

نام درس: مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی
 رشته تحصیلی و کد درس: تربیت بدنی (۱۲۱۵۰۲۲)
 زمان آزمون: تستی: ۴۵ تشریحی: -- دقیقه
 آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗
 کد سری سؤال: یک (۱)
 استفاده از: --
 مجاز است.

امام علی^(ع): شرافت به خرد و ادب است نه به دارایی و نژاد.

۱. هدف از رشته جامعه شناسی ورزشی چیست؟
 - الف. مطالعه و بررسی فعالیت های ورزشی در روند کلی تاریخ با توجه به قوانین اجتماعی.
 - ب. شناخت و معرفی عوامل اجتماعی که با فعالیت های اجتماعی درگیر می باشند.
 - ج. شناخت رابطه فعالیت های بدنی و مسائل و مشکلات اجتماعی
 - د. شناخت و مطالعه راه حل های علمی توسط فعالیت های ورزشی برای برطرف کردن مشکلات اجتماعی
۲. مایشینی شدن زندگی و پیدایش ابزار پیشرفته کامپیوتری در قرن ۲۰ منجر به کدامیک از عوارض در افراد نمی گردد؟
 - الف. عوامل تنش زا و افزایش اضطراب
 - ب. تغییر شکل ستون فقرات
 - ج. مشکلات روانی و اجتماعی
 - د. ایجاد اختلال در رشد طبیعی بدن و عدم بروز روابط اجتماعی
۳. از اساسی ترین و مهمترین نهادها که ابزار با ارزشی در هر جامعه تلقی می شود کدام است؟
 - الف. نهاد ورزش و فعالیت های روانشناختی
 - ب. نهاد ورزش و فعالیت های حرکتی
 - ج. نهاد ورزش و فعالیت های اقتصادی
 - د. نهاد ورزش و فعالیت های اجتماعی
۴. به عقیده « جورج هومنز » کدامیک از موارد زیر جزء عوامل موجود در هر نظام اجتماعی است؟
 - الف. فعالیت های ورزشی
 - ب. مبانی روانی و اجتماعی
 - ج. حفظ سلامت
 - د. کنشهای متقابل
۵. برای آنکه بتوان تا حد امکان از تنوع و تعدد قضاوت های مرییان مختلف در یک نوع رفتار در موقعیت های مشابه جلوگیری کرد احتیاج به چیست؟
 - الف. اخلاق فردی
 - ب. احترام متقابل اجتماعی
 - ج. مدل های تحلیل رفتار اخلاقی
 - د. کد اخلاقی
۶. کدامیک از موارد زیر جزو مدلهای تصمیم گیری اخلاقی از نظر «کاونان» می باشد؟
 - الف. صحت و سودمندی
 - ب. اخلاق فردی
 - ج. فرهنگ پذیری
 - د. عدالت
۷. مؤثرترین و اثر بخش ترین امتیاز در تعریف اوقات فراغت چیست؟
 - الف. اشتغالات
 - ب. داوطلبانه بودن
 - ج. هدفدار بودن
 - د. کسب سلامتی
۸. کدامیک از عوامل زیر سبب علاقه مردم به ورزش و تماشای آن می گردد؟
 - الف. گسترش روابط اجتماعی
 - ب. انتقال فرهنگ و ارزشها
 - ج. اهداف سودجویانه
 - د. کمبود تفریحات سالم و سازنده
۹. نویسندگان وقایع ورزشی جزء کدامیک از تماشاگران می باشند؟
 - الف. تماشاگران عادی
 - ب. تماشاگران رسانه ای
 - ج. تماشاگران پنهان
 - د. تماشاگران ارزیابی کننده
۱۰. کدامیک از روانشناسان به نقش بینش در یادگیری تأکید فراوان داشت؟
 - الف. فروید
 - ب. جان دیویی
 - ج. ویلهلم وونت
 - د. کهلر
۱۱. از ویژگی های اصلی رشته روانشناسی ورزشی چیست؟
 - الف. اجرای مهارت های حرکتی در یادگیری
 - ب. تمرکز مطالعه رفتار فرد در فعالیت های ورزشی
 - ج. تشریح علل روانی و ناتوانی در اجرای مطلوب مهارتها
 - د. تأثیر محیط و عوامل مربوط به آن در یادگیری

نام درس: مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی
رشته تحصیلی و گند درس: تربیت بدنی (۱۲۱۵۰۲۲)

زمان آزمون: تستی: ۴۵ تشریحی: -- دقیقه

آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

کد سری سؤال: یک (۱)	استفاده از: --	مجاز است.		
۱۲. عامل کلیدی در اجرای هر نوع فعالیت چیست؟	الف. انگیزش	ب. تمرکز و توجه	ج. اعتماد به نفس	د. انرژی روانی
۱۳. نظریه «انرژی اضافی» را چه کسی مطرح کرده است؟	الف. اسپنسر	ب. هارتمن	ج. لازاروس	د. استانلی هال
۱۴. کدامیک از موارد زیر در تقسیم بندی بازیهای مراحل اولیه کودکی می باشد؟	الف. بازیهای تقلیدی	ب. بازیهای اجتماعی	ج. بازیهای ارادی	د. بازیهای آموزشی
۱۵. هدف از «پرخاشگری ابزاری» چیست؟	الف. ارضای نیاز شخصی و آسیب رسانی	ب. ارضای نیاز شخصی و دریافت پاداش درونی	ج. دریافت پاداش و تقویت کننده مثبت بیرونی	د. دریافت پاداش مادی و ارضای شخصی
۱۶. مربیان برای اجرای صحیح و موفقیت آمیز وظایف به چه چیزی احتیاج دارند؟	الف. فلسفه مربیگری	ب. خودآگاهی	ج. اصول حاکم بر زندگی	د. تمرکز حواس
۱۷. وقتی فردی مجموعه ای از صفات و خصوصیات مطلوب را که از دیگران سراغ دارد به من نسبت می دهد از چه مکانیسم دفاعی استفاده کرده است؟	الف. جابجایی	ب. واکنش سازی	ج. برون فکنی	د. درون فکنی
۱۸. بازیهای نمایشی جزء کدامیک از بازیها می باشد؟	الف. بازیهای آموزشی	ب. بازیهای شناختی	ج. بازیهای حسی - حرکتی	د. بازیهای کارکردی
۱۹. کدامیک از روشهای زیر جزء روشهای کاهش تنش می باشد؟	الف. روش مهندسی	ب. روش شناختی	ج. روش انرژی درمانی	د. روش تمرکز حواس
۲۰. دلیل اضطراب در افراد، می تواند کدامیک از موارد زیر باشد؟	الف. آمادگی جسمانی بیش از اندازه	ب. عدم شناخت کافی از خود	ج. اختلالات متابولیکی	د. عدم توجه و تمرکز
۲۱. اولین کنگره بین المللی روانشناسی ورزش در چه سالی و در کدام شهر یا کشور تشکیل گردید؟	الف. ۱۹۶۰ - آلمان (برلین)	ب. ۱۹۶۵ - رم	ج. ۱۹۷۷ - پاریس	د. ۱۹۸۱ - کانادا
۲۲. رکود یادگیری می تواند معلول چه عواملی باشد؟	الف. اضطراب و فقدان آمادگی جسمانی	ب. انگیزش	ج. عدم هوشیاری	د. ناهنجاریهای اجتماعی
۲۳. معمولاً کودکان از چه طریق احساسات خود را بیان می کنند و بر عواطف خود مسلط می شوند؟	الف. یادگیری از والدین	ب. فعالیت های اجتماعی	ج. واکنش سازی	د. بازی
۲۴. ورزش چیست؟	الف. ارضای خاطر شخصی	ب. شرکت در فعالیت های اجتماعی و ورزشی	ج. فعالیت بدنی و کسب مقام	د. گذراندن اوقات فراغت

نام درس: مبانی روانی و اجتماعی تربیت بدنی
 رشته تحصیلی و کد درس: تربیت بدنی (۱۲۱۵۰۲۲)

زمان آزمون: تستی: ۴۵ تشریحی: -- دقیقه
 آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

کد سری سؤال: یک (۱) استفاده از: -- مجاز است.

۲۵. کدامیک از موارد زیر جزء تغییرات روانی ناشی از افزایش انرژی روانی است؟
 الف. افزایش فشار خون ب. ناتوانی در تصویر سازی ج. فعالیت‌های ناقص و ناتمام د. افزایش تعریق
۲۶. اساسی‌ترین منبع برای ایجاد اعتماد به نفس چیست؟
 الف. خود فرد ب. معلمین و والدین ج. مربی د. دوستان
۲۷. در ورزشهایی همچون شیرجه و ژیمناستیک که از مهارت‌های پیچیده و دشوار می‌باشند، حد مطلوب انگیزش چگونه است؟
 الف. انگیزش متوسط ب. انگیزش زیاد ج. انگیزش اندک د. انگیزش بسیار زیاد
۲۸. یک مربی موفق در برنامه مربیگری خود چه عامل مهمی را باید تقویت نماید؟
 الف. آمادگی جسمانی ب. آمادگی روانی ج. خویشتن داری د. اعتماد به نفس و آرامش جسمانی و روانی
۲۹. یکی از عواملی که نیروهای فعال جامعه را به سوی شیوه‌های نادرستی در جهت کاهش فشارهای روانی سوق می‌دهد چیست؟
 الف. عدم اعتماد به نفس ب. عدم داشتن تفریحات سالم ج. تقلید کورکورانه از عقاید واهی د. عدم فعالیت‌های جسمانی و روانی مناسب
۳۰. عامل اصلی و اثر گذار در نظام ورزشی هر کشور چیست؟
 الف. شرایط اقتصادی ب. شرایط اجتماعی ج. شرایط سیاسی د. شرایط فرهنگی