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

به عدد: ..... نمره تجدید نظر : به حروف: ..... نام و نام خانوادگی وامضاءتجدید نظر کننده: ..... آزمون درس : سلامت و بهداشت طراح سوال: خانم فاضلی	بسمه تعالی اداره کل آموزش و پرورش استان قم اداره آموزش و پرورش ناحیه چهارقم دبیرستان غیر دولتی رایحه دانش سال تحصیلی ۱۴۰۴ - ۱۴۰۳	به عدد: ..... نمره : به حروف: ..... نا م و نام خانوادگی وامضای دبیر : ..... تاریخ امتحان : ۱۴۰۳ /۱۰/۱۰ مدت امتحان : ۶۰ دقیقه

نام و نام خانوادگی: نام پدر : کلاس : شماره صندلی: نام دبیر :

ردیف	سوالات	بارم
۱	سازمان ملی جهانی جنبه سلامت معنوی را در نظر گرفته است. صحیح ☐ غلط ☐	۰/۵
۲	در روش های پیشگیری غالبا نیازی به منابع خارجی نیست. صحیح ☐ غلط ☐	۰/۵
۳	تغذیه سالم از ابتلا به همه بیماری ها پیشگیری میکند. صحیح ☐ غلط ☐	۰/۵
۴	التهاب کبد – تومور مغزی- صافی کف پا از عوارض چاقی است صحیح ☐ غلط ☐	۰/۵
۵	۶۵ تا ۸۵ درصد از رفتارهایی که به سلامت ما منجر می شود محصول خود مراقبتی است. صحیح ☐ غلط ☐	۰/۵
۶	در دوران پنجره علی رغم اینکه ویروس در بدن فرد است نتیجه آزمایش منفی است. صحیح ☐ غلط ☐	۰/۵
۷	سلامت درفرهنگ فارسی به چه معنی است؟ الف) رهایی یافتن ب) بهداشت ج) بی عیب شدن د) نداشتن نقص عضو	۰/۵
۸	کدام گزینه بعنوان قاتل خاموش بکار می رود؟ الف) چاقی ب) دیابت ج) چربی د) فشار خون	۰/۵
۹	کدام گزینه جزء ابعاد سلامت محسوب نمی شود؟ الف) روانی ب) فردی ج) اجتماعی د) جسمانی	۰/۵
۱۰	عامل نیمی از بیماریها و مرگ کودکان و خردسالان در اثرکدام عامل زیر است؟ الف) ویروس ب) قارچ ج) باکتری د) میکروب	۰/۵
۱۱	به مرحله ی آخر HIV گفته میشود؟ الف) دوران پنجره ب) عفونت ج) ایدز د) دوران نقاهت	۰/۵
۱۲	(در هنگام خرید میوه به تازگی و عطر آن توجه میشود) درمورد کدام نوع فساد است؟ الف) فیزیکی ب) مکانیکی ج) بیولوژی د) شیمیایی	۰/۵
۱۳	برخورداری از وزن مطلوب به دو عامل ..... و ..... بستگی دارد.	۰/۵
۱۴	الگو چاقی در مردان، الگوی ..... و در زنان الگوی ..... نام دارد.	۰/۵
۱۵	انسولین مثل ..... برای سلول عمل می کند.	۰/۵
۱۶	غنی ترین منبع ویتامین نوع D ، ..... است.	۰/۵
۱۷	دو اصل برای کاهش وزن را نام ببرید؟	۱
۱۸	اصول نغذیه سالم را نام ببرید؟ (۳ مورد)	۱/۵

www-kanoon.ir

۱۹	نکات بهداشت فردی که افراد در فرایند تولید باید رعایت کنند را نام ببرید (۴مورد)	۱/۵
۲۰	شناخته ترین منبع چربی چیست؟ (۲ مورد)	۱
۲۱	بدن به چند نوع آمینو اسید نیاز دارد؟ و قادر به تولید چند آمینو اسید است؟	۱
۲۲	بیماری های غذا زاد چه بیماریهای است؟	۱/۵
۲۳	در چه صورت تماس با خون و ترشحات باعث انتقال HIV و بیماری عفونی نمی شود؟	۱/۵
۲۴	علایم فشار خون را نام ببرید؟ (۳مورد)	۱/۵
۲۵	سکته قلبی یا مغزی چگونه ایجاد میشود؟ موفق باشید	۱/۵

www-kanoon-ir

۱- غ ۲- ص ۳- ص ۴- غ ۵- ص

۶- میلیارد ۷- رحایی یافتن ۸- فشارخون ۹- فردی ۱۰- میلیارد

۱۱- ایدز ۱۲- مکانیکی

۱۳- فعالیت بدنی / تغذیه ۱۴- سیب / گلابی

۱۵- کلیه ۱۶- روغن کبد ماهی

۱۷- پیروی از برنامه پیوسته و پایدار / افراط نکردن در فاحشه فردن

۱۸- اصل ۱ تعادل - تناسب - تنوع

۱۹- ۷ مورد در کتاب ذکر شده { درس ۵ ص ۴۱ } ← نداشتن زیور آلات - پوشیدن لباس تمیز - پوشاندن موی سر - پوشاندن بینی و دهان در هنگام عطسه و سرفه - و...

۲۰- کره / روغن

۲۱- به ۲۰ نوع نیاز دارد و قادر به تولید ۱۱ نوع است.

۲۲- بیماری هایی که به خاطر پاس بودن سطح بهداشت فردی یا محیط و عدم دسترسی به ا- سالم و گسترش غذاهای حیابانی و نبود نظارت.

۲۳- مصرف دارو و ویروس HIV در خون و ترشحات جنسی می شود.

باعث فاحشه

۲۴- ۹ مورد در کتاب ذکر شده { درس ۶ ص ۵۴ } ← سردرد در ناحیه سر یا درد عضله سینه - خستگی زودرس و تپش قلب

www-kanoon-ir

۱۵) احساس فشار آزاردهنده - سنگینی یا درد قفسه سینه به‌طور ناگهانی شروع می‌شود و بیش از چند دقیقه ادامه می‌یابد و نشانه‌های گیر تنگی نفس - تهوع - گیجی و غیره و اگر این درد به بازوها و فک پایین انتشار یابد چه‌گونه است

سکته مغزی ⇐ سردرد ناگهانی شدید - از دست دادن ناگهانی بینایی - عدم کنترل عضلات و تعادل و ... از علائم سکته مغزی است و زمان بازگرداندن خون به نقاط بسیار کم است