

# سوالات استخوانی : شیوه های مطالعه

۱- توانایی یادگیری بیشترین مطالب در کمترین زمان، به خاطر سپاری همیشگی تعریف کدام است؟

۱. فعال کردن مغز
۲. یادگیری خلاق
۳. مهارت مطالعه
۴. به خاطر سپاری راحت

۲- جهت خواندن انتقادی، سرعت مطالعه چند کلمه در دقیقه صورت می گیرد؟

۱. یک کلمه در دقیقه
۲. ۲۰۰۰ کلمه در دقیقه
۳. ۵۰۰ کلمه در دقیقه
۴. بیش از ۱۰۰۰ کلمه در دقیقه

۳- درک، چندمین اصل از دریافت داده ها ست؟

۱. چهارم
۲. دوم
۳. سوم
۴. اول

۴- مهارتهای مطالعه از چه طریق باعث کسب قدرت مبتنی بر دانش می شوند؟

۱. استفاده بهینه از زمان
۲. رشد اقتصادی
۳. رشد توان تحلیل
۴. مقابله با آفات مطالعه

۵- مبنای افزایش سرعت مطالعه چیست؟

۱. کلمه خوانی
۲. قرائت بلند
۳. درک بصری
۴. بازیابی

۶- کدام شیوه دست خوانی هنگامی به کار می رود که اندازه سطرها کم است؟

۱. شیوه مارپیچ
۲. پاراگراف خوانی
۳. عمودی خوانی
۴. عمودی خوانی با زیگزاک های کوتاه

۷- حادثه ترین حالت خستگی در هنگام مطالعه است؟

۱. خستگی چشم
۲. خستگی عمومی
۳. خستگی مغز
۴. عدم حرکت اعضای حرکتی

۸- به واسطه کدام عامل، کاهش سرعت مطالعه موجب کاهش درک مطلب می شود؟

۱. اتلاف وقت
۲. عدم علاقه
۳. کند ذهنی
۴. عدم تمرکز حواس

۹- در صورت جلوگیری از برگشت چشم، سرعت مطالعه را تا چند برابر می توان افزایش داد؟

۱. ۳ برابر
۲. ۵ برابر
۳. ۲ برابر
۴. ۴ برابر

## ۱۰- کاربرد افزایش حوزه دید در چیست؟

۱. بیان کلمات
۲. مقابله با کلمه خوانی
۳. جلوگیری از حواس پرتی
۴. ایجاد علاقه

## ۱۱- میزان زمان مکث یک تند خوان چند ثانیه است؟

۱. یک ثانیه
۲. یک چهارم ثانیه
۳. یک و نیم ثانیه
۴. دو ثانیه

## ۱۲- کدام مورد موجب ایجاد علاقه به مطالعه منبع خاص است؟

۱. تصویر ذهنی مثبت
۲. هدف
۳. تغذیه
۴. بهداشت تن و روان

## ۱۳- با توجه به اثر سوماتوتروپین، چند دقیقه پس از بیداری می توان مطالعه کرد؟

۱. ۱ ساعت
۲. ۲۰ تا ۳۰ دقیقه
۳. ۴۰ دقیقه
۴. ۱۰ تا ۲۰ دقیقه

## ۱۴- بهترین مکان برای مطالعه کدام مورد است؟

۱. خانه
۲. پارکها
۳. گردشگاه ها
۴. تفاوتی ندارد

## ۱۵- در کنترل رفتار مطالعه، چگونه می توان خود را متعهد به برنامه ریزی کرد؟

۱. شرطی شدن
۲. تناسب برنامه ریزی
۳. نظم
۴. پی ریزی تشویقها و تنبیه ها

## ۱۶- کدام گزینه از عوامل موثر در یادآوری و شرایط مطالعه است؟

۱. برجسته سازی
۲. مرور
۳. انجام مطالعه
۴. استراحت

## ۱۷- از کدام شیوه تنظیم نکات کلیدی، کسب ۱۰۰ درصد بازدهی را می توان انتظار داشت؟

۱. استخراج
۲. شبکه ای
۳. نکات مهم
۴. تنوع در متون مورد مطالعه روزانه

## ۱۸- کدام طرح به ویژه در مواردی که وجوه و نکات مشترکی بین شاخه های اصلی وجود دارد کاربرد دارد؟

۱. مدل سلولی
۲. مدل هرمی
۳. مدل سازمانی
۴. مدل شعاعی

۱۹- کدام گزینه در تهیه طرح شبکه ای صحیح می باشد؟

۱. در مورد متون زبان از طرح شبکه ای استفاده نمی شود.

۲. در مورد شعر ، درپایین یا پشت طرح شبکه ای ثبت شود.

۳. در صورت کم بودن تعداد آیات، در پایین یا پشت طرح شبکه ای ثبت شود.

۴. در متون فنی و ریاضیات باید از فرمولها صرف نظر کرد.

۲۰- "برزدن" کتاب ، مربوط به کدام یک از بخش های مطالعه است؟

۱. بخش مطالعه

۲. بخش پیش مطالعه

۳. بخش حین مطالعه

۴. بخش پس مطالعه

۲۱- سومین مرحله از مراحل که پیش از مطالعه اصلی صورت می گیرد ، کدام مورد است؟

۱. بررسی اجمالی هر فصل

۲. بخش پیش مطالعه

۳. بررسی اجمالی کل کتاب

۴. سؤال گذاری

۲۲- کدام گزینه با استفاده از نیمکره راست صورت می گیرد؟

۱. خواندن

۲. شناخت رنگ

۳. مطالعه

۴. نوشتن

۲۳- ارائه برنامه به مغز در هنگام اندیشیدن چه نامیده می شود؟

۱. توان تحلیل

۲. تفکرهدفدار

۳. تمرین دقت

۴. سنجش

۲۴- بخش موسیقی مناسب در هنگام مطالعه باید دارای چه ویژگیهایی باشد؟

۱. بدون کلام باشد

۲. خاطرات گذشته را زنده سازد

۳. حواس را متوجه خود کند

۴. کوتاه باشد

۲۵- حداکثر زمانی که حافظه کوتاه مدت قادر به نگهداری اطلاعات است، چه مقدار است؟

۱. ۲ روز

۲. ۱۰ ثانیه

۳. ۳ دقیقه

۴. ۵ ثانیه

۲۶- وجه تشابه میان کدام گزینه و حافظه در کارکرد آنهاست؟

۱. سیستم

۲. پول

۳. ماهیچه

۴. انبار

۲۷- وجه تشابه حافظه و عضله کدام مورد است؟

۱. گردش

۲. به کارگیری بیشتر آنها

۳. ذخیره سازی

۴. کنترل کیفی

۲۸- به خاطر سپاری اطلاعاتی با مشاهده شیوه تولید یا آزمایش آن مورد بیانگر کدام نظام یادگیری است؟

۱. تصاویر ذهنی      ۲. گره مکانی      ۳. مشاهده ذهنی      ۴. کاربرد

۲۹- تجسم بلاواسطه داده های ذات بیانگر کدام نظام یادگیری است؟

۱. کاربرد      ۲. داستان سرایی      ۳. مشاهده ذهنی      ۴. نمادها

۳۰- کدام گزینه را می توان همچون نظامی دانست که بروز تصمیمات و حرکت بر مبنای آن را در چهارچوب خود مجاز و امکان پذیر می سازد؟

۱. ضمیرنا خودآگاه      ۲. نگریش خویشتنی      ۳. من برتر      ۴. ضمیر خودآگاه

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

۱- تناسب هزینه و برداشت و رفع موانع تحدید کننده و بازدارنده در راه گسترش برنامه چه نامیده می شود؟

۱. بازدهی      ۲. برنامه ریزی      ۳. بهره وری      ۴. شرایط مطلوب

۲- نگاه به هدف و لذت ها و مزایای نیل به هدف از خصوصیات کدام دسته از انواع شرایط مطالعه می باشد؟

۱. هدف      ۲. نگرش خویشتنی پویا  
۳. بهداشت تن و روان      ۴. علاقه

۳- بهترین زمان برای ایجاد ارتباط با ضمیر ناخودآگاه و تجسم کدام گزینه می باشد؟

۱. شب، قبل از خوابیدن      ۲. بعد از ظهر      ۳. غروب      ۴. ابتدای شب

۴- حادثترین حالت خستگی در هنگام مطالعه کدام گزینه است؟

۱. خستگی مغز(ذهن)      ۲. خستگی چشم  
۳. خستگی عمومی      ۴. خستگی اعضای حرکتی

۵- کدام جمله زیر صحیح می باشد؟

۱. ضمیر ناخود آگاه تحت تأثیر اطلاعات دریافتی از ضمیر خود آگاه عمل می کند  
۲. ضمیر ناخود آگاه تحت تأثیر اطلاعات دریافتی از محیط عمل می کند.  
۳. ضمیر ناخودآگاه قادر به تبدیل داده ها و نگرش های منفی به مثبت و بالعکس می باشد  
۴. ضمیر ناخود آگاه قادر به تمایز داده های تخیلی از واقعی می باشد

۶- اولین معیار برای اندازه گیری، که امکان مقایسه سریع شیوه ها و استخراج نتایج را امکان پذیر می سازد کدام می باشد؟

۱. مکان      ۲. حجم      ۳. زمان      ۴. مقدار

۷- بهترین زمان و مکان مطالعه کدام می باشد ؟

۱. عصر ها - کتابخانه      ۲. صبح زود - پارک ها  
۳. هنگام تمایل به مطالعه - خانه      ۴. شب هنگام - اماکن عمومی

۸- کدام روش مطالعه، بیشترین بازدهی افزایش مطالعه را به همراه دارد؟

۱. خلاصه نویسی      ۲. استخراج نکات مهم  
۳. خط کشیدن زیر نکات مهم      ۴. مطالعه بر مبنای عادت

۹- کدام اصل اجرای طرح شبکه ای مطالعه باعث زیبایی و جلوگیری از حجیم شدن طرح می شود؟

۱. بکار گیری علایم و قرار داد ها
۲. محدودیت شاخه های اصلی
۳. تمایز نکات اصلی از فرعی
۴. مشخص کردن عنوان مطلب

۱۰- استفاده از کدام مدل طرح شبکه ای منجر به افزایش میزان علاقه به مطالعه می شود؟

۱. مدل شعاعی
۲. مدل سازمانی
۳. مدل هرمی
۴. مدل سلولی

۱۱- " بُر زدن " کتاب در کدام بخش از مراحل نظام مطالعه برتر انجام می شود؟

۱. بخش پیش مطالعه
۲. بخش حین مطالعه
۳. بخش پس مطالعه
۴. بخش تکرار مطالعه

۱۲- انتقال اطلاعات از حافظه کوتاه مدت به حافظه بلند مدت از طریق کدام یک از شاخصه های نظام مطالعه برتر انجام می شود؟

۱. بازنگری و باز خوانی طرح
۲. بازیابی و سنجش خود
۳. سوال گذاری
۴. مرور

۱۳- کدام یک از موارد زیر به نیمکره راست مغز مربوط می شود؟

۱. فرمان نوشتن به دست راست
۲. یاد گیری هر نوع علم و فن
۳. ویژگی که محصول آن خلاقیت و بهره وری است
۴. عدم شناخت رنگ و موسیقی

۱۴- محصول عالی مغز چیست؟

۱. مطالعه برتر
۲. تخیل
۳. یادگیری خلاق
۴. تفکر

۱۵- شرط ذخیره سازی اطلاعات در حافظه برای بهره برداری بهینه در مواقع مورد نیاز کدام می باشد؟

۱. طبقه بندی اطلاعات
۲. حجم اطلاعات
۳. نوع اطلاعات
۴. روش ذخیره سازی

۱۶- در هنگام بهره برداری از نظام تداعی که از ابزار های مهم یادگیری می باشد برای ایجاد ارتباط میان داده ها از کدام یک استفاده می شود؟

۱. یادگیری فنون
۲. حیطة تخیل
۳. تمرکز حواس
۴. یادآوری و تکرار

۱۷- هل دادن اتومبیل به طرف سربالایی بیانگر کدام نظام تداعی در ذهن انسان می باشد؟

۱. تحرک
۲. مبالغه
۳. غیرعادی
۴. نقش خود

۱۸- کدام یک از نظام های یادگیری تجسم بلاواسطه داده های ذات می باشد؟

۱. کاربرد      ۲. مشاهده ذهنی      ۳. گره مکانی      ۴. واژه مشابه

۱۹- از کدام نظام یاد یاری برای به خاطر سپاری نام نویسندگان ، مخترعین و دانشمندان استفاده می شود؟

۱. گره مکانی      ۲. داستان سرایی      ۳. نمادها      ۴. طبقه بندی

۲۰- کدام یک از عوامل زیر در نگرش خویشتنی، بویژه در شکل ایستا، پایداری ژرفتری ایجاد می کند؟

۱. نگرش های محیطی      ۲. باور هاب عمومی      ۳. تغییرات مروری      ۴. تغییرات ناگهانی

۲۱- افزایش قطعی و دست یابی به آخرین کرانه های سرعت مطالعه از چه طریقی امکان پذیر می باشد؟

۱. تمرکز حواس      ۲. جلوگیری از برگشت چشم به عقب

۳. مقابله با سرگردانی چشم      ۴. کاهش زمان مکث روی کلمات

۲۲- آشنایی با شیوه نوین مطالعه در قالب یادگیری خلاق و مهارت های مطالعه منجر به کدام یک از موارد زیر می شود؟

۱. رشد قوه عقل و تفکر      ۲. صرف انرژی کمتر      ۳. افزایش دامنه مطالعه      ۴. سازگاری با شرایط نو

۲۳- کدام عامل موجب تفاوت میان کندخوان و تندخوان می شود؟

۱. میزان کلی مکث      ۲. زمان صرف شده برای هر مکث

۳. مقدار پرش روی کلمات      ۴. نحوه ادای کلمات

۲۴- در کدام دوره، دانش به عنوان معیار والای قدرت، جلوه می کند؟

۱. دوره عصر اطلاعات      ۲. دوره مالکیت اشتراکی

۳. دوره فئودالیزم      ۴. دوره روشنفکری

۲۵- اگر در هنگام مطالعه از شیوه دست خوانی استفاده نشود، چه میزان از زمان مطالعه، صرف سرگردانی های مکرر چشم بین کلمات و خطوط می شود؟

۱. ۵ درصد      ۲. ۱۰ درصد      ۳. ۱۵ درصد      ۴. ۲۰ درصد

۲۶- عدم بیان کلمات و پرهیز از کلمه خوانی بیانگر کدام یک از موارد زیر می باشد؟

۱. درک بصری      ۲. دست خوانی      ۳. تفکر براساس تجسم      ۴. عبارت خوانی

۲۷- در یک سیستم مطالعه " عبارت خوانی " به کدام یک از موارد زیر تأکید دارد؟

۱. ذخیره سازی      ۲. اندیشه خوانی      ۳. کشف زوایای ناپیدا      ۴. تجسم

۲۸- کدام یک جزو عوامل کاهش درک مطلب نمی باشد؟

۱. عدم وجود شرایط مناسب محیط کار
۲. عدم وجود اطلاعات در زمینه متن مورد مطالعه
۳. عدم ارتباط متن با رشته تخصصی
۴. عدم سرگردانی چشم در بین کلمات و خطوط

۲۹- کدام شیوه مطالعه، موجب درک درست موقعیت هر روش و پذیرش شیوه برتر می شود؟

۱. مطالعه انفرادی
۲. مطالعه استدلالی
۳. مطالعه تطبیقی روشها
۴. طرح شبکه ای

۳۰- در چندمین اصل از اصول دریافت داده ها، به شکلهای مختلف خواندن پرداخته می شود؟

۱. اولین
۲. دومین
۳. سومین
۴. چهارمین

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

۱- تعریف زیر مربوط به کدام گزینه می باشد؟

«توانایی یادگیری بیشترین مطالب در کمترین زمان، به خاطر سپاری همیشگی و به خاطر آوری راحت و کامل مطالب، همراه با خلاقیت»

۱. مهارت مطالعه      ۲. یادگیری مادام العمر      ۳. یادگیری خلاق      ۴. دریافت اطلاعات

۲- در دوران کنونی کدام مورد معیار قدرت محسوب می شود؟

۱. قوای بدنی      ۲. ثروت      ۳. طبیعت      ۴. دانش

۳- دومین مرحله از مراحل یادگیری کدام است؟

۱. دریافت اطلاعات      ۲. بازیابی      ۳. به خاطر سپاری      ۴. به خاطر آوردن

۴- واحد اندازه گیری سرعت مطالعه کدام گزینه است؟

۱. کلمه در دقیقه      ۲. صفحه در دقیقه      ۳. جمله در ثانیه      ۴. پاراگراف در دقیقه

۵- مهمترین ابزار کسب اطلاعات چیست؟

۱. درک بصری      ۲. مطالعه      ۳. تمرکز حواس      ۴. آموزش

۶- کدام گزینه صحیح می باشد؟

۱. استفاده از دست خوانی هنگام مطالعه موجب سرگردانی چشم بین خطوط می شود.

۲. ایجاد تمرکز کامل حواس موجب کاهش سرعت مطالعه می شود.

۳. احساس اطمینان به خود موجب افزایش دوباره خوانی مطلب می شود.

۴. عدم درک مطلب یکی از دلایل حرکت چشم به عقب در هنگام مطالعه می باشد.

۷- کدام گزینه امکان نیل به بالاترین سرعتها را در مطالعه امکان پذیر می کند؟

۱. مقابله با کلمه خوانی      ۲. مقابله با سرگردانی چشم بین خطوط

۳. مقابله با برگشت چشم روی کلمات قبلی      ۴. خودداری از بلند خوانی

۸- فاصله ی بینایی محیطی عمودی به چه میزان است؟

۱. ۷۰ الی ۹۰ سانتی متر      ۲. ۵۰ الی ۷۰ سانتی متر

۳. ۵ الی ۱۰ سانتی متر      ۴. ۲۰ الی ۳۰ سانتی متر

۹- استفاده از کدامیک از تکنیک های کاهش زمان مکث و افزایش حوزه ی دید، برای افزایش سرعت مطالعه ضروری است؟

۱. کارت      ۲. کارت و کتاب به صورت همزمان

۳. روزنامه      ۴. کارت، کتاب و روزنامه

۱۰- نخستین عامل مورد توجه از شرایط مطالعه کننده کدام است؟

۱. هدف      ۲. تصویر ذهنی      ۳. علاقه      ۴. بهداشت روان

۱۱- کدام مورد در ایجاد علاقه به مطالعه نقش کمتری دارد؟

۱. تصحیح شیوه مطالعه      ۲. تصویر ذهنی مثبت

۳. توجه به مزایای نیل به هدف      ۴. زمان بندی مطالعه

۱۲- مطالعه در کدام مکان موجب پایین آمدن میزان بازدهی مطالعه می شود؟

۱. کتابخانه      ۲. خانه      ۳. پارک      ۴. سالن مطالعه

۱۳- اولین مرحله از اصول یادگیری کدام مورد است؟

۱. برجسته سازی      ۲. دقت و توجه      ۳. ارتباط علمی      ۴. برنامه ریزی

۱۴- کدام گزینه شامل مراحل تحت عنوان بخش پیش مطالعه، بخش حین مطالعه و بخش پس از مطالعه می باشد؟

۱. زمان بندی مطالعه      ۲. نظام مطالعه      ۳. رفتار مطالعه      ۴. مکان مطالعه

۱۵- با گذشت زمان معمولاً چه بخشهایی از متن مطالعه شده به خاطر می ماند؟

۱. ابتدای متن      ۲. بخش میانی متن      ۳. انتهای متن      ۴. ابتدا و انتهای متن

۱۶- کدام شیوه ی برجسته سازی موجب کسب ۱۰۰ درصد بازدهی از مطالعه می شود؟

۱. تنظیم نکات کلیدی به صورت خطی      ۲. یادداشت برداری به صورت خلاصه نویسی

۳. کشیدن خط زیر نکات      ۴. تنظیم نکات کلیدی به صورت شبکه ای

۱۷- جایگاه عنوان مطلب در طرح شبکه ای مدل شعاعی در کدام قسمت صفحه است؟

۱. بالا      ۲. وسط      ۳. کنار      ۴. پایین

۱۸- کدام مورد از طریق افزایش در ذخیره سازی اطلاعات منجر به تقویت حافظه می شود؟

۱. افزایش دقت      ۲. تداعی      ۳. یادآوری      ۴. نظم در اطلاعات

۱۹- شیوه ی آکولادی مربوط به کدامیک از انواع طرحهای شبکه ای می باشد؟

۱. مدل شعاعی      ۲. مدل سازمانی      ۳. مدل سلولی      ۴. مدل هرمی

۲۰- کدام مورد جزء نکات کلیدی متون فنی و ریاضیات محسوب نمی شود؟

۱. معانی لغات      ۲. فرمولها      ۳. استدلالها      ۴. تمرین ها

۲۱- کدام گزینه جزء بخش پیش مطالعه می باشد؟

۱. سوال گذاری      ۲. یادداشت برداری      ۳. بازیابی و سنجش خود      ۴. بازنگری طرح شبکه ای

۲۲- کدام مورد موجب انتقال مطالب از حافظه ی کوتاه مدت به حافظه ی بلند مدت می شود؟

۱. بازیابی      ۲. یادداشت برداری      ۳. بازبینی طرح شبکه ای      ۴. مرور

۲۳- کدام مورد از ویژگی های نیمکره ی راست مغز می باشد؟

۱. مطالعه      ۲. یادگیری علوم      ۳. خلاقیت      ۴. خواندن و نوشتن

۲۴- بخش کدام نوع موسیقی برای مطالعه مناسب است؟

۱. موسیقی همراه با کلام      ۲. موسیقی دارای اوج و فرودهای بسیار      ۳. موسیقی فاقد جذابیت های ویژه      ۴. موسیقی یادآور خاطرات گذشته

۲۵- جایگاه حافظه در مغز انسان کجا است؟

۱. سطح مغز      ۲. نیمکره ی چپ      ۳. نیمکره راست      ۴. عمق مغز

۲۶- ارائه ی برنامه به مغز در هنگام اندیشیدن چه نام دارد؟

۱. یادگیری خلاق      ۲. تفکر هدفدار      ۳. به خاطر سپاری      ۴. تجسم دقیق

۲۷- وجه تشابه حافظه و کدام گزینه کارکرد آن است؟

۱. پول      ۲. عضله      ۳. انبار      ۴. سیستم

۲۸- کدامیک از نظامهای تداعی به نظام مضحک معروف است؟

۱. تحرک      ۲. مبالغه      ۳. جایگزینی      ۴. غیر عادی

۲۹- از کدام نظام یادگیری برای به خاطر سپاری نام افراد و آثار آنها استفاده می شود؟

۱. داستان سرایی      ۲. تصاویر ذهنی      ۳. نمادها      ۴. گره مکانی

۳۰- کدام گزینه در ارتباط با کارکرد ضمیر ناخودآگاه صحیح می باشد؟

۱. ضمیر ناخودآگاه تحت تأثیر اطلاعات دریافتی از ضمیر خودآگاه عمل می کند.  
۲. ضمیر ناخودآگاه قادر به تبدیل داده ها و نگرش های منفی به مثبت است.  
۳. ضمیر ناخودآگاه قادر به تبدیل داده ها و نگرش های مثبت به منفی است.  
۴. ضمیر ناخودآگاه قادر به تمایز داده های تخیلی از واقعی است

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

۱- برای اینکه بتوان حجم بیشتری از مطالب را در زمان کمتری مورد مطالعه قرار داد چه کاری می‌توانیم انجام دهیم؟

۱. فعال کردن مغز ۲. افزایش سرعت مطالعه

۳. آگاهی از شرایط مطالعه ۴. به خاطر سپاری راحت

۲- کدام گزینه نتیجه مستقیم تری از فراگیری مهارت‌های مطالعه است؟

۱. توسعه اقتصادی ۲. بهره‌وری ۳. رشد قوه تعقل و تفکر ۴. توسعه فرهنگی

۳- مهارت‌های مطالعه از چه طریق باعث کسب قدرت مبتنی بر دانش می‌شوند؟

۱. استفاده بهینه از زمان ۲. رشد اقتصادی

۳. رشد توان تحلیل ۴. مقابله با آفات مطالعه

۴- حذف کلمه خوانی چه نتیجه‌ای در بر دارد؟

۱. حذف دیدن

۲. افزایش سرعت مطالعه

۳. درک بصری

۴. دست خوانی

۵- کدام شیوه دست خوانی هنگامی به کار می‌رود که آشنایی قبلی با متن وجود دارد؟

۱. عمودی خوانی

۲. پاراگراف خوانی

۳. شیوه مارییج

۴. عمودی خوانی بازیگزارهای کوتاه

۶- ایجاد شرایط نامطلوب برای فعالیت مغز در هنگام مطالعه چه نتیجه‌ای در بر دارد؟

۱. حواس پرتی

۲. کند ذهنی

۳. کندخوانی

۴. رشد فیزیکی

۷- حادثه‌ترین حالت خستگی در هنگام مطالعه کدام مورد است؟

۱. خستگی مغز (ذهن)

۲. خستگی چشم

۳. خستگی عمومی

۴. خستگی اعضای حرکتی

۸- در صورت جلوگیری از برگشت چشم به عقب، سرعت مطالعه را تا چند برابر می‌توان افزایش داد؟

۱. ۳ برابر

۲. ۵ برابر

۳. ۲ برابر

۴. ۴ برابر

۹- مزیت تمرین با روزنامه جهت کاهش زمان مکث و افزایش حوزه دید چیست؟

۱. عدم محدودیت زمانی

۲. توان فیزیکی

۳. تداوم در مطلب

۴. ابعاد روزنامه

۱۰- کسب «آرامش» جزء کدام دسته از انواع شرایط مطالعه می باشد؟

۱. دقت و تمرکز حواس      ۲. بهداشت تن و روان      ۳. ارتباط و تداعی      ۴. هدف

۱۱- در کنترل رفتار مطالعه، چگونه می توان خود را متعهد به برنامه ریزی کرد؟

۱. با شرطی شدن      ۲. با تناسب برنامه ریزی  
۳. با نظم      ۴. با پی ریزی تشویق ها و تنبیه ها

۱۲- عمده ترین شیوه برجسته سازی در هنگام مطالعه کدام است؟

۱. طرح شبکه ای      ۲. مرور      ۳. تداعی      ۴. ارتباط

۱۳- در چه زمانی باید از مطالعه کردن خودداری کرد؟

۱. سحرگاهان      ۲. ظهر  
۳. ۲۰ تا ۳۰ دقیقه بعد از بیداری      ۴. بعد از ظهر

۱۴- اولین مرحله از اصول یادگیری کدام گزینه است؟

۱. برجسته سازی      ۲. دقت و توجه      ۳. ارتباط علمی      ۴. برنامه ریزی

۱۵- کدام یک از نکات زیر در کنترل رفتار مطالعه باید مد نظر قرار داد؟

۱. دامنه یادگیری      ۲. برنامه ریزی کوتاه مدت  
۳. شرطی شدن      ۴. تنوع در متون مورد مطالعه روزانه

۱۶- از کدام نوع از شیوه های تنظیم نکات کلیدی، کسب ۱۰۰ درصد بازدهی را می توان انتظار داشت؟

۱. خلاصه نویسی      ۲. تنظیم نکات کلیدی بصورت شبکه ای  
۳. برجسته سازی نکات مهم      ۴. خط کشیدن زیر نکات مهم

۱۷- کدام طرح شبکه ای به ویژه در مواردی که وجوه نکات مشترکی بین شاخه های اصلی وجود دارد به کار می رود؟

۱. مدل سلولی      ۲. مدل هرمی      ۳. مدل سازمانی      ۴. مدل شعاعی

۱۸- اولین اصل در اجرای طرح شبکه ای کدام گزینه است؟

۱. تمایز نکات اصلی از فرعی      ۲. محدودیت شاخه های اصلی  
۳. بکارگیری علایم و قراردادهای      ۴. مشخص کردن عنوان مطلب

۱۹- کدام گزینه در تهیه طرح شبکه‌ای صحیح می‌باشد؟

۱. در مورد متون زبان از طرح شبکه‌ای استفاده نمی‌شود.
۲. در مورد شعر باید آن را در پایین یا پشت طرح شبکه‌ای ثبت کرد.
۳. در صورت کم بودن تعداد آیات در متون دینی باید آن را در پایین یا پشت طرح شبکه‌ای ثبت کرد.
۴. در متون فنی و ریاضیات باید از فرمولها صرف نظر کرد.

۲۰- «برزدن» کتاب مربوط به کدام بخش از مطالعه است؟

۱. بخش مطالعه
۲. بخش پیش مطالعه
۳. بخش حین مطالعه
۴. بخش پس مطالعه

۲۱- سومین مرحله از مراحل که پیش از مطالعه اصلی صورت می‌گیرد چیست؟

۱. بررسی اجمالی هر فصل
۲. یادداشت برداری
۳. بررسی اجمالی کل کتاب
۴. سوال گذاری

۲۲- کدام گزینه با استفاده از نیمکره راست صورت می‌گیرد؟

۱. خواندن
۲. شناخت رنگ
۳. مطالعه
۴. نوشتن

۲۳- ارائه برنامه به مغز در هنگام اندیشیدن چه نامیده می‌شود؟

۱. توان تحلیل
۲. تفکر هدفدار
۳. تمرین دقت
۴. سنجش

۲۴- بخش موسیقی مناسب هنگام مطالعه باید دارای چه ویژگی‌هایی باشد؟

۱. بدون کلام باشد
۲. خاطرات گذشته را زنده سازد
۳. حواس را متوجه خود کند
۴. کوتاه باشد

۲۵- شیوه بازیابی غیر مستقیم و با واسطه و توأم با تأمل اطلاعات نمایانگر وجود کدام نوع حافظه می‌باشد؟

۱. حافظه مستور
۲. حافظه حضور
۳. حافظه بلند مدت
۴. حافظه کوتاه مدت

۲۶- وجه تمایز میان کدام گزینه و حافظه در کارکرد آنهاست؟

۱. سیستم
۲. پول
۳. عضله
۴. انبار

۲۷- کدام گزینه جزء نظام های تداعی است؟

۱. دیدن
۲. اعداد
۳. مبالغه
۴. بازیابی

۲۸- به خاطر سپاری اطلاعاتی با مشاهده شیوه تولید یا آزمایش آن، بیانگر کدام نظام یادگیری است؟

۱. تصاویر ذهنی
۲. گره مکانی
۳. مشاهده ذهنی
۴. کاربرد

۲۹- نخستین گام در ایجاد ارتباط با ضمیر ناخودآگاه کدام است؟

۱. تعیین اهداف منطقی
۲. تجسم و القای هدف به ضمیر
۳. عدم تجسم موانع و مشکلات
۴. تلاش و پشتکار برای تحقق هدف

۳۰- کدام گزینه را می توان همچون نظامی دانست که بروز تصمیمات و حرکت بر مبنای آن را در چهارچوب خود مجاز و امکان پذیر می سازد؟

۱. ضمیر ناخودآگاه
۲. نگرش خویشی
۳. من برتر
۴. ضمیر خودآگاه

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

۱- کدام گزینه از اهداف آموزش یادگیری خلاق نمی‌باشد.

الف. درک کامل و خلاقانه

ب. به خاطر سپاری همیشگی مطالب

ج. به خاطر آوردی راحت و کامل

د. کاهش سرعت مطالعه

۲- هرگاه نیاز به کسب اطلاعات دقیق و ثبت و ذخیره سازی آن باشد چه نوع مطالعه‌ای کاربرد دارد؟

الف. خواندن تجسمی

ب. تندخوانی

ج. خواندن انتقادی

د. مطالعه اجمالی

۳- اولین مرحله در دریافت داده‌ها کدام است؟

الف. خواندن

ب. درک کردن

ج. دیدن

د. مطالعه کردن

۴- در هنگام دقیق خوانی یک متن کدام روش دست خوانی کاربرد دارد؟

الف. حرکت افقی

ب. مارپیچ

ج. زیگزاگ بزرگ

د. پاراگراف خوانی

۵- اولین عارضه آشکار کندخوانی چیست؟

الف. خستگی

ب. حواس پرتی

ج. اتلاف وقت

د. کاهش درک مطالب

۶- کدام گزینه صحیح می‌باشد؟

الف. هر چه سرعت مطالعه افزایش یابد تمرکز حواس افزایش می‌یابد.

ب. هر چه سرعت مطالعه افزایش یابد درک مطلب کاهش می‌یابد.

ج. هر چه سرعت مطالعه کاهش یابد میزان علاقه افزایش می‌یابد.

د. هر چه سرعت مطالعه کاهش یابد توانمندی‌ها افزایش می‌یابد.

۷- کدام گزینه از مزایای شیوه‌های درست مطالعه محسوب می‌شود؟

الف. درک کامل مطالب

ب. کندذهنی

ج. خستگی مغز

د. عدم علاقه و بی‌حوصلگی

۸- در صورت جلوگیری از برگشت چشم به عقب، سرعت مطالعه را تا چه میزان می‌توان افزایش داد؟

الف. ۱۰ برابر

ب. ۲ برابر

ج. ۵ برابر

د. ۵۰ برابر

۹- کدام تکنیک موجب نیل به بالاترین سرعتها در مطالعه می‌شود؟

الف. جلوگیری از برگشت چشم روی کلمات و خطوط قبلی

ب. بلندخوانی

ج. مقابله با سرگردانی چشم بین کلمات و خطوط

د. مقابله با کلمه خوانی

۱۰- استفاده از کدام تکنیک کاهش زمان مکث و افزایش حوزه دید، در افزایش سرعت مطالعه مؤثرتر است؟

الف. کارت

ب. کتاب

ج. روزنامه

د. استفاده از هر سه تکنیک در کنار یکدیگر

۱۱- اولین شرطی که یک مطالعه کننده در هنگام مطالعه باید داشته باشد کدام است؟

- الف. تصویر ذهنی مثبت  
ب. هدف  
ج. علاقه  
د. بهداشت تن و روان

۱۲- مطالعه در کدام زمان بازدهی مطلوب دارد؟

- الف. سحرگاه  
ب. بلافاصله پس از خواب شبانهگاهی  
ج. ۲۰ تا ۳۰ دقیقه بعد از بیداری  
د. نیمه شب

۱۳- مهمترین بخش برنامه ریزی در مطالعه کدام مورد است؟

- الف. برنامه ریزی بلندمدت  
ب. برنامه ریزی میان مدت  
ج. برنامه ریزی منظم  
د. برنامه ریزی کوتاه مدت

۱۴- کدام بخش از یک متن مطالعه شده هنگام یادآوری فراموش می شود؟

- الف. ابتدای متن  
ب. میانه متن  
ج. انتهای متن  
د. ابتدا و انتهای متن

۱۵- کدام مورد موجب حداکثر بازدهی مطالعه می شود؟

- الف. خط کشیدن زیر نکات  
ب. یادداشت برداری به صورت خلاصه نویسی  
ج. تنظیم نکات کلیدی به صورت خطی  
د. تنظیم نکات کلیدی به صورت شبکه ای

۱۶- بهترین زمان برای اجرای طرح شبکه ای چه زمانی می باشد؟

- الف. قبل از شروع مطالعه  
ب. پس از پایان مطالعه  
ج. همزمان با مطالعه اصلی  
د. در هر زمان تفاوتی نمی کند

۱۷- کدام مدل طرح شبکه ای در مواردی به کار گرفته می شود که مطالبی مستقل از یکدیگر که ارتباط موضوعی جزئی با هم ندارند به واسطه موردی خاص در یک جا بیان شده اند؟

- الف. مدل هرمی  
ب. مدل سلولی  
ج. مدل شعاعی  
د. مدل سازمانی
- ۱۸- در ایجاد طرح شبکه ای کدام نوع متون مجاز به تغییر و جابجایی کلمات نبوده و مطالب باید عیناً به خاطر سپرده شود؟
- الف. متون عادی  
ب. متون زبان  
ج. روزنامه  
د. بخش آیات و احادیث متون دینی

۱۹- اولین پاراگراف خبر در روزنامه چه نام دارد؟

- الف. سوتیتر  
ب. تیتر اصلی  
ج. لید  
د. تیتر فرعی

۲۰- اولین مرحله در بخش پیش مطالعه کدام مورد است؟

- الف. بررسی اجمالی کل کتاب  
ب. بررسی اجمالی هر فصل  
ج. سؤال گذاری  
د. یادداشت برداری

۲۱- کدام مورد آخرین مرحله نظام مطالعه برتر می باشد.

- الف. مرور  
ب. بازیابی و سنجش خود  
ج. مطالعه و یادداشت برداری  
د. بازخوانی طرح شبکه ای

۲۲- کدام عبارت نادرست می‌باشد.

- الف. مطالعه بر مبنای نظام مطالعه برتر تنها روش پایداری مطالب در حافظه است.
- ب. نخستین گام برای توفیق در اجرای برنامه‌ریزی جامع مطالعه استفاده از کاغذهای یکسان است
- ج. خواند مطالب جدید مقدم بر مرور می‌باشد.
- د. طرح شبکه‌ای شاخص‌تر و برتر، طرحی است که کلمات به کار برده شده در آن کمتر باشد.

۲۳- کدام مورد با استفاده از نیمکره راست مغز انجام می‌گیرد؟

- الف. خواندن
- ب. یادگیری علوم
- ج. نوشتن
- د. شناخت رنگ

۲۴- مطالعه کدام نوع از کتاب ها فعالیت نیمکره راست مغز را افزایش می دهد؟

- الف. کتاب های علمی
- ب. کتاب های درسی
- ج. کتاب های زبان
- د. کتاب های داستانی

۲۵- جایگاه حافظه در کدام بخش مغز می باشد؟

- الف. نیمکره راست
- ب. سطح مغز
- ج. نیمکره چپ
- د. جلوی مغز

۲۶- کدام مورد وجه تشابه میان حافظه و یک سیستم است؟

- الف. تقویت و ورزیدگی
- ب. ذخیره سازی
- ج. در گردش بودن
- د. کارکرد

۲۷- کدام مورد موجب تقویت حافظه می‌شود؟

- الف. افزایش فعالیت مغز
- ب. ذخیره سازی اطلاعات
- ج. داد و ستد اطلاعات
- د. همه موارد

۲۸- شرط استقرار اطلاعات در کدام حافظه، کاربرد وسیع آن اطلاعات است به صورتی که امری بدیهی بنماید.

- الف. حافظه مستور
- ب. حافظه حضور
- ج. حافظه کوتاه مدت
- د. حافظه بلندمدت

۲۹- از کدام نظام یادگیری برای به خاطر سپاری نام نویسندگان، مخترعین و دیگر دانشمندان و ملیت و آثارشان استفاده می شود؟

- الف. نمادها
- ب. داستان سرایی
- ج. شعر و نظم
- د. گره مکانی

۳۰- کدام مورد نخستین گام در ایجاد ارتباط با ضمیر ناخودآگاه است؟

- الف. تعیین اهداف منطقی و دست یافتنی
- ب. عدم تجسم موانع و مشکلات در هنگام القای هدف
- ج. تجسم و القای بهنگام هدف
- د. تلاش و پشتکار برای تحقق هدف

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

۱. اساس قدرت را در عصر حاضر چه عاملی تشکیل می دهد؟  
الف ملک و املاک  
ب دانش و اطلاعات  
ج مالکیت های دولتی  
د ثروت
۲. در مرحله هجاخوانی سرعت مطالعه چند کلمه در دقیقه است؟  
الف ۲۵۰-۲۰۰  
ب ۱۵۰-۱۰۰  
ج ۲۰۰-۱۸۰  
د ۱۸۰-۱۵۰
۳. در دقیق خوانی بر چه موضوعی تأکید می شود؟  
الف تفکر  
ب کشف زوایای ناپیدا  
ج اندیشه  
د ذخیره سازی
۴. بالاترین جایگاه در انواع یادگیری کدام است؟  
الف یادگیری محرک-پاسخ  
ب یادگیری علامتی  
ج یادگیری زنجیره ای  
د یادگیری کلامی
۵. آخرین مرحله یادگیری کدام است؟  
الف رمزگردانی  
ب بازیابی  
ج دریافت اطلاعات  
د به خاطر سپاری
۶. مهمترین ابزار برای افزایش سرعت مطالعه کدام است؟  
الف مجله  
ب درک شنوایی  
ج دست خوانی  
د کتاب
۷. کدامیک از موارد زیر از اصول دست خوانی فارسی است؟  
الف کتاب در فاصله ۴۰ سانتیمتری قرار گیرد  
ب حرکت دست منقطع و ضربه ای باشد  
ج زیر بعضی از خطوط دست برده شود  
د از راست به چپ دست خوانی شود
۸. هنگامی که آشنایی قبلی با متن داریم از چه شیوه ی دست خوانی استفاده می شود؟  
الف پاراگراف خوانی  
ب افقی  
ج زیگزاگ  
د عمودخوانی

۹. شخصی ۶ صفحه از کتابی را که هر صفحه آن ۲۵ خط دارد و میانگین کلمات آن ۱۶ کلمه می باشد در مدت ۲ دقیقه و ۴۰ ثانیه مطالعه می کند، سرعت مطالعه او در دقیقه چقدر است؟

الف ۷۰۰      ب ۹۰۰      ج ۱۰۰      د ۳۰۰

۱۰. حادثه‌ترین حالت خستگی در هنگام مطالعه کدام است؟

الف خستگی مغز      ب خستگی چشم      ج خستگی عمومی      د خستگی ستون مهره ها

۱۱. اولین اصل در یادگیری کلامی کدام است؟

الف رمزگردانی      ب تمرین و تکرار      ج بازخوانی      د دقت و توجه

۱۲. تعداد کلماتی که در هر توقف (مکث) خوانده می شود چه نام دارد؟

الف درک بصری      ب حوزه دید      ج کلمه خوانی      د برگشت ارادی

۱۳. در کدام قسمت دستگاه بینایی، دید از وضوح بیشتری برخوردار است؟

الف لکه زرد      ب حوزه بینایی محیطی      ج نقطه کور      د قرنیه

۱۴. در شبانه روز چه میزان خواب بروی سلامتی بدن و اجرای مطالعه لازم است؟

الف ۴ تا ۶ ساعت      ب ۸ تا ۱۰ ساعت

ج ۱۰ تا ۱۲ ساعت      د ۶ تا ۸ ساعت

۱۵. بهترین مکان برای مطالعه کدام است؟

الف کتابخانه      ب مکان خلوت      ج خانه      د پارک

۱۶. زمانی که فرد ملزم به انجام و تکرار حرکتی خاص در شرایط ویژه باشد، بیانگر چه حالتی است؟

الف مرور      ب برنامه ریزی      ج شرطی شدن      د ارتباط و تداعی

۱۷. بطور کلی به ازای هر نیم ساعت مطالعه، چند دقیقه استراحت لازم است؟

الف ۱۰ تا ۱۲ دقیقه      ب ۴ تا ۶ دقیقه

ج ۲ تا ۴ دقیقه      د ۵ تا ۱۰ دقیقه

۱۸. برای استخراج نکات کلیدی و اجرای طرح شبکه بهترین زمان کدام است؟

الف با زمان مطالعه ارتباطی ندارد      ب همزمان با مطالعه اصلی

ج قبل از مطالعه اصلی      د بعد از مطالعه اصلی

۱۹. در کدام مدل شبکه ای، عنوان مطلب در وسط صفحه قرار می گیرد و شاخه های اصلی و نیز نکات فرعی در ارتباط با هر

شاخه قرار می گیرد؟

الف مدل آکولادی      ب مدل شعاعی

ج مدل همپوشی      د مدل سازمانی

۲۰. کدام طرح شبکه ای برای مطالعه مواردی به کار گرفته می شود که مطالب مستقل از یکدیگرند و ارتباط موضوعی جزئی با هم ندارند؟

الف مدل شعاعی      ب مدل هرمی

ج مدل همپوشی      د مدل سلولی

۲۱. هدف بررسی اجمالی کل کتاب چیست؟

الف فعال کردن نیمکره راست مغز      ب آشنایی مقدماتی و ایجاد ارتباط با کتاب

ج افزایش دامنه حوزه دید      د بازیابی و سنجش خود

۲۲. درصد فراموشی مطالب خوانده شده در فردای روز مطالعه، در صورتی که مرور صورت نگیرد، چه مقدار می باشد؟

الف ۶۰ درصد      ب ۲۰ درصد      ج ۸۰ درصد      د ۴۰ درصد

۲۳. خلاقیت و بهره وری از آن مربوط به کدام قسمت مغز می باشد؟

الف بخش میانی      ب نیمکره چپ      ج نیمکره راست      د بخش پس سری

۲۴. ظرفیت حافظه کوتاه مدت چقدر است؟

الف  $2 \pm 9$       ب  $2 \pm 7$       ج  $2 \pm 10$       د  $2 \pm 5$

۲۵. کدام حافظه دارای ظرفیت و زمان یادگیری نامحدود می باشد؟

الف حافظه فعال      ب حافظه بلند مدت      ج حافظه کوتاه مدت      د حافظه حسی

۲۶. مثال شمع و پروانه بر کدام اصل ارتباط منطقی قرار دارد؟

الف اصل تضاد      ب اصل مجاورت      ج اصل موازی      د اصل مشابهت

۲۷. در مثال "من با دوچرخه قرمز خود که به اندازه یک کتاب است، پرواز کردم" جمله ی "من با دوچرخه پرواز کردم، کدام نظام

را تداعی می کند؟

الف مبالغه      ب غیر عادی      ج تحرک      د نقش خود

۲۸. یکی از ساده ترین شیوه های یادگیری کدام است؟

الف حرف اول      ب نماد      ج طبقه بندی      د شعر و نظم

۲۹. اختراعات و اکتشافات از کدام بخش دستگاه روانی انسان متأثر است؟

الف فوق خود آگاه      ب نهاد      ج خود آگاه      د ناخود آگاه

۳۰. نخستین اصل جهت القای هدف به ضمیر ناخود آگاه کدام است؟

الف تمرکز      ب ایمان به خود و باور داشتن

ج تجسم هدف      د آرامش

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

## تنها با یاد اوست که دل‌ها آرام می‌گیرد.

۱. سرعت مطالعه در کدامیک از مراحل زیر بیشتر است؟  
الف. هجاخوانی      ب. کلمه خوانی      ج. عبارت خوانی      د. صحبت کردن
۲. در دوران مالکیت اشتراکی اولیه کدام گزینه تنها معیار قدرت محسوب می‌شد؟  
الف. وراثت و ثروت      ب. علم و دانش      ج. زور و قوای بدنی      د. سرمایه و دانش
۳. در کدام دوران داشتن سرمایه بیشتر به معنای داشتن قدرت بیشتر شد؟  
الف. دوران مالکیت اشتراکی اولیه      ب. دوران ما  
ج. دوران فئودالیزم      د. دوران کاپیتالیسم
۴. هر گاه نیاز به کسب اطلاعات دقیق تر و ثبت و ذخیره‌سازی آن باشد با چه سرعتی به مطالعه می‌پردازیم؟  
الف. ۱۰۰۰ کلمه در دقیقه      ب. ۱۰۰ تا ۱۰۰۰ کلمه در دقیقه  
ج. کمتر از ۵۰۰ کلمه در دقیقه      د. ۵۰۰ تا ۱۰۰۰ کلمه در دقیقه
۵. عمده ترین و مهمترین مبنای افزایش سرعت مطالعه چیست؟  
الف. درک بصری      ب. دست خوانی      ج. وجود تمرکز      د. درک سمعی
۶. این شیوه دست‌خوانی هنگامی به‌کار می‌رود که اندازه سطرها کم باشد و یا اطلاعات خاصی مد نظر باشد.  
الف. مارپیچ      ب. افقی خوانی      ج. پاراگراف خوانی      د. عمودی خوانی
۷. اولین عارضه آشکار کندخوانی چیست؟  
الف. خستگی مغز      ب. اتلاف وقت      ج. حواس پرتی      د. کند ذهنی
۸. چه میزان از زمان مطالعه به سرگردانی چشم و عدم تمرکز حواس ناشی از آن اختصاص می‌یابد؟  
الف. ۱۰ درصد      ب. ۲۰ درصد      ج. ۳۰ درصد      د. ۴۰ درصد
۹. برای کمک به مقابله با برگشت به عقب کدام ابزار بسیار کارآمد است؟  
الف. دست خوانی      ب. لب خوانی      ج. کلمه خوانی      د. پاراگراف خوانی
۱۰. تداوم در مطلب و درک ساختار دستوری مطالب جزو مشخصات کدامیک از تکنیک‌های کاهش زمان مکث است؟  
الف. کارت      ب. کتاب      ج. روزنامه      د. مجله
۱۱. اولین مبنای افزایش سرعت مطالعه چیست؟  
الف. استفاده از کلمه‌خوانی      ب. خودداری از بلندخوانی  
ج. خودداری از کندخوانی      د. خودداری از سطرخوانی
۱۲. مبنای درک بصری کدام است؟  
الف. خودداری از سطرخوانی      ب. خودداری از بلندخوانی  
ج. خودداری از کندخوانی      د. خودداری از کلمه خوانی

۱۲. حوزه دید یک فرد تندخوان چند کلمه است؟

- الف. سه کلمه      ب. چهار کلمه      ج. پنج کلمه      د. بیش از پنج کلمه

۱۴. بهترین مکان برای مطالعه کجاست؟

- الف. خانه      ب. کتابخانه      ج. پارک      د. همه فضاهای سبز

۱۵. نخستین مسئله ای که در هنگام برنامه ریزی در هر زمینه‌ای به ذهن خطور می‌کند چیست؟

- الف. تصویر ذهنی مثبت      ب. علاقه      ج. هدف      د. بهداشت تن و روان

۱۶. بهترین زمان برای مطالعه چه هنگامی است؟

- الف. زمانی که تمایل به انجام مطالعه داریم      ب. نیمه‌های شب  
ج. سحرگاهان      د. ساعات ۴ تا ۶ بعد از ظهر

۱۷. شرطی شدن جزو کدامیک از تدارکات مطالعه به شمار می‌رود؟

- الف. زمان مطالعه      ب. مکان مطالعه      ج. رفتار مطالعه      د. روانشناسی مطالعه

۱۸. کدامیک از گزینه‌های زیر میزان بازدهی بیشتری در مطالعه دارند؟

- الف. تنظیم نکات کلیدی خطی      ب. تنظیم نکات کلیدی شبکه‌ای

ج. یادداشت برداری بصورت خلاصه نویسی      د. خط کشیدن زیر نکات مهم

۱۹. در کدامیک از انواع طرح‌های شبکه‌ای عنوان مطلب در سمت راست صفحه قرار می‌گیرد؟

- الف. مدل سازمانی آکولادی      ب. مدل شعاعی

ج. مدل همپوشی      د. مدل هرمی

۲۰. «لید» مربوط به کدامیک از انواع متون زیر است؟

- الف. شعر      ب. متون زبان      ج. روزنامه      د. متون دینی

۲۱. مهم‌ترین مرحله بخش پیش‌مطالعه چیست؟

- الف. سوال گذاری      ب. بررسی اجمالی کل کتاب

ج. مطالعه و یادداشت برداری      د. بررسی اجمالی هر فصل از کتاب

۲۲. کدامیک از گزینه‌های زیر جزو مراحل پس از مطالعه به شمار می‌رود؟

- الف. بازنگری و بازخوانی طرح شبکه‌ای      ب. مطالعه و یادداشت برداری

ج. مرور      د. بازیابی و سنجش خود

۲۳. وجه تشابه میان حافظه و سیستم در چیست؟

- الف. ورزیدگی و تقویت      ب. ذخیره سازی      ج. گردش      د. کارکرد

۲۴. حداکثر زمانی که حافظه کوتاه مدت قادر به نگهداری اطلاعات می‌باشد چقدر است؟

- الف. ۲ ساعت      ب. ۲ روز      ج. ۷ روز      د. ۳۰ روز

۲۵. ایجاد ارتباط میان دو داده را چه می‌گویند؟

- الف. حافظه حضور      ب. مرور      ج. برجسته سازی      د. تداعی

۲۶. کدامیک از گزینه‌های زیر بیشترین زمان پایداری در حافظه را داراست؟

الف. کلمات                      ب. تصاویر                      ج. اعداد                      د. نشانه‌ها

۲۷. تمامی نظامهای یادگیری شکلی از ..... می باشند.

الف. طرح شبکه‌ای                      ب. طبقه بندی                      ج. تصاویر ذهنی                      د. تداعی

۲۸. تصویر ذهنی مثبت را چه می نامند؟

الف. نگرش خویشتنی پویا                      ب. نگرش خویشتنی علیا

ج. نگرش خویشتنی ایستا                      د. نگرش خویشتنی سفلی

۲۹. کدامیک از گزینه‌های زیر درباره ضمیر خودآگاه صحیح می باشد؟

الف. در تمامی اوقات شبانه روز و در خواب و بیداری فعال است.

ب. همچون سربازی به ایفای نقش و دریافت اطلاعات از محیط می پردازد.

ج. به عنوان فرمانده، کنترل کننده، تصمیم گیرنده، و پردازش کننده شناخته می‌شود.

د. تمامی اعمال آگاهانه و ناخودآگاهانه را در سیطره کنترل و پردازش خود دارد.

۳۰. اولین اصل جهت القای هدف به ضمیر ناخودآگاه چیست؟

الف. تعیین اهداف منطقی و دست یافتنی                      ب. آرامش و تمرکز

ج. تلاش و پشتکار برای تحقق هدف                      د. باور و نگرش خویشتنی پویا

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

## امام خمینی (ره): این محرم و صفر است که اسلام را زنده نگه داشته است.

۱. در کدام مرحله سرعت مطالعه به ۲۵۰-۲۰۰ کلمه در دقیقه می رسد؟  
الف. هجا خوانی      ب. کلمه خوانی      ج. عبارت خوانی      د. دقیق خوانی
۲. در کدام نوع مطالعه بر اندیشه خوانی تأکید می شود؟  
الف. عبارت خوانی      ب. دقیق خوانی      ج. خواندن تجسمی      د. هجا خوانی
۳. شیوه کار در آموزش مهارت‌های مطالعه به چه صورتی می باشد؟  
الف. قیاسی      ب. استقرایی      ج. تطبیقی      د. استدلالی
۴. سه اصل دیدن، خواندن و دریافت مربوط به کدامیک از مراحل یادگیری در شکل خاص مطالعه می باشد؟  
الف. به خاطر سپاری      ب. دریافت اطلاعات      ج. به خاطر آوری      د. بازیابی
۵. این شیوه مطالعه بویژه در زمانی که اندازه سطرها کم است و یا هر سطر کلمات کمی دارد و یا اطلاعات خاصی مد نظر است به کار می رود؟  
الف. دقیق خوانی      ب. شیوه ماریپیچ      ج. پاراگراف خوانی      د. عمودی خوانی
۶. این نوع خستگی در هنگام مطالعه به جهت عدم حرکت اعضای حرکتی و ساکن بودن آنها به صورت غیر بهداشتی و خارج از استاندارد در مدت طولانی اتفاق می افتد؟  
الف. خستگی ذهنی      ب. خستگی چشم      ج. خستگی مغز      د. خستگی عمومی
۷. .... به معنای عدم توانایی در تحلیل داده ها و درک زوایای ناپیدا و ناتوانی در کشف ارتباطات تازه میان مفاهیم است.  
الف. مطالعه      ب. کند ذهنی      ج. خستگی      د. یادگیری
۸. .... به معنای آن است که امکان بسط دقت و توجه به متن مورد مطالعه نیست.  
الف. بازگشت به عقب      ب. عدم تمرکز حواس      ج. دست خوانی      د. درک بصری
۹. آنچه موجب تفاوت میان کند خوان و تند خوان می شود کدام است؟  
الف. میزان بازگشت به عقب      ب. میزان مکث کلی  
ج. میزان زمان صرف شده برای هر مکث      د. مقدار پرش از روی کلمات
۱۰. تمرین با کدامیک از موارد زیر به منظور کاهش زمان مکث توأم با افزایش حوزه دید صورت می گیرد؟  
الف. کارت      ب. کتاب      ج. روزنامه      د. مجله
۱۱. مجموعه قواعدی که بهره‌وری در مطالعه را ممکن می سازد.....نامیده می شود.  
الف. شرایط مطالعه‌کننده      ب. قواعد بهره‌وری  
ج. شرایط مطالعه      د. شرایط بهره‌وری
۱۲. تعیین کننده سطح توقع و سهم ما از روزگار و ترسیم کننده آینده و سرنوشت ما است؟  
الف. اهداف      ب. علاقه      ج. بهداشت تن و روان      د. تصویر ذهنی

۱۳. نقطه اوج شرایط مطالعه در کدام اصل مطالعه نهفته است؟

- الف. تنوع در متون مورد مطالعه  
ب. دامنه یادگیری  
ج. تناوب در متون تحلیلی  
د. تناوب در متون حفظی

۱۴. پایه یادآوری چیست؟

- الف. حافظه  
ب. مرور  
ج. یادگیری  
د. مطالعه

۱۵. یادداشت برداری به شیوه استخراج عبارتی که حاوی نکات مهم است در بر دارنده ..... درصد بازدهی می باشد

- الف. ۲۰ درصد  
ب. ۳۰ درصد  
ج. ۵۰ درصد  
د. ۷۰ درصد

۱۶. ارزشمندترین نظام یادداشت برداری و بارزترین مبنای شیوه برتر مطالعه کدامیک از گزینه های زیر می باشد؟

- الف. یادداشت برداری بر اساس نکات کلیدی  
ب. یادداشت برداری به صورت خلاصه نویسی

- ج. یادداشت برداری به شیوه استخراج عبارتی  
د. کشیدن خط زیر نکات مهم حین مطالعه

۱۷. بهترین زمان برای استخراج نکات کلیدی و اجرای طرح شبکه ای، چه هنگام است؟

- الف. همزمان با مطالعه اصلی  
ب. هنگام مرور کلی مطلب

- ج. پس از مطالعه اولیه  
د. پس از درک کامل مطلب

۱۸. در هنگام نوشتن نکات کلیدی در طرح شبکه ای، استفاده از علائم خاص و شکل اختصاری کلمات به سبب.....

به یادآوری مطالب در هنگام بازیابی کمک می کند.

- الف. ویژگی نظم پذیری  
ب. ویژگی برجستگی

- ج. ویژگی انعطاف پذیری  
د. جلوگیری از حجیم شدن طرح

۱۹. در کدام مدل عنوان مطلب در وسط صفحه و در داخل کادر قرار می گیرد؟

- الف. مدل هرمی  
ب. مدل سلولی  
ج. مدل همپوشی  
د. مدل شعاعی

۲۰. « لید » مربوط به کدام یک از انواع متون زیر است؟

- الف. روزنامه  
ب. شعر  
ج. متون زبان  
د. متون دینی

۲۱. مهمترین مرحله بخش پیش مطالعه کدام است؟

- الف. نگاهی گذرا به فهرست مطالب و مقدمه  
ب. بررسی اجمالی کتاب

- ج. سوال گذاری  
د. بررسی اجمالی هر فصل

۲۲. آنچه در مراحل مربوط به بخش های پیش مطالعه و حین مطالعه انجام می گیرد، از مراحل ..... محسوب می گردد .

- الف. یادگیری  
ب. به خاطر سپاری  
ج. یادآوری  
د. بازیابی

۲۳. آنچه در مراحل پس از مطالعه انجام می گیرد از مراحل ..... به شمار می آید که در آن حافظه مورد توجه است.

- الف. یادگیری  
ب. به خاطر سپاری  
ج. یادآوری  
د. بازیابی

۲۴. زمانی که قادر باشیم صحنه ها و جایگاه مفاهیم را با جزئیات آن به خاطر بسپاریم و به بازیابی آن با تمام جزئیات نایل آییم،

وارد چه حیطه ای شده ایم؟

- الف. بازآوری  
ب. شناخت رنگ  
ج. تجسم  
د. گردش

۲۵. تشبیه حافظه به انبار بر مبنای کدام ویژگی است؟

الف. بازیابی      ب. ذخیره سازی      ج. پردازش      د. گردش

۲۶. با کدامیک از موارد زیر می توان به انتقال اطلاعات از حافظه کوتاه مدت به حافظه بلند مدت پرداخت تا امکان بازیابی اطلاعات ذخیره شده در حافظه فراهم آید؟

الف. مرور      ب. خلاصه برداری

ج. ایجاد طرح شبکه ای      د. سوال گذاری

۲۷. این نوع نظام تداعی بیانگر حالتی برخلاف جریان عادی است؟

الف. غیر عادی مضحک      ب. مبالغه      ج. جایگزینی      د. تحرک

۲۸. تصاویر ذهنی همان..... است که در آن میان مفاهیم طبق اصول تداعی یا بدون رعایت آن اصول ارتباط برقرار می شود.

الف. کلمات مشابه      ب. مشاهده ذهنی      ج. نمادها      د. نظام تداعی

۲۹. نخستین اصل جهت القای هدف کدام گزینه است؟

الف. آرامش و تمرکز      ب. ایمان به خود و باور داشتن

ج. تجسم هدف      د. تلاش و پشتکار برای تحقق هدف

۳۰. نخستین ایستگاه کنترل و گزینش اطلاعاتی که از طریق ضمیر خودآگاه در اختیار ضمیر ناخودآگاه قرار می گیرد، چیست؟

الف. ضمیر فوق خودآگاه      ب. منطق

ج. تصویر ذهنی      د. حافظه

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

امام علی<sup>ع</sup> برتری مردم به یکدیگر، به دانش‌ها و خردهااست؛ نه به ثروت‌ها و تبارها.

۱. مبنای افزایش سرعت مطالعه، چیست؟

الف. کلمه خوانی      ب. درک بصری      ج. دیدن      د. همه مراحل یادگیری

۲. زمانی که حافظه کوتاه مدت قادر به نگهداری اطلاعات است چه مقدار است؟

الف. ۲ ثانیه تا ۲ روز      ب. ۲ دقیقه تا ۲ روز

ج. ۳ دقیقه تا ۲ روز      د. ۵ ثانیه تا ۵ روز

۳. آشنایی با شیوه نوین مطالعه در قالب یادگیری خلاق و مهارت‌های مطالعه در مرحله اول موجب کدام امر می‌شود؟

الف. توسعه یافتگی      ب. رشد اقتصادی

ج. رشد قوه تعقل و تفکر      د. افزایش بهره‌وری

۴. در مرحله کلمه خوانی سرعت مطالعه به چند کلمه در دقیقه رسید؟

الف. ۱۵۰-۱۸۰      ب. ۱۵۰-۱۳۰      ج. ۲۵۰-۲۰۰      د. ۵۰۰

۵. خواندن با سرعتی بیش از ۱۰۰۰ کلمه در دقیقه در چه زمانی مناسب است؟

الف. مطالعه اجمالی      ب. ذخیره‌سازی اطلاعات

ج. خواندن انتقادی      د. کسب دقیق‌تر اطلاعات

۶. اولین مرحله یادگیری در هنگام مطالعه کدام مورد است؟

الف. شیوه‌های به‌خاطر سپاری      ب. به‌خاطر آوری

ج. بازیابی      د. دریافت اطلاعات

۷. سومین اصل یا مرحله دریافت داده‌ها کدام مورد است؟

الف. اندیشه خوانی      ب. درک      ج. دیدن      د. شکل خواندن

۸. در صورتی که اطلاعات خاصی مد نظر است از کدام شیوه خواندن استفاده می‌شود؟

الف. عمودی خوانی      ب. مارپیچ      ج. افقی      د. پاراگراف خوانی

۹. حادثه‌ترین حالت خستگی در هنگام مطالعه کدام مورد است؟

الف. خستگی عمومی      ب. خستگی مغز (ذهن)

ج. خستگی چشم      د. خستگی اعضای حرکتی

۱۰. مهمترین عامل در ایجاد تمرکز و درک مطلب چیست؟

الف. مقابله با سرگردانی چشم

ب. علاقه و عدم بی‌حوصلگی

ج. نداشتن مطالعه قبلی

د. سرعت مطالعه

۱۱. کدام مورد موجب کاهش سرعت مطالعه می‌شود؟

الف. دست خوانی

ب. کلمه خوانی

ج. افزایش حوزه دید

د. درک

۱۲. کدام گزینه نخستین مسئله‌ای است که در هنگام برنامه‌ریزی در مطالعه به ذهن خطور می‌کند؟

الف. تصویرذهنی مثبت

ب. علاقه

ج. هدف

د. بهداشت تن و روان

۱۳. کدام مورد از شرایط مطالعه‌کننده، به بروز علاقه می‌انجامد؟

الف. بهداشت تن و روان

ب. دقت

ج. تصویر ذهنی مثبت

د. تمرکز

۱۴. در چه زمانی باید از مطالعه کردن خودداری کرد؟

الف. ۲۰ تا ۳۰ دقیقه بعد از بیداری

ب. سحرگاهان

ج. ظهر

د. بعد از ظهر

۱۵. کدام یک از نکات زیر در کنترل رفتار مطالعه باید مد نظر قرار گیرد؟

الف. برنامه ریزی کوتاه مدت

ب. تنوع در متون مورد مطالعه روزانه

ج. دامنه یادگیری

د. شرطی شدن

۱۶. حداکثر زمان مطالعه مداوم متون تحلیلی چند دقیقه است؟

الف. ۱۰

ب. ۴۵ - ۱۰

ج. ۳۰

د. ۶۰

۱۷. اولین مرحله از اصول یادگیری کلام کدام مورد است؟

الف. ارتباط علمی

ب. برجسته‌سازی

ج. دقت و توجه

د. برنامه ریزی

۱۸. از کدام نوع از شیوه‌های تنظیم نکات کلیدی، کسب ۱۰۰ درصد بازدهی را می‌توان انتظار داشت؟

الف. استخراج

ب. خطی

ج. شبکه‌ای

د. نکات مهم

۱۹. کدام طرح به ویژه در مواردی که وجوه و نکات مشترکی بین شاخه‌های اصلی وجود دارد کاربرد می‌یابد؟

الف. مدل هرمی

ب. مدل سازمانی

ج. مدل سلولی

د. مدل شعاعی

۲۰. کدام گزینه در تهیه طرح شبکه‌ای صحیح می باشد؟

الف. در متون فنی و ریاضیات باید از فرمولها صرف نظر کرد.

ب. در مورد شعر در پایین یا پشت طرح شبکه‌ای ثبت شود.

ج. در مورد متون زبان از طرح شبکه‌ای استفاده نمی‌شود.

د. در صورت کم بودن تعداد آیات در پایین یا پشت طرح شبکه‌ای ثبت شود.

۲۱. « بُر زدن کتاب » مربوط به کدام بخش از مطالعه است؟

الف. بخش پس مطالعه      ب. بخش پیش مطالعه      ج. بخش حین مطالعه      د. بخش مطالعه برتر

۲۲. مهمترین مرحله بخش اول نظام مطالعه کدام مورد است؟

الف. مطالعه و یادداشت برداری

ب. بازنگری و بازخوانی طرح شبکه‌ای

ج. سؤال گذاری

د. مرور

۲۳. کدام مورد نخستین اصل جهت القای هدف است؟

الف. آرامش      ب. تجسم هدف      ج. ایمان به خود      د. تمرکز

۲۴. مرورهای ثانویه حداکثر شامل چند مرور است؟

الف. ۱۰      ب. ۷      ج. ۵      د. ۳

۲۵. کدام گزینه با استفاده از نیمکره راست صورت می‌گیرد؟

الف. مطالعه      ب. خواندن      ج. شناخت رنگ      د. نوشتن

۲۶. وجه تشابه میان حافظه و سیستم در چیست؟

الف. کارکرد      ب. اجزاء      ج. ستانده      د. انبار

۲۷. شیوه مطالعه قدیم نسبت به شیوه مطالعه نو چه معایبی دارد؟

الف. توان نامحدود      ب. ظرفیت نامحدود

ج. صرف نیرو و زمان زیاد      د. اشکال در متن

۲۸. کدام مورد زیر جزء نظام‌های تداعی است؟

الف. بازیابی      ب. مبالغه      ج. اعداد      د. دیدن

۲۹. برای شکل‌دهی به اعداد کدام حرف مبنای نامگذاری قرار می‌گیرد؟

الف. حرف اول      ب. حرف دوم      ج. حرف آخر      د. حرف سوم

۳۰. تجسم بلاواسطه داده‌های ذات در کدام نظام به کار می‌رود؟

الف. کاربرد      ب. تصاویرذهنی      ج. داستان سرایی      د. مشاهده ذهنی

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

۱. کدام توالی زیر مراحل یادگیری در شکل خاص مطالعه است؟

الف. به‌خاطر سپاری - دریافت اطلاعات - بازیابی

ب. بازیابی - دریافت اطلاعات - به‌خاطر سپاری

ج. دریافت اطلاعات - به‌خاطر سپاری - بازیابی

د. دریافت اطلاعات - بازیابی - به‌خاطر سپاری

۲. مبنای افزایش سرعت مطالعه چیست؟

الف. لب‌خوانی

ب. دست‌خوانی

ج. درک بصری

د. کلمه‌خوانی

۳. این شیوه هنگامی به کار می‌رود که آشنایی کلی با متن وجود دارد و یا در مرور اجمالی متونی زیاد در زمانی کم به مرور متن می‌پردازیم؟

الف. حرکت افقی

ب. زیگزاگ بزرگ

ج. پاراگراف‌خوانی

د. عمودی خوانی

۴. عدم توانایی در تحلیل داده‌ها و درک زوایای ناپیدا و ناتوانی در کشف ارتباط تازه میان مفاهیم کدام است؟

الف. کندذهنی

ب. عدم علاقه و بی‌حوصلگی

ج. حواس‌پرتی

د. خستگی

۵. حوزه دید یک فرد کندخوان چند کلمه می‌باشد؟

الف. پنج کلمه

ب. سه کلمه

ج. شش کلمه

د. یک کلمه

۶. چنانچه زمان مکث روی کلمه از ۱ ثانیه به  $\frac{1}{3}$  ثانیه کاهش یابد سرعت مطالعه چه تغییر خواهد یافت؟

الف) ۳ برابر کاهش می‌یابد.

ب) ۳ برابر افزایش می‌یابد.

ج) ۶ برابر افزایش می‌یابد.

د) تغییر نخواهد کرد.

۷. در هنگام مطالعه به محدوده‌ای که در فاصله حدود ۴۰ سانتی‌متری مقابل ما قرار دارد و تمامی سطح کتاب و اطراف هم‌سطح کتاب را دربرمی‌گیرد، گفته می‌شود؟

الف. بینایی محیطی افقی

ب. بینایی مرکزی افقی

ج. بینایی مرکزی

د. بینایی محیطی

۸. روش روزنامه، که یک از روش‌های کاهش زمان مکث و افزایش حوزه دید می‌باشد، یکسری ویژگی‌ها دارد که با بقیه روش‌ها تفاوت دارد این ویژگی‌ها کدامند؟

الف. تداوم در مطلب

ب. عدم گسیختگی

ج. درک ساختاری مطالب

د. هر سه مورد

۹. نگرش خویش‌تنبی پویا که یک مطالعه‌کننده بایست به آن توجه کند، معادل کدام است؟

الف. علاقه

ب. تصویر ذهنی مثبت

ج. برنامه‌ریزی

د. برجسته‌سازی

۱۰. مؤید این مساله است که به چه میزان و چگونه مطالعه کرد و از چه ابزاری برای ایجاد تعهد و علاقه به اجرای برنامه، جهت نیل به هدفی که در دوردست می‌نماید، بهره جست.
- الف. رفتار مطالعه  
ب. زمانبندی مطالعه  
ج. نظام مطالعه  
د. انجام مطالعه
۱۱. حد فاصل زمانی مجاز، برای مطالعه مداوم که امکان کسب بازدهی مطلوب را فراهم می‌آورد چه نام دارد؟
- الف. دامنه یادگیری  
ب. رفتار مطالعه  
ج. جغرافیای یادگیری  
د. نظام مطالعاتی
۱۲. اولین مرحله یادگیری کلامی کدام است؟
- الف. استنباط  
ب. تفهیم  
ج. دقت و توجه  
د. کشف مواد
۱۳. بیانگر سیری است که طی آن درک کامل و به‌خاطر سپاری تمامی داده‌ها انجام می‌پذیرد و بازیابی آن به راحتی امکان‌پذیر می‌شود.
- الف. یادگیری استعاری  
ب. تفکر استعاری  
ج. یادگیری خلاق  
د. تفکر انتقادی
۱۴. وجه تشابه حافظه با کدام مورد در «گردش» است؟
- الف. سیستم  
ب. عضله  
ج. انبار  
د. پول
۱۵. در کدام حالت ارتباط منطقی به دلیل فرهنگ و عرف عمومی، دو عامل همراه با یکدیگر به‌کاررفته می‌شوند و بازیابی یکی از عوامل به معنای بازیابی عامل دوم است؟
- الف. تضاد  
ب. مجاورت  
ج. مشابهت  
د. مکاشفت
۱۶. با به کارگیری کدام نظام تداعی در ایجاد ارتباط میان مفاهیم به برجسته‌سازی و تمایز آن از دیگر سطوح و در نتیجه پایداری مفاهیم و ارتباط میان آن مفاهیم می‌افزاید؟
- الف. نظام مبالغه  
ب. نظام جایگزینی  
ج. نظام تحرک  
د. نظام عادی
۱۷. همان نظام تداعی است که در آن، میان مفاهیم طبق اصول تداعی یا بدون رعایت آن اصول، ارتباط برقرار می‌شود و الزاماً به داستان تبدیل نمی‌شود؟
- الف. مشاهده ذهنی  
ب. مشاهده عینی  
ج. تصاویر ذهنی  
د. تصاویر عینی
۱۸. ارتباط ضمیر ناخودآگاه و ضمیر خودآگاه همچون ارتباط ..... می‌باشد؟
- الف. فرمانده و سرباز  
ب. سرباز و فرمانده  
ج. کتاب و خواننده  
د. خواننده و کتاب
۱۹. کدام گزینه صحیح می‌باشد؟
- الف. ضمیر خودآگاه تحت تأثیر اطلاعات دریافتی از ضمیر ناخودآگاه عمل می‌کند.  
ب. ضمیر ناخودآگاه تحت تأثیر اطلاعات دریافتی از ضمیر خودآگاه عمل می‌کند.  
ج. ضمیر ناخودآگاه قادر به تبدیل داده‌ها و نگرش‌های منفی و مثبت و بالعکس می‌باشد.  
د. ضمیر ناخودآگاه قادر به تمایز داده‌های تخیلی از واقعیت است.
۲۰. در کدام نوع خواندن، برکشف زوایای ناپیدا تأکید می‌شود؟
- الف. عبارت خوانی  
ب. دقیق خوانی  
ج. اندیشه خوانی  
د. خواندن تجسمی

۲۱. خستگی که هنگام مطالعه به جهت عدم حرکت اعضای حرکتی و ساکن بودن آنها به صورت غیربهداشتی و خارج از استاندارد در مدت زمانی طولانی به وجود می آید کدام است؟

الف. خستگی چشم      ب. خستگی مغز      ج. خستگی عمومی      د. خستگی سر

۲۲. ....بیانگر نوع نگرش به خود، موقعیت و پیرامون خود است که می تواند در شکل مثبت، منفی و یا نیمه منفی بروز یابد.

الف. تصویر ذهنی      ب. بهداشت روان      ج. علاقه      د. برجسته سازی

۲۳. در هنگام مطالعه و یادگیری استفاده از طرح شبکه ای بیانگر به کارگیری کدام روش زیر می باشد؟

الف. مرور      ب. برجسته سازی      ج. تداعی      د. دست خوانی

۲۴. در این نوع طرح شبکه ای عنوان مطالب در وسط صفحه و در داخل کادر قرار می گیرد و شاخه های اصلی نیز که از سایر نکات فرعی و مرتبط با هر شاخه متمایز شده است، در پیرامون عنوان مطلب و در جهت حرکت عقربه های ساعت واقع می شوند؟

الف. مدل سازمانی      ب. مدل هرمی      ج. مدل شعاعی      د. مدل سلولی

۲۵. برای مطالعه مطالبی مستقل از یکدیگر که ارتباط موضوعی جزئی با هم ندارند و به واسطه موردی خاص و کلی در یکجا و در یک فصل بیان شده اند، کدام مدل طرح شبکه ای مناسب است؟

الف. سلولی      ب. هرمی      ج. شعاعی      د. همپوشی

۲۶. کدام یک از موارد زیر از عوامل مؤثر در یادآوری به حساب نمی آید؟

الف. مرور      ب. تفکر انتقادی      ج. ارتباط و تداعی      د. برجسته سازی

۲۷. از مراحل نظام مطالعه برتر در بخش مرحله حین مطالعه به حساب نمی آید؟

الف. بازنگری طرح شبکه ای      ب. یادداشت برداری  
ج. بازیابی و سنجش خود      د. مرور

۲۸. مراحل سیستم مطالعه «PQRSTC» عبارتند از:

الف. بررسی اولیه - سوال گذاری - مطالعه اصلی - بازخوانی ذهنی خود - امتحان - مطالعه مستمر

ب. سوال گذاری - مطالعه اصلی - بررسی اولیه - بازخوانی ذهنی خود - مطالعه مستمر - امتحان

ج. بررسی اولیه - مطالعه اصلی - مطالعه مستمر - بازخوانی ذهنی خود - سوال گذاری - امتحان

د. سوال گذاری - بررسی اولیه - مطالعه مستمر - بازخوانی ذهنی خود - مطالعه اصلی - امتحان

۲۹. حواس پرتی (عدم تمرکز در حواس) به چه دلیلی رخ می دهد؟

الف. دست خوانی      ب. افزایش سرعت مطالعه

ج. عدم تداوم و ایجاد گسستگی      د. عدم بیان کلمات

۳۰. در آموزش مهارت های مطالعه، شیوه ی کار به چه صورت است؟

الف. قیاسی      ب. استقرایی      ج. قیاسی - استقرایی      د. استدلالی

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