

نام درس: تربیت بدنی ، ورزش و بازیهای دبستانی

تعداد سؤال: نسی ۳۰ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: علوم تربیتی (پیش دبستانی و دبستانی)

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۵ دقیقه تشریحی --

کد درس: ۱۲۱۱۰۷۴

تعداد کل صفحات: ۳

۱. این سخن از کیست؟ « اگر اولیا و مربیان مانع بازی کودک شوند و آزادی آنان را سلب کنند زمینه افسردگی آنان را مهیا می کنند و این افسردگی موجب می شود که رغبت های کودکان ناپدید شود و گرفتار ناهنجاری های روانی گردند.

الف. خواجه نصیر الدین طوسی

ب. مولانا جلال الدین مولوی

ج. ابوعلی سینا

د. هیچکدام

۲. کدام یک از گزینه های زیر جزء عوامل مؤثر در بازی نیستند؟

الف. محیط

ب. جنس

ج. هوش

د. اقتصاد خانواده

۳. مرحله بازی های تمرینی (حسی - حرکتی) در چه مقطع سنی کودک است؟

الف. از پنج یا شش سالگی

ب. آغاز تولد تا ۲ سالگی

ج. از ۲ تا پنج سالگی

د. آغاز تولد تا یک سالگی

۴. مرحله بازی های تخیلی در چه مقطع سنی کودک است؟

الف. از بدو تولد تا پنج سالگی

ب. از ۵ تا ۶ سالگی

ج. از ۲ سالگی تا ۵ یا ۶ سالگی

د. از ۵ یا ۶ سالگی به بعد

۵. مرحله بازی های با قاعده در چه مقطع سنی کودک است؟

الف. از ۲ سالگی تا ۶ سالگی

ب. از ۵ تا ۶ سالگی

ج. از ۲ سالگی تا ۴ سالگی

د. از ۵ یا ۶ سالگی به بعد

۶. کدام یک از عوامل زیر جزء نقش بازی کودک نیست؟

الف. بازی و رشد شخصیت

ب. بازی و رشد عاطفی

ج. بازی و رشد اقتصادی و اجتماعی

د. بازی و رشد ذهنی

۷. بازی یک فعالیت

الف. منظم و سازماندار و جدی است.

ب. فعالیتی ارادی و بدون هدف است.

ج. آزاد و با هدف است.

د. جدی، ارادی و آزاد است.

۸. بازی ورزشی و سازماندار

الف. صرفاً بدنی و جسمانی و هدف مدار است.

ب. بدون قوانین و مقررات اجرا می شود.

ج. بدون هدف مشخصی اجرا می شود.

د. موارد ب و ج

۹. کدامیک از گزینه های زیر جزء ویژگی بازی ورزشی نیست؟

الف. رسیدن به هدف

ب. رقابت

ج. موفقیت

د. عدم نیاز به رعایت قوانین و مقررات خاص

۱۰. یکی از شکلهای مهم حرکت که کاربرد زیادی در دوره پیش دبستان دارد است.

الف. بازی سازماندار

ب. بازیهای رقابتی

ج. فعالیتهای غیر جدی و بدون قوانین خاص

د. حرکات موزون و ریتمیک

۱۱. استقامت عضلانی چیست؟

الف. توانایی عضله برای انقباض

ب. توانایی عضله برای کار مداوم

ج. توانایی عضله برای انقباض و شل شدن برای یک دوره زمانی طولانی

د. توانایی عضله برای انقباض و شل شدن ناگهانی

نام درس: تربیت بدنی، ورزش و بازیهای دبستانی

تعداد سؤال: نسی ۳۰ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: علوم تربیتی (پیش دبستانی و دبستانی)

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۵ دقیقه تشریحی --

کد درس: ۱۲۱۱۰۷۴

تعداد کل صفحات: ۳

۱۲. کدامیک از گزینه های زیر از اهداف سنتی تربیت بدنی است؟

الف. تکامل جسمانی

ب. تکامل عصبی - عضلانی

ج. تکامل شناختی و احساسی

د. همه موارد

۱۳. هدف تکامل عصبی و عضلانی چیست؟

الف. توانایی ساختن بدن از طریق برنامه های تمرینی که موجب توسعه و تکامل سیستمهای ارگانیکی بدن می شوند.

ب. انجام حرکات جسمانی مفید و با هزینه انرژی کمتر

ج. ساختن چارچوب دانش و قابلیت تفکر

د. ساختن سازگاری شخصیتی

۱۴. « تسهیل سازگاری شخصیتی و تطابق پذیری به عنوان عضوی از جامعه » هدف کدام یک از ابعاد تربیت بدنی است؟

الف. هدف تکامل جسمانی

ب. هدف تکامل عصبی - عضلانی

ج. هدف تکامل عاطفی

د. هدف تکامل شناختی

۱۵. تربیت بدنی از چه طریقی در حوزه روانی - حرکتی مؤثر است؟

الف. بهبود مهارتهای حرکتی در ورزشکاران و تماشاگران

ب. کمک به کسب مهارتهای استفاده از اوقات فراغت پس از اشتغال ذهنی

ج. توسعه مهارتهای اساسی محافظت از محیط زیست

د. همه موارد

۱۶. بازیهای موزون و شیرین کاری چیست؟

الف. بازیهایی که در محوطه یا میدان قریباً مشخصی اجرا می شود.

ب. به صورت ابتکاری و عمدتاً به شکل انفرادی یا در گروه های کوچک اجرا می شود.

ج. با توجه به دقت، تمرکز و اعتماد به نفس و تصمیم گیری درست اجرا می شود.

د. با تکیه بر سرعت و چالاکی و حفظ تعادل و تغییر مسیر اجرا می شود.

۱۷. از نظر پیاژه در کدام بازیها کودک حواس خود را به کار می گیرد تا محیط را تجزیه و تحلیل کند و از آن تجربه کسب کند؟

الف. بازیهای تمرینی

ب. بازیهای با قاعده

ج. بازیهای تخیلی

د. بازیهای حسی - حرکتی

۱۸. " نیرویی که عضله در مقابل یک مقاومت اعمال می کند " تعریف کدامیک از بخشهای آمادگی جسمانی است؟

الف. استقامت عضلانی

ب. قدرت عضلانی

ج. انعطاف پذیری

د. چابکی

۱۹. افزایش قابلیت های جسمانی دختران در چند سالگی به حداکثر می رسد؟

الف. ۱۰ سالگی

ب. ۱۱ تا ۱۳ سالگی

ج. ۱۷ سالگی

د. ۱۳ تا ۱۵ سالگی

۲۰. کدامیک از گزینه های زیر تمرینی جهت بهبود " جاخالی دادن " است؟

الف. بازیهایی که در آنها " حمله و گریز " وجود دارد.

ب. پرش از روی یک تشک لوله شده

ج. راه رفتن روی چوب موازنه و فرود جفت پا روی تشک

د. مانند توپ حلقه شده و به جلو ببرد.

نام درس: تربیت بدنی ، ورزش و بازیهای دبستانی

تعداد سؤال: ۳۰ تکمیلی -- تشریحی --

رشته تحصیلی: گرایش: علوم تربیتی (پیش دبستانی و دبستانی)

زمان امتحان: تستی و تکمیلی ۴۵ دقیقه تشریحی --

کد درس: ۱۲۱۱۰۷۴

تعداد کل صفحات: ۳

۲۱. شیوه آرایش برای فعالیتهای دانش آموزان چند نوع است؟

الف. دو نوع - آرایش صفی و ستونی

ب. سه نوع - آرایش صفی و ستونی و شکلهای هندسی

ج. دو نوع - آرایش آزاد و استقراری

د. سه نوع - آرایش آزاد و استقراری و در شکلهای هندسی

۲۲. بازی « قالی جادویی » برای افزایش کدامیک از عوامل آمادگی جسمانی است؟

الف. استقامت عضلانی ب. قدرت عضلانی ج. انعطاف پذیری د. استقامت قلبی - عروقی

۲۳. در بازی « حرکت پا روی حوله » کدامیک از عوامل آمادگی جسمانی بهبود می یابد؟

الف. انعطاف پذیری ب. استقامت قلبی تنفسی ج. قدرت و استقامت عضلانی د. موارد ب و ج

۲۴. بازی « میمون و بابون » برای بهبود کدام عامل از عوامل آمادگی جسمانی است؟

الف. قدرت عضلانی ب. استقامت قلبی تنفسی ج. انعطاف پذیری د. چابکی

۲۵. مهمترین مرحله توسعه توانایی های بنیادی حرکتی کدام است؟

الف. ۱-۳ سالگی ب. ۲-۷ سالگی ج. ۵-۷ سالگی د. ۷-۹ سالگی

۲۶. سه عامل حرکت ، یادگیری و..... در واقع حلقه های به هم پیوسته ای هستند که زمینه کسب تجارب را برای کودکان فراهم می سازند.

الف. سن ب. بازی ج. زندگی د. رشد

۲۷. برای رسیدن به آمادگی جسمانی مطلوب، دانش آموزان باید در هر روز حداقل چند دقیقه فعالیت بدنی شدید داشته باشند؟

الف. ۱۰ دقیقه ب. ۲۰ دقیقه ج. یک ساعت د. یک ساعت و نیم

۲۸. این جمله از کیست ؟ « بازی مدرسه بزرگی است که کودک در آن پرورش می یابد. »

الف. فروبل ب. مونته سوری ج. هال د. نیومن

۲۹. تأثیر بازی در یادگیری بیان کننده کدام یک از نقشهای بازی در رشد کودک است؟

الف. رشد جسمانی ب. رشد ذهنی ج. رشد شخصیت د. رشد اجتماعی

۳۰. « برنامه های تربیت بدنی فرصت بازی گروهی را فراهم می سازد » این جمله بیانگر کدام حوزه تربیتی است؟

الف. شناختی ب. روانی - حرکتی ج. عاطفی د. تکامل