Kanoon.ir

شما با دانلود این نمونه سوال، کد تخفیف خرید کتاب از سایت کانون بوک دریافت می کنید.

برای دریافت کد جایزه خود، عدد 33 را به سر شماره 90008451 ارسال کنید.



تمرین بیشتر نمونه سوالات امتحانی با کتاب های پرتکرار

همین حالا جایزه خود را دریافت کنید.

kanoonBook.ir

www.kanoon.ir

نام: نام خانوادگی: شماره صندلی: پایه و رشته: دوازدهم ریاضی	اداره کل آموزش و پرورش استان البرز مدیریت آموزش و پرورش ناحیه ۳ کرج دبیرستان غیردولتی اندیشه برنا دوره اول و دوم متوسطه	نام درس: سلامت وبهداشت نام دبیر: بیگی کلاس: دوازدهم ریاضی تاریخ امتحان: ۳ / ۱۰ / ۱۴۰۳ مدت آزمون: ۷۰ دقیقه تعداد سوالات: ۱۸ تعداد صفحات: ۳

ردی ف		بارم
۱	درستی یا نادرستی جملات زیر را مشخص کنید؟ الف - عدم مصرف روی به میزان مناسب منجر به کاهش سرعت رشد و کوتاهی قد و تاخیر در بلوغ فرد می شود. ب - مشکلات غددی می تواند یکی از عواض چاقی باشد. ج - سکته قلبی همواره به شکل ناگهانی و شدید اتفاق می افتد. د - به طور کلی ۹۰ درصد ویتامین **D** مورد نیاز بدن از تابش نور مستقیم آفتاب به پوست ساخته می شود.	۱
۲	درهر یک از عبارت های زیر جای خالی را با کلمات مناسب پرکنید؟ الف - قابل درک ترین بعد سلامت، سلامت ..... است . ب - هر گرم پروتئین ..... کیلو کالری انرژی تولید می کند. ج - جگر منبع غنی ویتامین ..... است. د - سردرد ناگهانی شدید واز دست دادن تکلم از علائم سکته ..... هستند.	۱
۳	در هر یک از عبارت های زیر پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید؟ الف - تامین سلامت افراد جامعه از وظایف اولیه (خانواده ها - حکومت ها) است. ب - ماده معدنی (سدیم - کلسیم) به حفظ تعادل مایعات بدن کمک می کند. ج - الگوی چاقی سیب در (مردان - زنان) شایع تر است. د - برای پیشگیری از ابتلا به بیماری (دیابت نوع دو - هپاتیت **B**) می توان از واکنش آن استفاده کرد.	۱
۴	هر یک از موارد زیر به کدام بعد سلامت مربوط است؟ الف - امیدواری: ب - مدیریت هیجان : ج - وزن مناسب : د - ارتباط سالم با مدرسه :	۱
۵	چه عواملی در میزان آب مصرفی هر فرد تاثیر دارد؟	۱
۶	از اصول تغذیه سالم ، اصل تنوع را تعریف کنید؟	۱
۷	به چه افرادی توصیه می شود هر چه سریع تر برای کاهش وزن خود اقدام نمایید؟	۱

www.kanoon.ir

۸	در باره بیماری های غیر واگیر به پرسش های زیر پاسخ دهید؟ الف - ایسکمی قلبی را تعریف کنید؟ ب - مدت زمان طلایی برای نجات فردی که سکته مغزی کرده است چقدر می باشد؟	۱/۵
۹	در بیماری پدیکلوزیس انگل شپش سر دقیقا در کدام قسمت های بدن انسان زندگی می کند؟	۱
۱۰	در باره بیماری ایدز به پرسش های زیر پاسخ دهید؟ الف - عامل این بیماری چه نام دارد؟ ب - نتیجه آزمایش فرد در دوران پنجره چه خواهد بود؟	۱
۱۱	آثار و عوارض آلودگی صوتی برای سلامت افراد را بنویسید؟	۱
۱۲	کم خوابی چه عوارضی به دنبال دارد؟	۱/۵
۱۳	بوی بد پا ناشی از چیست؟	۱
۱۴	مواردی که برای آمادگی ازدواج لازم است را نام ببرید؟	۱/۵
۱۵	چه زمانی علائم بیماری ایدز ظاهر می شود؟	۱/۵
	در صورت علامت دار شدن فشار خون اولیه احتمال آسیب کدام اندام ها وجود دارد؟	

www-kanoon.ir

۱۶		۱
۱۷	هر یک از غذا های زیر دارای چه نوع اسید چرب می باشد؟ الف - کره های گیاهی : ب - چربی های گوشت :	۰/۵
۱۸	جدول زیر در رابطه با بیماری های واگیردار و راه انتقال آن ها است هر یک از موارد ستون الف با یکی از موارد ستون ب ارتباط منطقی دارد آن ها را پیدا کنید؟ الف - پدیکلوزیس ب - هپاتیت ج - وبا ب ۱ - خون ۲ - دستگاه گوارش ۳ - پوست و مو	۱/۵
	موفق و سربلند باشید.	۲۰ نمره

www-kanoon.ir

نام: نام خانوادگی: شماره صندلی: پایه و رشته: دوازدهم ریاضی	اداره کل آموزش و پرورش استان البرز مدیریت آموزش و پرورش ناحیه ۳ کرج دبیرستان غیردولتی اندیشه برنا دوره اول و دوم متوسطه	نام درس: سلامت وبهداشت نام دبیر: بیگی کلاس: دوازدهم ریاضی تاریخ امتحان: ۳ / ۱۰ / ۱۴۰۳ مدت آزمون: ۷۰ دقیقه تعداد سوالات: ۱۸ تعداد صفحات: ۳

ردی ف		بارم
۱	درستی یا نادرستی جملات زیر را مشخص کنید؟ الف - عدم مصرف روی به میزان مناسب منجر به کاهش سرعت رشد و کوتاهی قد و تاخیر در بلوغ فرد می شود. درست ب - مشکلات غددی می تواند یکی از عواض چاقی باشد. درست ج - سکته قلبی همواره به شکل ناگهانی و شدید اتفاق می افتد. نادرست د - به طور کلی ۹۰ درصد ویتامین **D** مورد نیاز بدن از تابش نور مستقیم آفتاب به پوست ساخته می شود. درست	۱
۲	درهر یک از عبارت های زیر جای خالی را با کلمات مناسب پرکنید؟ الف - قابل درک ترین بعد سلامت، سلامت جسمانی ..... است . ب - هر گرم پروتئین .....۴.... کیلو کالری انرژی تولید می کند. ج - جگر منبع غنی ویتامین **A**..... است. د - سردرد ناگهانی شدید واز دست دادن تکلم از علائم سکته مغزی ..... هستند.	۱
۳	در هر یک از عبارت های زیر پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید؟ الف - تامین سلامت افراد جامعه از وظایف اولیه (خانواده ها - حکومت ها) است. حکومت ها ب - ماده معدنی (سدیم - کلسیم) به حفظ تعادل مایعات بدن کمک می کند. سدیم ج - الگوی چاقی سیب در (مردان - زنان) شایع تر است. مردان د - برای پیشگیری از ابتلا به بیماری (دیابت نوع دو - هپاتیت **B**) می توان از واکنش آن استفاده کرد. هپاتیت **B**	۱
۴	هر یک از موارد زیر به کدام بعد سلامت مربوط است؟ الف - امیدواری: ب - مدیریت هیجان : ج - وزن مناسب : د - ارتباط سالم با مدرسه : الف- معنوی ب- روانی ج- جسمانی د- اجتماعی	۱
۵	چه عواملی در میزان آب مصرفی هر فرد تاثیر دارد؟ شرایط اقلیمی- میزان فعالیت بدنی - وزن - وضعیت سلامت افراد	۱
۶	از اصول تغذیه سالم ، اصل تنوع را تعریف کنید؟ یعنی مصرف انواع مختلف مواد غذایی که در شش گروه اصلی غذایی قرار می گیرد.	۱

www.karnoon.ir

۷		
۸	به چه افرادی توصیه می شود هر چه سریع تر برای کاهش وزن خود اقدام نمایید؟ افرادی که دارای میزان چربی خون بالا بوده- ویا الگوی چاقی به شکل سیب دارند.	۱
۹	در باره بیماری های غیر واگیر به پرسش های زیر پاسخ دهید؟ الف - ایسکمی قلبی را تعریف کنید؟ به این حالت که خون کافی به عضله قلب نمی رسد اسکمی قلبی می گویند. ب - مدت زمان طلایی برای نجات فردی که سکته مغزی کرده است چقدر می باشد؟ در حدود ۵/۳ ساعت	۱/۵ ۱
۱۰	در بیماری پدیکلوزیس انگل شپش سر دقیقا در کدام قسمت های بدن انسان زندگی می کند؟ در ناحیه عقب سر در قسمت گردن و در پشت گوش	۱
۱۱	در باره بیماری ایدز به پرسش های زیر پاسخ دهید؟ الف - عامل این بیماری چه نام دارد؟ ویروس اچ آی وی ب - نتیجه آزمایش فرد در دوران پنجره چه خواهد بود؟ منفی	۱
۱۲	آثار و عوارض آلودگی صوتی برای سلامت افراد را بنویسید؟ کم شنوایی- بروز وزوز گوش - استرس - خستگی - و تحریک پذیری فرد شود.	۱/۵
۱۳	کم خوابی چه عوارضی به دنبال دارد؟ با مشکلات همچون خواب ماندن - خواب آلودگی و احساس خستگی و کسالت در طول روز - چرت زدن روبه رو می سازد و ابتلا به بیماری های دیگر را افزایش می دهد چون سیستم ایمنی ضعیف تری دارند.	۱
۱۴		
۱۵	بوی بد پا ناشی از چیست؟ بوی بد پا که یکی از مشکلات افراد در زمینه بهداشت فردی است از فعالیت باکتری هایی که در کف پا و بین انگشتان پا جمع می شود ناشی می گردد.	۱/۵ ۱/۵

www-kanoon-ir

۱۶	مواردی که برای آمادگی ازدواج لازم است را نام ببرید؟ بلوغ جسمانی - بلوغ روانی - بلوغ اجتماعی	۱
۱۷	چه زمانی علائم بیماری ایدز ظاهر می شود؟ با زیاد شدن تعداد ویروس در بدن فرد مبتلا و کم شدن سلول های دفاعی در بدن وی به تدریج اعلایم اصلی بیماری ظاهر می شود.	۰/۵
۱۸	در صورت علامت دار شدن فشار خون اولیه احتمال آسیب کدام اندام ها وجود دارد؟ مغز- چشم - کلیه - قلب	۱/۵
	هر یک از غذا های زیر دارای چه نوع اسید چرب می باشد؟ الف - کره های گیاهی : ترانس اسید چرب ب - چربی های گوشت : اسید های چرب اشباع	
	جدول زیر در رابطه با بیماری های واگیردار و راه انتقال آن ها است هر یک از موارد ستون الف با یکی از موارد ستون ب ارتباط منطقی دارد آن ها را پیدا کنید؟ الف شماره ۳ - ب شماره ۱ - ج شماره ۲	

الف	ب
الف - پدیکلوزیس	۱ - خون
ب - هپاتیت	۲ - دستگاه گوارش
ج - وبا	۳ - پوست و مو

	موفق و سربلند باشید.	۲۰ نمره