

نام درس: اصول و مبانی تربیت بدنی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی (۱۲۱۵۰۲۱)

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: --

زمان آزمون: تستی: ۴۵ تشریحی: -- دقیقه

آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

کد سری سؤال: یک (۱)

استفاده از: --

مجاز است.

منبع: --

پیامبر اعظم (ص): روزه سیر آتش جهنم است.

۱. در تفاوت میان بازی و کار، کدام گزینه زیر در کار وجود ندارد؟
الف. انتخابی بودن ب. خیالی بودن ج. برانگیختگی د. لذت بخشی
۲. ورزش مستلزم کدام یک از شرطهای زیر نمی باشد؟
الف. به کارگیری مهارتهای جسمانی پیچیده و نیروی شدید جسمانی
ب. ورزش مستلزم برانگیختگی بیرونی و علاقه درونی است.
ج. ورزش فعالیت جسمانی رسمی و سازمان یافته است.
د. ورزش مستلزم برانگیختگی درونی و علاقه بیرونی است.
۳. تربیت بدنی در تقسیم بندیهای دانشگاهی با کدام گزینه زیر سازگارتر است؟
الف. فلسفه ب. علم ج. حرفه د. هنر
۴. عنصر اصلی در تربیت بدنی کدام گزینه زیر است؟
الف. ورزش ب. بازی ج. تفریح د. حرکت
۵. در کدام گزینه زیر ارزشهای ورزشکاران مورد بررسی و نقد قرار می گیرد؟
الف. فلسفه تربیت بدنی ب. تعلیم و تربیت ج. تربیت بدنی تطبیقی د. جامعه شناسی ورزش
۶. اساسی ترین بخش منابع تربیت بدنی در هر جامعه چیست؟
الف. اصول و ضوابط ب. نظام عقیدتی ج. تاریخ و فلسفه د. جامعه شناسی
۷. طبق اصول رشد حرکتی در دوره نوجوانی روی کدام گزینه باید تاکید شود؟
الف. تمرین و تکرار ب. تجارب آموزشی ج. قوانین ورزشی د. اندازه زمین ورزشی
۸. منظور از اصل «جاودان ساز» چیست؟
الف. تجارب آموزشی ب. ضوابط و قوانین ج. تاکیدهای اخلاقی و جسمانی د. مهارتهای شناختی - کلامی
۹. به عقیده لئون تولستوی در ضرورت شناخت انسان اولین چیزی که بر ما واجب است، چیست؟
الف. شناخت ناموس عقلی ذات خود ب. شناخت حقیقت حیوانی خود ج. شناخت انسان از طریق انسان د. شناخت نوامیس ماده
۱۰. کدامیک از موارد زیر جزء قدرت غیرمادی به حساب می آیند؟
الف. قدرت مغناطیسی آهن ربا ب. قدرت موجود در آنتی بیوتیکها ج. قدرت موجود در عضلات د. علم و تمایل
۱۱. کدامیک از ویژگیهای انسان به عنوان «موتور محرک» قلمداد شده است؟
الف. اختیار ب. میل ج. علم د. قدرت

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: --

زمان آزمون: تستی: ۴۵ تشریحی: -- دقیقه

آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

نام درس: اصول و مبانی تربیت بدنی

رشته تحصیلی/ کد درس: تربیت بدنی (۱۲۱۵۰۲۱)

منبع: --

مجاز است.

استفاده از: --

کد سری سؤال: یک (۱)

۱۲. بهترین صورتی که می‌توان آگاهی را به دست آورد، از طریق کدام گزینه است؟

الف. حس ب. عقل ج. وحی د. قدرت

۱۳. کدام گزینه زیر درباره مکاتب فلسفی زیر صحیح می‌باشد؟

الف. رئالیسم اسلامی معتقد است که هستی اصالت ندارد.

ب. پراگماتیسم معتقد است که جهان ذهنی است.

ج. پراگماتیسم جهان را مجموعه‌ای از وقایع نامعین می‌داند.

د. پراگماتیسم بیشترین حمایت را از ورزشهای رزمی کرده است.

۱۴. در اهداف تربیت بدنی آگاهی از مقدرات و فنون جزء کدام گزینه زیر است؟

الف. تکامل اجتماعی ب. تکامل عاطفی ج. تکامل شناختی د. تکامل حرکتی

۱۵. کدامیک از اهداف تربیت بدنی در اولویت اول قرار دارد؟

الف. رشد اجتماعی ب. رشد جسمانی ج. رشد ادراکی د. رشد عاطفی

۱۶. مکتب مارکسیسم هدف از زندگی را رسیدن به جامعه‌ای می‌داند که در آن وجود داشته باشد.

الف. مالکیت اجتماعی ب. منافع خود ج. لذت‌های زندگی د. زحمت و مصیبت

۱۷. کدام سؤال زیر به مکانیسم حرکت و محرک تاریخ اشاره دارد؟

الف. تاریخ به کجا می‌رود؟ ب. تاریخ از چه راهی می‌رود؟

ج. تاریخ چگونه می‌رود؟ د. تاریخ چرا دارای حرکت است؟

۱۸. در چه دوره‌ای اجرای فعالیت‌های جسمانی کاری احمقانه بود و بازیهای المپیک منسوخ شد؟

الف. قرون وسطی ب. فنودالیسم ج. رنسانس د. معاصر

۱۹. اولین انجمن تربیت بدنی به صورت رسمی و قانونی در ایران در چه سالی تشکیل و ریاست عالیه آن را چه کسی عهده‌دار شد؟

الف. ۱۳۰۷ - حسین اعلاء ب. ۱۳۱۳ - حسین اعلاء

ج. ۱۳۰۷ - محمدرضا پهلوی د. ۱۳۱۳ - محمدرضا پهلوی

۲۰. در چه دوره تاریخی از تربیت بدنی، ورزش از مردانگی و جوانمردی بهره‌ای نداشت و به انزوا کشیده شد؟

الف. دوره پهلوی ب. دوره قاجاریه ج. عهد صفویه د. عهد تیموریان

۲۱. کدامیک از خصوصیات زیر از فعالیت‌های سه گروه فتیان، عیاران و شطاران که در ایران پس از اسلام ظهور کردند، نمی‌باشد؟

الف. نثار جان و حال فرزند در راه رضای خدا ب. عفو و بخشش

ج. تن‌پرویی و زورگوئی د. روی بر تافتن از لذت‌های دنیوی

نام درس: اصول و مبانی تربیت بدنی

رشته تحصیلی/ گد درس: تربیت بدنی (۱۲۱۵۰۲۱)

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: --

زمان آزمون: تستی: ۴۵ تشریحی: -- دقیقه

آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

گد سری سوال: یک (۱)

استفاده از: --

مجاز است.

منبع: --

۲۲. کدام گزینه زیر در حوزه عاطفی قرار می گیرد؟

الف. تربیت بدنی موجب شناخت بدن انسان می شود. ب. فعالیت حرکتی با جریان فکری پویا در ارتباط است.

ج. تربیت بدنی موجب باور و تصدیق زیبایی می شود. د. تربیت بدنی موجب شناخت بدن انسان می شود.

۲۳. کدام گزینه زیر در حوزه روانی حرکتی جای می گیرد؟

الف. تربیت بدنی به خودشناسی و عزت نفس در مقابل فعالیت جسمانی کمک می کند.

ب. برنامه های تربیت بدنی از طریق بازی، لذت از تجارب غنی اجتماعی را فراهم می سازد.

ج. برنامه های تربیت بدنی دارای اهداف انسان دوستانه هستند.

د. تربیت بدنی مهارت های اساسی حفاظت از محیط زیست را توسعه می دهد.

۲۴. این عبارت «برنامه های تربیت بدنی فرصت بازی گروهی را فراهم می آورد» جزء کدامیک از سه حوزه تربیتی تربیت بدنی می باشد؟

الف. قلمرو احساسی-عاطفی ب. قلمرو احساسی-روانی حرکتی

ج. قلمرو روانی حرکتی د. حوزه شناختی

۲۵. از دیدگاه استاد مطهری کدام گزینه زیر تعریف مفهوم «تربیت» است؟

الف. به فعلیت رساندن استعداد های درونی فرد ب. مجموعه تجارب که فرد را در زندگی کمک می کند.

ج. تمام اعمال از بدو تولد تا لحظه مرگ د. فرد با عمل یا می گیرد.

۲۶. کدامیک از موارد زیر وجه اشتراک حوزه های شناختی، عاطفی و روانی حرکتی می باشد؟

الف. تجزیه و ترکیب ب. آمادگی حرکتی ج. نیازها و وظایف تکاملی د. تصدیقات و ارزشها

۲۷. کدامیک از اثرات زیر جزء تأثیرات مطلوب فعالیت های حرکتی و بدنی نمی باشد؟

الف. اثر ساختاری ب. اثر کارکردی ج. اثر بهداشتی د. تقویت استعداد های ذهنی

۲۸. کدامیک از اثرات زیر جزء اثرات ساختاری فعالیت های بدنی می باشد؟

الف. تنظیم pH خون ب. ترکیب بدنی

ج. تقویت دستگاه عصبی د. پایین نگه داشتن قند خون در بیماران دیابتی

۲۹. کدام گزینه زیر بیشتر حالت درمانی دارد؟

الف. ورزش بسکتبال ب. تماشای فوتبال ج. فعالیت بدنی شدید د. فعالیت های بدنی آرام

۳۰. کدامیک از افراد زیر کمتر چاق می شوند؟

الف. کودکانی که در فعالیت های بدنی شرکت می کنند.

ب. کودکانی که روزانه دو ساعت بازی می کنند.

ج. کودکانی که تمرین بدنی مناسب و برنامه غذایی ویژه دارند.

د. کودکانی که برنامه غذایی ویژه دارند.