

به نام او که علم آموخت عالم را
آموزش و پرورش منطقه ۱۷ تهران
دبیرستان شهید مجتبی ناظم البکاء
امتحانات نوبت دوم - خرداد ۱۴۰۱

| ردیف | تعداد صفحه: ۱ | دانش آموز عزیز لطفاً به سؤالات با خودکار آبی خوش خط و خوانا پاسخ دهید. صفحه ۱ | بارم |
|------|---------------|---|------|
| ۱- | | <p>صحيح يا غلط بودن عبارت های زیر را مشخص کنید . الف) نزول رحمت الهی و افزایش طول عمر از برخی آثار نیکی به والدین است . صحيح <input type="checkbox"/> غلط <input type="checkbox"/> ب) اضطراب نوعی فشار درونی ، ترس و نگرانی و یک حالت هیجانی است ، که بعد از روبرو شدن با یک موقعیت ناراحت کننده برای فرد به وجود می آید . صحيح <input type="checkbox"/> غلط <input type="checkbox"/> ج) برخورد منطقی ، صادقانه و به موقع افراد با موضوعی که باعث تنش و مشکلات در زندگی فرد می شود جزء مدیریت اختلاف می باشد . صحيح <input type="checkbox"/> غلط <input type="checkbox"/> د) زمانی که انسان احساس می کند حقی از او ضایع شده و یا تحقیر شده است خشمگین نمی شود و مهم نیست . صحيح <input type="checkbox"/> غلط <input type="checkbox"/></p> | ۱ |
| ۲- | | <p>جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید . الف) یعنی عدم توافق بین دو یا چند نفر بر سر یک موضوع . ب) خشم عکس العمل انسان به یک موضوع است . ج) به رابطه صمیمی و و در بین افراد دوستی گفته می شود . د) به تأثیرات یک دوست یا گروه دوستان در انتخاب یک تصمیم یا انجام یک کار ، چه خوب چه بد می گویند .</p> | ۱ |
| ۳- | | <p>جملات زیر را تکمیل کنید . الف) تاب آوری یعنی : ب) رفتار قاطعانه یعنی :</p> | ۱ |
| ۴- | | <p>خشم معمولاً با چه هیجاناتی همراه است ؟ و چه افرادی در کنترل خشم خود موفق ترند ؟</p> | ۱ |
| ۵- | | <p>چگونه می توانیم بر اضطراب خود غلبه کنیم ؟ (۴ مورد)</p> | ۱ |
| | | سؤالات آزاد | |
| ۱- | | <p>چند نوع ارتباط داریم ؟ یکی از آنها را مختصراً توضیح دهید .</p> | ۰/۵ |
| ۲- | | <p>سبک زندگی مردم کشور ما چیست ؟ دو عنصر مهم که هویت مردم ایران را تشکیل می دهند ، کدامند ؟</p> | ۰/۵ |

| | | |
|-------|------------------------------|--------------------------------|
| نمبره | نمبره عملی : امضای مصحح : | نمبره کتبی : جمع کل نمبره : |
|-------|------------------------------|--------------------------------|

موفق باشید گروه تفکر و سبک

نام طراح سؤال : آقای علیرضا جعفری
زندگی دبیرستان شهید ناظم البکاء

جزوه سیپی

به نام او که علم آموخت عالم را
آموزش و پرورش منطقه ۱۷ تهران
دبیرستان شهید مجتبی ناظم البکاء
امتحانات نوبت دوم - خرداد ۱۴۰۱

| ردیف | تعداد صفحه: ۱ | دانش آموز عزیز لطفاً به سؤالات با خودکار آبی خوش خط و خوانا پاسخ دهید. صفحه ۱ | بارم |
|------|---------------|---|------|
| ۱- | | <p>صحيح يا غلط بودن عبارت های زیر را مشخص کنید . الف) نزول رحمت الهی و افزایش طول عمر از برخی آثار نیکی به والدین است . صحيح <input checked="" type="checkbox"/> غلط <input type="checkbox"/> ب) اضطراب نوعی فشار درونی ، ترس و نگرانی و یک حالت هیجانی است ، که بعد از روبرو شدن با یک موقعیت ناراحت کننده برای فرد به وجود می آید . صحيح <input type="checkbox"/> غلط <input checked="" type="checkbox"/> ج) برخورد منطقی ، صادقانه و به موقع افراد با موضوعی که باعث تنش و مشکلات در زندگی فرد می شود جزء مدیریت اختلاف می باشد . صحيح <input checked="" type="checkbox"/> غلط <input type="checkbox"/> د) زمانی که انسان احساس می کند حقی از او ضایع شده و یا تحقیر شده است خشمگین نمی شود و مهم نیست . صحيح <input type="checkbox"/> غلط <input checked="" type="checkbox"/></p> | ۱ |
| ۲- | | <p>جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید . الف) <u>اختلاف</u> یعنی عدم توافق بین دو یا چند نفر بر سر یک موضوع . ب) خشم عکس العمل انسان به یک موضوع <u>ناخوشایند</u> است . ج) به رابطه صمیمی و <u>دوستانه</u> و <u>عاطفی</u> در بین افراد دوستی گفته می شود . د) به تأثیرات یک دوست یا گروه دوستان در انتخاب یک تصمیم یا انجام یک کار ، چه خوب چه بد <u>فشار همسالان</u> می گویند .</p> | ۱ |
| ۳- | | <p>جملات زیر را تکمیل کنید . الف) تاب آوری یعنی: تحمل سختی ها ، چاره جویی برای حل مشکل و دادن پاسخ مناسب به مشکلات . ب) رفتار قاطعانه یعنی: شجاعت در بیان عقاید بصورت مستقیم و صادقانه به طرف مقابل .</p> | ۱ |
| ۴- | | <p>خشم معمولاً با چه هیجاناتی همراه است ؟ و چه افرادی در کنترل خشم خود موفق ترند ؟ خشم معمولاً با هیجان های منفی نظیر پرخاشگری ، کینه توزی ، خصومت ، تنفر ، حسادت ، رنجش ، تحقیر و ناراحتی همراهات . افراد متدین و معتقد به آداب و مبانی اخلاقی در کنترل خشم خود موفق ترند .</p> | ۱ |
| ۵- | | <p>چگونه می توانیم بر اضطراب خود غلبه کنیم ؟ (۴ مورد) توکل به خدا ، داشتن تفکر مثبت ، تسلط داشتن بر خود ، دوری از تفکرات منفی و ایمان و توکل به خدا</p> | ۱ |
| | | سؤالات آزاد | |
| ۱- | | چند نوع ارتباط داریم ؟ یکی از آنها را مختصراً توضیح دهید . ارتباط خانوادگی ، مجاورتی ، عملکردی | ۰/۵ |
| ۲- | | سبک زندگی مردم کشور ما چیست ؟ دو عنصر مهم که هویت مردم ایران را تشکیل می دهند ، کدامند ؟ سبک زندگی ، مردم کشور ما اسلامی ، ایرانی است ، اسلام و فرهنگ ایران دو عنصر مهم هستند که هویت مردم ایران را تشکیل می دهند . | ۰/۵ |

| | | | |
|-------|--------|------------------------------|-------------------------|
| نمبره | جمع كل | نمبره عملی : امضای مصحح : | نمبره کتبی : نمبره : |
|-------|--------|------------------------------|-------------------------|

گروه تفکر و سبک

موفق باشید

نام طراح سؤال : آقای علیرضا جعفری
زندگی دبیرستان شهید ناظم البکاء

جزوه سیپی