سوالات استخدامی : تربیت بدنی در مدارس

۱- احساسات، هیجانات و شادیها جزء کدام یک از حیطه های رفتاری است؟

۱. حیطه شناختی ۲. حیطه عاطفی ۳. حیطه روانی – حرکتی ۴. حیطه روانی

۲- کدام گزینه جزء حیطه روانی – حرکتی در تربیت بدنی محسوب می شود؟

۱. لی لی کردن ۲. ارزشها ۳. تفاوتها ۴. تفسیرها

۳- توسعهٔ تواناییها و مهارتهای پایه و بنیادی جزء اهداف اختصاصی در کدام یک از دوره های زیر است؟

۱. دوره تحصیلی راهنمایی ۲. دوره تحصیلی دبیرستان

۳. دوره تحصیلی چهارم و پنجم ۴. دوره تحصیلی اول تا سوم ابتدایی

۴- کدام گزینه در بارهٔ تعریف تربیت بدنی از دیدگاه ژرژ فرانسوی درست نیست؟

۱. متناوب بودن ۲. مداوم بودن ۳. تدریجی بودن ۴. اصولی بودن

۵- کدام گزینه عبارتست از فرصت هایی است جهت رفع نقایص و کمبودهای جسمانی – حرکتی برای دانش آموزان که نیاز به حرکت و مهارت های ویژه دارند؟

۱. برنامه مسابقات ورزشی ۲. برنامه حرکات اصلاحی

۳. برنامه کلاس فوق برنامه ۴. برنامه کلاس آموزشی

۶- نگرش والدین در مورد برنامه های تربیت بدنی و وضعیت اقتصادی اجتماعی جزء کدام یک از عوامل موثر در طراحی برنامه های تربیت بدنی است؟

۱. عوامل شخصی و گروهی ۲. شرایط محیطی

۳. سازمان و مقررات دولتی ۴. نیازهای اجتماعی

۷- کدام یک از موارد زیر، در مورد خصوصیات جسمانی دانش آموزان 9 تا 12 سال صحیح است؟

۱. رشد عمومی بدن پسران سریعتر از دختران است، اما دختران توانایی قدرت عمومی بیشتری دارند.

۲. دانش آموزان در این سنین خستگی ناپذیرند و قادرند تمرین های بدنی طولانی و مدوام داشته باشند.

۳. یک نوجوان دوازده ساله معمولی حدود 140 سانتیمتر قد و 35 کیلوگرم وزن دارد.

۴. در سنین نه تا دوازده سالگی پاها رشد بیشتری دارند و بلندترمی شوند.

۸- در کدام دوره رشدی بازی و فعالیت های ورزشی وسیلهٔ بسیار مناسبی برای تخلیه هیجانی است؟

۱. 3 تا 6 سال ۲. 6 تا 9 سال ۳. 9 تا 12 سال ۴. 13 تا 17 سال

۹- در کدام دوره دانش آموزان قادرند مهارت های پیچیده ورزشی را به نحو بسیار مطلوب انجام دهند؟

۱. 13 تا 17 سال ۲. 6 تا 9 سال ۳. 3 تا 6 سال ۴. 9 تا 12 سال

۱۰- کدام عبارت صحیح است؟

۱. کودکان سه تا شش ساله قادرند واکنشهای عاطفی و هیجانی خود را کنترل کنند.

۲. در کودکان شش تا نه ساله سیستم عصبی در عضلات به طور کامل رشد کرده است.

۳. کودکان شش تا نه ساله برای فرو نشاندن خشم خود از زبان استفاده می کنند و داد و فریاد راه می اندازند.

۴. دوره سیزده تا هفده ساله بحرانی ترین دوره زندگی است.

۱۱- از خصوصیات و ویژگی های عاطفی این دوره عبارت است از، خشم، ترس، حسادت، کنجکاوی، لذت و محبت

۱. دوره رشدی 6 تا 9 سال ۲. دوره رشدی 13 تا 17 سال

۳. دوره رشدی 3 تا 6 سال ۴. دوره رشدی 9 تا 12 سال

۱۲- کدام مورد جزء عوامل موثر در برنامه ریزی و تعیین محتوای درس تربیت بدنی در مدارس نیست؟

۱. جامعه ۲. دانش آموزان ۳. خانواده ۴. علوم ورزشی

۱۳- ضربه زدن جزء کدام دسته از مهارت های زیر است؟

۱. مهارت های بنیادی جنبشی ۲. مهارت های ادراکی - حرکتی

۳. مهارت های بنیادی غیر جنبشی ۴. مهارت های ورزشی بنیادی ترکیبی پیشرفته

۱۴- تخمین مسافت و انتقال وزن بدن جزء کدام دسته از مهارت های زیر قرار دارند؟

۱. مهارت های بنیادی جنبشی ۲. مهارت های ادراکی - حرکتی

۳. مهارت های بنیادی غیر جنبشی ۴. مهارت های بنیادی ترکیبی و پیشرفته

۱۵- اولین و مهمترین پایگاه به منظور حضور فعال و موثر دانش آموزان در فعالیت های تربیت بدنی کجاست؟

۱. مدرسه ۲. خانواده ۳. باشگاه ورزشی ۴. دانشگاه

۱۶- کدام گزینه جزء وظایف معلمان تربیت بدنی در مدارس است؟

۱. اقدام به تشکیل انجمن های ورزشی و همایش های علمی

۲. تهیهٔ وسایل، امکانات و تجهیزات ورزشی مناسب

۳. برنامه ریزی مسابقات قهرمانی دانش آموزان در فرصت های مناسب

۴. طرح درس مدون و مشخص برای هر یک از جلسات آموزش تربیت بدنی و ورزش

۱۷- متولی برنامه های تربیت بدنی و ورزش در مدارس کیست؟

۱. کارشناس تربیت بدنی در ادارهٔ آموزش و پرورش
۲. معلم تربیت بدنی
۳. مدیران مدارس
۴. والدین

۱۸- نظارت بر اجرای مطلوب درس تربیت بدنی و ورزش در مدارس به عهدهٔ کیست؟

۱. معلمان تربیت بدنی
۲. مدیران و مسؤلان آموزشی مدرسه
۳. کارشناسان تربیت بدنی استان
۴. والدین دانش آموزان

۱۹- با توجه به طرح درس یک جلسه تدریس تربیت بدنی، بیان اهداف کلی جلسه تدریس در کدام مرحله انجام می شود؟

۱. سازماندهی
۲. گرم کردن
۳. بازگشت به حالت اولیه
۴. مهارت های بنیادی

۲۰- کدام عبارت صحیح است؟

۱. سازماندهی کلاس بیشترین زمان یک جلسه تدریس را به خود اختصاص می دهد.

۲. بخش آموزش معمولا کمترین زمان یک جلسه تدریس را به خود اختصاص می دهد.

۳. دانش آموزان بیشتر خواهان گرم کردن و بازگشت به حالت اولیه در یک جلسه تمرین هستند.

۴. تعویض لباس و حضور و غیاب جزیی از سازماندهی می باشد.

۲۱- معلمان تربیت بدنی اغلب از چه شیوه ای برای تدریس و کلاس داری استفاده می کنند؟

۱. شیوهٔ دستوری
۲. شیوهٔ حل مسله
۳. شیوهٔ هدایت شده
۴. شیوهٔ تمرین

۲۲- کدام یک ازگزینه های زیر قدیمی ترین شیوهٔ تدریس است؟

۱. تکلیفی
۲. دو جانبه
۳. دستوری
۴. کشف هدایت شده

۲۳- کدام عبارت صحیح است؟

۱. اگر محدودیت زمان مطرح باشد، بهترین روش شیوهٔ تدریس و کلاسداری تمرین است.

۲. از مهمترین محاسن روش هدایت شده،درک مثبت فرد از خود در اجرای یک مهارت یا حرکت است.

۳. از معایب روش تکلیفی، خود هدایتی است.

۴. به کارگیری تواناییهای جسمی و فکری هر دانش آموز از مهمترین روش دستوری است.

۲۴- در این روش، نحوهٔ انجام دادن هر حرکت، به عهدهٔ شاگرد گذاشته می شود و شاگرد بنابر تمایل و خواستهٔ خود و کمترین نظارت معلم به فعالیت می پردازد؟

۱. شیوهٔ تدریس کشف حرکت
۲. شیوهٔ تدریس تکلیفی
۳. شیوهٔ تدریس و کلاسداری دستوری
۴. شیوهٔ تدریس کشف هدایت شده

۲۵- روش های متداول در آموزش مهارت های حرکتی کدامند؟

۱. روش جزئی
۲. روش کلی
۳. روش کلی و جزئی
۴. روش حل مسئله

۲۶- کدام معیار ارزشیابی، عملکرد افراد هم گروه را با هم مقایسه می کند؟

۱. معیارهای ملاکی
۲. معیارهای روانی
۳. معیارهای هنجاری
۴. معیارهای حرکتی

۲۷- مهمترین بخش تعلیم و تربیت چیست؟

۱. ارزشیابی
۲. منابع درسی
۳. معلمان
۴. مدرسه

۲۸- کدام یک از انواع ارزشیابی هدف های کلی آموزشی را ارزیابی می کند؟

۱. ارزشیابی تکوینی
۲. ارزشیابی پایانی
۳. ارزشیابی ورودی
۴. ارزشیابی مرحله ای

۲۹- اگر برای عضویت در تیم دو و میدانی مدرسه، دویدن مسافت 12 هزار متر را 12 دقیقه تعیین کنیم از چه نوع ارزشیابی استفاده کرده ایم؟

۱. ارزشیابی هنجاری
۲. ارزشیابی تکوینی
۳. ارزشیابی ملاکی
۴. ارزشیابی پایانی

۳۰- کدام یک از آزمون های زیر یک آزمون تعادلی است؟

۱. دوی 4×9
۲. آزمون پرش سارجت
۳. آزمون مارگاریا - کالامن
۴. حرکت فرشته در ژیمناستیک

شماره سوال	پاسخ صحیح
۱	ب·
۲	الف
۳	د
۴	الف
۵	ب·
۶	د
۷	ب·
۸	ب·
۹	الف
۱۰	د
۱۱	الف
۱۲	ج
۱۳	د
۱۴	ب·
۱۵	ب·
۱۶	د
۱۷	الف
۱۸	ب·
۱۹	الف
۳۰	د
۳۱	د
۳۲	ج
۳۳	ب·
۳۴	الف
۳۵	ج
۳۶	ج
۳۷	الف
۳۸	ب·
۳۹	ج
۴۰	د

۱- در کدامیک از حیطه های رفتاری، بر مهارتهای عضلانی و حرکتی و هماهنگی آنهاتاکید می شود؟

۱. حیطه شناختی ۲. حیطه روانی- حرکتی ۳. عاطفی ۴. شناختی- روانی

۲- عوامل رفتاری در برنامه های تربیت بدنی در مدارس به چند دسته تقسیم می شوند ؟

۱. دو دسته ۲. سه دسته ۳. چهار دسته ۴. شش دسته

۳- «فرایندی است مداوم و درونگر به منظور ارشاد و هدایت فعالیتهای جمعی برای رسیدن به هدف مطلوب»، تعریف کدام واژه است؟

۱. برنامه ریزی سالانه ۲. برنامه ریزی اموزشی ۳. برنامه کلاسی ۴. نیاز اجتماعی

۴- افراد در سنین 13 تا 17 سالگی قادرند تا مهارتهای ..... را به نحو مطلوب انجام دهند.

۱. ابتدایی ۲. ساده ۳. پیچیده ورزشی ۴. حرکتی

۵- آن دسته از استعدادها و قابلیتها که فرد در اثر آموزش به آن می رسد چه نام دارد ؟

۱. آمادگی جنبشی ۲. آمادگی جسمانی ۳. آمادگی حرکتی ۴. آمادگی اختصاصی

۶- اولین و مهمترین پایگاه و محیط به منظور حضور فعال و مؤثر دانش آموزان در فعالیتهای تربیت بدنی و ورزش کجاست؟

۱. جامعه ۲. دوستان نزدیک ۳. خانواده ۴. مدرسه

۷- در این شیوه تدریس، معلم محتوا را تعیین کرده ولی به بچه ها فرصت می دهدتا برای انجام دادن ان تصمیم بگیرند؟

۱. دستوری ۲. هدایت شده ۳. کشف حرکت ۴. تکلیفی

۸- کدام گزینه از محورهای ارزشیابی درس تربیت بدنی در مدارس نمی باشد؟

۱. مهارتهای پیشرفته ۲. مسائل بهداشتی ۳. مهارتهای پایه ۴. دانش نظری

۹- ارزیابی و تعیین اهداف کوتاه مدت و بلند مدت تربیت بدنی در مدارس بر عهده چه کسی است؟

۱. مسوول امور تربیتی ۲. معلم تربیت بدنی ۳. معاون مدرسه ۴. مدیر مدرسه

۱۰- این گفته که تربیت بدنی علمی است منظم و اصولی و تدریجی که استعدادهای افراد را پرورش میدهد نظرکدام دانشمند در مورد تربیت بدنی را بیان میکند؟

۱. ژرژ هپر ۲. دکتر لوبوش ۳. دکتر کین ۴. دکتر تاش

۱۱- توسعه تواناییها و مهارتهای بنیادی پیشرفته می بایست در کدام سنین به کودکان اموزش داده شود؟

۱. اول و دوم دبستان ۲. چهارم و پنجم دبستان ۳. دوره راهنمایی ۴. دوره دبیرستان

۱۲- کدامیک از اعمال زیر در حیطه شناختیُ با دانش و درک مربوط به تربیت بدنی ارتباط دارد؟

۱. آگاهی ۲. بازی ۳. شادیها ۴. دانش وارزیابیها

۱۳- هدف از برگزاری کلاسهای آموزشی تربیت بدنی در کدام گزینه آمده است؟

۱. پر کردن اوقات فراغت

۲. شرکت در رقابت های ورزشی بین دانش آموزان یک کلاس

۳. آموزش مهارت های ورزشی

۴. شناسایی افراد ویژه و دچار معلولیت

۱۴- در طراحی و اجرای برنامه های تربیت بدنی وسایل و تجهیزات و شرایط مدرسه جزو کدام عوامل تاثیر گذار هستند؟

۱. عوامل شخصی ۲. عوامل اجتماعی ۳. عوامل غیر مدرسه ای ۴. عوامل محیطی

۱۵- مواد برنامه های تربیت بدنی و ورزش در مدرسه به چند دسته تقسیم می گردند؟

۱. 4 دسته ۲. 5 دسته ۳. 6 دسته ۴. 8 دسته

۱۶- کودکان کدام رده سنی معمولا قادر نیستند واکنشهای هیجانی و عاطفی خود را کنترل کنند؟

۱. 2 تا 5 سالگی ۲. 3 تا 6 سالگی ۳. 3 تا 7 سالگی ۴. 3 تا 5 سالگی

۱۷- قبول مسّولیت و همکاری با گروه جز کدام یک از حیطه های رفتاری است؟

۱. عاطفی ۲. شناختی ۳. روانی - حرکتی ۴. روانی

۱۸- نظارت بر اجرای مطلوب درس تربیت بدنی و ورزش از وظایف کدام گروه است؟

۱. مدیران و مسوولان مدرسه ۲. دانش آموزان و معلمان مدرسه

۳. مدیران و والدین ۴. معلمان و والدین

۱۹- محور فعالیت های آموزش و پرورش در تمامی سطوح و زمینه ها کدام است؟

۱. تعلیم و تربیت ۲. آموزش ۳. جامعه ۴. دانش آموزان

۲۰- محور تمام فعالیتهای تربیت بدنی در آموزش و پرورش کدام است؟

۱. معلم تربیت بدنی ۲. دانش آموز

۳. والدین ۴. سازمان آموزش و پرورش

۲۱- برای برنامه ریزی یک جلسه درس تربیت بدنی به ترتیب چه زمانی را باید به گرم کردن و سرد کردن اختصاص داد؟

۱. 12 دقیقه و 5 دقیقه
۲. 15 دقیقه و 12 دقیقه
۳. 15 دقیقه و 2 دقیقه
۴. 5 دقیقه و 10 دقیقه

۲۲- در یک طرح درس، بیشترین زمان یک جلسه کلاس برای کدام مورد در نظر گرفته می شود؟

۱. گرم کردن اختصاصی
۲. بازآموزی
۳. بازگشت به حالت اولیه
۴. آموزش مهارت

۲۳- یک مدیر ..... مانند یک مربی ورزش مرتبا نقاط قوت و ضعف تیمش را بررسی میکند.

۱. پویا
۲. کارآ
۳. ارزیاب
۴. قضاوتگر

۲۴- کدام گزینه جزء اهداف ارزشیابی درس تربیت بدنی قرار نمی گیرد؟

۱. تعیین نمره دانش اموزان
۲. تعیین میزان کارایی و اثربخشی تدریس معلم تربیت بدنی
۳. تجدید نظر در اهداف کلی
۴. آشنایی با نحوه نقاط ضعف نورمها

۲۵- در بحث اهداف عمومی تربیت بدنی دوره ابتدایی، کدام یک از موارد زیر ضرورتی ندارد؟

۱. تقویت روحیه اجتماعی
۲. ایجاد عادات ایمنی
۳. پرورش روحیه نظم و انضباط
۴. توسعه و رشد مهارت های شناختی

۲۶- هدف از ارزشیابی چیست؟

۱. بهبود آموزش
۲. تصمیم گیری
۳. نمره دهی مناسب
۴. رتبه بندی

۲۷- پر کردن اوقات فراغت، به عضویت در آمدن تیمهای ورزشی و محبوبیت اجتماعی، هدف اصلی کدام پایه است؟

۱. پایه مقدماتی
۲. پایه دوم
۳. پایه سوم
۴. پایه چهارم

۲۸- برنامه کلاسهای فوق برنامه تربیت بدنی و ورزش برای چه دانش آموزانی ارائه می شود؟

۱. دانش آموزانی که در اجرای مهارتهای ورزشی مشکل دارند
۲. دانش آموزان معلول
۳. دانش آموزان معمولی
۴. کلیه دانش آموزان

۲۹- مهمترین گام در ارائه درس تربیت بدنی در مدارس کدام است؟

۱. برنامه ریزی
۲. شناخت دانش آموزان
۳. سازماندهی امور
۴. کنترل

شماره سوال	پاسخ صحیح
۱	ب
۲	ج
۳	ب
۴	ج
۵	ج
۶	ج
۷	د
۸	الف
۹	ب
۱۰	الف
۱۱	ب
۱۲	د
۱۳	ج
۱۴	د
۱۵	الف
۱۶	ب
۱۷	الف
۱۸	الف
۱۹	د
۳۰	ب
۳۱	الف
۳۲	د
۳۳	ج
۳۴	د
۳۵	د
۳۶	الف
۳۷	د
۳۸	الف
۳۹	الف

۱- این گفته که تربیت بدنی علمی است منظم و اصولی و تدریجی که استعدادهای افراد را پرورش میدهد نظرکدام دانشمند در مورد تربیت بدنی را بیان میکند؟

۱. ژرژ هپر ۲. دکتر لوبوش ۳. دکتر کین ۴. دکتر تاش

۲- کدامیک از اعمال زیر در حیطه شناختیٌ با دانش و درک مربوط به تربیت بدنی ارتباط دارد؟

۱. آگاهی ۲. بازی ۳. شادیها ۴. دانش وارزیابیها

۳- درکدام دوره تحصیلی تامین سلامتی و تناسب اندام از اهداف اصلی دانش آموزان است؟

۱. پایه دوم ۲. پایه سوم ۳. پایه چهارم ۴. پایه مقدماتی

۴- برنامه کلاسهای تربیت بدنی اصلاحی برای دانش آموزانی ارائه میشود که نیازهای..... دارند.

۱. جزئی ۲. کلی ۳. ویژه ۴. حرکتی

۵- در طراحی و اجرای برنامه های تربیت بدنی وسایل و تجهیزات و شرایط مدرسه جزو کدام عوامل تاثیر گذار هستند؟

۱. عوامل شخصی ۲. عوامل اجتماعی ۳. عوامل غیر مدرسه ای ۴. عوامل محیطی

۶- رشد اندام تحتانی نسبت به تنه در چه سنی بیشتر است؟

۱. ۶-۳ سالگی ۲. 9سالگی ۳. 7سالگی ۴. 2سالگی

۷- کودکان کدام رده سنی معمولا قادر نیستند واکنشهای هیجانی و عاطفی خود را کنترل کنند؟

۱. 2 تا 5 سالگی ۲. 3 تا 6 سالگی ۳. 3 تا 7 سالگی ۴. 3 تا 5 سالگی

۸- در کدام رده سنی در دانش آموزان گرایش به فعالیتهای اجتماعی افزایش می یابد و در بازیهای گروهی شرکت میکند؟

۱. 6 سالگی ۲. 5 سالگی ۳. 9 سالگی ۴. 7 سالگی

۹- در کدام دوره سنی هدف تربیت بدنی تعلیم روشهای صحیح تمرینات ورزشی و افزایش آمادگی جسمانی است؟

۱. 13تا 17 سالگی ۲. 9 تا 12 سالگی ۳. 6 تا 9 سالگی ۴. 3 تا 6 سالگی

۱۰- یکی از شاخصهای مهم در تعیین محتوای درس تربیت بدنی ..... دانش آموزان است.

۱. قد ۲. اندازه ۳. سن ۴. وزن

۱۱- آن دسته از قابلیتها یی که فرد در اثر آموزش به آنها میرسد چیست ؟

۱. آمادگیهای جسمانی ۲. آمادگیهای حرکتی ۳. آمادگیهای روانی ۴. آمادگیهای بدنی

۱۲- کدامیک محتوای کلی برنامه تربیت بدنی در مقطع آمادگی است؟

۱. وسایل کمک آموزشی ۲. بازیهای ساده ورزشی ۳. گرفتن و پرتاب کردن ۴. جهیدن

۱۳- نظارت بر اجرای مطلوب درس تربیت بدنی و ورزش از وظایف کدام گروه است؟

۱. مدیران و مسوولان مدرسه ۲. دانش آموزان و معلمان مدرسه

۳. مدیران و والدین ۴. معلمان و والدین

۱۴- تنظیم طرح درس مدون برای هر یک از جلسات آموزش تربیت بدنی وظیفه کدامیک است؟

۱. مدیران آموزش پرورش ۲. معلمان آموزش پرورش

۳. کارشناسان آموزش پرورش ۴. مسوولان آموزش پرورش

۱۵- کدام مورد نشان از جدیت و تعهدمعلم تربیت بدنی دارد؟

۱. طرح درس مکتوب و مدون ۲. طرح درس لحظه ای

۳. طرح درس کلی ۴. طرح درس شفاهی

۱۶- مرور مهارتهاوتمرینات قبلی جزو کدام مورد از برنامه مواد یک جلسه تدریس است؟

۱. بازگشت به حالت اولیه ۲. سازماندهی کلاس درس

۳. بخش آموزش ۴. گرم کردن بدن

۱۷- یکی از قدیمیترین روشهای تدریس تربیت بدنی کدام است؟

۱. تمرینی ۲. تکلیفی ۳. ارتباطی ۴. دستوری

۱۸- در کدام روش تدریس معلم با استفاده از وسایل سمعی بصری به پرسشهای دانش آموزان پاسخ میدهد؟

۱. شیوه تدریس تکلیفی ۲. شیوه تدریس و کلاسداری تمرین

۳. شیوه تدریس دو جانبه ۴. شیوه تدریس ارتباطی

۱۹- اگر محدودیت زمانی در کلاس مطرح باشد کدام شیوه تدریس موثرترخواهد بود؟

۱. روش حل مشکل ۲. روش کشف حرکت

۳. روش فرمانی ۴. روش کشف هدایت شده

۲۰- اطلاعاتی که شناخت دانش آموزان در همه ی زمینه هاو ابعاد وجودیشان را برای معلمان تربیت بدنی فراهم میکندکدام است؟

۱. استعداد حرکتی ۲. ارزشیابی ۳. ویژگیهای روانی ۴. ویژگیهای عقلانی

۲۱- یک مدیر ..... مانند یک مربی ورزش مرتبا نقاط قوت و ضعف تیمش را بررسی میکند.

۱. پویا ۲. کارآ ۳. ارزیاب ۴. قضاوتگر

۲۲- ارزشیابی در تربیت بدنی به چند شکل انجام می شود ؟

۱. ارزشیابی پایانی ۲. ارزشیابی تکوینی

۳. ارزشیابی تکوینی و پایانی ۴. ارزشیابی تکوینی و تکاملی

۲۳- تهیه هدفهای آموزشی به وضوح تعریف شده که با رفتارویژه هماهنگ باشند یکی از مراحل معیارهای ارزشیابی..... میباشد.

۱. درست کردن معیارهای ملاکی ۲. حذف معیارهای ملاکی

۳. تحقیقات پژوهشی ۴. تحلیل نمرات آزمون

۲۴- استفاده از نتایج آزمون برای کلاسبندی جزو کدام مرحله از ارزشیابی عادلانه میباشد؟

۱. تهیه شرح وظایف و تقسیم مسوولیتها در اجرای آزمون ۲. تهیه فهرست امتیازها و گزارش کامل آزمون

۳. تعیین روشهای نمره دادن وچگونگی درج آزمون ۴. روشن نمودن کلیات و طرحریزی مواد آزمون

۲۵- آن دسته از برنامه هایی که بر پرورش تواناییهای حرکتی افراد دارای سطح پایینتر آمادگی جسمانی تاکید دارند کدام است؟

۱. تربیت بدنی اصلاحی ۲. تربیت بدنی ویژه ۳. تربیت بدنی انطباقی ۴. تربیت بدنی تکاملی

۲۶- معلمان تربیت بدنی باید حتی المقدور تلاش کنند تا دانش آموزان معلول را در کلاسهای..... تربیت بدنی جای دهند.

۱. خاص ۲. انفرادی ۳. عادی ۴. گروهی

۲۷- معلمان تربیت بدنی در کدامیک از کلاسها در مورد مسائل بهداشتی مطالب خاص ارائه میدهند؟

۱. عادی ۲. جبرانی ۳. ویژه ۴. ایمنی

۲۸- مهمترین صفت معلمان دانش آموزان معلول در کلاسهای ویژه ..... میباشد.

۱. حل مسائل ۲. بلوغ عاطفی ۳. بلوغ فکری ۴. سازگاری محیطی

شماره سوال	پاسخ صحیح
۱	الف
۲	د
۳	ب
۴	ج
۵	د
۶	الف
۷	ب
۸	ج
۹	الف
۱۰	ج
۱۱	ب
۱۲	ج
۱۳	الف
۱۴	ب
۱۵	الف
۱۶	ج
۱۷	د
۱۸	ب
۱۹	ج
۲۰	ب
۲۱	ج
۲۲	ج
۲۳	الف
۲۴	ب
۲۵	د
۲۶	ج
۲۷	ج
۲۸	ب

۱- کدام حیطه در تقسیم بندی دکتر کین جهت اهداف تربیت بدنی مد نظر نمی باشد؟

۱. شناختی ۲. عاطفی ۳. روانی حرکتی ۴. عصبی عضلانی

۲- اولویت بندی فعالیت ها و وضعیت اقتصادی -اجتماعی، در بحث عوامل موثر بر طراحی برنامه های تربیت بدنی در مدارس در کدام حیطه قرار دارد؟

۱. نیازهای اجتماعی ۲. مقررات دولتی ۳. عوامل شخصی ۴. شرایط محیطی

۳- از چه سنی کودک یاد می‌گیرد تا واکنش‌های عاطفی و هیجانی خود را کنترل نماید؟

۱. شش سالگی ۲. نه سالگی ۳. دوازده سالگی ۴. چهار سالگی

۴- میانگین رشد وزن در هر سال در دانش آموزان 9 تا 12 چقدر است ؟

۱. 2/3 کیلو گرم ۲. 5 کیلو گرم ۳. 3/2 کیلو گرم ۴. 1/5 کیلو گرم

۵- در چه سنی مقبولیت از طرف گروه همسالان برای دانش آموزان مهم است؟

۱. 9 تا 12 سال ۲. 13 تا 17 سال ۳. 6 تا 9 سال ۴. 3 تا 6 سال

۶- کدام عامل در برنامه ریزی درس تربیت بدنی در مدارس نقش عمده ندارد؟

۱. علوم ورزشی ۲. اقتصاد ۳. جامعه ۴. دانش آموزان

۷- در نظامهای آموزشی موفق و موثر محور برنامه های آموزشی کدام است؟

۱. رشد و تکامل طبیعی کودک ۲. تناسب برنامه ها با وضعیت جسمانی دانش اموز

۳. افزایش قابلیتهای روانی و اجتماعی ۴. نیازها و علایق دانش آموزان(تعلیم و تربیت انسان گرا)

۸- آن دسته از استعدادها و قابلیتها که فرد در اثر آموزش به آن می رسد چه نام دارد ؟

۱. آمادگی جنبشی ۲. آمادگی جسمانی ۳. آمادگی حرکتی ۴. آمادگی اختصاصی

۹- اولین پایگاه حضور فعال و موثر دانش آموزان در فعالیتهای تربیت بدنی کدام محیط می باشد ؟

۱. خانواده ۲. مدرسه ۳. مهد کودک ۴. ورزشگاه

۱۰- تهیه امکانات و وسایل و تجهیزات ورزشی و توزیع بین مدارس با کجاست ؟

۱. سازمان تربیت بدنی ۲. ادارات تربیت بدنی ۳. فدراسیونها ۴. آموزش و پرورش

۱۱- از اساسی ترین موارد یک برنامه ریزی موفق در عملکرد معلمان تربیت بدنی چیست؟

۱. مدیریت ۲. هماهنگی ۳. ارائه طرح درس ۴. ارائه اساسنامه

۱۲- در کدام شیوه تدریس تلاشهای فردی به پاسخهای متنوع حرکتی منجر میشود؟

۱. تکلیفی ۲. کشف هدایت شده ۳. حل مشکل ۴. کشف حرکت

۱۳- مهمترین بخش تعلیم و تربیت کدام گزینه است؟

۱. اندازه گیری ۲. ارزشیابی ۳. سنجش ۴. سنجش و اندازه گیری

۱۴- کدامیک از واژه های زیر مغایر تعریف ژرژ هپر فرانسوی از علم تربیت بدنی است؟

۱. اصولی بودن ۲. متناوب بودن ۳. تدریجی بودن ۴. منظم بودن

۱۵- کدام‌یک از واژه‌های ذیل، در تقسیم‌بندی اهداف رفتاری بلوم، در حیطه عاطفی قرار دارد؟

۱. ارزش‌ها ۲. کاربردها ۳. گزینش ۴. تفاوت‌ها

۱۶- رشد و تکامل یک پدیده .....است ولی آهنگ رشد در دوران مختلف سنی یکسان..... .

۱. گذرا- است ۲. موقت - نیست ۳. دائمی- نیست ۴. دائمی- است

۱۷- برگزاری مراسم، جشن‌ها و مناسبت‌ها جزء کدام‌یک از موضوعات تربیت‌بدنی در مدارس می‌باشد؟

۱. موضوع مسابقات ورزشی ۲. موضوع فوق برنامه

۳. موضوع فنی ۴. موضوع کلاس‌های آموزشی

۱۸- برنامه کلاس های تربیت بدنی اصلاحی در چه دوره ای از اهمیت فوق العاده ای برخوردار است؟

۱. پیش دبستانی ۲. دبستان ۳. راهنمایی ۴. متوسط

۱۹- کدام بخش بیشترین زمان یک جلسه تمرین را به خود اختصاص می دهد؟

۱. گرم کردن ۲. سازماندهی کلاس درس

۳. بازگشت به حالت اولیه ۴. آموزش

۲۰- در بحث برنامه ریزی درس تربیت بدنی، کدام یک از موارد زیر نادرست است؟

۱. دستورالعمل ثابتی برای کلیه سنین ندارد

۲. اصول کلی برنامه ریزی در مناطق مختلف، تفاوت دارد

۳. روشهای برنامه ریزی از منطقه ای به منطقه دیگر تفاوت دارد

۴. این برنامه ها متناسب با علایق و خواسته و احتیاجات دانش آموزان تنظیم می گردد

۲۱- قد تقریبی یک کودک معمولی در پنج سالگی چند سانتی متر است؟

۱. 68 سانتی متر ۲. 87 سانتی متر ۳. 115 سانتی متر ۴. 78 سانتی متر

۲۲- مهمترین صفت معلم دانش آموزان معلول در کلاسهای ویژه کدام است؟

۱. سازماندهی ۲. خلاقیت ۳. بلوغ عاطفی ۴. تدبیر

۲۳- در چه دوره سنی، کودک برای فرو نشاندن خشم خود از راه کناره‌گیری اقدام می‌کند؟

۱. یک و دو سال ۲. سه و چهار سال ۳. پنج و شش سال ۴. هفت و هشت سال

۲۴- کدام بخش از یک جلسه تدریس درس تربیت بدنی بیشترین زمان را به خود اختصاص می دهد؟

۱. سازماندهی کلاس درس ۲. بخش آموزش

۳. گرم کردن ۴. بازگشت به حال اولیه

۲۵- کدام یک از دوره های سنی بحرانی ترین دوره زندگی افراد است؟

۱. 3 تا 6 سالگی ۲. 13 تا 17 سالگی ۳. 9 تا 12 سالگی ۴. 6 تا 9 سالگی

۲۶- مهارت توپ گیری از چه سنی آغاز می شود؟

۱. چهار سالگی ۲. سه سالگی ۳. دو سالگی ۴. پنج سالگی

۲۷- مهمترین قسمت برنامه تربیت بدنی در مدارس کدام است؟

۱. هماهنگی ۲. ارزشیابی ۳. سازماندهی ۴. آمادگی جسمانی

۲۸- معلمان تربیت بدنی اغلب از چه شیوه ای برای تدریس و کلاس داری استفاده می کنند؟

۱. دستوری ۲. تمرین ۳. دو جانبه ۴. حل مسئله

۲۹- تقویت روحیه اجتماعی و مسئولیت پذیری از طریق بازی ها و حرکات دسته جمعی، جزء اهداف عمومی تربیت بدنی چه دوره سنی می باشد؟

۱. دوره پیش از دبستان ۲. دوره راهنمایی ۳. دوره دبیرستان ۴. دوره ابتدایی

۳۰- محور فعالیت های کلاس های تربیت بدنی ویژه، آموزش کدام گزینه است؟

۱. مهارت های بنیادی ۲. مهارت های ادراکی ۳. آمادگی جسمانی ۴. آمادگی حرکتی

شماره سوال	پاسخ صحیح
۱	د
۲	الف
۳	الف
۴	ج
۵	الف
۶	ب
۷	د
۸	ج
۹	الف
۱۰	ب
۱۱	ج
۱۲	ج
۱۳	ب
۱۴	ب
۱۵	الف
۱۶	ج
۱۷	ب
۱۸	ب
۱۹	د
۲۰	ب
۲۱	ج
۲۲	ج
۲۳	ج
۲۴	ب
۲۵	ب
۲۶	الف
۲۷	ب
۲۸	ب
۲۹	د
۳۰	الف

۱- کدام عبارت درباره ارزشیابی درست است؟

۱. داوری بر اساس مجموع اطلاعات به دست آمده است.

۲. ارزشیابی یکی از وظایف کم اهمیت معلم تربیت بدنی است.

۳. ارزشیابی هیچ نقشی در تعلیم و تربیت ندارد.

۴. ارزشیابی در آزمون های جسمانی کاربردی ندارد.

۲- تحلیل ها و تفاوت ها جزء کدامیک از حیطه های رفتاری است؟

۱. حیطه عاطفی

۲. حیطه روانی - حرکتی

۳. حیطه شناختی

۴. حیطه روانی

۳- اولویت بندی فعالیت ها در بحث عوامل موثر بر طراحی برنامه های تربیت بدنی در مدارس در کدام حیطه قرار دارد؟

۱. عوامل شخصی و گروهی

۲. نیازهای اجتماعی

۳. عوامل محیطی

۴. عوامل غیر مدرسه ای

۴- قد و وزن تقریبی یک کودک پنج ساله به ترتیب چند سانتی متر و چند کلیوگرم است؟

۱. ۱۱۵ سانتی متر ، ۲۵ کلیوکرم

۲. ۱۱۰ سانتی متر ، ۲۳ کلیوکرم

۳. ۱۱۰ سانتی متر ، ۲۰ کلیوکرم

۴. ۱۱۵ سانتی متر ،۲۳ کلیوکرم

۵- کودکان پنج و شش ساله از چه طریقی برای فرو نشاندن خشم خود استفاده می کنند؟

۱. قهر کردن

۲. داد و فریاد کردن

۳. استفاده از زبان

۴. گریه کردن

۶- کدامیک از موارد زیر، از خصوصیات جسمانی دانش آموزان ۹ تا ۱۲ سال می باشد؟

۱. دانش آموزان دختر و پسر نسبت به کوتاهی یا بلندی، چاقی یا لاغری و تناسب اندام خود بیش از حد حساس اند.

۲. دانش آموزان در این سنین خستگی ناپذیر به نظر می رسند و قادرند تمرین های بدنی طولانی و مداوم داشته باشند.

۳. در این سنین به دلیل کوچک بودن شش ها در هنگام فعالیت های جسمانی تعداد تنفس و ضربان قلب به سرعت افزایش می یابد.

۴. سیستم عصبی در عضلات کوچک هنوز کارایی لازم را پیدا نکرده است و کودک در اجرای حرکات از عضلات بزرگ بدن استفاده می کند.

۷- کدام یک از گزینه های زیر درست نیست؟

۱. امادگی جسمانی، آن دسته از قابلیت ها و توانایی هایی هستند که به صورت بالقوه در فرد وجود دارند.

۲. آمادگی حرکتی، آن دسته از استعداد ها و قابلیت ها که فرد در اثر آموزش به آنها می رسد.

۳. قدرت، استقامت، سرعت و چابکی اجزای آمادگی حرکتی هستند.

۴. آمادگی های جسمانی زیر بنای تمام فعالیت های بدنی و اجزای مهارت های ورزشی است.

۸- قبول مسّولیت و همکاری با گروه جز کدام یک از حیطه های رفتاری است؟

۱. عاطفی ۲. شناختی ۳. روانی - حرکتی ۴. روانی

۹- در این شیوه معلم محتوا یا نوع فعالیت را تعیین می کند، اما به بچه ها فرصت می دهد تا برای انجام دادن آن تصمیم بگیرند. ویژگی کدام شیوه تدریس است؟

۱. دستوری ۲. کشف حرکت ۳. دو جانبه ۴. تکلیفی

۱۰- مهمترین محاسن شیوه تدریس هدایت شده کدام گزینه است؟

۱. کنترل بهتر کلاس ۲. درک مثبت فرد از خود در اجرای یک مهارت

۳. توسعه مهارت، ارتباط، افزایش صبر و تحمل ۴. خود هدایتی

۱۱- کدام نوع ارزشیابی در سراسر دوره آموزشی یا برنامه تمرینی انجام می پذیرد؟

۱. ارزشیابی پایانی ۲. ارزشیابی پیشرفت ۳. ارزشیابی تکوینی ۴. ارزشیابی حرکتی

۱۲- اهداف تربیت بدنی معمولی را دنبال می کند اما با تغییرهایی در آنها تلاش می کند تا نیازهای کودکان استثنانی را برآورده سازد. تعریفی است از .....

۱. تربیت بدنی انطباقی ۲. تربیت بدنی تکاملی ۳. تربیت بدنی اصلاحی ۴. تربیت بدنی عمومی

۱۳- مهمترین صفت معلم دانش آموزان معلول در کلاس های ویژه چیست؟

۱. انگیزه و اشتیاق ۲. ابتکار و خلاقیت ۳. توانایی سازماندهی ۴. بلوغ عاطفی

۱۴- کدام مورد در باره ماهیت تربیت بدنی در مدارس درست نیست؟

۱. تربیت بدنی جزیی لاینفک از برنامه های آموزش و پرورش بوده که درآن آموزش همگانی برای دانش آموزان مطرح است.

۲. هدف تربیت بدنی در مدارس صرفا قهرمانی در یک رشته ورزشی است.

۳. در برنامه ریزی تربیت بدنی در مدارس به نیازهای واقعی دانش آموزان توجه می شود.

۴. هدف از تربیت بدنی در مدارس ایجاد شور و نشاط و یادگیری مهارت های کلی است.

۱۵- در این گونه کلاس ها معمولا آن دسته از دانش آموزان که در اجرای مهارت های ورزشی دچار مشکل هستند و احتمال بهبود آنها هست شرکت می کنند تعریفی از

۱. برنامه کلاس های فوق برنامه تربیت بدنی و ورزش

۲. برنامه کلاس های آموزش تربیت بدنی و ورزش

۳. برنامه کلاس های تربیت بدنی اصلاحی

۴. برنامه مسابقات و رقابتهای ورزشی

۱۶- کدام یک از گروه های سنی زیر قادر نیستند واکنش های عاطفی و هیجانی خود را کنترل نمایند و نسبت به شادی و ترس از خود واکنش نشان نمی دهند؟

۱. کودکان ۱۳تا ۱۷ سال

۲. کودکان ۹ تا ۱۲ سال

۳. کودکان ۶ تا ۹ سال

۴. کودکان ۳ تا ۶ سال

۱۷- کدام مورد جز آزمون های تعادلی برای معلولان نیست؟

۱. ایستادن روی یک پا با چشمان باز

۲. ایستادن روی یک پا با چشمان بسته

۳. غلتیدن به جلو

۴. حرکت فرشته تعادلی ژیمناستیک

۱۸- مهمترین قسمت برنامه تربیت بدنی در مدارس و تعلیم و تربیت چیست؟

۱. ارزشیابی ۲. برنامه ریزی ۳. طرح درس ۴. کشف استعداد

۱۹- تدریس مهارتهای پیشرفته ورزشی در کدامیک از گروه های سنی زیر انجام می شود؟

۱. ۵ تا ۶ ساله ۲. ۷ تا ۹ ساله ۳. ۱۲ تا ۱۴ ساله ۴. ۱۴ سال به بالا

۲۰- کدام مورد درباره مسوولیت والدین نسبت به شرکت فرزندانشان در برنامه های ورزشی مدارس درست نیست؟

۱. فرزندان خود را نسبت به شرکت در فعالیت های ورزشی در مدارس تشویق نمایند.

۲. به اهداف تربیتی، اخلاقی و آموزشی تربیت بدنی و تاثیر آن بر جسم و روان فرزندان توجه نمایند.

۳. ساعاتی را در هفته همراه با فرزندان خود به ورزش بپردازند.

۴. والدین مسوولیتی در قبال برنامه های ورزشی مدرسه و بهبود و گسترش کمی و کیفی برنامه ها ندارند.

۲۱- کدامیک از واژه های زیر مغایر تعریف لوبوش از علم تربیت بدنی است؟

۱. منظم بودن

۲. مجموع روش هایی است برای تبدیل بدن به یک وسیله مورد اعتماد

۳. اجتماعی شدن از طریق پرورش عوامل بیولوژیکی

۴. کنترل عوامل روانی - حرکتی

۲۲- کدامیک از موارد زیر، جزء (بازگشت به حالت اولیه) در اجرای یک جلسه تدریس تربیت بدنی محسوب می شود؟

۱. دادن پیامهای بهداشتی و اخلاقی

۲. آمادگی و بالا بردن درجه حرارت بدن

۳. مرور مهارت های آموزش داده شده

۴. حضور و غیاب

۲۳- در بحث اهداف عمومی تربیت بدنی دوره ابتدایی، کدام یک از موارد زیر ضرورتی ندارد؟

۱. تقویت روحیه اجتماعی

۲. ایجاد عادات ایمنی

۳. پرورش روحیه نظم و انضباط

۴. توسعه و رشد مهارت های شناختی

۲۴- پر کردن اوقات فراغت، به عضویت در آمدن تیمهای ورزشی و محبوبیت اجتماعی، هدف اصلی کدام پایه است؟

۱. پایه مقدماتی ۲. پایه دوم ۳. پایه سوم ۴. پایه چهارم

۲۵- عواملی که در برنامه ریزی و تعیین محتوای درس تربیت بدنی مورد استفاده قرار می گیرد شامل کدام یک از موارد زیر است؟

۱. مدرسه، جامعه، معلم

۲. جامعه، دانش آموزان، علوم ورزشی

۳. معلم، جامعه، دانش آموزان

۴. مدرسه، معلم، دانش آموزان

۲۶- بهترین زمانی که برای فعالیت کلاس های ویژه تربیت بدنی برای معلولان ارائه کرد چه زمانی است؟

۱. همزمان با انجام مسابقات

۲. همزمان با مسابقات کشوری

۳. همزمان با کلاس های عادی

۴. کلاس های فوق برنامه

شماره سوال	پاسخ صحیح
1	الف
2	ج
3	ب
4	د
5	الف
6	ب
7	ج
8	الف
9	د
10	ب
11	ج
12	الف
13	د
14	ب
15	الف
16	د
17	ج
18	الف
19	ج
20	د
21	الف
22	الف
23	د
24	د
25	ب
26	ج

۱- ارزشیابی در تربیت بدنی به چند شکل انجام می شو د؟

۱. تکوینی-پایانی ۲. ابتدایی - پایانی ۳. ملاکی - تکوینی ۴. هنجاری - ناهنجاری

۲- کدام عبارت در خصوص کودکان ۳-۶ سال صحیح است؟

۱. به وزن بدن کودکان زیر ۶ سال، هر ساله دو کیلو گرم اضافه می شود.

۲. دست های کودکان زیر ۶ سال سریع تر از پاها رشد می کنند.

۳. به طول قد کودکان زیر ۶ سال، هر سال حدود ۱۰سانتی متر افزوده می شود.

۴. آهنگ رشد جسمانی کودکان زیر ۶ سال بسیار سریع است.

۳- کدام گزینه جزء ویژگی های عاطفی کودکان زیر ۶ سال می باشد؟

۱. رشد عاطفی و هیجانی کنترل می شود

۲. کنترل هیجانات

۳. کودکان سه و چهار ساله برای فرو نشاندن خشم خود بیشتر از زبان استفاده می کنند.

۴. کودک در سن چهار سالگی می تواند به راحتی روی پنجه های پا راه برود.

۴- در کدام دوره کودک وارد مرحله دوم زندگی شده و رشد طولی کند تر و رشد عرضی سریعتر می شود ؟

۱. کودکان۳ تا ۶ سال ۲. کودکان ۶ تا ۹ سال

۳. دانش آموزان ۹ تا ۱۲ سال ۴. دانش آموزان ۱۳ تا ۱۷ سال

۵- در کدام دوره سنی ساعد و دست ها رشد بیشتری دارند و بلند تر می شوند؟

۱. ۹ تا ۱۲ سال ۲. ۱۳ تا ۱۷ سال ۳. ۳ تا ۶ سال ۴. ۶ تا ۹ سال

۶- کدام عبارت درباره هدف روانی- حرکتی دانش آموزان ۱۳ تا ۱۷ سال صحیح است؟

۱. جهت دادن واکنش های عاطفی دانش آموزان در مقابل پیروزی و شکست در بازی ها است.

۲. تعلیم روش های صحیح تمرینات ورزشی، کنترل وزن و افزایش توانایی های حرکتی و آمادگی جسمانی دانش آموزان است.

۳. کمک به دانش آموزان برای تقویت کنترل عضلات و افزایش قابلیت های حرکتی است.

۴. ارائه برنامه های حرکتی و فعالیت های جسمانی صحیح است.

۷- اولین و مهم ترین پایگاه به منظور حضور فعال و موثر دانش آموزان در فعالیت های تربیت بدنی و ورزش کدام است؟

۱. مدرسه ۲. دوستان ۳. خانواده ۴. جامعه

۸- به آن دسته از قابلیت ها و توانایی ها که فرد در اثر آموزش به آنها می رسد و در نتیجه توانایی های مهارتی، هنری و حرکتی پرورش می یابندرا .....می گویند.

۱. آمادگی حرکتی ۲. آمادگی جسمانی ۳. آمادگی روانی ۴. آمادگی عاطفی

۹- کدامیک زیر مجموعه آمادگی جسمانی نیست؟

۱. قدرت ۲. پاس ۳. سرعت ۴. استقامت

۱۰- کدام بخش از یک جلسه تدریس درس تربیت بدنی بیشترین زمان را به خود اختصاص می دهد؟

۱. سازماندهی کلاس درس ۲. بخش آموزش

۳. گرم کردن ۴. بازگشت به حال اولیه

۱۱- این تعریف از کیست :تربیت بدنی مجموعه روش هایی است که جهت تبدیل بدن به یک وسیله مورد اعتماد و تطابق و همگامی با محیط های بیولوژیکی و اجتماعی از طریق پرورش عوامل بیولوژیکی می باشد.

۱. ژرژ هپر ۲. دکترلوبوش ۳. بلوم ۴. دکتر کین

۱۲- کدام مورد از اهداف اختصاصی تربیت بدنی محسوب می شود؟

۱. پرورش قابلیت ها و فعالیت های جسمانی

۲. پرورش قوای ذهنی دانش آموزان از طریق بازی های سازمان یافته

۳. پرورش و تقویت روحیه نظم و انظباط در کارها

۴. توسعه توانایی ها و مهارت های بنیادی پیشرفته و آمادگی جسمانی

۱۳- از نظر دکتر ناش تقویت هیجانات و عواطف فطری و استفاده از آنها در اجرای مطلوب و بهتر کارهای روزمره جزء کدامیک از اهداف تربیت بدنی در مدارس محسوب می شود؟

۱. تقویت جسم ۲. تقویت هماهنگی عصبی-عضلانی

۳. تقویت احساسات ۴. تقویت درک و سرعت انتقال و عمل

۱۴- نگرش و توقعات دانش آموزان از درس تربیت بدنی و ورزش در دوره راهنمایی چیست؟

۱. لذت بردن ۲. تناسب اندام و سلامتی و ایجاد مهارت جدیدورزشی

۳. ارتقاء مهارت های ورزشی مورد علاقه ۴. یادگیری بازی های ورزشی

۱۵- کلاس هایی که مسئولان آموزشگاه و معلمان تربیت بدنی و ورزش در خارج از ساعات برنامه های هفتگی درسی برگزار می کنند تعریف کدام یک از کلاس های زیر است؟

۱. برنامه کلاس های آموزش تربیت بدنی و ورزش
۲. برنامه کلاس های فوق برنامه تربیت بدنی و ورزش
۳. برنامه کلاس های تربیت بدنی اصلاحی
۴. برنامه مسابقات و رقابت های ورزشی

۱۶- عوامل موثر در طراحی برنامه های تربیت بدنی کدام است؟

۱. عوامل شخصی و گروهی
۲. نیازهای محیطی و اجتماعی
۳. سازمان و مقررات دولتی
۴. تمام گزینه ها در طراحی برنامه تربیت بدنی موثر است

۱۷- قدیمی ترین شیوه تدریس کدام است؟

۱. دستوری ۲. دوجانبه ۳. تکلیفی ۴. هدایت شده

۱۸- در کدام روش تدریس، معلم نوع و روش های اجرای یک حرکت را برنامه ریزی می کند اما تمرکز روی بهترین روش اجرای حرکت است؟

۱. شیوه تدریس تکلیفی
۲. شیوه تدریس حل مشکل
۳. شیوه تدریس کشف هدایت شده
۴. شیوه تدریس کشف حرکت

۱۹- مهم ترین مشخصه شیوه تدریس تکلیفی کدام است؟

۱. تقلید از دیگران
۲. مدیریت آزاد
۳. بی توجهی معلم به دانش آموزان
۴. تصمیم نوع فعالیت براساس توانایی خود

۲۰- کدام روش تدریس را نمی توان برای دانش آموزان سال های اول دبستان به کار برد؟

۱. روش جزئی ۲. روش کلی ۳. روش دوجانبه ۴. روش ارتباطی

۲۱- کدام عبارت از اهداف ارزشیابی درس تربیت بدنی در مدارس نمی باشد؟

۱. تعیین نمره دانش آموزان از درس ورزش
۲. پی بردن به نقاط ضعف اجرایی درس تربیت بدنی
۳. شناخت آزمون های اندازه گیری
۴. تقویت قوای فکری و امنیتی

۲۲- ارزشیابی .....در سراسر دوره آموزشی یا برنامه تمرینی در هر ثلث و نیم سال صورت می گیرد.

۱. پایانی ۲. تکوینی ۳. ملاکی ۴. نهایی

۲۳- بلوغ عاطفی چیست؟

۱. حل مسائل و مشکلات و سازگاری محیطی همراه با رشد جسمی

۲. حل مسائل و مشکلات و سازگاری محیطی بدون نیاز به درگیری عاطفی زاید و غیر ضروری

۳. خلاقیت و قدرت ابداع و نوع آوری

۴. روح احترام به مقررات و قوانین و تقسیم مسئولیت ها و وظایف

۲۴- کدام گزینه ملاک آزمون تعادلی نیست؟

۱. حرکت فرشته در ژیمناستیک

۲. ایستادن روی یک پا با چشمان بسته

۳. آویزان شدن از میله افقی

۴. حفظ تعادل یک جسم مسطح در قسمت پایین پا

۲۵- اولین گام برای توسعه تربیت بدنی جدید چیست؟

۱. بازنگری اساسی در برنامه های آموزشی

۲. بازنگری اساسی در برنامه های پرورشی

۳. بازنگری اساسی در برنامه ریزی و ارزشیابی

۴. بازنگری اساسی در برنامه های تربیتی

۲۶- تجربه نشان داده است مدارسی که ..... آنها اهمیت ویژه برای ورزش قائل بوده اند، تیم های ورزشی آنها دارای سازماندهی منظم و موفقیت شان بسیار چشمگیر بوده است.

۱. معلمان

۲. مدیران

۳. معاونان

۴. دانش آموزان

۲۷- بحرانی ترین دوره زندگی کدام دوره است؟

۱. ۶ تا ۹ سال

۲. ۹ تا ۱۲ سال

۳. ۱۳ تا ۱۷ سال

۴. ۳ تا ۶ سال

۲۸- خصوصیات جسمانی دانش آموزان ۹ تا ۱۲ ساله کدام است؟

۱. در این دوره کم و بیش قد و قواره دائمی خود را پیدا می کنند.

۲. دخترها و پسرهای نوجوان نسبت به کوتاهی یا بلندی و چاقی یا لاغری خود بیش از حد حساسند.

۳. عضلات به سرعت رشد می کنند و به قطر آنها افزوده می شود ولی استخوان بندی هنوز محکم نشده است.

۴. رشد عمومی بدن دختران سریعتر از پسران است اما پسران توانایی عمومی و قدرت بیشتری دارند.

شماره سوال	پاسخ صحیح
1	الف
2	د
3	ج
4	ب
5	الف
6	ب
7	ج
8	الف
9	ب
10	ب
11	ب
12	د
13	ج
14	ب
15	ب
16	د
17	الف
18	ج
19	د
20	الف
21	د
22	ب
23	ب
24	ج
25	الف
26	ب
27	ج
28	د

۱- ازنظر ژرژهپر فرانسوی تربیت بدنی به کدام منظور انجام نمی شود؟

۱. تقویت کامل بدن
۲. تخصص در یک رشته ورزشی
۳. بالا بردن قدرت و استقامت دستگاههای مختلف بدن
۴. پرورش استعدادهای افراد برای انجام هر نوع فعالیت

۲- قوای ذهنی دانش آموزان دوره ابتدایی را از کدام طریق پرورش می دهید؟

۱. بازیهای سازمان یافته
۲. حرکات دسته جمعی
۳. بازیهای اجتماعی
۴. حرکات موزون

۳- محور و اهداف برنامه های اختصاصی تربیت بدنی در مدارس ابتدایی کدام گزینه است؟

۱. رشد مهارتهای شناختی
۲. توسعه مهارتهای عصبی- عضلانی
۳. توسعه مهارتهای ترکیبی
۴. توسعه و بهبود مهارتهای بنیادی

۴- مشکل عمده ای که امروزه در کشور عزیزمان ایران در اجرای برنامه های تربیت بدنی در مدارس با آن رو به رو هستیم چیست؟

۱. فقدان امکانات کافی و مناسب
۲. عدم به کارگیری معلمین متخصص
۳. مشخص نبودن اهداف و خط مشی ها
۴. عدم اهمیت و توافق بر سر مفاهیم نظری این حوزه

۵- کدام یک از فاکتورهای زیر با حیطه شناختی مرتبط است؟

۱. تفسیرها
۲. ارزشها
۳. همدردی
۴. نمایش حرکتی

۶- طبق تقسیم بندی دکتر ناش از اهداف تربیت بدنی تقویت جسم: ارتقای قابلیتهای جسمانی و انتقال آن در زندگی در کدام حیطه قرار میگیرد؟

۱. شناختی
۲. عاطفی
۳. روانی حرکتی
۴. جسمانی

۷- در کدام پایه(کلاس چهارم و پنجم) دانش آموزان انتظار دارند تربیت بدنی در ایجاد دوستی ها و ابراز شایستگی آنان موثر باشد و موجب کاهش هیجانات گردد؟

۱. پایه اول
۲. پایه دوم
۳. پایه سوم
۴. پایه چهام

۸- برنامه های تربیت بدنی در مدارس باید اهداف و خصوصیات و ویژگیهای کدام نوع تعلیم و تربیت را داشته باشد؟

۱. تعلیم و تربیت ویژه
۲. تعلیم و تربیت اخلاقی
۳. تعلیم و تربیت منتهی به غنای فرهنگی
۴. تعلیم و تربیت کلی با هدف نزدیکی به خدا

۹- در مورد برنامه های درس تربیت بدنی کدام گزینه صحیح است؟

۱. برنامه ریزی درس تربیت بدنی دستورالعمل ثابتی برای کلیه سنین دارد.

۲. می توان الگو های کاملا مشخص برای همه مدارس در سطح کشور ارائه داد.

۳. روشهای برنامه ریزی پس از جابجایی از منطقه ای به منطقه دیگر تفاوت ندارد.

۴. اصول کلی برنامه ریزی در همه جا صادق و یکسان است.

۱۰- کدام برنامه کلاسی برای آن دسته از دانش آموزانی ارائه می شود که نیازها و احتیاجات حرکتی و مهارتهای ویژه دارند؟

۱. برنامه کلاسهای آموزش تربیت بدنی و ورزش

۲. برنامه کلاسهای فوق برنامه تربیت بدنی و ورزش

۳. برنامه کلاسهای تربیت بدنی اصلاحی

۴. برنامه مسابقات و رقابتهای ورزشی

۱۱- تشکیل کلاسهای آموزش اختیاری و مهارتهای ورزشی موضوع کدام یک از مواد برنامه های تربیت بدنی و ورزش در مدارس است؟

۱. آموزش تربیت بدنی ۲. حرکات اصلاحی ۳. فوق برنامه ۴. مسابقات ورزشی

۱۲- تصمیمات اولیای مدرسه و مقررات و ضوابط مدرسه زیر مجموعه کدام یک از عوامل موثر در طراحی برنامه های تربیت بدنی است؟

۱. عوامل شخصی و گروهی

۲. نیازهای اجتماعی

۳. شرایط محیطی

۴. سازمان و مقررات دولتی

۱۳- مهارت پریدن و بالا رفتن از پله از چه سنی شروع می شود؟

۱. ۲ سالگی ۲. ۳ سالگی ۳. ۴ سالگی ۴. ۶ سالگی

۱۴- حرکات و بازیها جهت رشد و نمو، حداقل به مدت چند ساعت در روز باید در برنامه کودکان پیش دبستانی گنجانده شود؟

۱. ۶ ساعت ۲. ۵ ساعت ۳. ۴ ساعت ۴. ۲ ساعت

۱۵- در چه سنی دانش آموزان یاد میگیرند به تدریج بر امیال خود مسلط شوند(ویژگیهای عاطفی) و قوانین و مقررات ورزشی فراگرفته را رعایت کنند؟

۱. ۷ سالگی ۲. ۸ سالگی ۳. ۹ سالگی ۴. ۱۰ سالگی

۱۶- سرعت انتقال مهارت کودکان (خصوصیات روانی - حرکتی)در کدام سنین حدود نصف میزان سرعت انتقال بزرگترهاست؟

۱. ۳ تا ۶ سال ۲. ۶ تا ۹ سال ۳. ۹ تا ۱۲ سال ۴. ۱۳تا ۱۷ سال

۱۷- در نظامهای آموزشی موفق و موثر محور برنامه های آموزشی کدام است؟

۱. رشد و تکامل طبیعی کودک ۲. تناسب برنامه ها با وضعیت جسمانی دانش اموز

۳. افزایش قابلیتهای روانی و اجتماعی ۴. نیازها و علایق دانش آموزان(تعلیم و تربیت انسان گرا)

۱۸- محتوای کلی تربیت بدنی مدارس در کدام مقطع سنی آموزش حرکات ژیمناستیک(بازیهای ساده ورزشی) است؟

۱. آمادگی ۲. کلاسهای اول تا سوم دبستان

۳. کلاسهای چهارم و پنجم دبستان ۴. راهنمایی

۱۹- صعود کردن جزء کدام دسته از مهارتهای زیر قرار دارد؟

۱. مهارتهای بنیادی ترکیبی و پیشرفته ۲. مهارتهای بنیادی غیر جنبشی

۳. مهارتهای بنیادی جنبشی ۴. مهارتهای ادراکی – حرکتی

۲۰- تایید و پشتیبانی لازم از برنامه های تربیت بدنی و کمک به اجرای جزئیات برنامه جزء وظایف چه کسی است؟

۱. والدین ۲. معلم تربیت بدنی

۳. مدیران و مسئولان آموزش مدرسه ۴. کارشناس تربیت بدنی

۲۱- کدام عامل اصول اساسی برنامه های تربیت بدنی را با نیازهای واقعی دانش آموزان در هر مدرسه پیوند می دهد؟

۱. اهداف رفتاری ۲. اولیا و مربیان

۳. کارشناس تربیت بدنی ۴. طرح درس منسجم و منظم تربیت بدنی

۲۲- برنامه ریزی یک جلسه تدریس تربیت بدنی برای کلاسهای اول تا چهارم دبیرستان در چه چیز مشابه است؟

۱. اصول برنامه ریزی ۲. محتوای مواد مورد تدریس

۳. شیوه های آموزشی ۴. تقسیم بندی زمان برنامه ها

۲۳- در تنظیم جدول زمانبندی، معلم تربیت بدنی باید کدام مورد را طوری تنظیم کند که حتی المقدور زمان کمتری را به خود اختصاص دهد؟

۱. سازمان دهی وحضور و غیاب کلاس
۲. گرم کردن بدن
۳. بخش آموزش
۴. ریکاوری

۲۴- کدامیک از شیوه های تدریس بیشتر حالت غیرمستقیم داردو نحوه انجام دادن حرکت به عهده شاگرد می باشد؟

۱. کشف حرکت
۲. دوجانبه
۳. تمرین
۴. دستوری

۲۵- در کدام شیوه تدریس تلاشهای فردی به پاسخهای متنوع حرکتی منجر میشود؟

۱. تکلیفی
۲. کشف هدایت شده
۳. حل مشکل
۴. کشف حرکت

۲۶- صرف وقت زیاد برای کسب تجارب مختلف حرکتی و درک صحیح حرکت مهمترین عیب کدام شیوه تدریس است؟

۱. روش فرمانی
۲. روش دو جانبه
۳. روش تکلیفی
۴. روش هدایت شده

۲۷- مهمترین بخش تعلیم و تربیت کدام گزینه است؟

۱. اندازه گیری
۲. ارزشیابی
۳. سنجش
۴. سنجش و اندازه گیری

۲۸- این جمله که میفرماید آدمی به گفتارش سنجیده میشود و به رفتارش ارزیابی میشود از کیست؟

۱. مولای متقیان علی (ع)
۲. امام صادق(ع)
۳. امام حسین(ع)
۴. امام رضا (ع)

۲۹- معلمان تربیت بدنی باید تلاش کنند حتی المقدور معلولان را در چه کلاسهایی جای دهند تا تفاوت فرد معلول کمتر مورد توجه قرار گیرد؟

۱. تربیت بدنی اصلاحی
۲. تربیت بدنی تکاملی
۳. تربیت بدنی انطباقی
۴. تربیت بدنی عادی

۳۰- محور فعالیتهای کلاسهای تربیت بدنی ویژه (راه رفتن ،پریدن ....)کدام گزینه است؟

۱. آموزش مهارتهای بنیادی
۲. آموزش حرکات ساده ورزشی
۳. آموزش مهارتهای ورزشی
۴. رشد وتکامل اجتماعی

شماره سوال	پاسخ صحیح
1	ب
2	الف
3	د
4	د
5	الف
6	الف
7	ب
8	د
9	د
10	ج
11	الف
12	د
13	ب
14	الف
15	ب
16	ب
17	د
18	ب
19	الف
20	ج
21	د
22	الف
23	الف
24	الف
25	ج
26	د
27	ب
28	الف
29	د
30	الف

۱- کدام گزینه عبارتست از کلاس های آموزش تربیت بدنی اجباری برای تمام دانش آموزانی که از سلامت کامل جسمی و روانی برخوردارند؟

۱. برنامه حرکات اصلاحی
۲. مسابقات ورزشی
۳. برنامه کلاس فوق برنامه
۴. برنامه کلاس آموزشی

۲- از نظر دکتر ناش ایجاد ارتباط بین انگیزه، محرک و پاسخ ، تفکر مفید، قدرت تصمیم گیری و اجرا از کدام اهداف تربیت بدنی در مدارس می باشد؟

۱. تقویت درک و سرعت انتقال و عمل
۲. تقویت هماهنگی عصبی-عضلانی
۳. تقویت جسم
۴. تقویت احساسات

۳- با توجه به عوامل و عناصری که در طراحی و اجرای برنامه های تربیت بدنی اثر گذار هستند،کدام گزینه شامل نگرش والدین و خانواده ها در مورد برنامه های تربیت بدنی و وضعیت اقتصادی- اجتماعی افراد می باشد؟

۱. عوامل محیطی
۲. عوامل اجتماعی
۳. عوامل شخصی و گروهی
۴. سازمان و مقررات دولتی

۴- عوامل موثر در برنامه ریزی درس تربیت بدنی در مدارس کدامند؟

۱. جامعه- علوم ورزشی، علوم اقتصادی
۲. جامعه - معلمان
۳. دانش آموزان- خانواده
۴. جامعه- دانش آموزان- علوم ورزشی

۵- تعربف زیر مربوط به کدام روش متداول در آموزش مهارت های حرکتی است؟

" مربی بدون آن که درباره جزییات توضیح دهد، از دانش آموزان می خواهد مهارت را با توجه به تجارب قبلی خود انجام دهند."

۱. روش کلی
۲. روش جزئی
۳. روش حل مسئله
۴. روش هدایت شده

۶- کدام بخش بیشترین زمان یک جلسه تمرین را به خود اختصاص می دهد؟

۱. گرم کردن
۲. سازماندهی کلاس درس
۳. بازگشت به حالت اولیه
۴. آموزش

۷- محور عمده فعالیت های کلاس های تربیت بدنی ویژه کدام گزینه است؟

۱. آموزش مهارتها جهت هماهنگی
۲. آموزش مهارت های بنیادی
۳. آموزش درک همزمان فضا و زمان
۴. آموزش حرکات ساده ورزشی

۸- مهمترین صفت معلم دانش آموزان معلول در کلاسهای ویژه کدام است؟

۱. سازماندهی ۲. خلاقیت ۳. بلوغ عاطفی ۴. تدبیر

۹- کسب مهارت در یک رشته ورزشی و رسیدن به رکوردهای بالا، در کدامیک از فعالیت های زیر مطرح است؟

۱. ورزش ۲. تفریحات سالم

۳. تربیت بدنی ۴. بازی های بومی و محلی

۱۰- کدام گزینه، جزء حیطه شناختی در تربیت بدنی محسوب می شود؟

۱. قدردانی ها ۲. ضربه زدن به هدف ۳. ارزیابی ها ۴. حساسیت

۱۱- روش تدریس شاگرد مداری به کدام گزینه ذیل اطلاق می شود؟

۱. روش تمرین ۲. روش کشف حرکت ۳. روش دوجانبه ۴. روش هدایت شده

۱۲- کدام گزینه از مهمترین محاسن روش هدایت شده است؟

۱. خود هدایتی ۲. کنترل بهتر کلاس

۳. به کارگیری توانایی های جسمی و فکری هر دانش آموز ۴. درک مثبت از خود در اجرای یک مهارت

۱۳- ارائه دستورالعمل ها و قوانین مدون و روشن برای نیل به اهداف تربیت بدنی و ورزش در مدارس، از وظایف کدامیک از عوامل آموزشی زیر است؟

۱. معلمان تربیت بدنی ۲. کارشناس تربیت بدنی

۳. مسئولان آموزشی ۴. مدیران آموزشی

۱۴- هدف اصلی برای دانش آموزان پایه سوم (دوره راهنمایی) درباره فعالیت های تربیت بدنی در مدارس چیست؟

۱. لذت بردن ، شادی و یادگیری بازی های ورزش ۲. ایجاد دوستی، ابراز شایستگی و کاهش هیجانات

۳. تامین سلامت، تناسب اندام و ایجاد مهارت های جدید ۴. پرکردن اوقات فراغت از طریق ورزش

۱۵- مهمترین مسئله ای که ضرورت شناخت ویژگی های رشد دانش آموزان را اجتناب ناپذیر می سازد، چیست؟

۱. تدوین برنامه ریزی اصولی برای دانش آموزان

۲. داشتن معیاری مناسب برای هر یک از مراحل رشد جسمانی

۳. شناخت تفاوت های فردی در دانش آموزان

۴. انتخاب بهترین شیوه آموزش مهارتهای حرکتی توسط معلم

۱۶- مهارت توپ گیری از چه سنی آغاز می شود؟

۱. چهار سالگی ۲. سه سالگی ۳. دو سالگی ۴. پنج سالگی

۱۷- کناره گیری، قهر کردن و همچنین جریحه دار کردن احساسات دیگران جهت تسکین خشم ، ویژگی عاطفی کدامیک از گروه های سنی است؟

۱. ۷ الی ۹ سال ۲. ۲ الی ۳ سال ۳. ۵ الی ۶ سال ۴. ۳ الی ۴ سال

۱۸- در سنین ۹ تا ۱۲ سال به ترتیب میانگین افزایش وزن و معدل رشد قد در هر سال چقدراست؟

۱. ۳/۲ کیلوگرم و ۵ سانتی متر ۲. ۲/۳ کیلوگرم و ۶ سانتی متر

۳. ۲/۱ کیلوگرم و ۵ سانتی متر ۴. ۲/۱ کیلوگرم و ۶ سانتی متر

۱۹- مهمترین قسمت برنامه تربیت بدنی در مدارس کدام است؟

۱. هماهنگی ۲. ارزشیابی ۳. سازماندهی ۴. آمادگی جسمانی

۲۰- نخستین مرحله فرآیند ارزشیابی درس تربیت بدنی کدام است؟

۱. تهیه فهرست امتیازات و گزارش کامل آزمون ۲. تعیین روش های نمره دادن

۳. تعیین هدف های آموزشی ۴. تبدیل نمره های خام هر یک از مواد آزمون به درصد

۲۱- بحرانی ترین دوره زندگی افراد مربوط به چه دامنه سنی می باشد؟

۱. ۱۳ الی ۱۷ سال ۲. ۳ الی ۶ سال ۳. ۶ الی ۹ سال ۴. ۹ الی ۱۲ سال

۲۲- کدام گزینه زیر، مهمترین عامل بهسازی زندگی انسان ها می باشد؟

۱. افزایش مهارت ها ۲. حس قضاوت ۳. استقلال اقتصادی ۴. کسب تجربه

۲۳- تقویت روحیه اجتماعی و مسئولیت پذیری از طریق بازی ها و حرکات دسته جمعی، جزء اهداف عمومی تربیت بدنی چه دوره سنی می باشد؟

۱. دوره پیش از دبستان ۲. دوره راهنمایی

۳. دوره دبیرستان ۴. دوره ابتدایی

۲۴- با توجه به طرح درس یک جلسه تدریس تربیت بدنی، بیان اهداف کلی جلسه تدریس در کدام مرحله انجام می شود؟

۱. گرم کردن ۲. مهارت بنیادی

۳. بازگشت به حالت اولیه ۴. سازماندهی

۲۵- کدام شیوه تدریس اغلب توسط معلمان تربیت بدنی مورد استفاده قرار می گیرد؟

۱. شیوه تدریس تمرین
۲. شیوه تدریس تکلیفی
۳. شیوه تدریس کشف هدایت شده
۴. شیوه تدریس دستوری

۲۶- کدام گزینه عبارتست از برنامه ای که اهداف تربیت بدنی معمولی را دنبال می کند، اما با تغییراتی در آن تلاش می کند تا نیاز های کودکان استثنایی را برآورده سازد؟

۱. تکاملی
۲. انطباقی
۳. اصلاحی
۴. انفرادی

۲۷- قدیمی ترین شیوه تدریس کدام است؟

۱. شیوه تدریس دستوری
۲. شیوه تدریس تکلیفی
۳. شیوه تدریس دوجانبه
۴. شیوه تدریس کشف هدایت شده

۲۸- ارضای افراد علاقه مند به شرکت در فعالیت ها، موضوع کدام کلاس تربیت بدنی می باشد؟

۱. مسابقات ورزشی
۲. کلاس های آموزشی تربیت بدنی
۳. کلاس های حرکات اصلاحی
۴. کلاس های فوق برنامه

۲۹- در ارتباط با ویژگی های محتوای درس تربیت بدنی کدام گزینه زیر صحیح نمی باشد؟

۱. محتوا و مضمون باید با عنوان درس تربیت بدنی و اهداف آن سنخیت داشته باشد.
۲. تسلسل مواد آموزشی و برنامه های تربیت بدنی در هر دوره تحصیلی نباید حفظ گردد.
۳. محتوا باید متناسب با توقعات و انتظارات دانش آموزان باشد.
۴. محتوا باید درکی صحیح از ساختار بنیادی تربیت بدنی و ورزش به دانش آموزان ارائه دهد.

۳۰- اولین و مهمترین پایگاه به منظور حضور فعال و موثر دانش آموزان در فعالیت های تربیت بدنی و ورزش کدام است؟

۱. جامعه
۲. مدرسه
۳. محیط خانواده
۴. باشگاه های ورزشی

شماره سوال	پاسخ صحیح
1	ج
2	الف
3	ب
4	د
5	الف
6	د
7	ب
8	ج
9	الف
10	ج
11	ب
12	د
13	ب
14	ج
15	د
16	الف
17	ج
18	الف
19	ب
20	ج
21	الف
22	ب
23	د
24	د
25	الف
26	ب
27	الف
28	د
29	ب
30	ج

۱- پاسخ منطقی به کدام سوال زیر محور و مرکزیتی برای جهت دهی و کسب موفقیت در اجرای برنامه های تربیت بدنی در مدارس خواهد بود؟

۱. چگونه می توان به رشد اخلاق اقدام کرد.

۲. چگونه می توان شخصیت و روحیه اجتماعی در فرد را توسعه داد.

۳. چرا و برای چه باید فعالیت کرد.

۴. چرا و برای چه منظور باید روحیه نظم را پرورش داد.

۲- کدام دسته از اهداف ذیل در تربیت سهل الوصول هستند؟

۱. اهداف عمومی ۲. اهداف اختصاصی ۳. اهداف رفتاری ۴. اهداف اخلاقی

۳- امروزه مشکل عمده اجرای برنامه های تربیت بدنی چیست؟

۱. عدم اهمیت به مفاهیم نظری حوزه تربیت بدنی ۲. عدم وجود امکانات مناسب

۳. عدم وجود معلمین ورزیده و کاربلد ۴. نداشتن انگیزه و مشخص نبودن خط مشی ها

۴- مزیت عمده بیان اهداف رفتاری چیست؟

۱. ایجاد انگیزش، هماهنگی و مشارکت همگانی ۲. تعیین خط مشی ها و تنظیم محتوای برنامه های کاری

۳. تعیین ملاک کنترل و معیار ارزشیابی ۴. جلب توجه معلمان به طور تخصصی به حیطه عملی

۵- کدام یک از عوامل اهداف رفتاری ذیل در رابطه با نقطه نظرهای آموزشی است؟

۱. چه کسی آن را انجام می دهد؟ ۲. چه چیزی باید انجام بدهد؟

۳. تحت چه شرایطی انجام دهد؟ ۴. با چه کیفیتی انجام دهد؟

۶- برنامه کلاس های تربیت بدنی اصلاحی در چه دوره ای از اهمیت فوق العاده ای برخوردار است؟

۱. پیش دبستانی ۲. دبستان ۳. راهنمایی ۴. متوسط

۷- تمرین مهارت های ورزشی موضوع کدام یک از کلاس های آموزشی زیر است؟

۱. کلاس های آموزشی تربیت بدنی ۲. حرکات اصلاحی

۳. فوق برنامه ۴. مسابقات ورزشی

۸- به چه دلیل اعزام دانش آموزان به مسابقات ورزشی بین مدرسه ای امری بسیار مهم است؟

۱. ایجاد انگیزه در بین دانش آموزان
۲. پرکردن اوقات فراغت
۳. ارتقای سطح آمادگی جسمانی
۴. ارضای افراد علاقمند

۹- نگرش والدین در مورد برنامه های تربیت بدنی مربوط به کدام یک از عوامل موثر در طراحی برنامه های تربیت بدنی می باشد؟

۱. عوامل شخصی و گروهی
۲. شرایط محیطی
۳. نیازهای اجتماعی
۴. عوامل غیر مدرسه ای

۱۰- کودکان سه و چهار ساله از چه طریقی برای فرو نشاندن خشم خود استفاده می کنند؟

۱. کناره گیری
۲. جریحه دار کردن احساسات دیگران
۳. داد و فریاد کردن
۴. گریه کردن

۱۱- دانش آموزان در چند سالگی یاد می گیرند که به تدریج بر امیال خود مسلط شوند و قوانین و مقررات ورزشی فرا گرفته را رعایت کنند؟

۱. ۵ سالگی
۲. ۶ سالگی
۳. ۷ سالگی
۴. ۸ سالگی

۱۲- وجود کدام حس مهم ترین عامل بهسازی زندگی انسان هاست و این حس در چه سنی احساس می شود؟

۱. حس شکست و پیروزی- ۳ تا ۶ سالگی
۲. حس کنجکاوی – ۶ تا ۹ سالگی
۳. حس شوخی و خوش خلقی – ۱۳ تا ۱۷ سالگی
۴. حس قضاوت – ۹ تا ۱۲ سالگی

۱۳- کدام یک از دوره های سنی بحرانی ترین دوره زندگی افراد است؟

۱. ۳ تا ۶ سالگی
۲. ۱۳ تا ۱۷ سالگی
۳. ۹ تا ۱۲ سالگی
۴. ۶ تا ۹ سالگی

۱۴- این اصل که مدارس باید خود را با نیازها، علائق و قابلیت های دانش آموزان هماهنگ کنند توسط چه کسی شناسایی شد؟

۱. جان دیویی
۲. استانلی هال
۳. ژان ژاک رسو
۴. پیاژه

۱۵- رشد و پرورش صفات اجتماعی و اخلاقی از مهمترین اهداف تربیت بدنی در چه دوره ای می باشد ؟

۱. ۳ تا ۶ سال
۲. ۶ تا ۹ سال
۳. ۹ تا ۱۲ سال
۴. ۱۳ تا ۱۷ سال

۱۶- آموزش حرکات ژیمناستیک در محتوای کلی برنامه های تربیت بدنی مدارس از چه سنی آغاز می شود؟

۱. ۵ و ۶ سالگی ۲. ۷ تا ۹ سالگی ۳. ۱۰ تا ۱۱ سالگی ۴. ۱۲ تا ۱۴ سالگی

۱۷- کدام یک از مهارت های ادراکی – حرکتی زیر با جریان حرکت ارتباط دارد؟

۱. شکل ۲. انتقال وزن ۳. جهت شناسی ۴. ارتباط با اشیاء

۱۸- اولین و مهم ترین پایگاه به منظور حضور فعال و موثر دانش آموزان در فعالیت های تربیت بدنی و ورزش کجاست؟

۱. محیط خانواده ۲. کلاس ورزش ۳. باشگاه ورزشی محله ۴. پارک ها

۱۹- تشکیل انجمن ها و کانون های ورزشی از وظایف کدام یک از افراد زیر است؟

۱. انجمن اولیا و مربیان ۲. معلم تربیت بدنی

۳. دانش آموزان ۴. کارشناسی تربیت بدنی

۲۰- در یک جلسه تدریس تربیت بدنی بیشترین زمان مربوط به کدام بخش است؟

۱. سازماندهی کلاس ۲. گرم کردن بدن

۳. آموزش ۴. بازگشت به حالت اولیه

۲۱- به عنوان معلم تربیت بدنی نکات بهداشتی را در کدام قسمت طرح درس یک جلسه تدریس ارائه می دهید؟

۱. سازماندهی ۲. گرم کردن

۳. آموزش ۴. آخر کلاس در مرحله ریکاوری

۲۲- معلمان تربیت بدنی اغلب از چه شیوه ای برای تدریس و کلاس داری استفاده می کنند؟

۱. دستوری ۲. تمرین ۳. دو جانبه ۴. حل مسئله

۲۳- در کدام شیوه تدریس حرکت از هر مرحله به سوی مرحله بعد، به ارائه پاسخ های متنوع منجر می شود؟

۱. هدایت شده ۲. تکلیفی ۳. حل مشکل ۴. کشف حرکت

۲۴- نقش تفکر و خلاقیت با به کارگیری کدام شیوه تدریس ضعیف می شود؟

۱. تمرین ۲. کشف هدایت شده ۳. حل مشکل ۴. کشف حرکت

۲۵- از مهم ترین عیب کدام شیوه تدریس ، صرف وقت زیاد برای کسب تجارب مختلف حرکتی است؟

۱. دستوری ۲. تمرین ۳. دو جانبه ۴. هدایت شده

شماره سوال	پاسخ صحیح
1	ج
2	ب
3	الف
4	د
5	د
6	ب
7	ب
8	الف
9	ج
10	ج
11	د
12	د
13	ب
14	ب
15	ج
16	ب
17	د
18	الف
19	ب
20	ج
21	الف
22	ب
23	ج
24	الف
25	د