



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: هفتم
تعداد صفحه:	نوبت دوم	نام درس: تفکر و سبک زندگی	مدت زمان امتحان: دقیقه

۱. تفکر را تعریف کنید.

پاسخ: تفکر یعنی اندیشیدن برای شناخت بهتر و حل مسائل.

۲. دو فایده تفکر صحیح را بنویسید.

پاسخ: تصمیم‌گیری بهتر و حل درست مشکلات.

۳. تصمیم‌گیری چیست؟

پاسخ: انتخاب بهترین راه از بین چند گزینه.

۴. مراحل تصمیم‌گیری را به ترتیب بنویسید.

پاسخ: شناخت مسئله، جمع‌آوری اطلاعات، بررسی راه‌حل‌ها، انتخاب بهترین راه، اجرا و ارزیابی.

۵. مشورت چه اهمیتی دارد؟

پاسخ: باعث استفاده از تجربه دیگران و کاهش اشتباه می‌شود.

۶. سه ویژگی یک دوست خوب را بنویسید.

پاسخ: راستگو، امانت‌دار و مهربان.

۷. چرا باید در انتخاب دوست دقت کنیم؟

پاسخ: زیرا دوستان بر رفتار و آینده ما تأثیر می‌گذارند.

۸. مسئولیت پذیری را تعریف کنید.

پاسخ: انجام وظایف و پذیرفتن نتیجه کارهای خود.

۹. یک نمونه از مسئولیت پذیری در مدرسه بنویسید.

پاسخ: انجام به موقع تکالیف.

۱۰. خودشناسی چیست؟

پاسخ: شناخت توانایی‌ها، ضعف‌ها و ویژگی‌های خود.

۱۱. استعداد چیست؟

پاسخ: توانایی ویژه‌ای که با تمرین رشد می‌کند.

۱۲. اعتماد به نفس را تعریف کنید.

پاسخ: باور داشتن به توانایی‌های خود.

۱۳. مهارت «نه گفتن» چیست؟

پاسخ: رد محترمانه درخواست‌های نادرست.

۱۴. همدلی را تعریف کنید.

پاسخ: درک احساسات و شرایط دیگران.

۱۵. گفت‌وگوی مؤثر چیست؟

پاسخ: گفت‌وگویی همراه با احترام، گوش دادن و بیان مناسب نظرها.

۱۶. دو ویژگی یک شنونده خوب را بنویسید.

۱۷. جرات‌ورزی چیست؟

پاسخ: بیان محترمانه و قاطع نظر و خواسته‌های خود.

۱۸. مدیریت زمان را تعریف کنید.

پاسخ: استفاده درست از زمان برای انجام کارهای مهم.

۱۹. دو فایده برنامه‌ریزی را بنویسید.

پاسخ: صرفه‌جویی در زمان و رسیدن به اهداف.

۲۰. هدف‌گذاری چیست؟

پاسخ: مشخص کردن هدف و تلاش برای رسیدن به آن.

۲۱. مهارت حل مسئله را تعریف کنید.

پاسخ: توانایی پیدا کردن بهترین راه‌حل برای مشکلات.

۲۲. اولین مرحله حل مسئله چیست؟

پاسخ: شناخت دقیق مسئله.

۲۳. چرا نباید عجلانه قضاوت کنیم؟

پاسخ: زیرا ممکن است اطلاعات کافی نداشته باشیم و دچار اشتباه شویم.

۲۴. همکاری با دیگران چه فایده‌ای دارد؟

پاسخ: باعث انجام بهتر کارها و افزایش صمیمیت می‌شود.

۲۵. کار گروهی را تعریف کنید.

۲۶. دو ویژگی یک عضو خوب در کار گروهی را بنویسید.

پاسخ: مسئولیت‌پذیری و احترام به نظر دیگران.

۲۷. حقوق شهروندی را تعریف کنید.

پاسخ: حقوقی که همه افراد در جامعه دارند و باید رعایت شود.

۲۸. دو نمونه از حقوق شهروندی را بنویسید.

پاسخ: رعایت قانون و احترام به حقوق دیگران.

۲۹. مشارکت اجتماعی یعنی چه؟

پاسخ: همکاری در فعالیتهای مفید برای جامعه.

۳۰. چرا حفظ اموال عمومی اهمیت دارد؟

پاسخ: زیرا متعلق به همه مردم است و باید از آن محافظت شود.

۳۱. مصرف درست را تعریف کنید.

پاسخ: استفاده صحیح و به‌اندازه از امکانات و نعمت‌ها.

۳۲. اسراف چیست؟

پاسخ: مصرف بیش از نیاز و هدر دادن نعمت‌ها.

۳۳. دو راه حفظ محیط زیست را بنویسید.

پاسخ: صرفه‌جویی در آب و تفکیک زباله.

۳۴. چرا صرفه‌جویی در مصرف آب و انرژی ضروری است؟

پاسخ: برای حفظ منابع طبیعی و جلوگیری از هدررفت آن‌ها.

۳۵. فرهنگ استفاده از فضای مجازی چیست؟

پاسخ: استفاده آگاهانه، مسئولانه و اخلاقی از فضای مجازی.

۳۶. دو نکته مهم هنگام استفاده از فضای مجازی را بنویسید.

پاسخ: حفظ حریم خصوصی و بررسی صحت اطلاعات.

۳۷. حریم خصوصی را تعریف کنید.

پاسخ: اطلاعات و مسائل شخصی هر فرد که دیگران باید به آن احترام بگذارند.

۳۸. خودکنترلی چیست؟

پاسخ: توانایی کنترل احساسات و رفتارهای خود.

۳۹. چگونه می‌توان اعتماد دیگران را جلب کرد؟

پاسخ: با راستگویی، مسئولیت‌پذیری، خوش‌قولی و عمل به وعده‌ها.

۴۰. مهم‌ترین هدف درس تفکر و سبک زندگی چیست؟

پاسخ: تقویت مهارت‌های زندگی، تصمیم‌گیری درست، حل مسئله و داشتن ارتباط مؤثر با دیگران.