

نام و نام خانوادگی:
 پایه و رشته: **هشتم**
 نام پدر:
 شماره داوطلب:

اداره کل آموزش و پرورش شهر تهران
 مدیریت منطقه ۲
 دبیرستان دوره اول پسرانه **سرکدویش** مرزداران
 امتحانات نوبت دوم سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵

نام درس: تفکر و سبک زندگی
 تاریخ امتحان: ۱۳۹۶/۰۳/۱۷
 ساعت امتحان: ۱۰:۰۰ صبح
 مدت امتحان: ۳۰ دقیقه.

| | | | | |
|--------------|----------------|------------------------|----------------|----------------------|
| نمره به عدد: | نمره به حروف: | نمره تجدید نظر به عدد: | نمره به حروف: | محل مهر و امضاء مدیر |
| نام دبیر: | تاریخ و امضاء: | نام دبیر: | تاریخ و امضاء: | |
| ردیف | سوالات | بارم | | |

باسمه تعالی

| ردیف | سوالات | بارم |
|------|---|------|
| ۱- | در تعریف « عزت نفس » کدام مورد صحیح است؟ الف) احساس ارزشمند بودن ب) احساس محترم بودن و شریف بودن ج) احساس توانایی و کفایت د) تمام موارد | ۰.۵ |
| ۲- | درباره ی ویژگی های مفهوم « اعتماد به نفس » کدام مورد صحیح است؟ الف) باور کردن خود ب) باور نداشتن توانایی ها و استعداد های ذاتی ج) نپذیرفتن ضعف های فردی د) عدم برنامه ریزی برای افزایش توانایی ها | ۰.۵ |
| ۳- | جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید. | ۰.۵ |
| ۰.۵ | موفقیت یعنی برنامه ریزی و تلاش برای رسیدن به هدف و حرکت از وضع موجود به وضع مطلوب | ۰.۵ |
| ۰.۵ | گفت و گو نوعی مبادله ی اطلاعات به صورت شفاهی یا نوشتاری بین دو نفر یا چند نفر درباره یک موضوع است | ۰.۵ |
| ۰.۵ | رسانه وسیله ای است که از طریق آن انسان پیام خود را به فرد دیگر یا تعداد زیادی از مردم منتقل می کند | ۰.۵ |
| ۰.۵ | رفتار پرخطر هر نوع رفتاری است که سلامت جسمی و روانی فرد را در معرض خطر قرار می دهد | ۰.۵ |
| ۴- | عناوین زیر را تعریف کنید. | ۱ |
| | خودپنداره : | |
| | هر انسانی تصویری از خود دارد و می تواند شخصیت خود را توصیف و ارزیابی کند به این تصور و ارزیابی خودپنداره گویند | |
| | استرس : | ۱ |
| | وارد شدن فشار روانی به یک فرد به دلیل روبه رو دن با یک مشکل -حادثه- یا قرار گرفتن در یک موقعیت ناراحت کننده | |

