



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

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

سوالات تستی تفکر و سبک زندگی هشتم (نوبت دوم) همراه با پاسخ

۱. خودآگاهی یعنی: الف) شناخت دیگران

ب) شناخت خود ✓

ج) تقلید از دیگران

د) رقابت با دیگران

۲. همدلی یعنی: الف) نادیده گرفتن دیگران

ب) درک احساسات دیگران ✓

ج) نصیحت کردن

د) قضاوت دیگران

۳. ارتباط مؤثر بر پایه کدام مورد است؟ الف) بی احترامی

ب) گوش دادن فعال ✓

ج) فریاد زدن

د) سکوت همیشگی

۴. جرئت‌ورزی یعنی: الف) پر خاشگری

ب) بیان محترمانه خواسته‌ها ✓

ج) ترسیدن

د) تسلیم شدن

۵. اولین مرحله حل مسئله چیست؟ الف) انتخاب راه حل

ب) شناخت مسئله ✓

ج) اجرا

د) ارزیابی

۶. تفکر نقادانه یعنی: الف) قبول هر حرفی

ب) بررسی منطقی اطلاعات ✓

ج) مخالفت با همه

د) حفظ کردن مطالب

۷. مدیریت هیجان یعنی: الف) سرکوب احساسات

ب) کنترل مناسب احساسات ✓

ج) بی تفاوتی

د) عصبانیت

۸. مسئولیت پذیری یعنی: الف) فرار از وظایف

ب) انجام درست وظایف ✓

ج) مقصر دانستن دیگران

د) بی تفاوتی

۹. قانون برای چیست؟ الف) ایجاد نظم ✓ ب) محدود کردن همه ج) سختی زندگی د) بی نظمی

۱۰. مشارکت اجتماعی یعنی: الف) همکاری با دیگران ✓ ب) تنهایی ج) رقابت ناسالم د) بی تفاوتی

۱۱. مهم ترین سرمایه هر انسان چیست؟ الف) پول ب) سلامتی ✓ ج) لباس د) تلفن همراه

۱۲. خواب کافی باعث... الف) خستگی ب) افزایش تمرکز ✓ ج) بی‌حوصلگی د) کاهش یادگیری

۱۳. ورزش باعث... الف) ضعف بدن ب) سلامتی جسم و روان ✓ ج) بیماری د) خستگی دائمی

۱۴. تغذیه سالم یعنی مصرف... الف) فست‌فود زیاد ب) غذاهای متنوع و سالم ✓ ج) نوشابه د) تنقلات

۱۵. فضای مجازی چه مزیتی دارد؟ الف) آموزش و یادگیری ✓ ب) اتلاف وقت ج) شایعه‌سازی د) اعتیاد

۱۶. انتشار اطلاعات شخصی در فضای مجازی... الف) همیشه درست است ب) خطرناک است ✓ ج) ضروری است د) بی‌اهمیت است

۱۷. حریم خصوصی یعنی... الف) اطلاعات شخصی افراد ✓ ب) وسایل مدرسه ج) کتابخانه د) خیابان

۱۸. هدف‌گذاری باعث... الف) سردرگمی ب) موفقیت بیشتر ✓ ج) شکست د) اتلاف وقت

۱۹. مدیریت زمان یعنی... الف) برنامه‌ریزی مناسب ✓ ب) تنبلی ج) بی‌نظمی د) تأخیر

۲۰. اتلاف وقت بیشتر با... الف) برنامه‌ریزی ب) استفاده بی‌رویه از موبایل ✓ ج) مطالعه د) ورزش

۲۱. اعتماد به نفس یعنی... الف) باور به توانایی خود ✓ ب) غرور ج) ترس د) ناامیدی

۲۲. دوست خوب دارای ویژگی... الف) صداقت ✓ ب) دروغ‌گویی ج) حسادت د) بی‌احترامی

۲۳. هنگام عصبانیت بهتر است... الف) فریاد بزنیم ب) آرام شویم ✓ ج) دعوا کنیم د) وسایل را بشکنیم

۲۴. احترام به دیگران موجب... الف) اختلاف ب) دوستی ✓ ج) دشمنی د) بی‌اعتمادی

۲۵. یکی از ارزش‌های اخلاقی... الف) دروغ ب) امانتداری ✓ ج) تمسخر د) خودخواهی

۲۶. همکاری گروهی باعث... الف) موفقیت بیشتر ✓ ب) شکست ج) اختلاف د) تنهایی

۲۷. نه گفتن در برابر درخواست نادرست... الف) اشتباه است ب) یک مهارت مهم است ✓ ج) بی‌ادبی است د) ترس است

۲۸. بهترین روش تصمیم‌گیری... الف) عجله ب) بررسی پیامدها ✓ ج) تقلید د) حدس

۲۹. حفظ محیط زیست وظیفه... الف) دولت ب) همه افراد ✓ ج) دانش‌آموزان د) کشاورزان

۳۰. صرفه‌جویی در آب نمونه... الف) مسئولیت اجتماعی ✓ ب) بی‌تفاوتی ج) اسراف د) تفریح

۳۱. تفکر قبل از عمل باعث تصمیم‌های... الف) بهتر ✓ ب) بدتر ج) اشتباه د) بی‌نتیجه

۳۲. بهترین راه یادگیری مهارت‌های زندگی... الف) تمرین ✓ ب) حفظ کردن ج) بی‌توجهی د) تقلید

۳۳. انتقاد سازنده باید... الف) محترمانه باشد ✓ ب) همراه توهین باشد ج) مخفی باشد د) بی‌دلیل باشد

۳۴. احترام به قانون موجب... الف) نظم اجتماعی ✓ ب) بی‌نظمی ج) هرج‌ومرج د) اختلاف

۳۵. یکی از عوامل موفقیت... الف) پشتکار ✓ ب) تنبلی ج) ناامیدی د) بی‌برنامگی

۳۶. تصمیم درست معمولاً بر اساس... الف) احساس لحظه‌ای ب) فکر و بررسی ✓ ج) شانس د) تقلید

۳۷. مسئولیت‌پذیر بودن باعث... الف) اعتماد دیگران ✓ ب) بی‌اعتمادی ج) شکست د) اختلاف

۳۸. هنگام اختلاف نظر باید... الف) گفت و گو کنیم ✓ ب) دعوا کنیم ج) قهر کنیم د) توهین کنیم

۳۹. دوستی سالم بر پایه... الف) اعتماد ✓ ب) دروغ ج) اجبار د) حسادت

۴۰. استفاده بیش از حد از فضای مجازی... الف) مفید است ب) آسیب‌زاست ✓ ج) ضروری است د) بی‌اثر است

۴۱. مهم‌ترین عامل موفقیت، تلاش است. الف) درست ✓ ب) نادرست

۴۲. همدلی باعث تقویت روابط می‌شود. الف) درست ✓ ب) نادرست

۴۳. رعایت قانون ضروری است. الف) درست ✓ ب) نادرست

۴۴. جرئت‌ورزی همان پرخاشگری است. الف) درست ب) نادرست ✓

۴۵. مدیریت زمان به موفقیت کمک می‌کند. الف) درست ✓ ب) نادرست

۴۶. صداقت باعث اعتماد می‌شود. الف) درست ✓ ب) نادرست

۴۷. تفکر نقادانه یعنی پذیرش هر مطلبی. الف) درست ب) نادرست ✓

۴۸. خواب کافی برای سلامتی مفید است. الف) درست ✓ ب) نادرست

۴۹. هدف‌گذاری انگیزه ایجاد می‌کند. الف) درست ✓ ب) نادرست

۵۰. حفظ محیط زیست وظیفه همه است. الف) درست ✓ ب) نادرست

۵۱. استفاده از رمز قوی امنیت را افزایش می‌دهد. الف) درست ✓ ب) نادرست

۵۲. همکاری گروهی نتیجه کار را بهتر می‌کند. الف) درست ✓ ب) نادرست

۵۳. برنامه‌ریزی باعث کاهش اتلاف وقت می‌شود. الف) درست ✓ ب) نادرست

۵۴. اعتماد به نفس با تلاش افزایش می‌یابد. الف) درست ✓ ب) نادرست

۵۵. احترام به تفاوت‌ها ضروری است. الف) درست ✓ ب) نادرست

۵۶. مسئولیت‌پذیری یعنی فرار از وظایف. الف) درست ب) نادرست ✓

۵۷. ورزش فقط برای قهرمانان لازم است. الف) درست ب) نادرست ✓

۵۸. دوستی واقعی بر پایه احترام است. الف) درست ✓ ب) نادرست

۵۹. در تصمیم‌گیری نباید عجله کرد. الف) درست ✓ ب) نادرست

۶۰. مهم‌ترین هدف درس تفکر و سبک زندگی، تقویت مهارت‌های زندگی است. الف) درست ✓ ب) نادرست