



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: اصول و فلسفه تربیت بدنی، اصول و مبانی تربیت بدنی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مردان)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (تربیت بدنی و علوم ورزشی)

ورزشی گرایش عمومی ۱۲۱۵۰۲۱ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۶۱

۱- از نظر کدام یک از دانشمندان زیر ورزشکار بی علم خطرناک و عالم غیرورزشکار علیل و نحیف می شود؟

- ۰۱ افلاطون
- ۰۲ سقراط
- ۰۳ ملکاستر
- ۰۴ سر توماس الیوت

۲- قدرت تحمل، مولفه کدام یک از سطوح حرکات بدنی است؟

- ۰۱ توانایی های جسمانی
- ۰۲ توانایی های ادراکی حرکتی
- ۰۳ حرکات مهارتی
- ۰۴ توانایی های روانی

۳- تقسیم بندی ورزش ها به هوازی و بی هوازی برحسب کدامیک از موارد زیر صورت می گیرد؟

- ۰۱ چگونگی رابطه در روند فعالیت ورزشی
- ۰۲ زمان و منابع انرژی
- ۰۳ واکنش های رفتاری و عوامل موثر بر آن
- ۰۴ ابزار مورد استفاده در ورزش

۴- معیار بازی از نظر راغب اصفهانی چیست؟

- ۰۱ وهمی و خیالی بودن
- ۰۲ برانگیختگی
- ۰۳ انتخابی بودن
- ۰۴ نداشتن هدف صحیح

۵- نخستین مشخصه اساسی بازی کدام است؟

- ۰۱ لذت بخش بودن
- ۰۲ آزادانه بودن
- ۰۳ خیالی بودن
- ۰۴ برانگیختگی ذاتی

۶- کدام یک از علوم زیر هدف و جهت زندگی انسان را تبیین می کند؟

- ۰۱ علوم تجربی
- ۰۲ علوم کلی
- ۰۳ علوم سفلی
- ۰۴ علوم وسطی

۷- در طبقه بندی علوم توسط ابو علی سینا، علم طبیعی جزء کدام گزینه زیر می باشد؟

- ۰۱ حکمت نظری
- ۰۲ حکمت عملی
- ۰۳ علوم جهانی
- ۰۴ علوم عقلی

۸- کدام گزینه زیر رابطه بین ایده ها و احساسات است و به عنوان هنر خلاق می باشد؟

- ۰۱ تفریحات سالم
- ۰۲ تندرستی
- ۰۳ بهداشت
- ۰۴ حرکات موزون

۹- اولین کسی که بطور مشخص به عنوان یک رئالیست شناخته شده است، کیست؟

- ۰۱ بقراط
- ۰۲ سقراط
- ۰۳ ارسطو
- ۰۴ ماکس

۱۰- کدامیک از قلمروهای تعلیم و تربیت بر تکامل علایق، عقاید، آرمان ها، رفتارها و ارزش ها متمرکز است؟

- ۰۱ حوزه عاطفی
- ۰۲ حوزه شناختی
- ۰۳ حوزه روانی
- ۰۴ حوزه حرکتی



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: اصول و فلسفه تربیت بدنی، اصول و مبانی تربیت بدنی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مردان)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (تربیت بدنی و علوم ورزشی)

ورزشی گرایش عمومی ۱۲۱۵۰۲۱ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۶۱

۱۱- پایه و اساس بلوغ و تکامل فرد در قلمرو احساسی و عاطفی کدام است؟

- ۰۱. فعالیتهای سازمان یافته در مدارس
- ۰۲. تجارب غنی اجتماعی
- ۰۳. توسعه و تکامل آمادگی جسمانی
- ۰۴. سیستم ارزشی و فلسفه ای

۱۲- کدام گزینه زیراساس و مبنای بهینه سازی عملکردهای جسمانی قشر جوان در طول دوران رشد و تکامل می باشد؟

- ۰۱. بازیهای فردی و گروهی
- ۰۲. فعالیتهای سازمان یافته در مدارس
- ۰۳. آشنایی با ساختار و عملکرد بدن در طول رشد
- ۰۴. تغذیه مناسب و تمرین مورد نیاز و کافی

۱۳- این جمله ((تربیت بدنی و ورزش به مصرف معقول و استفاده مطلوب از خدمات و تسهیلات کمک می کند)) جزء کدام گزینه می باشد؟

- ۰۱. حوزه شناختی
- ۰۲. حوزه روانی حرکتی
- ۰۳. حوزه عاطفی
- ۰۴. حوزه اخلاقی

۱۴- ابزاری محوری که بوسیله آن رشد اجتماعی کلامی و شناختی توسعه داده می شود،؟

- ۰۱. ورزش
- ۰۲. تفریحات سالم
- ۰۳. بازی
- ۰۴. برنامه های آمادگی جسمانی

۱۵- کدام گزینه ذیل جزء اثرات ساختاری فعالیت های جسمانی می باشد؟

- ۰۱. فعالیتهای حرکتی موجب تقویت دستگاه عصبی می شود.
- ۰۲. فعالیتهای حرکتی موجب افزایش قدرت دفاعی بدن می شود.
- ۰۳. کودکانی که در ورزش های رقابتی شرکت می کنند به ندرت مشکل چاقی دارند.
- ۰۴. تمرینات ورزشی موجب افزایش حجم قدرت عضلات می شود.

۱۶- حرکات آکروباتیک جز کدام یک از گزینه های ذیل می باشد؟

- ۰۱. مهارت تطبیقی پیچیده
- ۰۲. مهارت تطبیقی مرکب
- ۰۳. مهارت تطبیقی
- ۰۴. مهارت غیر تطبیقی

۱۷- بندورا کدامیک از موارد زیر را برای تغییر رفتار به عنوان نخستین عامل و بسیار ضروری توصیف نموده است؟

- ۰۱. خود انگاره
- ۰۲. خود سود مندی
- ۰۳. عزت نفس
- ۰۴. اعتماد به نفس



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

www.PnuNews.com

عنوان درس: اصول و فلسفه تربیت بدنی، اصول و مبانی تربیت بدنی

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مردان)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (تربیت بدنی و علوم ورزشی)

ورزشی گرایش عمومی ۱۲۱۵۰۲۱ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۶۱

۱۸- فعالیت های بدنی به چه طریق از انجام اعمال خلاف قانون فرد جلوگیری می کند؟

- ۰۱. پر کردن اوقات فراغت
- ۰۲. افزایش قدرت بدنی
- ۰۳. تقویت روحیه مبارزه
- ۰۴. افزایش تجربه

۱۹- کدام یک از مکاتب هدف از زندگی را رسیدن به جامعه ای می داند که در آن مردم به اندازه استعداد خود کار می کنند و به اندازه نیاز خود از اجتماع برداشت می کنند؟

- ۰۱. مارکسیسم
- ۰۲. اگزیستانسیالیسم
- ۰۳. ایده الیسم
- ۰۴. رئالیسم

۲۰- کدام یک از گزینه های ذیل موجب گسترش تربیت بدنی در میان طبقات مختلف اجتماع شده است؟

- ۰۱. سود اقتصادی
- ۰۲. افزایش فن آوری و ارتباطات
- ۰۳. مزایای اجتماعی و تربیتی تربیت بدنی
- ۰۴. افزایش مطالعات تخصصی در حوزه تربیت بدنی

۲۱- اساسی ترین بخش منابع تربیت بدنی هر جامعه کدام است؟

- ۰۱. نظام سیاسی
- ۰۲. نظام فرهنگی
- ۰۳. نظام اجتماعی
- ۰۴. نظام عقیدتی

۲۲- هدف نهایی و غایی تربیت بدنی و ورزش کدام گزینه می باشد؟

- ۰۱. توسعه اخلاقی
- ۰۲. توسعه عاطفی
- ۰۳. توسعه شناختی
- ۰۴. توسعه جسمانی

۲۳- در کدام یک از مراحل ذیل، ورزشکار با حداقل هوشیاری و توجه، مهارت را اجرا می کند؟

- ۰۱. مرحله خودکاری
- ۰۲. شناختی - کلامی
- ۰۳. حرکتی
- ۰۴. مرحله توضیحات شفاهی و حرکتی

۲۴- دردوران نوزایش غرب(رنسانس)، بهبود یادگیری و دانش اندوزی از چه طریق یک اعتقاد درونی شد؟

- ۰۱. زهد گرایی
- ۰۲. سلامت جسمانی
- ۰۳. مطالعه و کار
- ۰۴. تجدید ایمان به مقام انسان

۲۵- رابطه روح و بدن در فلسفه، به چه چیزی تعبیر شده است؟

- ۰۱. عالم قدس
- ۰۲. تعلق تدبیری
- ۰۳. عالم امر
- ۰۴. عالم مجرد

۲۶- پایه و اساس جهان بینی، ایدئولوژی و رفتار آدمی کدام است؟

- ۰۱. شناخت
- ۰۲. استدلال
- ۰۳. عقل
- ۰۴. تزکیه نفس



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: اصول و فلسفه تربیت بدنی، اصول و مبانی تربیت بدنی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (مردان)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (تولدی)

ورزشی گرایش عمومی ۱۲۱۵۰۲۱ - تربیت بدنی و علوم ورزشی (ناپیوسته) ۱۲۱۵۱۶۱

۲۷- کدام مکتب ذیل در ارتباط با تفاوت انسان با حیوان، معتقد می باشد که انسان می تواند دریابد که تنها خود او مسئول اعمالش می باشد؟

۰۱. مارکسیسم      ۰۲. ناتورالیسم      ۰۳. سودگرایان      ۰۴. اگزیستانسیالیسم

۲۸- معیار حقیقت یا معرفت صحیح از دیدگاه ایده آلیسم ها کدام است؟

۰۱. تکرار      ۰۲. محبت      ۰۳. آگاهی      ۰۴. انسجام

۲۹- ورزش کشتی با رسوم پهلوانی در چه دوره ای در ایران رایج شد؟

۰۱. قاجاریه      ۰۲. تیموریان      ۰۳. پهلوی      ۰۴. صفویان

۳۰- جمله ((انسان بطور نا آگاهانه تحت کنترل سائقه های غریزی خویش است))، هدف کدامیک از مکاتب زیر می باشد؟

۰۱. فرویدیسم      ۰۲. مارکسیسم      ۰۳. تجربه گرایان      ۰۴. لذت گرایان