درخت تو گر بار دانش بگیرد به زیر آوری چرخ نیلوفری را

نمونه سوالات امتحانی دی ماه

آیا با بسته جهش کانون آشنا هستید؟

یکی از ابتکارات امسال کانون فرهنگی آموزش(قلم چی) بسته جهش می‌باشد که در ۳ حوزه ، فرایند آموزش شما را تکمیل خواهد کرد و باعث پیشرفت نمرات شما در مدرسه میشود.



✓ **آزمون های تشریحی کانون از دوم دبستان تا دوازدهم: با هدف تمرین بیشتر و بهبود نمرات در مدرسه و امتحانات نیمسال اول و دوم**



✓ **فیلم های آموزشی آفلاین پیشرفت: تدریس توسط مجرب ترین دبیران پرمخاطب کشور، منطبق بر برنامه آموزش و پرورش و کتاب درسی با هدف پیشرفت در مدرسه**



✓ **نرم افزار پلکان یادگیری: شامل آزمون‌های تستی و تشریحی در سطوح مقدماتی و پیشرفته، با امکان ساخت آزمون در هر سطح دشواری**



kanoonBook.ir

برای دریافت جایزه ویژه از کانون بوک و یا آشنایی بیشتر با بسته جهش کانون، عدد ۳۳ را به سر شماره ۹۰۰۰۸۴۵۱ ارسال کنید.

www.kanoon.ir

سوالات درس :بهداشت و سلامت	مدیریت آموزش و پرورش دزفول دبیرستان روزانه :حجاب	شماره صندلی: مقطع:متوسطه دوم	مهرآموزشگاه
پایه:دوازدهم	ساعت امتحان:۸	روزامتحان:دو شنبه	
رشته:تجربی و انسانی و ریاضی	مورخ:۱۴۰۴/۱۰/۳	طراح سوال:خالقی راد	
نام ونام خانوادگی:		نام پدر:	مدت امتحان :۸۰

ردیف		بارم
1	صحیح وغلط را مشخص کنید. الف) بیماری های غیرواگیر اساسا عامل مشخص ندارند. ب) پدیکلوزیس بیماری است که از طریق مایعات بدن منتقل میشود. پ) اصل تعادل یعنی مصرف کافی مواد غذایی مورد نیاز برای سلامت بدن. ج)وبا بیماری است که از طریق دستگاه گوارش وارد بدن میشود . د) چاقی با الگوی گلابی خطر ابتلا به بیماری های قلبی-عروقی را افزایش میدهد. ه)در هرم غذایی هرچه ازبالای هرم به سمت پایین حرکت کنیم،حجم گروههای غذایی کمتر میشود.	3
2	گزینه مناسب را انتخاب کنید. ۱.عبارتست از تامین ،حفظ و بالا بردن سطح سلامت. الف) ایمنی ب) بهداشت ج) پیشگیری د) درمان ۲.کدام گزینه بر سلامت موثر نیست؟ الف)وراثت ب) عوامل طبیعی ج) جنسیت د) سبک زندگی ۳.بدن برای انجام عملکردهای مطلوب نیازمند دریافت چندنوع آمینواسید است؟ الف)۸ ب) ۱۱ ج) ۹ د) ۲۰ ۴.کدام ویتامین محلول در چربی نیست؟ الف) **K** ب) **D** ج) **C** د) **A** ۵.کدام جزء پروتئین های ناقص محسوب میشود. الف) گوشت ب) حبوبات ج)تخم مرغ د)شیر ۶. وجود آن در بدن به حفظ تعادل مایعات یاری می رساند. الف) سدیم ب) کلسیم ج) آهن د)منیزیم ۷. کدام گزینه بیشترین عامل مرگ و میر به دلیل بیماریهای قلبی به حساب می آید ؟ الف)فشار خون بالا ب) آنژین صدری ج) انسداد رگهای کرونر د) پلاکتها ۸. کدام از عوامل در پوسیدگی دندان نقش ندارد؟	2

www.kanoon.ir

	الف)میکروب ها ب)موادقندی ج) مقاومت شخص د)پرخوری	
3	جاهای خالی راپرکنید. ۱. واحد سازنده ی پروتیین ها ..... است.. ۲.....یکی از مهم ترین عوامل موثر در شکل گیری الگوهای غذایی است. ۳..... یکی از شایع ترین بیماری ها که تمام گروه های سنی و جنسی را تهدید می کند. ۴.افراط نکردن در کاهش وزن و پیروی از یک برنامه پیوسته از اصول مهم در ..... است.	2
4	به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید ۱ .دومورد از ابعاد سلامت را نام ببرید.(۰.۵)..... ۲. داشتن احساس پوچی و بی هدفی در زندگی ناشی از فقدان کدام بعد سلامت است؟(۰.۲۵)..... ۳.کربوهیدراتها در کدام اندام بدن ذخیره میشوند؟(۰.۵)..... ۴ .پیامدهای کمبود کلسیم وید در بدن را بنویسید.(۰.۵)..... ۵.دامنه فشار خون طبیعی چیست؟(۰.۵)..... ۶. دومورد از عوارض دیابت را بنویسید. (۰.۵)..... ۷.کدام نوع چربی باعث جدا شدن کلسترول از جدار داخلی شریانها میشود؟(۰.۲۵)..... ۸. کدام نوع اسید چرب با بالا رفتن خطر ابتلا به بیماری قلبی رابطه مستقیم دارد؟(۰.۲۵)..... ۹.میزان قند در مرحله پیش دیابت چه مقدار است؟(۰.۲۵)..... ۱۰. دومورد از عوارض جانبی کاهش سریع وزن را بنویسید .(۰.۵)..... ۱۱. هپاتیت به کدام قسمت بدن آسیب می رساند و جدی ترین نوع آن کدام است؟ (۰.۵)..... ۱۳. دومورد از راههای انتقال اچ آی وی را بنویسید. (۰.۵).....	۵ ۱

www-kanoon-ir

5	عبارات زیررا تعریف کنید. ۱.سرطان: (۰.۵) ۳.هپاتیت: (۰.۵).	۱.۲
6	از داخل پرانتز کلمه مناسب را انتخاب کنید. ۱. قابل درک ترین بعد سلامت(سلامت معنوی – سلامت جسمانی) است. ۲. چربی های (اشباع – غیر اشباع) عامل تعیین کننده سطح کلسترول خون هستند. ۳. جزء عوارض چاقی است(کم کاری تیروئید- تومور مغزی). ۴. BMI فرد (معمولی – لاغر) کمتر از ۱۸.۵ است. ۵. در تشخیص سرطان سینه (ماموگرافی – پاپ اسمیر) مورد استفاده قرار میگیرد .	۵

۵.۷

۵

تصحیح اول		تصحیح دوم و رسیدگی به اعتراض	
نمره باعدد	**نام و نام خانوادگی:**	**نمره با عدد**	**نام و نام خانوادگی :**
نمره باحروف	**امضاء**	**نمره با حروف**	**امضاء**

7	به سوالات زیر پاسخ کامل دهید. الف)شریانهای کرونر در قلب چه نقشی را ایفا می کنند. (۱) ب)تفاوت دیابت نوع ۱ و نوع ۲ را بنویسید.(۱) ج)برق زدگی چشم ناشی از چیست و در چه افرادی بیشتر دیده میشود ؟(۱) د)عیب های انکساری چشم را نام ببرید.(۱) و)دوران پنجره در بیماری ایدز را توضیح دهید.(۱) ر)اقدامات بهداشتی لازم قبل ازدواج را نام ببرید؟(۷۵.)	

www-kanoon-ir

سوالات درس:پاسخ نامه بهداشت و سلامت	مدیریت آموزش و پرورش دزفول دبیرستان روزانه حجاب	شماره صندلی:	مهر آموزشگاه
پایه:دوازدهم		مقطع متوسطه دوم	
رشته :تجربی و ریاضی و انسانی	ساعت امتحان :۸	روز امتحان: دوشنبه	
نام و نام خانوادگی:	مورخ:۱۴۰۴/۱۰/۰۸	طراح سوال :خالقی راد	مدت امتحان: ۸۰دقیقه

ردیف		بارم	نمره
-	صحیح وغلط را مشخص کنید. الف) بیماری های غیرواگیراز طریق عفونت ایجاد می شوند.غ ب) پدیکلوزیس بیماری است که از طریق مایعات بدن منتقل میشود.غ پ) اصل تعادل یعنی مصرف کافی مواد غذایی مورد نیاز برای سلامت بدن.ص ج)وبا بیماری است که از طریق دستگاه گوارش وارد بدن میشود .ص د) چاقی با الگوی گلابی خطر ابتلا به بیماری های قلبی-عروقی را افزایش میدهد.غ ه)در هرم غذایی هرچه ازبالای هرم به سمت پایین حرکت کنیم،حجم گروههای غذایی کمتر میشود.غ	3	
۲	گزینه مناسب را انتخاب کنید. ۱.عبارتست از تامین ،حفظ و بالا بردن سطح سلامت. الف) ایمنی ب) بهداشت ج) پیشگیری د) درمان ۲.کدام گزینه بر سلامت موثر نیست؟ الف)وراثت ب) عوامل طبیعی ج) جنسیت د) سبک زندگی ۳.بدن برای انجام عملکردهای مطلوب نیازمند دریافت چندنوع آمینواسید است؟ الف)۸ ب) ۱۱ ج) ۹ د) ۲۰ ٤.کدام ویتامین محلول در چربی نیست؟ الف)K ب) D ج) C د) A ٥.کدام جزء پروتئین های ناقص محسوب میشود. الف) گوشت ب) حبوبات ج)تخم مرغ د)شیر ٦. وجود آن در بدن به حفظ تعادل مایعات یاری می رساند. الف) سدیم ب) کلسیم ج) آهن د)منیزیم ۷. کدام گزینه بیشترین عامل مرگ و میر به دلیل بیماریهای قلبی به حساب می آید ؟ الف)فشار خون بالا ب) آنژین صدری ج) انسداد رگهای کرونر د) پلاکتها ۸. کدام از عوامل در پوسیدگی دندان نقش ندارد؟ الف)میکروب ها ب)موادقندی ج) مقاومت شخص د)پرخوری	2	
۳	جاهای خالی راپرکنید. ۱. واحد سازنده ی پروتیین ها ....اسیدآمینه..... است.. ۲.....عادت های غذایی..... یکی از مهم ترین عوامل موثر در شکل گیری الگوهای غذایی است. ۳.....پوسیدگی دندان.....یکی از شایع ترین بیماری ها که تمام گروه های سنی و جنسی را تهدید می کند. ٤.افراط نکردن در کاهش وزن و پیروی از یک برنامه پیوسته از اصول مهم در ..کاهش وزن..... است.	2	

www-kanoon.ir

۴	به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید ۱ .دومورد از ابعاد سلامت را نام ببرید.(۰,۵)....جسمانی ؛ روانی, اجتماعی؛معنوی..... ۲. داشتن احساس پوچی و بی هدفی در زندگی ناشی از فقدان کدام بعد سلامت است؟(۰,۲۵)....معنوی..... ۳.کربوهیدراتها در کدام اندام بدن ذخیره میشوند؟(۰,۵)...ماهیچه ها؛ کبد..... ٤ .پیامدهای کمبود کلسیم وید در بدن را بنویسید.(۰,۵)..پوکی استخوان؛بیماری گواتر..... ٥.دامنه فشار خون طبیعی چیست؟(۰ . ٥).۱۲۰-۸۰میلی متر جیوه..... ٦. دومورد از عوارض دیابت را بنویسید. (۰,۵)...نابینایی؛دیالیز,قطع پا؛ وسکته های قلبی و مغزی..... ۷.کدام نوع چربی باعث جدا شدن کلسترول از جدار داخلی شریانها میشود؟(۰,۲۵).. .. **HDL**... ..... ۸. کدام نوع اسید چرب با بالا رفتن خطر ابتلا به بیماری قلبی رابطه مستقیم دارد؟(۰,۲۵)....اسیدهای چرب اشباع..... ۹.میزان قند در مرحله پیش دیابت چه مقدار است؟(۰,۲۵)..بین ۱۰۰تا۱۲۵..... ۱۰. دومورد از عوارض جانبی کاهش سریع وزن را بنویسید .(۰,۵)..ریزش مو,چین و چروک,پوسیدگی دندان,پیوست؛ ورم و زخم معده؛ افسردگی..... ۱۱. هپاتیت به کدام قسمت بدن آسیب می رساند و جدی ترین نوع آن کدام است؟ (۰,۵).کبد؛ .هپاتیت بی..... ۱۳. دومورد از راههای انتقال اچ آی وی را بنویسید. (۰,۵)....تزریق با وسایل مشترک, دریافت خون و فرآورده های آلوده,اشتغال در محیط های آلوده؛....بارداری و شیردهی مادر مبتلا به بیماری.....	4/5	
۵	عبارات زیررا تعریف کنید. ۱.سرطان: (۰,۲۵)....رشد وتکثیر و گاهی انتشار غیرطبیعی سلولهای بدن..... ..... ۲.هپاتیت: (۰,۵)....گاهی به علت مختلف, کبد التهاب پیدا می کند که این امر موجب وارد آمدن آسیب به کبد و مختل کردن فعالیت آن می شود.....	.0/75	
۶	از داخل پرانتز کلمه مناسب را انتخاب کنید. ۱. قابل درک ترین بعد سلامت(سلامت معنوی – سلامت جسمانی) است. ۲. چربی های (اشباع – غیر اشباع) عامل تعیین کننده سطح کلسترول خون هستند. ۳. جزء عوارض چاقی است(کم کاری تیروئید- تومور مغزی). ٤. **BMI** فرد (معمولی – لاغر) کمتر از ۱۸,۵ است. ٥. در تشخیص سرطان سینه (ماموگرافی – پاپ اسمیر) مورد استفاده قرار میگیرد .	1.25	

www-kanoon.ir

۷	به سوالات زیر پاسخ کامل دهید. الف)شریانهای کرونر در قلب چه نقشی را ایفا می کنند. (۱)عضله قلب برای انجام وظایف مهم خود به اکسیژن و مواد غذایی کافی نیاز دارد که به وسیله دو شریان اصلی تغذیه کننده قلب به نام شریانهای کرونر راست و چپ و رگهای خونی کوچک تری که از آنها جدا شده و روی سطح قلب را می پوشانند, تامین می شود. ب)تفاوت دیابت نوع ۱ و نوع ۲ را بنویسید.(۲)نوع ۱را دیابت جوانان نیز می گویندواین نوع دیابت در اثر عواملی مانند زمینه ژنتیکی ,ویروس , فشارهای روانی, و اختلال در سیستم ایمنی ایجاد می شود.و پانکرانس اصلا قادر به تولید انسولین نیست. نوع ۲را دیابت بزرگسالان می گویند.این بیماری در اثر عواملی مانند اضافه وزن و چاقی ,کم تحرکی ,سابقه فامیلی و زمینه ارثی بروز می کند.و پانکرانس قادر به تولید انسولین کافی نیست یا بدن به انسولین مقاومت نشان می دهد. ج)برق زدگی چشم ناشی از چیست و در چه افرادی بیشتر دیده میشود ؟(۱)ناشی از تشعشعات تخلیه الکتریکی و حرارت همچون سوختگی قرنیه چشم در جوشکاران و انعکاس نور در چشم اسکی بازان از موارد برق زدگی چشم است. د)عیب های انکساری چشم را نام ببرید.(۱)پیرچشمی؛ نزدیک بینی, دوربینی؛ آستیگماتیسم و)دوران پنجره در بیماری ایدز را توضیح دهید.(۱)از زمان ورود ویروس اچ ای وی به بدن تا زمانی که گلبولهای سفید آنتی بادی ترشح کنند و سطح آنتی بادی به حد قابل تشخیص برسد, مدتی بین دو هفته و گاهی تا سه ماه طول می کشد. به این مدت زمان دوران پنجره می گویند.در دوران پنجره علی رغم اینکه ویروس در بدن هست ولی نتیجه آزمایش منفی است. ر)اقدامات بهداشتی لازم قبل از ازدواج را نام ببرید؟(۰/۷۵) رعایت بهداشت فردی زوجین، آزمایش های لازم و واکسیناسیون، شرکت زوجین در کلاس های آموزشی هنگام ازدواج موفق باشید	6.75

www-kanoon-ir