

به نام خدا

آزمون‌های کاربردی

قواعد پژوهشگری در تربیت بدنی
(مقدمات روش تحقیق در تربیت بدنی)

نمونه سؤالات ادوار گذشته
به همراه پاسخ تشریحی

از سری کتاب‌های کمک آموزشی



مولفان:

عبدالمهدی نصیرزاده

مریم وطن‌دوست





عنوان کتاب:	آزمون‌های کاربردی قواعد پژوهشگری در تربیت بدنی
ناشر:	بایزه فردا
نوبت چاپ:	اول - ۱۳۹۰
مدیر فنی:	جواد مقدم
مولفان:	عبدالمهدی نصیرزاده - مریم وطن دوست
صفحه آرای:	کارگاه تولد گام ۲
چاپ و صحافی:	مقدم
تیراژ:	۱۰۰۰ نسخه
قیمت:	۲۵۰۰۰ ریال
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۶۳۹۶-۳۷-۸
شناسه:	۱۱۸۲

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای کتاب گام ۲ محفوظ و هرگونه استفاده اعم از بازنویسی، خلاصه‌سازی، لوح فشرده، اینترنت و هر نوع تکثیر دیگر کلاً و جزء بدون اجازه کتبی کتاب گام ۲ ممنوع و قابل پیگرد قانونی می‌باشد.

سرشناسه:	عبدالمهدی نصیرزاده
عنوان و نام پدیدآورنده:	آزمون‌های کاربردی قواعد پژوهشگری در تربیت بدنی / مولفان: عبدالمهدی نصیرزاده، مریم وطن دوست
مشخصات نشر:	تهران: بایزه فردا، ۱۳۹۰
مشخصات ظاهری:	۱۱۲ ص: ۱۹۰/۵ - م.
وضعیت فهرست:	فیا
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۶۳۹۶-۳۷-۸
فروست:	... سری کتاب‌های کمک آموزشی گام دو.
عنوان دیگر:	مقدمات روش تحقیق در تربیت بدنی
موضوع:	دانشگاه‌ها و مدارس عالی - - ایران - - آزمون‌ها
موضوع:	تحقیق - - روش شناسی - - آزمون‌ها و تمرین‌ها
رده‌بندی دیویی:	۷۹۶
رده‌بندی کنگره:	۱۳۹۰ ۱۵۸ ۹۱۰ ق ۲ ج ۶۷۷۰۶۱۸
شماره کتابشناسی ملی:	۲۴۶۷۵۲۹

۷۷	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل اول
۸۲	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل دوم
۸۹	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل سوم
۹۲	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل چهارم
۹۴	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل پنجم
۹۷	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل ششم
۹۸	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل هفتم
۱۰۰	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل هشتم
۱۰۱	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل نهم
۱۰۳	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل دهم
۱۰۴	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل یازدهم
۱۰۶	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل دوازدهم
۱۰۷	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل سیزدهم
۱۰۸	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل چهاردهم
۱۰۹	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل پانزدهم
۱۱۰	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل شانزدهم
۱۱۱	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل هفدهم
۱۱۲	پاسخ سؤالات چهارگزینه‌ای فصل هجدهم

۹	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل اول
۱۸	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل دوم
۳۲	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل سوم
۳۸	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل چهارم
۴۱	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل پنجم
۴۶	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل ششم
۴۸	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل هفتم
۵۱	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل هشتم
۵۳	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل نهم
۵۸	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل دهم
۶۰	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل یازدهم
۶۵	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل دوازدهم
۶۶	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل سیزدهم
۶۷	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل چهاردهم
۷۰	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل پانزدهم
۷۱	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل شانزدهم
۷۳	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل هفدهم
۷۶	سؤالات چهارگزینه‌ای فصل هجدهم

باید در نظر داشته باشید که پرخوری موجب خواب آلودگی و عدم تمرکز کافی می شود در نتیجه در ساعت منتهی به امتحان، خوردن مواد قندی و کم حجم توصیه می شود.

دوم: از دیگر نکات قابل توجه، استراحت کافی است که عدم توجه به این امر موجب کندی مرور و پردازش اطلاعات در مغز می شود.
سوم: اضطراب از رایج ترین حالات قبل از آزمون می باشد که با برنامه ریزی منظم می توان آن را برطرف نمود. بنابراین کلی ترین راه مقابله با استرس و سایر نگرانی ها داشتن یک برنامه منظم و پیش بینی شده می باشد.

برخی نکات قابل توجه در هنگام آزمون:

۱- مدیریت زمان

۲- اعتماد به نفس

۳- مهارت در تست زنی (نحوه مواجهه با سوالات)

الف) خواندن دقیق و بررسی کلی سوالات قبل از پاسخ دادن

ب) پیدا کردن نکات کلیدی سوالات

سلام و عرض ادب

انشجویان و دانش‌پذیران گرامی، گروه آموزشی گام ۲ و مبتکر کتاب‌های آموزشی گام ۲ در راستای سیاست‌های کلی و رسالت خود نسبت به نحوه آموزش مطلوب و بهینه، پس از بررسی و مطالعه بر روی نیاز عمده شما عزیزان تصمیم به تهیه و تدوین مجموعه‌ای بزرگ و ویژگی‌های منحصر به فرد، زیر نظر اساتید و مدرسان مجرب نموده است.

هدف اصلی از اجرای این طرح بالا بردن آمادگی، آشنایی و آگاهی بیشتر دانشجویان، نسبت به اهمیت بین فصول در آزمون‌های ادوار گذشته دانشگاه‌ها می‌باشد.

از مزایای این طرح می‌توان به طبقه‌بندی و تفکیک سؤالات، علامت‌گذاری سؤالات کلیدی و تکرار در آزمون‌های ادوار گذشته دانشگاه‌ها (❁)، پاسخ‌های کاملاً تشریحی همراه با نکات کلیدی سؤالات، نشان دادن اهمیت هر فصل بر اساس درصد جهت تمرکز بیشتر بر روی فصول مهم‌تر، استفاده از قطع کاملاً زیبا و کاربردی به منظور سهولت در حمل برای استفاده در موقعیت‌های مختلف حتی در سفرهای کوتاه شهری اشاره کرد.

برخی نکات قبل از شرکت در آزمون:

اول: عوامل فیزیولوژیکی از قبیل تغذیه مناسب و استراحت کافی بسیار مهم می‌باشند. در ساعات منتهی به امتحان از خوردن و آشامیدن زیاد پرهیز نمایید به صورتی که در حد گرسنگی نباشید زیرا درصد زیادی از اکسیژن و قندی که وارد بدن شده به وسیله مغز استفاده می‌شود. بنابراین در صورتی که قبل از امتحان معده پر باشد مقدار زیادی از خون بدن درگیر هضم آن شده و در نتیجه مواد مغذی به اندازه کافی به مغز نمی‌رسد.