

نام و نام خانوادگی:

پایه و رشته: هفتم

نام پدر:

شماره داوطلب:

اداره کل آموزش و پرورش شهر تهران

مدیریت منطقه ۴

دبیرستان دوره اول دختران

امتحانات پایان ترم اول سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵

نام درس: تفکر و سبک زندگی

تاریخ امتحان: ۱۳ / ۱۰ / ۱۳۹۵

ساعت امتحان: ۸ صبح

مدت امتحان: ۵۰ دقیقه.

محل مهر و امضاء مدیر	نمره به عدد:		نمره به حروف:	
	نمره به عدد:	نمره به حروف:	نام دبیر:	راضیه اشراقی
بارم	سوالات			
۱	خودآگاهی را تعریف کنید.			
۰,۵	۲ مورد از ویژگیهایی که موجب تفاوت ما با دیگران می شود را نام ببرید.			
۱	مدیریت زمان را تعریف کنید.			
۰,۲۵	به روش ها و شیوه هایی که انسان ها در موقعیت های مختلف در ارتباط با دیگران از خود نشان می دهند، شیوه های ارتباطی یا می گویند.			
۰,۲۵	انواع شیوه های رفتاری عبارتند از : الف) منطقی ، مودبانه ب) تهاجمی ، پرخاشگرانه ج) منفعلانه ، قاطعانه د) همه موارد			
۱	سبک زندگی را تعریف کنید.			
۰,۵	سبک زندگی هر فرد به میزان زیادی متأثر از و با افزایش ممکن است تغییر کند . الف) خانواده- تجربیات و تصمیم گیری ب) جامعه- سن و سبک زندگی ج) انتخاب شغل- در آمد و اعتقادات			
۰,۵	۲ مورد از موارد اهمیت برنامه ریزی را نام ببرید.			
موفق باشید.				

نام و نام خانوادگی:

پایه و رشته: هفتم

نام پدر:

شماره داوطلب:

اداره کل آموزش و پرورش شهر تهران

مدیریت منطقه ۴

دبیرستان دوره اول دخترانه (سرای دانش)

امتحانات پایان ترم اول سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵

نام درس: تفکر و سبک زندگی

تاریخ امتحان: ۱۳ / ۱۰ / ۱۳۹۵

ساعت امتحان: ۸ صبح

مدت امتحان: ۵۰ دقیقه.

ردیف	کلید سوالات	بارم
۱	خودآگاهی را تعریف کنید. شناخت ما از خصوصیات ظاهری افکار، باورها، ارزش ها، عواطف، نقاط قوت و ضعف، خواسته ها، علایق، ترس ها و یا نرفتهای ما از چیزهای مختلف خودآگاهی است.	۱
۲	۲ مورد از ویژگیهایی که موجب تفاوت ما با دیگران می شود را نام ببرید. ویژگیهای جسمانی، عاطفی، اعتقادی، اخلاقی و عقلانی	۰,۵
۳	مدیریت زمان را تعریف کنید. مدیریت عمری که خداوند در اختیار ما قرار داده است به عبارت دیگر مدیریت زمان استفاده درست از فرصت هایی است که زندگی در اختیار ما قرار می دهد. برای استفاده بهتر از زمان به داشتن هدف و برنامه ریزی آگاهانه و انجام به موقع کارها نیاز مندیم.	۱
۴	به روش ها و شیوه هایی که انسان ها در موقعیت های مختلف در ارتباط با دیگران از خود نشان می دهند، شیوه های ارتباطی یا شیوه های رفتاری می گویند.	۰,۲۵
۵	انواع شیوه های رفتاری عبارتند از: الف) منطقی، مودبانه ب) تهاجمی، پرخاشگرانه ج) منفعلانه، قاطعانه د) جواب صحیح	۰,۲۵
۶	سبک زندگی را تعریف کنید. شیوه ای است که یک فرد خانواده گروه طایفه یا یک ملت بر اساس باورها عقاید و احساسات و تجربیات و افکار و علایق و محیط جغرافیایی برای خود انتخاب می کند. سبک زندگی افراد با یکدیگر فرق می کند. سبک زندگی به طور کلی مشخص می کند که ما در برابر خود دیگران خداوند و طبیعت چه وظایفی داریم.	۱
۷	سبک زندگی هر فرد به میزان زیادی توسط مشخص می شود و با افزایش و ممکن است تغییر کند. الف) خانواده- تجربیات و تصمیم گیری ب) جامعه- سن و سبک زندگی ج) انتخاب شغل- در آمد و اعتقادات الف) جواب صحیح است.	۰,۵
۸	۲ مورد از موارد اهمیت برنامه ریزی را نام ببرید. ۱- اهداف خود را مشخص کنید. ۲- در تعیین هدف اولویت ها را در نظر بگیرید و مشخص کنید که کدام یک از اهداف برای شما مهمتر است. ۳- برای رسیدن به هر هدف چه کارهایی را و در چه مدت زمانی باید انجام دهید؟ ۴- برای رسیدن به اهداف کدام یک از منابع مادی و مالی مورد نیاز است؟	۰,۵

نام درس: تفکر و سبک زندگی
تاریخ امتحان: ۱۳ / ۱۰ / ۱۳۹۵
ساعت امتحان: ۸ صبح
مدت امتحان: ۵۰ دقیقه.

اداره کل آموزش و پرورش شهر تهران
مدیریت منطقه ۴
دبیرستان دوره اول دخترانه (سرای دانش)
امتحانات پایان ترم اول سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵

نام و نام خانوادگی:
پایه و رشته: هفتم
نام پدر:
شماره داوطلب:

	موفق باشید.	