Kanoon.ir

درخت تو گر بار دانش بگیرد

به زیر آوری چرخ نیلوفری را

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.

kanoonBook.ir

www.kanoon.ir

باسمه تعالی

اداره آموزش و پرورش شهرستان گناوه	دبیرستان غیردولتی مطهره	نمره	مهر آموزشگاه

سوالات ارزشیابی نوبت: دی ماه 1403	درس:بهداشت وسلامت	پایه:دوازدهم	رشته:تجربی
شامل 13 سوال در 2صفحه	تاریخ آزمون:1403/10/04	مدت امتحان: 70 دقیقه	

نام	نام خانوادگی	شماره کلاس	شماره صندلی	نام دبیر / آموزگار

ردیف	سؤالات	بارم
1	درهریک ازعبارت های زیر جای خالی راباکلمات مناسب پرکنید .الف:برخی داروها مانند ..... موجب چاقی میشوند . ب:استفاده بیش از حدبرخی مکمل ها ی ویتامین میتواندمنجربه.....شود . ج:یکی از مهمترین عوامل موثردرشکل گیری الگوی غذایی افراد.....است .د:ظاهرخوب وطبیعی از نشانه های سلامت .....است . ه:مدیریت هیجان آرامش وشناخت خود ازاصول .....هستند .	2
2	درستی ونادرستی موارد زیررامشخص کنید . الف:درپیشگیری هرگونه اقدام بسیارآسانترو اطمینان بخش ترازدرمان است . ب:گاهی اوقات رسیدن فشارخون به کمتراز09/09 میلی مترجیوه میتواند تهدیدی برای زندگی باشد . پ:درپیشگیری هرگونه اقدام بسیار آسانترواطمینان بخش ترازدرمان است . ت:دوکلمه بهداشت وسلامت مترادف هم هستند . ج:گروه نان وغالت درقاعده هرم غذایی قراردارد چ:بیماران مبتالبه دیابت نوع2اغلب بدون عالمت هستند .	1
3	چرابرای حفظ ویتامین سلامت پیشگیری بردرمان مقدم است؟	2
4	هرکدام ازموارد زیربه کدام یک ازانواع خودمراقبتی مربوط است؟ الف:وقت گذراندن باخانواده ب:کنترل خشم پ:خوردن غذای سالم ج:انجام فرایض دین	1
5	دیابت جوانان براثرچه عواملی ایجادمیشود؟	1
6	درروند پوسیدگی دندان کدام گروه ازمواد غذایی عامل اصلی محسوب میشوند؟ درصورت الوده شدن چشم بامواد‌شیمیایی اولین اقدام فرد چه بایدباشد؟	2
7	چه عوامل محیطی میتواند درچاقی افرادتاثیرگذارباشد؟	2
8	مشاوره ژنتیک برای چه افرادی الزم وضروری است	2
9	غنی ترین منبع ویتامینD رانام ببرید	1
10	سازمان بهداشت جهانی سالمت راچگونه تعریف میکند؟	2
11	بیماری الوانزاچگونه سرایت میکند؟	1

www-karoon.ir

12	از علایم سکته مغزی دومورد بنویسید .	1
13	براساس گزارش سازمان جهانی بهداشت کدام بیماری ها مهمترین بیماری های مزمن درجهان شناخته شده اند؟	2

www-kanoon-ir

باسمه تعالی

ردیف	پاسخنامه بهداشت وسلامت دبیرستان مطهره تاریخ 1403/10/04	بارم
1	الف:کورتون ب:مسمومیت ج:عادت غذایی دسلامت جسمانی ه:سلامت روان	
2	الف:ص ب:ص پ:غ ت:ص ج:ص	
3	پیشگیری اسانترکم هزینه واطمینان بخش ست.اموزش هاکوتاه ست	
4	الف:اجتماعی ب:روانی عاطفی پ:جسمی ت:معنوی	
5	کم تحرکی-اضافه وزن-فشارخون باال-کلسترول باا	
6	**موادقندی یا کربوهیدارت ها** چشم راباب فراوان پی درپی شستشودهیم	
7	عادت های غذایی وفعالیت های بدن	
8	زوجینی که درفامیل سابقه نقص وبیماری مادرزادی دارند	
9	**جگر**	
10	-برخورداری ازتامین رفاه جسمی روانی واجتماعی ونه فقط نداشتن بیماری ونقص عضومیداند	
11	-ویروس بوسیله قطرات کوچکی که به هنگام عطسه وسرفه عفونی فردبیماردرهواپخش میشودسرایت میکند	
12	سردردناگهانی ازدست دادن ناگهانی بینایی عدم کنترل عضالت وتعادل	
13	-بیماری وسکته قلبی پوکی استخوان دیابت سرطان	
« موفق باشید »		