

عمادة الخدمات التعليمية / وحدة الارشاد الأكاديمي

مقرر مهارات التفكير والتعلم EDP001

اختبار منتصف الفصل الدراسي

الاسم: الرقم الجامعي: الشعبة ()

* ضع دائرة حول الاجابة الصحيحة :

1. الذاكرة التي تستقبل البيانات والمعلومات من الحواس هي الذاكرة:
أ. الذاكرة قصيرة المدى ب. الذاكرة طويلة المدى ج. الذاكرة المكانية د. الذاكرة الحسية
2. الاعتدال في الرأي والتفكير يعد من التكيف.
أ. وسائل . ب. معيقات ج. مظاهر د. مراحل
3. استجابة الفرد للعوامل الخارجية وتفاعله مع البيئة , يسمى:
أ. تحفيز ب. تكيف ج. محاكاة وتقليد د. تعزيز
4. من وسائل استثمار الوقت :
أ. الجدولة ب. محاسبة النفس ج. تحديد الاهداف د. تجنب القلق
5. لمعرفة جدوى اسلوبك مع الوقت تحتاج الى :
أ. تحديد اهدافك ب. خطة عمل ج. تقييم مستمر د. جدولة
6. تنفيذ عملية تحديد الأهداف في:
أ. تحقيق الرغبات وإشباع الميول.
ب. قياس مدى التقدم.
ج. توجيه سلوك الإنسان.
د. جميع ما سبق صحيح
7. يقصد بعملية التكيف:
أ. التأقلم. ب. العمل الخاص ج. السرعة د. التعاون
8. تكمن المشكلة الرئيسية في إدارة الوقت عند الانسان ب :
أ. عدم تحديد مضيعات الوقت
ب. ضعف بمعرفة أوقات الذروة
ج. ضعف بطرق استثمار الوقت.
د. عدم تحديد الأنشطة غير المهمة
9. الذاكرة الاجرائية مسؤولة عن :
أ. المهارات ب. المعلومات ج. المعرفة د. الحقائق

10. يخزن الانسان المعلومات في الذاكرة:

أ. - السمعية البصرية ب- طويلة الأمد ج- الحسية العاملة د- قصيرة الأمد

11. تقع الأهداف التعليمية ضمن تصنيف الأهداف من حيث:

أ. المصدر ب- العمومية ج- المجال د- الفترة

12. أنواع الذاكرة عند الانسان هي :

أ. حسية و طويلة الامد
ب- الحسية والعاملة
ج- الحسية و العاملة وطويلة الامد
د- قصيرة الامد وطويلة الامد واللاشعور

13. عملية الاحتفاظ بالمعلومات والخبرات والمهارات واسترجاعها، تسمى:

أ. الإصغاء ب- الذاكرة ج- التحفيز د- التكيف

14. من معوقات المذاكرة :

أ. كثرة المادة ب- الضجر ج- النسيان د- الاحداث و الزمن

15. من آثار عدم التكيف :

أ. العزلة ب- الملل ج- افتعال المرض د- جميع ما ذكر صحيح

16. يتم تحديد اولويات الاهداف وفقاً لـ :

أ. طولها او قصرها ب- واقعتها ج- اهميتها والحاحها د- مرحلتها

17. يمكن ان تحكم على ادارتك للوقت من خلال مؤشر :

أ. تحديد مضيعات الوقت
ب- الرغبة في إدارة الوقت
ج- عدد المهام المنجزة
د- طوله وقصره

18. من العوامل المؤثرة على أداء الطالب سلبيا:

أ. الاحباط ب- ضعف التحفيز الذاتي ج- سوء التكيف د- جميع ما ذكر صحيح

19. اولى الخطوات لتحسين ادارتك للوقت:

أ. تنظيم الوقت
ب- استثمار الوقت
ج- تشخيص الواقع الحالي مع الوقت
د- التقييم المستمر

20 التكيف مع الحياة الجامعية يشمل الجانب :

أ. النفسي
ب- الاجتماعي
ج- الاكاديمي
د- جميع ما ذكر

أ.