



اداره کل آموزش و پرورش استان البر
مدیریت آموزش و پرورش ناحیه ۱ کرج
دبیرستان غیردولتی پسرانه غیاثیه (دوره اول)

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

سوالات چهارگزینه‌ای تفکر و سبک زندگی هشتم (از کل کتاب) با پاسخ

۱. تفکر کردن یعنی چه؟

الف) حفظ کردن مطالب

ب) اندیشیدن و بررسی موضوعات ✓

ج) تقلید از دیگران

د) انجام کارهای تکراری

۲. هدف اصلی درس تفکر و سبک زندگی چیست؟

الف) افزایش محفوظات

ب) تقویت مهارت‌های زندگی ✓

ج) سرگرمی

د) رقابت با دیگران

۳. خودآگاهی به چه معناست؟

الف) شناخت ویژگی‌های خود ✓

ب) شناخت دوستان

ج) شناخت محیط

د) شناخت قوانین

۴. شناخت نقاط قوت و ضعف باعث چه می‌شود؟

الف) کاهش تلاش

ب) رشد و پیشرفت فرد ✓

ج) بی‌اعتمادی

د) وابستگی

۵. کدام مورد از مهارت‌های زندگی است؟

الف) تصمیم‌گیری ✓

ب) تنبلی

ج) بی‌نظمی

د) تقلید

۶. تصمیم‌گیری درست نیازمند چیست؟

الف) عجله

ب) بررسی راه‌حل‌ها ✓

ج) حدس زدن

د) تقلید از دیگران

۷. اولین مرحله حل مسئله چیست؟

الف) انتخاب راه‌حل

ب) شناخت مشکل ✓

ج) اجرای تصمیم

د) بررسی نتیجه

۸. تفکر نقادانه یعنی:

الف) مخالفت با همه

ب) بررسی و ارزیابی منطقی اطلاعات ✓

ج) قبول همه حرف‌ها

د) حفظ کردن مطالب

۹. خلاقیت یعنی:

الف) یافتن راه‌های جدید و نوآورانه ✓

ب) تکرار دیگران

ج) بی تفاوتی

د) انجام کار بدون فکر

۱۰. یکی از موانع خلاقیت چیست؟

الف) کنجکاوی

ب) ترس از شکست ✓

ج) مطالعه

د) تلاش

۱۱. ارتباط مؤثر شامل کدام است؟

الف) بی احترامی

ب) گوش دادن فعال ✓

ج) قضاوت سریع

د) قطع کردن صحبت دیگران

۱۲. همدلی یعنی:

الف) درک احساس دیگران ✓

ب) قبول همه رفتارها

ج) نصیحت کردن دائم

د) بی تفاوت بودن

۱۳. جرئت‌ورزی یعنی:

الف) پرخاشگری

ب) بیان محترمانه خواسته‌ها ✓

ج) سکوت همیشگی

د) ترس از دیگران

۱۴. تفاوت جرئت‌ورزی و پرخاشگری چیست؟

الف) هر دو یکی هستند

ب) جرئت‌ورزی همراه احترام است ✓

ج) پرخاشگری بهتر است

د) هیچ تفاوتی ندارند

۱۵. مدیریت خشم یعنی:

الف) پنهان کردن احساسات

ب) کنترل مناسب خشم ✓

ج) دعوا کردن

د) بی توجهی

۱۶. هنگام عصبانیت بهتر است:

الف) تصمیم فوری بگیریم

ب) آرام شویم و فکر کنیم ✓

ج) دیگران را سرزنش کنیم

د) فریاد بزنیم

۱۷. اعتماد به نفس یعنی:

الف) خود بر تربینی

ب) باور به توانایی‌های خود ✓

ج) بی‌نیازی از دیگران

د) غرور

۱۸. عزت نفس به چه معناست؟

الف) ارزشمند دانستن خود ✓

ب) مقایسه دائمی با دیگران

ج) خودخواهی

د) بی تفاوتی

۱۹. هدف مناسب باید:

الف) مبهم باشد

ب) مشخص و قابل دستیابی باشد ✓

ج) غیرممکن باشد

د) بدون زمان باشد

۲۰. مدیریت زمان یعنی:

الف) استفاده درست از وقت ✓

ب) حذف استراحت

ج) عجله کردن

د) انجام ندادن کارها

۲۱. کدام مورد باعث اتلاف وقت می شود؟

الف) برنامه ریزی

ب) بی نظمی ✓

ج) مطالعه

د) ورزش

۲۲. مسئولیت پذیری یعنی:

الف) پذیرفتن وظایف و نتایج کارها ✓

ب) فرار از مشکلات

ج) مقصر دانستن دیگران

د) بی خیالی

۲۳. قانون پذیری باعث:

الف) هرج و مرج

ب) نظم اجتماعی ✓

ج) اختلاف

د) بی اعتمادی

۲۴. ارزش های اخلاقی شامل:

الف) دروغ گویی

ب) راست گویی ✓

ج) بی احترامی

د) حسادت

۲۵. دوست خوب چه ویژگی دارد؟

الف) وفاداری و صداقت ✓

ب) حسادت

ج) دروغ گویی

د) تمسخر

۲۶. نه گفتن در برابر کار نادرست:

الف) ضعف است

ب) یک مهارت مهم است ✓

ج) بی ادبی است

د) ترس است

۲۷. فضای مجازی چه کاربرد مثبتی دارد؟

الف) آموزش و ارتباط ✓

ب) شایعه سازی

ج) اتلاف وقت

د) آسیب رساندن

۲۸. یکی از خطرهای فضای مجازی چیست؟

الف) یادگیری

ب) نقض حریم خصوصی ✓

ج) ارتباط

د) تحقیق

۲۹. حریم خصوصی یعنی:

الف) اطلاعات شخصی افراد ✓

ب) اطلاعات عمومی

ج) اخبار جامعه

د) کتابها

۳۰. برای امنیت در فضای مجازی باید:

الف) رمز خود را به دیگران بدهیم

ب) از رمز قوی استفاده کنیم ✓

ج) اطلاعات شخصی منتشر کنیم

د) قوانین را رعایت نکنیم

۳۱. سبک زندگی سالم شامل:

الف) خواب کافی و تغذیه مناسب ✓

ب) بی تحرکی

ج) کم خوابی

د) تغذیه ناسالم

۳۲. ورزش چه تأثیری دارد؟

الف) افزایش سلامت جسم و روان ✓

ب) کاهش انرژی

ج) بیماری

د) ضعف

۳۳. محیط زیست شامل:

الف) فقط حیوانات

ب) محیط زندگی انسان و موجودات دیگر ✓

ج) فقط گیاهان

د) فقط شهرها

۳۴. حفظ محیط زیست نیازمند:

الف) همکاری همه افراد ✓

ب) بی توجهی

ج) مصرف بیشتر

د) اسراف

۳۵. تفکیک زباله نمونه‌ای از:

الف) مسئولیت پذیری اجتماعی ✓

ب) بی نظمی

ج) اسراف

د) بی تفاوتی

۳۶. کار گروهی باعث:

الف) افزایش همکاری ✓

ب) کاهش توانایی

ج) تنهایی

د) اختلاف

۳۷. احترام به تفاوت‌های فردی باعث:

الف) پذیرش دیگران ✓

ب) دشمنی

ج) بی اعتمادی

د) اختلاف

۳۸. انتقاد سازنده باید:

الف) همراه توهین باشد

ب) محترمانه و منطقی باشد ✓

ج) باعث ناراحتی شود

د) بدون دلیل باشد

۳۹. تصمیم‌های عجولانه معمولاً:

الف) بهتر هستند

ب) ممکن است اشتباه باشند ✓

ج) همیشه درست‌اند

د) بدون نتیجه‌اند

۴۰. پشتکار یعنی:

الف) ادامه تلاش برای رسیدن به هدف ✓

ب) رها کردن کار

ج) ناامیدی

د) تنبلی

۴۱. انسان موفق معمولاً:

الف) هدف دارد و تلاش می‌کند ✓

ب) برنامه ندارد

ج) زود تسلیم می‌شود

د) از تجربه استفاده نمی‌کند

۴۲. تجربه دیگران می‌تواند:

الف) به تصمیم‌گیری کمک کند ✓

ب) همیشه بی‌فایده باشد

ج) مانع رشد شود

د) باعث شکست شود

۴۳. مشورت کردن باعث:

الف) استفاده از نظر دیگران ✓

ب) ضعف شخصیت

ج) بی‌تصمیمی

د) شکست

۴۴. مسئولیت اجتماعی یعنی:

الف) توجه به جامعه و دیگران ✓

ب) فقط فکر خود بودن

ج) بی‌تفاوتی

د) فرار از وظایف

۴۵. بهترین راه حل اختلاف چیست؟

الف) گفت‌وگو ✓

ب) دعوا

ج) قهر

د) توهین

۴۶. احساسات انسان باید:

الف) به شکل مناسب مدیریت شوند ✓

ب) همیشه پنهان شوند

ج) باعث آسیب شوند

د) نادیده گرفته شوند

۴۷. یادگیری مهارت‌های زندگی نیازمند:

الف) تمرین و تجربه ✓

ب) بی‌توجهی

ج) حفظ کردن

د) تقلید

۴۸. انتخاب دوست مناسب باعث:

الف) رشد فردی ✓

ب) شکست

ج) کاهش اعتماد به نفس

د) بی‌نظمی

۴۹. صداقت باعث ایجاد:

الف) اعتماد ✓

ب) اختلاف

ج) ترس

د) دشمنی

۵۰. احترام گذاشتن به دیگران نشانه:

الف) شخصیت مناسب ✓

ب) ضعف

ج) ناتوانی

د) ترس

۵۱. انسان باید قبل از عمل:

الف) فکر کند ✓

ب) عجله کند

ج) تقلید کند

د) بی توجه باشد

۵۲. برنامه ریزی باعث:

الف) موفقیت بیشتر ✓

ب) شکست

ج) بی نظمی

د) نگرانی

۵۳. شناخت احساسات خود مربوط به:

الف) خود آگاهی ✓

ب) قانون

ج) محیط زیست

د) ارتباط اجتماعی

۵۴. همکاری و مشارکت باعث:

الف) پیشرفت جامعه ✓

ب) عقب ماندگی

ج) اختلاف

د) تنهایی

۵۵. فرد مسئولیت پذیر:

الف) اشتباه خود را می پذیرد ✓

ب) دیگران را مقصر می کند

ج) فرار می کند

د) بی تفاوت است

۵۶. بهترین تصمیمها معمولاً بر اساس:

الف) اطلاعات و فکر کردن ✓

ب) عجله

ج) حدس

د) فشار دیگران

۵۷. احترام به قوانین نشانه:

الف) شهروند خوب بودن ✓

ب) ضعف

ج) ترس

د) ناتوانی

۵۸. کنترل احساسات باعث:

الف) رفتار بهتر ✓

ب) مشکلات بیشتر

ج) اختلاف

د) شکست

۵۹. هدف درس تفکر، پرورش:

الف) قدرت فکر کردن و انتخاب درست ✓

ب) حفظ کردن بیشتر

ج) رقابت ناسالم

د) تقلید

۶۰. سبک زندگی مناسب یعنی:

الف) انتخاب رفتارهای سالم و درست ✓

ب) بی‌برنامگی

ج) بی‌مسئولیتی

د) تقلید از دیگران