحی -

نام درس: مبانی روانی اجتماعی در تربیت بدنی

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۷۲

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۵۰ دقیقه تشریحی ۱۰ دقیقه

[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست] ☆ سوالات تئوری نمره منفی دارد

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

۱. تعریف هرسی و بلانچارد از انگیزه چیست؟
 - الف. نیازها و طپش‌های درونی یک فرد
 - ب. اندیشه کلی از فعالیتی اختیاری
 - ج. پذیرش هنجارهای گروهی
 - د. انتظارات افراد و گروه‌ها از یکدیگر
۲. ورزش در اقتصاد دولت‌های بلوک شرق در اختیار کدامیک از عوامل زیر می‌باشد؟
 - الف. صاحبان باشگاه‌های ورزشی
 - ب. بخش خصوصی
 - ج. دولت
 - د. مردم
۳. کدامیک از روانشناسان زیر، روانشناسی را به مفهوم علم رفتار می‌دانند؟
 - الف. مکتب روانکاوی
 - ب. مکتب رفتارگرا
 - ج. مکتب گشتالت
 - د. مکتب ساخت‌گرایان
۴. کدامیک از مفاهیم زیر از اهداف روانشناسی ورزش بررسی و مطالعه قرار دارند؟
 - الف. احترام به قوانین
 - ب. مجبور بودن روح
 - ج. نیروهای اجتماعی
 - د. حس نوع دوستی
۵. کدامیک از تعاریف زیر از بازی متعلق به هلمی تعلیم و تربیت است؟
 - الف. حرکت؛ جنبش و فعالیت
 - ب. فعالیت یا حرکت در جهت تفریح
 - ج. آزادی یا تعیین حدود برای حرکت و فعالیت
 - د. عامل توسعه تصور ذهنی کودک از خود
۶. کدامیک از بازی‌های زیر را کودکان بدون داشتن وسیله‌ای معین انجام می‌دهند؟
 - الف. تقلیدی
 - ب. ترکیبی
 - ج. انتخابی
 - د. غیرارادی
۷. کدامیک از بازی‌های زیر در قالب رقص‌های محلی برگرفته از سنت‌ها و آداب و رسوم قومی انجام می‌گردد؟
 - الف. بازی‌های ورزشی
 - ب. بازی‌های ریتمیک
 - ج. بازی‌های نمایشی
 - د. بازی‌های تیمی
۸. به اعتقاد کدامیک از افراد زیر، بازی جهت حفظ الگوهای اجتماعی، موجودیت نظام اجتماعی و تحقق اهداف گروهی، ضرورت دارد؟
 - الف. فروبل
 - ب. شاتو
 - ج. رابرت
 - د. گروس
۹. آماده‌سازی کودکان در جهت سازگاری با محیط، ویژگی اصلی کدامیک از بازی‌های زیر می‌باشد؟
 - الف. انتخابی
 - ب. تقلیدی
 - ج. ترکیبی
 - د. غیرارادی
۱۰. در چه سنی پسران به بازی‌های با تحرک و فعال و دختران به بازیهای کم تحرک و آرام علاقه‌مندی بیشتر نشان می‌دهند؟
 - الف. ۷ تا ۹ سالگی
 - ب. ۵ تا ۷ سالگی
 - ج. ۹ تا ۱۱ سالگی
 - د. ۸ تا ۱۰ سالگی
۱۱. پافشاری در تکرار رفتار و وسواسی بودن نسبت به اجرای فعالیت از ویژگی‌های مهم کدام مکانیسم دفاعی است؟
 - الف. همانندسازی
 - ب. واکنش‌سازی
 - ج. تثبیت
 - د. جبران
۱۲. در کدامیک از مکانیسم‌های زیر فرد به استناد دادن صفات پسندیده دیگران به خود اقدام می‌نماید؟
 - الف. درون فکنی
 - ب. بازگشت
 - ج. انکار
 - د. برون فکنی
۱۳. علائمی مانند: لرزش اندام، تندشدن تکلم، جویدن ناخن و بیقراری از کدامیک از تغییرات زیر هستند؟
 - الف. روانی
 - ب. جسمانی
 - ج. رفتاری
 - د. اجتماعی

نام درس: مبانی روانی اجتماعی در تربیت بدنی

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی - تشریحی -

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۷۲

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۵۰ دقیقه تشریحی

[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ☆ سوالات تئوری نمره منفی دارد]

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

۱۴. افرادی که بتوانند با تعیین اهداف واقعی بر اساس توانائی‌های واقعی خود به زندگی ادامه دهند، چه نوع اعتماد بنفسی دارند؟
 - الف. اعتماد بنفس کاذب
 - ب. اعتماد بنفس مطلوب
 - ج. ضعف اعتماد بنفس
 - د. اعتماد بنفس حقیقی
۱۵. کاهش احساس مسئولیت، کدامیک از علائم ناشی از افزایش انرژی روانی است؟
 - الف. روانی
 - ب. فیزیولوژیکی
 - ج. رفتاری
 - د. اجتماعی
۱۶. افزایش سطح نورایی نفرین در انسان کدام حالت زیر را سبب می‌شود؟
 - الف. کاهش اضطراب و نگرانی
 - ب. کاهش آرامی و سبکی
 - ج. افزایش اضطراب و نگرانی
 - د. افزایش آرامش و سبکی
۱۷. عدم تمرکز بر روی جنبه‌های شخصیتی ورزشکاران موجب بهبود کدام عامل انگیزشی در ورزشکاران می‌گردد؟
 - الف. انگیزش محیطی
 - ب. هدف‌گذاری
 - ج. حرمت نفس
 - د. انگیزش ابزاری
۱۸. کدام دسته از بازی‌های زیر جهت ارضاء خواسته‌های درونی کودکان انجام می‌پذیرد؟
 - الف. تخریبی، تجسمی و کارکردی
 - ب. دستی، بدنی و نمایشی
 - ج. حسی، حرکتی و تخیلی
 - د. نشاط‌آور، پرخاشگرانه و تخریبی
۱۹. حرکاتی مانند مکیدن انگشت در کودکان و دست و پا زدن جزء کدام بازی‌ها محسوب می‌شوند؟
 - الف. جستجوگرانه
 - ب. کارکردی
 - ج. تجسمی
 - د. نشاط‌آور
۲۰. بازی‌های نمایشی از تقسیم‌بندی‌های کدام یک از بازی‌های زیر است؟
 - الف. شناختی
 - ب. لفظی
 - ج. آموزشی
 - د. عقلانی
۲۱. کدامیک از موارد زیر جزء روش‌های شناختی کنترل استرس می‌باشد؟
 - الف. متوقف کردن تفکرات منفی
 - ب. ریلکس پیشرفته
 - ج. کاهش عدم اعتماد
 - د. ریلکس تصویری
۲۲. روش‌های کنترل استرس از طریق مهندسی محیط چیست؟
 - الف. کاهش عدم اعتماد و کاهش اهمیت نتیجه
 - ب. ریلکس خودگردان و ریلکس بیوفیدبکی
 - ج. تلقیح استرس و صحبت زیرکانه
 - د. ایجاد تفکر منطقی و اساسی
۲۳. تأثیر ماده شیمیایی دوپامین در ورزشکاران، سبب بروز چه حالتی می‌شود؟
 - الف. پرخاشگری
 - ب. سستی
 - ج. هیجان
 - د. انگیختگی
۲۴. زودرنج و حساس بودن از کدام علائم مربوط به ضعف اعتماد بنفس می‌باشد؟
 - الف. جسمانی
 - ب. شخصیتی
 - ج. روانی
 - د. اجتماعی
۲۵. مطالعه رفتارهای گروهی در بررسی پدیده‌های اجتماعی، شامل کدامیک از موارد زیر می‌شود؟
 - الف. افکار عقاید اجتماعی
 - ب. نهادهای اجتماعی
 - ج. روابط موجود بین نهادهای جامعه
 - د. منابع و امکانات جامعه

نام درس: مبانی روانی اجتماعی در تربیت بدنی

رشته تحصیلی: گرایش: تربیت بدنی

کد درس: ۲۰۲۳۷۲

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی - تشریحی -

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۵۰ دقیقه تشریحی ۱۰ دقیقه

[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست] ☆ سوالات تستی نمره منفی دارد

تعداد کل صفحات: ۳

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

۲۶. شرایط نامطلوب و روش های غلط آموزشی در ورزش از اجزای کدام یک از علل زیر می باشد؟

الف. علل جسمانی ب. علل تربیتی - ذهنی ج. علل عاطفی د. علل ارتباطی

۲۷. اولین نشانه پرخاشگری در رفتار کودکان سه تا هفت ساله به کدامیک از موارد زیر ارتباط دارد؟

الف. اطاعت از قانون ب. زندگی اجتماعی ج. وابستگی عاطفی د. اثبات ذات خویش

۲۸. اعتقاد به رفع خستگی و جبران انرژی مصرفی بواسطه شرکت در بازی به کدامیک از تئوری های زیر مربوط است؟

الف. غریزی ب. بازیابی ج. انرژی اضافی د. تفریحی

۲۹. کدامیک از علائم زیر نشانگر حالت واقعی ریلکس می باشد؟

الف. تنفس عمیق و یکنواخت ب. عضلات منقبض و آرام

ج. تنفس عمیق و تند د. ضربان تند و یکنواخت

۳۰. کدامیک از بازی های زیر از جنبه بازی درمانی مورد استفاده قرار می گیرند؟

الف. بازی های تخیلی ب. بازی های تفریحی ج. بازی های بدنی د. بازی های نمادی