

زمان آزمون (دقیقه): نستی: ۶۰ تشریحی: ۰

نعداد سوالات: نستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۳۱۵۰۲۲

۱- گرایش هایی که میان افراد و گروهها به وجود می آیند مربوط به کدام مورد می باشد؟

۱. حالات عاطفی ۲. فعالیت ها ۳. مسائل اقتصادی ۴. کنشهای اجتماعی

۲- شروع آشنایی با دیدگاهها و نقطه نظرات دیگران، در کدام مرحله از اخلاق فردی انجام است؟

۱. مرحله توجه فردی به قوانین ۲. مرحله شناختی
۳. مرحله قبل از توجه فردی به قوانین ۴. مرحله رفتاری

۳- آماده سازی کودکان برای سازگاری با محیط، ویژگی اصلی کدام یک از بازی های زیر است؟

۱. غیر ارادی ۲. ترکیبی ۳. انتخابی ۴. تقلیدی

۴- کدام گزینه از بازیهای آموزشی می باشد؟

۱. دستی ۲. لفظی ۳. شناختی ۴. حسی

۵- غلبه بر موانع با استفاده از آمادگی جسمانی، هدف اصلی کدام یک از موارد زیر است؟

۱. بنیادی ۲. رقابتی ۳. تخیلی ۴. تخریبی

۶- کدام شیوه زیر، کاهش تنش از طریق شناختی است؟

۱. آرام بخشی بیوفیدبکی ۲. تلقیح تنش
۳. کاهش میزان اهمیت توجه ۴. آرام بخشی تصویری

۷- کدام گزینه روش کاهش تنش از طریق جسمانی است؟

۱. کاهش میزان بی اعتمادی به خود ۲. کاهش میزان اهمیت نتیجه
۳. آرام بخشی بیوفیدبکی ۴. ایجاد تفکر اساسی و منطقی

۸- توانایی نگهداری توجه بر روی محرک انتخاب شده در واحد زمان را چه می گویند؟

۱. اعتماد به نفس ۲. انرژی روانی مثبت ۳. انگیزش ۴. تمرکز

۹- در کدام یک از ورزشهای زیر لازم است میزان انگیزش مطلوب بالاتر باشد؟

۱. شیرجه ۲. گلف ۳. وزنه برداری ۴. ژیمناستیک

۱۰- عدم تمرکز بر جنبه های شخصیتی ورزشکاران موجب بهبود کدام گزینه می شود؟

۱. انگیزش ابزاری ۲. حرمت نفس ۳. انگیزش پیرامونی ۴. هدف چینی

زمان آزمون (دقیقه): نستی: ۶۰ نثری: ۰

تعداد سوالات: نستی: ۳۰ نثری: ۰

عنوان درس: مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۳۱۵۰۲۲

۱۱- هدف اصلی تعلیم و تربیت در جامعه های نخستین چه بوده است ؟

۱. آموزش شکار و جمع آوری خوراک
۲. تولید مثل و آموزش حیوانات
۳. مقابله با خطرهای تهدید کننده حیات
۴. تعالی انسان و رسیدن به تکامل

۱۲- اساسی ترین و مهم ترین بخش نهادهای تفریحی کدام گزینه است؟

۱. ورزش
۲. توسعه پارک ها
۳. افزایش فرهنگ شهروندی
۴. توسعه آموزش و پرورش

۱۳- موثرترین و اثربخش ترین امتیاز در تعریف اوقات فراغت چیست؟

۱. کسب سلامتی
۲. هدفدار بودن
۳. اشتغالات
۴. داوطلبانه بودن

۱۴- برای ایجاد تغییر در رفتار ورزشکاران کدام گزینه به زمان کمتری نیازمند است و ساده ترین نوع تغییر است ؟

۱. دانش
۲. نگرش
۳. رفتار فردی
۴. رفتار گروهی

۱۵- برای کدام گروه، حضور تماشاگران با اهداف رقابتی، انگیزه ای مطلوب می باشد؟

۱. ورزشکاران نوآموز
۲. غیر ورزشکاران
۳. مربیان باشگاهی
۴. ورزشکاران متوسط و عالی

۱۶- فروید عقیده داشت که برای کشف منبع اختلالات و تعارض های روانی باید از چه روش فنی استفاده کرد؟

۱. کارکرد گرایی
۲. رفتار گرایی
۳. ساخت گرایی
۴. روانکاوی

۱۷- ویلهلم وونت چه مکتبی را در روانشناسی به وجود آورد؟

۱. کارکرد گرایی
۲. رفتار گرایی
۳. روانکاوی
۴. ساخت گرایی

۱۸- تغییر کدامیک از موارد زیر آسانتر از سایر موارد است؟

۱. دانش
۲. نگرش ها
۳. رفتار فردی
۴. رفتار گروهی

۱۹- بازیهای که بدون وسیله انجام می شوند مانند لی لی و دویدن جز کدامیک از بازیها محسوب می شوند ؟

۱. غیر ارادی
۲. تقلیدی
۳. ترکیبی
۴. انتخابی

۲۰- از نظر روانشناسان علل تفاوت های فردی کدام عوامل است؟

۱. ارثی و محیطی
۲. عاطفی و ارتباطی
۳. تربیتی و ذهنی
۴. جسمانی و ارتباطی

زمان آزمون (دقیقه): ۶۰ :نستی: ۶۰ :تشریحی: ۰

نعداد سوالات :نستی: ۳۰ :تشریحی: ۰

عنوان درس: مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۳۱۵۰۲۲

۲۱- انتظاری که ورزشکار برای رسیدن به موفقیت از خودش دارد و در دوران کودکی شکل می گیرد چه نام دارد؟

۱. خودباوری ۲. خودیابی ۳. انرژی روانی ۴. اعتماد به نفس

۲۲- لرزش خفیف دستها از علائمضعف اعتماد به نفس می باشد؟

۱. جسمانی ۲. شخصیتی ۳. روانی ۴. اجتماعی

۲۳- کدام گزینه جزء بازی های آموزشی می باشد؟

۱. بازی های تخیلی ۲. بازی های بدنی
۳. بازی های نمادی ۴. بازی های حسی و عاطفی

۲۴- در کدام رفتار فرد، احساس خود را از شخص مسبب ناکامی به دیگری منتقل می کند؟

۱. واپس روی ۲. جابجایی ۳. دلیل تراشی ۴. تسلیم

۲۵- انکار با کدام پدیده ارتباط تنگاتنگی دارد؟

۱. بازگشت ۲. همانندسازی ۳. خیالبافی ۴. جابه جایی

۲۶- عدم توانایی بر جنبه های شخصیتی و احترام گذاری به خویشان باعث از بین رفتن چه عاملی می شود؟

۱. انگیزش ابزاری ۲. حرمت نفس ۳. انگیزش پیرامونی ۴. هدف چینی

۲۷- کدام یک از نظریات معروف در مورد بازی در مقابل «نظریه انرژی اضافی» قرار می گیرد؟

۱. نظریه تفریحی ۲. نظریه غریزی ۳. نظریه بازیابی ۴. نظریه تصفیه

۲۸- هدف اصلی از پرخاشگری خصمانه کدام است؟

۱. دریافت پاداش ۲. تحسین و تقویت بیرونی
۳. نمایش برتری جسمانی ۴. ارضای نیاز شخصی

۲۹- توانایی نگهداری توجه بر روی محرک انتخاب شده در واحد زمان را چه می گویند؟

۱. انگیزش ۲. انرژی روانی مثبت ۳. اعتماد به نفس ۴. تمرکز

۳۰- اولین مرحله در انتخاب سبک مربیگری کدام است؟

۱. ارتباط ۲. اعتماد ۳. تشخیص ۴. انطباق