



اداره کل آموزش و پرورش استان البرز  
مدیریت آموزش و پرورش ناحیه ۱ کرج  
دبیرستان غیردولتی پسرانه غیاثیه (دوره اول)  
سال تحصیلی ۱۴۰۴/۱۴۰۵

نام:	نام خانوادگی:	نام دبیر:	پایه: هشتم
تعداد صفحه:	نوبت اول	نام درس: تفکر و سبک زندگی	مدت زمان امتحان: دقیقه

سؤالات تشریحی تفکر و سبک زندگی هشتم (با پاسخ)

۱. تفکر را تعریف کنید.

پاسخ: فرایند بررسی و تحلیل برای رسیدن به تصمیم درست.

۲. چرا انسان به تفکر نیاز دارد؟

پاسخ: برای حل مسائل و انتخاب بهترین راه.

۳. خودشناسی چیست؟

پاسخ: شناخت ویژگی‌ها، توانایی‌ها و ضعف‌های خود.

۴. خودشناسی چه فوایدی دارد؟

پاسخ: افزایش اعتماد به نفس و انتخاب درست.

۵. اعتماد به نفس را تعریف کنید.

پاسخ: باور داشتن به توانایی‌های خود.

۶. عزت نفس چیست؟ پاسخ: احساس ارزشمند بودن و احترام به خود.

۷. هدف‌گذاری چه اهمیتی دارد؟

پاسخ: مسیر موفقیت را مشخص می‌کند.

۸. ویژگی‌های یک هدف مناسب چیست؟

پاسخ: مشخص، واقع‌بینانه و قابل دستیابی.

۹. برنامه‌ریزی چه فایده‌ای دارد؟

پاسخ: استفاده بهتر از زمان و امکانات.

۱۰. مدیریت زمان یعنی چه؟

پاسخ: استفاده درست از وقت.

۱۱. مسئولیت‌پذیری را تعریف کنید.

پاسخ: پذیرفتن وظایف و نتایج رفتار خود.

۱۲. چرا باید مسئولیت اشتباهات خود را بپذیریم؟

پاسخ: برای اصلاح رفتار و پیشرفت.

۱۳. احترام متقابل یعنی چه؟

پاسخ: احترام گذاشتن به حقوق و شخصیت دیگران.

۱۴. همدلی را تعریف کنید.

پاسخ: درک احساسات دیگران.

۱۵. دو ویژگی یک دوست خوب را بنویسید.

پاسخ: صداقت و وفاداری.

۱۶. خانواده چه نقشی در زندگی دارد؟

پاسخ: تربیت، حمایت و ایجاد آرامش.

۱۷. چگونه می‌توان روابط خانوادگی را تقویت کرد؟

پاسخ: با احترام، محبت و همکاری.

۱۸. نظم را تعریف کنید.

پاسخ: انجام کارها در زمان مناسب.

۱۹. چرا رعایت قوانین مدرسه ضروری است؟

پاسخ: برای حفظ نظم و احترام به حقوق دیگران.

۲۰. قانون‌مداری یعنی چه؟

پاسخ: رعایت قوانین جامعه.

۲۱. حقوق شهروندی چیست؟

پاسخ: حقوق و وظایف هر فرد در جامعه.

۲۲. مشارکت اجتماعی را تعریف کنید.

پاسخ: همکاری برای حل مسائل جامعه.

۲۳. دو نمونه از مشارکت اجتماعی را بنویسید.

پاسخ: کمک به نیازمندان و حفظ محیط زیست.

۲۴. چرا حفظ محیط زیست اهمیت دارد؟

پاسخ: برای سلامت انسان و طبیعت.

۲۵. دو راه حفظ محیط زیست را بنویسید.

پاسخ: صرفه‌جویی در آب و بازیافت زباله.

۲۶. مصرف درست یعنی چه؟

پاسخ: استفاده به‌اندازه از امکانات.

۲۷. اسراف چه پیامدهایی دارد؟

پاسخ: هدررفت منابع و آسیب به محیط زیست.

۲۸. سبک زندگی سالم شامل چه مواردی است؟

پاسخ: تغذیه سالم، ورزش و خواب کافی.

۲۹. ورزش چه فوایدی دارد؟

پاسخ: سلامت جسم و روح.

۳۰. تغذیه سالم چه ویژگی‌هایی دارد؟

پاسخ: متنوع، متعادل و کافی.

۳۱. استرس چیست؟

پاسخ: واکنش طبیعی بدن در برابر فشارها و مشکلات.

۳۲. دو راه کنترل استرس را بنویسید.

پاسخ: ورزش و برنامه‌ریزی مناسب.

۳۳. مهارت حل مسئله چیست؟

پاسخ: توانایی یافتن بهترین راه‌حل برای مشکلات.

۳۴. مراحل حل مسئله را نام ببرید.

پاسخ: شناسایی مسئله، بررسی راه‌حل‌ها، انتخاب بهترین راه و ارزیابی نتیجه.

۳۵. خلاقیت را تعریف کنید.

پاسخ: توانایی ارائه ایده‌های جدید و مفید.

۳۶. چه عواملی باعث افزایش خلاقیت می‌شود؟

پاسخ: مطالعه، پرسشگری و تجربه.

۳۷. انتقادپذیری یعنی چه؟

پاسخ: پذیرش منطقی نظر دیگران برای اصلاح رفتار.

۳۸. چرا انتقادپذیری اهمیت دارد؟

پاسخ: باعث رشد و پیشرفت فرد می‌شود.

۳۹. صداقت چه تأثیری بر روابط اجتماعی دارد؟

پاسخ: اعتماد و احترام را افزایش می‌دهد.

۴۰. امانت‌داری را تعریف کنید.

پاسخ: حفظ و بازگرداندن درست امانت.

۴۱. مسئولیت‌پذیری در فضای مجازی یعنی چه؟

پاسخ: استفاده اخلاقی، ایمن و آگاهانه از اینترنت.

۴۲. یکی از آسیب‌های فضای مجازی را بنویسید.

پاسخ: انتشار اطلاعات نادرست.

۴۳. چگونه امنیت خود را در فضای مجازی حفظ کنیم؟

پاسخ: با انتخاب رمز عبور قوی و حفظ اطلاعات شخصی.

۴۴. ارزش‌های اخلاقی چه نقشی در زندگی دارند؟

پاسخ: رفتار انسان را به سمت خوبی‌ها هدایت می‌کنند.

۴۵. صبر چه تأثیری در موفقیت دارد؟

پاسخ: باعث تحمل سختی‌ها و رسیدن به هدف می‌شود.

۴۶. چرا باید به قول خود عمل کنیم؟

پاسخ: برای جلب اعتماد دیگران.

۴۷. مهربانی چه اثری بر روابط اجتماعی دارد؟

پاسخ: دوستی و صمیمیت را افزایش می‌دهد.

۴۸. مسئولیت دانش‌آموز نسبت به مدرسه چیست؟

پاسخ: درس خواندن، رعایت نظم و احترام به قوانین.

۴۹. مطالعه چه اهمیتی دارد؟

پاسخ: دانش و آگاهی انسان را افزایش می‌دهد.

۵۰. موفقیت نتیجه چه عواملی است؟

پاسخ: تلاش، پشتکار، برنامه‌ریزی و مسئولیت‌پذیری.

۵۱. سبک زندگی اسلامی چه ویژگی‌هایی دارد؟

پاسخ: ایمان، اخلاق، نظم و مسئولیت‌پذیری.

۵۲. چرا باید به حقوق دیگران احترام بگذاریم؟

پاسخ: برای ایجاد عدالت و آرامش در جامعه.

۵۳. مهارت «نه گفتن» چه کاربردی دارد؟

پاسخ: جلوگیری از انجام کارهای نادرست و پرخطر.

۵۴. جرات‌مندی را تعریف کنید.

پاسخ: بیان محترمانه نظر و دفاع از حقوق خود بدون آسیب زدن به دیگران.

۵۵. کنترل خشم چگونه امکان پذیر است؟

پاسخ: با آرامش، فکر کردن و دور شدن از موقعیت تنش‌زا.

۵۶. چرا همکاری در کارهای گروهی اهمیت دارد؟

پاسخ: باعث افزایش موفقیت و استفاده از توانایی همه افراد می‌شود.

۵۷. مهارت تصمیم‌گیری چیست؟

پاسخ: انتخاب بهترین راه از میان گزینه‌های مختلف.

۵۸. چرا باید قبل از تصمیم‌گیری اطلاعات کافی جمع‌آوری کنیم؟

پاسخ: تا تصمیمی آگاهانه و درست بگیریم.

۵۹. یکی از عوامل شکست در رسیدن به هدف را نام ببرید.

پاسخ: بی‌برنامگی، تنبلی یا ناامیدی.

۶۰. مهم‌ترین عامل پیشرفت انسان چیست؟

پاسخ: تلاش مستمر، یادگیری، نظم و توکل به خدا.