



اداره آموزش و پرورش نام و نام خانوادگی: کلاس/پایه: هشتم مدت آزمون:		نام آموزشگاه: تیم مای درس نام درس: تفکر (درس چهارم - فعالیت های الزامی نوبت دوم آداب و مهارت های زندگی) تاریخ آزمون: ۱۴.../..../..... بارم کل: ۲۰ نمره
ردیف	شرح سوالات	بارم
۱	صحیح یا غلط بودن عبارات زیر را مشخص کنید: ۱. افراد موفق کارهای متفاوتی انجام نمی دهند، بلکه کارها را به روش متفاوتی انجام می دهند. ۲. خودپنداره یک ویژگی ثابت است و با گذشت زمان و کسب تجربه تغییر نمی کند. ۳. یکی از راه های مدیریت استرس، تنفس عمیق و تمرکز بر رفتارهای تنفسی است. ۴. در خریدهای اینترنتی، وجود پروتکل https در آدرس سایت اهمیت دارد.	۲
۲	جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید: ۵. پیامبر اکرم (ص) می فرمایند: پیروزی در گرو قاطع و حفظ دوراندیشی است. ۶. تصور ذهنی مثبت، اعتماد به نفس را بالا می برد، اما تصور ذهنی منفی موجب می شود. ۷. اضطراب، نوعی حالت است که قبل از روبه رو شدن با یک موقعیت خاص ایجاد می شود. ۸. نیاز چیزی است که بدون آن نمی توانیم زندگی کنیم، مثل ۹. کسانی که عزت نفس پایینی دارند، معمولاً خود را با دیگران می کنند. ۱۰. برای خرید امن اینترنتی، باید مراقب در بخش نظرات کاربران باشیم.	۳
۳	به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید:	۵

ردیف	شرح سوالات	بارم
	۱۱. تفاوت «اضطراب» با «فشار روانی» چیست؟ ۱۲. دو مورد از ویژگی‌های افراد دارای «اعتماد به نفس بالا» را بنویسید. ۱۳. منظور از «بیماری خرید» چیست؟ ۱۴. چرا نباید رمز دوم کارت بانکی را در صفحه کلیدهای عادی تایپ کرد؟ (در مکان‌های عمومی یا سایت‌های مشکوک). ۱۵. حدیث «از شر کسی که خود را بی‌مقدار می‌شمارد ایمن باش» از کیست؟	
۴	پاسخ کامل دهید: ۱۶. مفهوم «خودپنداره» و تأثیر آن بر موفقیت یا شکست فرد را توضیح دهید. ۱۷. چهار نکته ایمنی که باید در «خرید اینترنتی» رعایت کنیم را بنویسید. ۱۸. چرا برخی افراد در مواجهه با فشار روانی (استرس) آسیب بیشتری می‌بینند؟ (دو دلیل). ۱۹. تأثیر «همسالان و دوستان» بر شکل‌گیری عزت نفس را توضیح دهید. ۲۰. با توجه به درس مهارت‌های اقتصادی، چرا «خرید بدون برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری قبلی» نادرست است؟	۱۰
	جمع نمرات	۲۰



ردیف	راهنمای حل سوالات (تهیه شده توسط تیم مای درس)	بارم
۱	صحیح یا غلط: ۱- صحیح ۲- غلط ۳- صحیح ۴- غلط	۲
۲	جاهای خالی: ۵- اراده ۶- ناامیدی ۷- هیجانی ۸- غذا (یا لباس/مسکن/سلامتی) ۹- مقایسه ۱۰- نظرات اغراق آمیز (یا جعلی)	۳
۳	پاسخ کوتاه: ۱۱- فشار روانی در حین یا بعد از مشکل ایجاد می شود، اما اضطراب حالتی است که "قبل" از روبه رو شدن با موقعیت (مثل امتحان) به وجود می آید. ۱۲- مسئولیت پذیرند، توکل به خدا دارند، از شکست نمی ترسند، مثبت اندیش هستند (ذکر دو مورد). ۱۳- حالتی که فرد تنها از عمل خرید کردن لذت می برد حتی اگر به آن کالا نیازی نداشته باشد. ۱۴- برای جلوگیری از سرقت اطلاعات رمز توسط بدافزارها (کی لاگرها)؛ باید از صفحه کلید مجازی استفاده کرد. ۱۵- امام هادی (ع).	۵
۴	پاسخ کامل:	۱۰



ردیف	راهنمای حل سوالات (تهیه شده توسط تیم مای درس)	بارم
	۱۶- خودپنداره یعنی تصویری که ما از خودمان داریم. اگر مثبت باشد باعث تلاش و اعتماد به نفس می‌شود و اگر منفی باشد باعث ناامیدی و شکست می‌شود. ۱۷- ۱. چک کردن نماد اعتماد الکترونیکی ۲. بررسی پروتکل https ۳. استفاده از صفحه کلید مجازی ۴. چک کردن حساب پس از پرداخت ۵. بررسی نظرات واقعی (ذکر ۴ مورد). ۱۸- ۱. ضعف در مهارت‌های حل مسئله ۲. عدم استراحت کافی ۳. ویژگی‌های شخصیتی مثل عجول بودن یا ترسو بودن ۴. ضعف در باورهای معنوی (ذکر ۲ مورد). ۱۹- اگر دوستان فرد او را بپذیرند و به او احترام بگذارند، عزت نفس او تقویت می‌شود؛ اما اگر او را مسخره یا طرد کنند، عزت نفسش کاهش می‌یابد. (تحلیل بر اساس ارکان عزت نفس). ۲۰- زیرا ممکن است کالایی را بخریم که نیاز نداریم، یا گران‌تر بخریم، و در نهایت باعث هدر رفتن پول و پشیمانی می‌شود (باعث آزار فروشنده هم می‌شود).	
	جمع نمرات	۲۰