



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۱۵۰۳۲  
www.PnuNews.com  
www.PnuNews.net

۱- پرورش کدامیک از موارد زیر، در تعریف تربیت بدنی از دیدگاه لوبوش وجود دارد؟

- ۰۱ عوامل بیولوژیکی و روانی حرکتی
- ۰۲ عوامل محیطی و حرکتی
- ۰۳ عوامل زیستی و محیطی
- ۰۴ عوامل مهارتی و حرکتی

۲- در کلاس های چهارم و پنجم دبستان هدف اختصاصی کدام است؟

- ۰۱ توسعه فنون و مهارت های تکنیکی
- ۰۲ توسعه توانایی ها و مهارت های پایه و بنیادی
- ۰۳ توسعه توانایی ها و بهبود مهارت های ورزشی و آمادگی جسمانی
- ۰۴ توسعه توانایی ها و مهارت های بنیادی پیشرفته و آمادگی جسمانی

۳- در بحث اهداف عمومی تربیت بدنی دوره ابتدایی، کدام یک از موارد زیر ضرورتی ندارد؟

- ۰۱ پرورش روحیه نظم و انضباط
- ۰۲ ایجاد عادات ایمنی
- ۰۳ توسعه و رشد مهارت های شناختی
- ۰۴ تقویت روحیه اجتماعی

۴- مشکل عمده امروز مدارس در اجرای برنامه های تربیت بدنی کدام است؟

- ۰۱ کمبود وسایل ورزشی
- ۰۲ اهمیت ندادن به اهداف تربیت بدنی
- ۰۳ عدم مخالفت والدین در پرداختن به ورزش
- ۰۴ کمبود فضای آموزشی

۵- پیش بینی ها جزء کدامیک از حیطه های رفتاری است؟

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

۶- مزیت عمده بیان اهداف به صورت رفتاری برای معلمان تربیت بدنی چیست؟

- ۰۱ توجه به حیطه عملی
- ۰۲ تشویق دانش آموز
- ۰۳ دادن نگرش عمیق
- ۰۴ ارائه استراتژی کار

۷- مهمترین گام در ارائه درس تربیت بدنی در مدارس کدام است؟

- ۰۱ برنامه ریزی
- ۰۲ شناخت دانش آموزان
- ۰۳ سازماندهی امور
- ۰۴ کنترل



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

www.PnuNews.com  
www.PnuNews.net

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۱۵۰۳۲

۸- در بحث برنامه ریزی درس تربیت بدنی، کدام یک از موارد زیر نادرست است؟

۱. دستورالعمل ثابتی برای کلیه سنین ندارد
۲. اصول کلی برنامه ریزی در مناطق مختلف، تفاوت دارد
۳. روشهای برنامه ریزی از منطقه ای به منطقه دیگر تفاوت دارد
۴. این برنامه ها متناسب با علایق و خواسته و احتیاجات دانش آموزان تنظیم می گردد

۹- ارتقای سطح آمادگی جسمانی، جزء کدامیک از موضوعات کلاس های تربیت بدنی مدارس است؟

۱. آموزشی
۲. فوق برنامه
۳. مسابقات ورزشی
۴. فنی

۱۰- در بحث عوامل موثر بر طراحی برنامه های تربیت بدنی مدارس ((بودجه)) در کدام حیطه قرار دارد؟

۱. عوامل شخصی و گروهی
۲. نیازهای اجتماعی
۳. شرایط محیطی
۴. سازمان و مقررات دولتی

۱۱- کودکان ۳ تا ۶ سال حداقل چند ساعت در روز برای هماهنگی بهتر نیاز به بازی های ساده و حرکات بنیادین دارند؟

۱. ۳ ساعت
۲. ۲ ساعت
۳. نیم ساعت
۴. ۶ ساعت

۱۲- در کدام دوره سنی کودکان غالباً از راه کناره گیری و قهر کردن و جریحه دار کردن احساسات دیگران خشم خود را نشان می دهند؟

۱. دو تا سه سال
۲. پنج و شش سال
۳. سه تا چهار سال
۴. یک تا دو سال

۱۳- کدامیک از موارد زیر، از ویژگی های سن چهار سال است؟

۱. شخصیت پایدار دارند
۲. تسلط بر امیال خود
۳. به راحتی روی پنجه راه می رود
۴. رشد استخوانها در جهت افزایش ضخامت آنهاست

۱۴- اجرای مهارت های حرکتی در کودک ۶ تا ۹ سال چگونه است؟

۱. با افزایش سن در این دوره علاقه به تفریحات و سرگرمی زیاد می شود
۲. اجرای مهارت های پیچیده با افزایش سن در این دوره اهمیت زیادی پیدا می کند
۳. طول گامها کوتاهتر می شود
۴. وضعیت تعادل بدن ناقص است



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

www.PnuNews.com  
www.PnuNews.net

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۱۵۰۲۲

۱۵- کدامیک از موارد زیر از ویژگی های سن ۹ تا ۱۲ سال است؟

- ۰۱. خستگی ناپذیر به نظر می رسند
- ۰۲. دست ها رشد کندتری دارند
- ۰۳. رشد قد سریعی دارند
- ۰۴. مقاومت بدن آنها در مقابل بیماری ها کم است

۱۶- از عمده ترین دلایل پذیرش و عضویت در گروه در سن ۹ تا ۱۲ سال چیست؟

- ۰۱. بلندی قد
- ۰۲. قدرت جسمانی
- ۰۳. موقعیت خانوادگی
- ۰۴. قدرت تجزیه و تحلیل

۱۷- در خصوص تعیین محتوای درسی، هال کدام یک از موارد زیر را تاکید می نمود؟

- ۰۱. محتوی صرفا با نظر متخصصین تنظیم و قابلیت اجرایی دارد
- ۰۲. دانش آموز خود را با برنامه هماهنگ کند
- ۰۳. محتوی باید با نیاز دانش آموز هماهنگ شود
- ۰۴. نیازی به سازگاری برنامه با دانش آموز و یا دانش آموزان با برنامه نیست

۱۸- کدامیک از موارد زیر، در برنامه ریزی درس تربیت بدنی و ورزش مدارس از جمله عوامل موثر محسوب نمی شود؟

- ۰۱. دانش آموز
- ۰۲. جامعه
- ۰۳. آمادگی تکنیکی
- ۰۴. علوم ورزشی

۱۹- در خصوص آمادگی حرکتی، کدامیک از موارد زیر مورد قبول شماست؟

- ۰۱. آمادگی حرکتی در اثر آموزش ایجاد می شود
- ۰۲. آمادگی حرکتی بطور ذاتی در انسان وجود دارد
- ۰۳. آمادگی حرکتی نیازی به آمادگی جسمانی ندارد
- ۰۴. آمادگی جسمانی زیرمجموعه آمادگی حرکتی است

۲۰- مهارت های بنیادی پیشرفته را از چه سنی آغاز کنیم؟

- ۰۱. ۱ سالگی
- ۰۲. ۲ سالگی
- ۰۳. ۴ سالگی
- ۰۴. ۷ سالگی

۲۱- تعادل، جزء کدامیک از مهارت های زیر است؟

- ۰۱. بنیادی ترکیبی
- ۰۲. بنیادی غیر جنبشی
- ۰۳. بنیادی جنبشی
- ۰۴. ادراکی - حرکتی

۲۲- کدامیک از موارد زیر از وظایف معلمان ورزش است؟

- ۰۱. تشکیل پرونده بهداشتی - ورزشی برای دانش آموزان
- ۰۲. تهیه وسایل و امکانات و تجهیزات ورزشی
- ۰۳. راه اندازی کارگاه های آموزشی
- ۰۴. تهیه کتب و نشریات



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

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

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: تربیت بدنی در مدارس

www.PnuNews.com  
www.PnuNews.net

رشته تحصیلی/کد درس: تربیت بدنی و علوم ورزشی، تربیت بدنی و علوم ورزشی (برادران)، تربیت بدنی و علوم ورزشی (خواهران) ۱۱۵۰۳۲

۲۳- جمله (تعلیم و تربیت جدید مانند ریاضی و فیزیک جدید نیاز به شیوه ای نو دارد) از کیست؟

- ۰۱ دیوئی ۰۲ ناش ۰۳ بوچر ۰۴ کین

۲۴- در یک جلسه تمرین، مرور تمرینات گذشته را بهتر است در کدام مرحله قرار دهیم؟

- ۰۱ برگشت به حالت اولیه ۰۲ آموزش مهارت  
۰۳ سازماندهی ۰۴ گرم کردن

۲۵- کدامیک از شیوه های تدریس زیر، به شیوه معلم مداری گرایش بیشتری دارد؟

- ۰۱ تکلیفی ۰۲ حل مشکل ۰۳ کشف حرکت ۰۴ تمرین

۲۶- کدامیک از شیوه های تدریس به روش هدایت شده شبیه تر است؟

- ۰۱ کشف حرکت ۰۲ تمرین ۰۳ دستوری ۰۴ تکلیفی

۲۷- قضاوت بر اساس مجموع اطلاعات بدست آمده، تعریف ساده کدامیک از موارد زیر است؟

- ۰۱ کنترل ۰۲ پیشگیری ۰۳ ارزشیابی ۰۴ کاوش

۲۸- بهترین زمانی که می توان فعالیت کلاس های ویژه تربیت بدنی را برای معلولان ارائه کرد، چه زمانی است؟

- ۰۱ همزمان با کلاسهای عادی ۰۲ همزمان با برگزاری مسابقات  
۰۳ همزمان با انتخاب نفرات برتر ۰۴ همزمان با برگزاری مسابقات المپیک

۲۹- مهمترین صفت یک معلم دانش آموز معلول چه باید باشد؟

- ۰۱ سلامت جسمانی ۰۲ بلوغ عاطفی  
۰۳ ضابطه مندی ۰۴ داشتن آمادگی جسمانی عالی

۳۰- کدامیک از تمرینات زیر را برای کلاس های معلولان پیشنهاد نمی کنید؟

- ۰۱ صعود کردن ۰۲ طناب بازی  
۰۳ مهارت های بنیادی ۰۴ مسابقه دو امدادی ۱۰متر