بسمه تعالی

نام ونام خانوادگی	اداره کل آموزش و پرورش فارس	نوبت امتحانی: **دی ماه**
نام پدر	اداره آموزش پرورش ناحیه ۳ شیراز	تاریخ امتحان: ۲۰ / ۱۰/ ۴۰۰
شماره کلاس	**دبیرستان نمونه دولتی اندیشه**	ساعت شروع: ۸ صبح
رشته تحصیلی		مدت امتحان: ۵۰ دقیقه
نام درس: **سلامت و بهداشت**	**روی همین برگه پاسخ دهید**	

شماره همراه	**نمره به حروف** **نام و نام خانوادگی دبیر و امضاء**	**نمره به عدد**

در پیشرفت کارهای خود صبر پیشه کنید و به نماز توسل جوئید که خدا یاور صابران است "بقره ۱۵۳"

ردیف		بارم
۱	**جملات صحیح و غلط را مشخص کنید.** - از نظر اسلام، سلامت به عنوان یک ارزش و برترین نعمت است، نعمتی که انسان از شکر آن عاجز می باشد. - سلامت اجتماعی یعنی توانایی شناخت هر فرد از خود و داشتن یک ارتباط سالم بین فرد با جامعه ، خانواده و مدرسه - از وظایف اصلی سازمان جهانی بهداشت، توسعه بهداشت و ارتقای سلامت جوامع جهانی است - حضرت علی (ع) می فرماید، سلامتی از پول و ثروت با ارزش تر است	۲نمره
۲	**جاهای خالی جملات زیر را کامل کنید.** - مهمترین عامل موثر بر سلامت ..... است. - ۶۵ تا ۸۵ درصد از رفتارهایی که به سلامت ما می انجامد حاصل ..... است. - پرمصرف ترین ماده غذایی که ۶۰ درصد حجم بدن انسان از آن ساخته شده ..... است. - از بیماری ..... به عنوان قاتل خاموش نام برده می شود.	۲نمره
۳	**در مورد چاقی به پرسش های زیر پاسخ دهید** - عوامل موثر بر چاقی را نام ببرید. (۲ مورد) - چاقی گلابی شکل ، بیشتر در ..... دیده می شود. - چاقی سیبی شکل بیشتر در ..... دیده می شود.	۲نمره
۴	**با توجه به توضیحات نوشته شده اصطلاحات کاربردی هر کدام را بنویسید** - به معنای تعیین شاخص توده بدنی است. - به معنای دید مطلوب است ، که میزان سلامت چشم ها و سطح توانایی حس بینایی را نشان می دهد	۱نمره
۵	**موارد درست را به هم وصل کنید.**	۱نمره

۱	**مصرف دخانیات**	الف	بیشترین عامل مرگ و میر در ایران
۲	**بیماری قلبی**	ب	مهمترین دلایل افزایش بروز سرطان
۳	**پدیکلوزیس**	ج	کلسترول خوب
۴	**HDL**	د	شپش سر، که از طریق شانه ، لباس و کلاه منتقل می شود
۵	**LDL**	ه	----------

www-kanoon-ir

بسمه تعالی

نام ونام خانوادگی	اداره کل آموزش و پرورش فارس	نوبت امتحانی: **دی ماه**
نام پدر	اداره آموزش پرورش ناحیه ۳ شیراز	تاریخ امتحان: ۴۰۰/۱۰ / ۲۰
شماره کلاس	**دبیرستان نمونه دولتی اندیشه**	ساعت شروع: ۸ صبح
رشته تحصیلی		مدت امتحان: ۵۰ دقیقه
نام درس: **سلامت و بهداشت**	**روی همین برگه پاسخ دهید**	

شماره همراه		**نمره به حروف** **نام و نام خانوادگی دبیر و امضاء**	**نمره به عدد**

در پیشرفت کارهای خود صبر پیشه کنید و به نماز توسل جوئید که خدا یاور صابران است "بقره ۱۵۳"

۶	**در رابطه با بهداشت مواد غذایی به پرسشهای زیر پاسخ دهید.** - عادت‌های غذایی افراد به چه عواملی بستگی دارد. - چه افرادی بیشتر از دیگران در معرض کمبود ویتامین و مواد معدنی هستند.	۲نمره
۷	**در رابطه با سرطان به پرسشهای زیر پاسخ دهید.** - علائم هشداردهنده سرطان را نام ببرید (۲ مورد) - مهمترین دلایل افزایش بروز سرطان چیست. (۲ مورد)	۲نمره
۸	**در رابطه با بیماری دیابت به پرسشهای زیر پاسخ دهید.** - انواع بیماری دیابت را نام ببرید. - علائم بیماری دیابت را بنویسید (۲ مورد)	۲نمره
۹	**در رابطه با بیماری های واگیردار ، به پرسشهای زیر پاسخ دهید.** - دو نوع بیماری که از طریق دستگاه گوارش منتقل می شود را نام ببرید - دو نوع بیماری که از طریق دستگاه تنفس منتقل می شود را نام ببرید . - دو راه انتقال بیماری ایدز را بنویسید. - از عوارض بیماری های دستگاه تناسلی دو مورد را بنویسید.	۲نمره
۱۰	**در رابطه با بهداشت فردی به پرسش زیر پاسخ دهید.** - آکنه چیست، - علت بوی نامطبوع بدن و پاها چیست. - موهای زائد در چه مناطقی از بدن رشد می کنند - چه عواملی موجب پوسیدگی دندان می شود	۲نمره
۱۱	**در رابطه با بهداشت ازدواج و باروری به پرسش زیر پاسخ دهید.** - این جمله از کدام معصوم است "هرکس ازدواج کند نیمی از دینش را حفظ کرده است" - بلوغ جسمانی برای پسران ، چند سالگی است. - آزمایش های لازم برای ازدواج را نام ببرید(۲ مورد) - چه عواملی موجب کاهش باروری در مردان می شود. (۲ مورد)	۲نمره

www-kanoon-ir

بسمه تعالی

پاسخ نامه

اداره کل آموزش و پرورش فارس

اداره آموزش پرورش ناحیه ۳ شیراز

دبیرستان نمونه دولتی اندیشه

نوبت امتحانی: **دی ماه**

تاریخ امتحان: ۴۰۰/۱۰/ ۲۰

ساعت شروع: ۸ صبح

مدت امتحان: ۵۰ دقیقه

نام درس: **سلامت و بهداشت**

پاسخ نامه

در پیشرفت کارهای خود صبر پیشه کنید و به نماز توسل جوئید که خدا یاور صابران است "بقره ۱۵۳"

ردیف		بارم
۱	**جملات صحیح و غلط را مشخص کنید.** - درست - درست - درست - درست	۲نمره
۲	**جاهای خالی جملات زیر را کامل کنید.** - سبک زندگی - خود مراقبتی - آب - فشار خون	۲نمره
۳	**در مورد چاقی به پرسش های زیر پاسخ دهید** - ژنتیک ، محیط (نحوه و محل زندگی) ، عوامل روانی (افسردگی) ، بیماری های جسمی (کوشینگ) ، مصرف برخی داروها - زنان - مردان	۲نمره
۴	**اصطلاحات زیر را تعریف کنید.** - **BMI** - حدت بینایی	۱نمره
۵	**موارد درست را به هم وصل کنید.** ۱ ب ۲ الف ۳ د ۴ ج ۵ الف ۲ ب ۱ ج ۴ د ۳ ه ----------	۱نمره
۶	**در رابطه با بهداشت مواد غذایی به پرسشهای زیر پاسخ دهید.** - آداب و رسوم ، باورهای مذهبی، عوامل اجتماعی، وضعیت جغرافیایی ، عوامل اقتصادی ، در دسترس بودن، ذائقه فرد و ... - افراد کهنسال ، کودکان ، زنان باردار و افراد دارای رژیم غذایی خاص	۲نمره
۷	**در رابطه با سرطان به پرسشهای زیر پاسخ دهید.** - ابتلای اقوام نزدیک به سرطان ، زخم هایی که خوب نمی شوند ، ایجاد توده در بدن ، سرفه و گرفتگی طولانی ، خونریزی غیرطبیعی ، سوء هاضمه طولانی - افزایش تعداد سالمندان ، تغییر در شیوه زندگی مثل افزایش مصرف دخانیات و خوردن غذاهای پرچرب و کم تحرکی ، عوامل محیطی مثل آلودگی هوا و استفاده از کودهای شیمیایی	۲نمره
۸	**در رابطه با بیماری دیابت به پرسشهای زیر پاسخ دهید.** - بیماری دیابت نوع یک و نوع دو - افزایش قند خون که طبیعی ۷۰ تا ۱۰۰ است و بیشتر از ۱۲۶ دیابتی است، پرخوری و پرنوشی و پرادراری، لاغری، تاری دید، احساس سوزش در نوک انگشتان	۲نمره

www.kanoon.ir

بسمه تعالی

پاسخ نامه

اداره کل آموزش و پرورش فارس

اداره آموزش پرورش ناحیه ۳ شیراز

دبیرستان نمونه دولتی اندیشه

نوبت امتحانی: **دی ماه**

تاریخ امتحان: ۴۰۰/۱۰/ ۲۰

ساعت شروع: ۸ صبح

مدت امتحان: ۵۰ دقیقه

نام درس: **سلامت و بهداشت**

پاسخ نامه

در پیشرفت کارهای خود صبر پیشه کنید و به نماز توسل جوئید که خدا یاور صابران است "بقره ۱۵۳"

۹	**در رابطه با بیماری های واگیردار ، به پرسشهای زیر پاسخ دهید.** - اسهال خونی ، انگل روده ای ، وبا - سرماخوردگی ، آنفولانزا ، که از طریق عطسه و سرفه منتقل می شود - از طریق خون و فراورده های خونی ، ترشحات جنسی ، از طریق مادر آلوده به جنین - عقیمی ، نازایی ، زایمان زودرس ، مرده زایی	۲نمره
۱۰	**در رابطه با بهداشت فردی به پرسش زیر پاسخ دهید.** - به جوش های غرور جوانی که بر اثر التهاب غدد چربی ایجاد می شود آکنه می گویند - فعالیت باکتری ها که موجب تخمیر مواد موجود در عرق و پوست می شود، پوشیدن برخی از لباس های پشمی و تنگ ، خستگی ، عصبانیت ، نگرانی و هیجان که موجب افزایش عرق می شود، همچنین فعالیت باکتری و قارچ ها در کف پا ، پوشیدن کفش نامناسب - در زیر بغل و ناحیه تناسلی - میکروب ها ، مواد قندی، مقاومت دندان ، زمان و سرعت پوسیدگی	۲نمره
۱۱	**در رابطه با بهداشت ازدواج و باروری به پرسش زیر پاسخ دهید.** - نظرپیامبر اسلام (ص) - پسران ۱۵ تا ۱۷ سالگی - آزمایش ادرار از نظر عدم اعتیاد، آزمایش خون از نظر تالاسمی، تزریق واکسن کزاز برای خانم ها - مصرف خودسرانه هرگونه دارو ، حمام های داغ و سونای طولانی، قرار دادن موبایل و لپ تاپ برروی قسمت های پائین تنه ، پوشیدن لباس های زیر تنگ و چسبان ، نشستن های طولانی	۲نمره