

نام و نام خانوادگی	اداره کل آموزش و پرورش استان گیلان	تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۰۳/
.....	مدیریت آموزش و پرورش شهرستان تالش	تعداد صفحات: ۲ صفحه
نام آموزشگاه: دبیرستان غیر دولتی	سوالات امتحان درس تفکر و سبک زندگی	مدت امتحان: ۶۰ دقیقه
پایه: هشتم	دانش آموزان دوره اول متوسطه در نوبت خرداد ماه سال ۱۴۰۲	ساعت شروع: ۸:۳۰ صبح

ردیف	سوالات	نمره
۱	(الف) با استفاده از کلمات داده شده جاهای خالی را کامل کنید. (یک مورد اضافی است). (ماهر نفس – ادب – پیام – کاربرد مجاز مواد مخدر (دارویی) – رسانه) ۱. وسیله ای که از طریق آن انسان پیام خود را به فرد دیگر منتقل می کند. ۲. به معنای روش های نیکو و اخلاق پسندیده و تربیت صحیح است. ۳. استفاده از مواد مخدر در تسکین برخی بیماری های عصبی است. ۴. یعنی داشتن اراده قوی در بازداشتن از توجه به امور زیان آور.	۱
۰/۷۵	(ب) سوالات چهار گزینه ای: ۱. به مجموع رفتارهای درستی که باید در برخورد با یکدیگر در موقعیت های مختلف رعایت کنیم تا منزلت ما حفظ شود می گویند. (الف) آداب (ب) میانه روی و اعتدال (ج) آداب معاشرت (د) مهارت معاشرت ۲. کدام نوع تصمیم گیری اغلب پیامد خوبی ندارد؟ (الف) آنی (ب) احساسی (ج) منطقی (د) هیچکدام ۳. کدام عامل جز عوامل ایجاد افسردگی نیست؟ (الف) اضطراب و دلهره (ب) فشار روانی بالا (ج) آسیب های جسمی و بیماری (د) استرس	۰/۷۵
۰/۷۵	(ج) عبارت صحیح و غلط را در جملات زیر مشخص کنید. ۱. اگر فردی به شما پرخاش کرد اول سکوت نکنید. ۲. افسردگی قابل درمان نیست. ۳. افراد رقابت جو بیشتر دچار استرس می شوند. ص غ ص غ ص غ	۰/۷۵
۲	سوالات تشریحی: ۱. انواع تصمیم گیری را نام ببرید. (۲ مورد) (۵/۰ نمره) ۲. فشار روانی را تعریف کنید. (۵/۰ نمره) ۳. مفهوم خود پنداره را بنویسید. (۵/۰ نمره) ۴. رفتار پرخط را تعریف کنید. (۵/۰ نمره) ۵. انواع رسانه های جمعی را فقط نام ببرید. (۵/۰ نمره)	۲

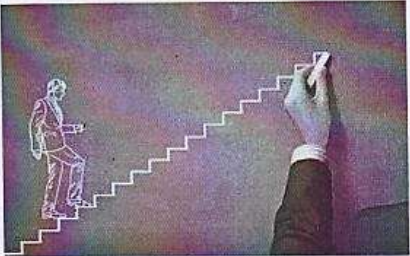
نام و نام خانوادگی	اداره کل آموزش و پرورش استان گیلان	تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۰۳/
.....	مدیریت آموزش و پرورش شهرستان تالش	تعداد صفحات: ۲ صفحه
نام آموزشگاه: دبیرستان غیر دولتی	سوالات امتحان درس تفکر و سبک زندگی	مدت امتحان: ۶۰ دقیقه
پایه: هشتم	دانش آموزان دوره اول متوسطه در نوبت خرداد ماه سال ۱۴۰۲	ساعت شروع: ۸:۳۰ صبح

ردیف	سوالات	نمره
	۶. عصبانیت چیست و خشم خود را چگونه مدیریت می کنید. (نمره) ۷. ابزارهای گردآوری اطلاعات را توضیح دهید. (۵/۰ نمره) ۸. مهمترین مواردی که در نوشتن طرح پژوهشی باید به آنها توجه داشت، را نام ببرید. (۱ نمره) ۹. چهار مورد از ارکان اساسی عزت نفس را بنویسید. (۱ نمره)	
۳	در تصویر مقابل اگر فرض کنیم موفقیت در بالای این پله ها قرار دارد، به نظر شما چه راهکارهایی به فرد برای عبور از این مسیر کمک می کند. 	۱/۵
۱۰	جمع کل نمرات	

** موفق باشید **

نمره به عدد	نمره به حروف	نام و نام خانوادگی دبیر مربوطه و امضاء

باسمه تعالی	
نام آموزشگاه: دبیرستان غیر دولتی	اداره کل آموزش و پرورش استان گیلان
یکان	مدیریت آموزش و پرورش شهرستان تالش
پایه: هشتم	سوالات امتحان درس تفکر و سبک زندگی
ردیف	دانش آموزان دوره اول متوسطه در نوبت خرداد ماه سال ۱۴۰۲
تاریخ امتحان:	شماره برگه:
ساعت شروع: ۸:۳۰ صبح	مدت امتحان: ۶۰ دقیقه
سوالات	
نمره	الف) با استفاده از کلمات داده شده جاهای خالی را کامل کنید. (یک مورد اضافی است).
۱	(مهار نفس - ادب - پیام - کاربرد مجاز مواد مخدر (دارویی) - رسانه)
	۱. وسیله ای که از طریق آن انسان پیام خود را به فرد دیگر منتقل می کند.
	۲. به معنای روش های نیکو و اخلاق پسندیده و تربیت صحیح است.
	۳. استفاده از مواد مخدر در تسکین برخی بیماری های عصبی است.
	۴. یعنی داشتن اراده قوی در بازداشتن از توجه به امور زیان آور.
۰/۷۵	ب) سوالات چهار گزینه ای:
۱/۷۵	۱. به مجموع رفتارهای درستی که باید در برخورد با یکدیگر در موقعیت های مختلف رعایت کنیم تا منزلت ما حفظ شود می گویند.
	الف) آداب (ب) میانه روی و اعتدال
	۲. کدام نوع تصمیم گیری اغلب پیامد خوبی ندارد؟
	الف) آبی (ب) احساسی
	۳. کدام عامل جز عوامل ایجاد افسردگی نیست؟
	الف) اضطراب و دلهره (ب) فشار روانی بالا
	ج) عبارات صحیح و غلط را در جملات زیر مشخص کنید.
	۱. اگر فردی به شما پرخاش کرد اول سکوت نکنید.
	۲. افسردگی قابل درمان نیست.
	۳. افراد رقابت جو بیشتر دچار استرس می شوند.
۰/۷۵	ص (ع) ص (ع) ص (ع)
۱/۷۵	سوالات تشریحی:
۴	۱. انواع تصمیم گیری را نام ببرید. (۲ مورد) (۰/۵ نمره)
	۱- تصمیم گیری منطقی ۲- تصمیم گیری آبی ۳- تصمیم گیری احساسی
	۲. فشار روانی را تعریف کنید. (۰/۵ نمره)
	وقتی یک فرد در موقعیت پراختگ کشته و معصیت قرار می گیرد مانند سرگرمی و تفادف، مشغله های روزمره می شود باعث می شود فشار روانی برایش ایجاد شود.
	۳. مفهوم خود پنداره را بنویسید. (۰/۵ نمره)
	مفهوم انسان لقورکی از خود دارد و می تواند شخصیت خود را توصیف و ارزیابی کند.
	۴. رفتار پرخطر را تعریف کنید. (۰/۵ نمره)
	رفتارهایی که صرف نظر از احساس جسم و روان انسان می شود رفتار پرخطر می گویند.
	۵. انواع رسانه های جمعی را فقط نام ببرید. (۰/۵ نمره)
	رسانه های جمعی به دو گروه اصلی تقسیم می شوند. ۱- رسانه های چاپی ۲- رسانه های الکترونیکی

نام و نام خانوادگی	اداره کل آموزش و پرورش استان گیلان	تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۰۳/۱۴
نام آموزشگاه: دبیرستان غیر دولتی	مدیریت آموزش و پرورش شهرستان تالش	تعداد صفحات: ۲ صفحه
پیکان	سوالات امتحان درس تفکر و سبک زندگی	مدت امتحان: ۶۰ دقیقه
پایه: هشتم	دانش آموزان دوره اول متوسطه در نوبت خرداد ماه سال ۱۴۰۲	ساعت شروع: ۸:۳۰ صبح
ردیف	سوالات	نمره
۶	عصبانیت چیست و خشم خود را چگونه مدیریت می کنید. (نمره) عصبانیت احساس هیجانی است که از ناراحتی، خشم و انزوه و ترسیدن به هدف یا زبان و طبعیه وجودی آن در نتیجه آن به وجود می آید. آسیب های روانی است. ۱- طبعیه ناراحت کننده یا خشم. ۲- طبعیه ترسیدن یا خشم. ۳- طبعیه عصبانیت یا خشم. ۴- طبعیه عصبانیت یا خشم. ۵- طبعیه عصبانیت یا خشم. ۶- طبعیه عصبانیت یا خشم. ۷- ابزارهای گردآوری اطلاعات را توضیح دهید. (نمره) ۵/۰. ۸- مهم ترین مواردی که در نوشتن طرح پژوهشی باید به آنها توجه داشت، را نام ببرید. (نمره) ۱- عنوان یا پرسش پژوهشی. ۲- هدف یا اهداف پژوهش. ۳- شیوه گردآوری اطلاعات. ۴- چهار مورد از ارکان اساسی عزت نفس را بنویسید. (۱ نمره) ۱- توکل به خدا و اعتماد به نفس. ۲- احساس رضایت از وضع جسمانی و روحی خود. ۳- احساس مسئولیت بر برابر خود و دیگران. ۴- احساس شایستگی.	
۳	در تصویر مقابل اگر فرض کنیم موفقیت در بالای این پله ها قرار دارد، به نظر شما چه راهکارهایی به فرد برای عبور از این مسیر کمک می کند. 	۱/۵
۱۰	جمع کل نمرات	

** موفق باشید **

نمره به عدد	نمره به حروف	نام و نام خانوادگی دبیر مربوطه و امضاء
		هشتم

ارامه سوال ۶ = ۴. به خداوند توکل کنیم و صلوات بفرستیم تا آرام شویم. به فکر خود را مشغول کنیم مثل اینکه عذر سه وقتی ستانسته تا کم کنیم.