

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: جامعه شناسی اوقات فراغت

www.PnuNews.com

www.PnuNews.net

رشته تحصیلی/کد درس: علوم اجتماعی (برنامه ریزی اجتماعی تعاون و رفاه) ۱۲۲۲۱۵

۱- کدام گزینه در ارتباط با اهمیت اوقات فراغت در عصر حاضر صحیح نمی باشد؟

۱. امروزه اوقات فراغت از نظر کمی از کار پیشی گرفته است
  ۲. فعالیت های اوقات فراغت باید برای شخص و جامعه مفید باشد
  ۳. اوقات فراغت زمان بیهوده و بدون حس مسئولیت در زندگی فرد است
  ۴. اوقات فراغت امروزه به پدیده ای اصلی در زندگی انسان تبدیل شده است
- ۲- کدام مورد در ارتباط با جنبه های مثبت و منفی تعریف اوقات فراغت صحیح است؟
۱. در جنبه های منفی، محتوا و عملکرد اوقات فراغت مطرح است
  ۲. در جنبه های مثبت زمان خارج از زمان کار را اوقات فراغت مینامند
  ۳. در تعریف های منفی اوقات فراغت باقی مانده زمان کار است
  ۴. در تعریف های مثبت بر کمیت اوقات فراغت تاکید می شود

۳- در نظریه هایی که رابطه کار و اوقات فراغت را نشان میدهد کدام نظریه بیان میکند که بین کار و اوقات فراغت به جز ارتباط زمانی رابطه دیگری وجود ندارد؟

۱. نظریه استقلال
  ۲. نظریه انرژی اضافی
  ۳. نظریه استراحت
  ۴. نظریه تخلیه هیجان ها
- ۴- از نظر اسلام مومن بهترین زمان فراغت را چه زمانی می دانند؟
۱. زمان استراحت
  ۲. زمان عبادت
  ۳. زمان تفریح و بازی
  ۴. زمان علم آموزی

۵- ساعات شبانه روز انسان به چند قسمت تقسیم می شود؟

۱. وقت کار- اوقات فراغت- وقت آزاد
۲. وقت کار- وقت استراحت- وقت آزاد
۳. وقت کار - وقت تفکر - وقت عبادت
۴. وقت کار- وقت تامین نیاز های فیزیولوژیک- وقت آزاد

۶- یونانیان باستان کدام مورد را شرط اولیه و لازمه زندگی سعادت مند می دانستند؟

۱. داشتن اوقات فراغت و تفریح
۲. کسب ثروت
۳. کسب علم
۴. رسیدن به مقام های حکومتی

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: جامعه شناسی اوقات فراغت

www.PnuNews.com

www.PnuNews.net

رشته تحصیلی/کد درس: علوم اجتماعی (برنامه ریزی اجتماعی تعاون و رفاه) ۱۲۲۲۱۵

۷- مهمترین رویدادی که در سال ۱۹۱۸ سبب شد زمان فراغت در جوامع غربی برای کارگران و کارمندان افزایش یابد چیست؟

۰۱. وضع قانون دورکاری

۰۲. وضع قانون چهل ساعت کار هفتگی

۰۳. شکل گیری تعطیلات ماهانه

۰۴. تشکیل اتحادیه های کارگری

۸- یافته های محققان نشان میدهد زمان مصرف شده در تفریحات فعال فراغتی و سرگرمی های اجتماعی از چه سنی به بعد کاهش می یابد؟

۰۱. مرز ۳۰ سالگی

۰۲. مرز ۴۴ سالگی

۰۳. مرز ۵۵ سالگی

۰۴. مرز ۶۵ سالگی

۹- کدامیک از موارد زیر بیشترین زمان را در گذران اوقات فراغت مردم کشور ها به خود اختصاص می دهد؟

۰۱. مطالعه

۰۲. ورزش

۰۳. تماشای تلویزیون

۰۴. شرکت در کلاس های هنری

۱۰- مسافرت های کوتاه مدت و انجام چند بار مسافرت به جای مسافرت های طولانی مربوط به گذران اوقات فراغت کدام کشور است؟

۰۱. ژاپن

۰۲. اتریش

۰۳. انگلستان

۰۴. چین

۱۱- اولین خانه فرهنگ محله در سال ۱۳۷۲ توسط شهر داری در کدام شهر تاسیس شد؟

۰۱. تهران

۰۲. مشهد

۰۳. تبریز

۰۴. یزد

۱۲- کدام مورد از اهداف ورزش های تفریحی برای فرد نمی باشد؟

۰۱. انبساط خاطر

۰۲. ارتباط بادیگران

۰۳. کسب درآمد

۰۴. استراحت

۱۳- کدام ویژگی از ویژگی های بازی های تفریحی در اوقات فراغت نمی باشد؟

۰۱. غیر جدی بودن

۰۲. عدم قطعیت و غیر قابل پیش بینی بودن

۰۳. انجام آزادانه

۰۴. عدم محدودیت زمانی و مکانی

۱۴- نتیجه این نوع از بازی ها از راه به کار گیری مهارت ، هوش و ذکاوت و تصمیم گیری صحیح و به موقع به ویژه در مواقع حساس تعیین می شود؟

۰۱. بازی های شانسی

۰۲. بازی های تقلیدی

۰۳. بازی های دورانی

۰۴. بازی های رقابتی



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: جامعه شناسی اوقات فراغت

www.PnuNews.com

www.PnuNews.net

رشته تحصیلی/کد درس: علوم اجتماعی (برنامه ریزی اجتماعی تعاون و رفاه) ۱۲۲۲۱۵

۱۵- کدام عامل از چالش های گردشگری محسوب نمی شود؟

۱. جهانی شدن

۲. افزایش استفاده از وسایل نقلیه عمومی

۳. گرمتر شدن کره زمین

۴. پیرتر شدن بعضی از جوامع و جوان تر شدن جوامع دیگر

۱۶- کدام عامل از عوامل اصلی بروز سکته قلبی است؟

۱. زیاد بودن قند خون

۲. اضافه وزن

۳. فشار خون زیاد

۴. تغذیه ناسالم

۱۷- کدام یک از موارد زیر "زهر مویرگ و اعصاب" نام گرفته است؟

۱. کلسترول خون

۲. قند خون

۳. چربی خون

۴. نیگوتین موجود در دخانیات

۱۸- این ضرب المثل که "اگر میخواهی دوستان جدید پیدا کنی به مکان های ورزشی برو" بیان گر کدام نقش ورزش است؟

۱. نقش ورزش در همبستگی اجتماعی و ملی

۲. نقش ورزش در خود شناسی

۳. نقش ورزش در سلامت جسم

۴. نقش ورزش در کنترل عواطف و هیجان

۱۹- مسن ترین کشور ها در آسیا واروپا به ترتیب کدام کشور ها هستند؟

۱. ژاپن - ایتالیا

۲. چین - انگلستان

۳. هند - آلمان

۴. هند - انگلستان

۲۰- کدام یک از فواید ورزش های تفریحی برای سالمندان در درجه اول اهمیت قرار دارد؟

۱. افزایش اعتماد به نفس

۲. جلوگیری از انزوا

۳. برقراری ارتباط با دیگران

۴. فواید فیزیولوژیکی

۲۱- سازمان دهی معلولان باید به گونه ای باشد که معلولان رفته رفته از کمک دیگران بی نیاز شوند و بتوانند به صورت مستقل فعالیت های تفریحی و فراغتی خود را انجام دهند، این امر بیان کننده کدام یک از اصول سازمان دهی اوقات فراغت معلولان است؟

۱. اصل آزادانه بودن

۲. اصل تشویق و ایجاد انگیزه

۳. اصل استقلال عمل

۴. اصل طبیعی بودن

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: جامعه شناسی اوقات فراغت

www.PnuNews.com

www.PnuNews.net

رشته تحصیلی/کد درس: علوم اجتماعی (برنامه ریزی اجتماعی تعاون و رفاه) ۱۲۲۲۱۵

۲۲- کدام عامل در بین بیشتر افرادی دارای اضافه وزن جزو مهمترین علل چاقی نمی باشد؟

۱. تغذیه نامناسب      ۲. اختلالات ژنتیکی      ۳. کم تحرکی      ۴. پر خوری

۲۳- محققان علوم پزشکی چه میزان کاهش وزن در هفته را برای سلامت انسان زیان بار می دانند؟

۱. بین ۵ تا ۶ کیلو کاهش مناسب است      ۲. بین ۴ تا ۵ کیلو کاهش مناسب است  
۳. بین ۳ تا ۴ کیلو کاهش مناسب است      ۴. بیش از ۱ تا ۲ کیلو زیانبار است

۲۴- از نظر فیزیولوژیکی کدام نوع تعرق مفید است و موجب سوخت و ساز چربی می شود؟

۱. تعرق احساسی      ۲. تعرق در اثر نقاهت  
۳. تعرق در اثر فعالیت بدنی      ۴. تعرق گرمایی

۲۵- در ورزش های تفریحی ماده نیروزای غیرمجاز آنابولیکا بیشتر توسط کدام ورزش کاران استفاده می شود؟

۱. بدن سازان      ۲. شناگران      ۳. دوچرخه سواران      ۴. دوندگان

۲۶- کدام مورد باید به عنوان هدف اصلی در جشنواره های ورزشی که توسط ارگان ها، سازمان ها و دانشگاهها برگزار میشود مورد توجه قرار گیرد؟

۱. ایجاد رقابت ورزشی و توزیع جوایز  
۲. پر کردن اوقات فراغت و تشویق کارکنان به ورزش های تفریحی  
۳. قهرمان پروری  
۴. کشف استعداد های ورزشی کارکنان

۲۷- اکو کاردیو گرافی در معاینات پزشکی کدام یک از اندام های بدن کاربرد دارد؟

۱. دستگاه تنفسی بدن      ۲. سیستم مغز و اعصاب  
۳. دستگاه قلبی و عروقی      ۴. کلیه ها و کبد



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: جامعه شناسی اوقات فراغت

www.PnuNews.com

www.PnuNews.net

رشته تحصیلی/کد درس: علوم اجتماعی (برنامه ریزی اجتماعی تعاون و رفاه) ۱۲۲۲۱۵

۲۸- با توجه به اینکه سلیقه ها و گرایش های افراد در گذران اوقات فراغت و انجام ورزش های تفریحی متفاوت است مدیریت در این بخش باید چگونه باشد؟

۱. مدیریت باید بیشتر مشارکت گرا باشد

۲. مدیریت باید به صورت انفرادی انجام شود

۳. مدیریت سنتی کارآمد تر است

۴. مدیریت نیازی به تخصص های ویژه در این بخش ندارد

۲۹- در مدیریت اوقات فراغت ، تفریحات سالم و ورزش های تفریحی کدام سیستم کنترل اهمیت بیشتری دارد؟

۱. کنترل اداری      ۲. کنترل فرهنگی      ۳. کنترل اقتصادی      ۴. کنترل مالی

۳۰- نیاز به مشارکت های مردمی برای تامین منابع مالی در کدام نوع از گذران اوقات فراغت بیشتر احساس می شود؟

۱. ورزش های قهرمانی      ۲. تماشای تلویزیون      ۳. مسافرت      ۴. ورزش های تفریحی