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

نام درس: سلامت و بهداشت- دوازدهم	به نام خدا	تاریخ: ۱۴۰۴/۱۰/۳
نام و نام خانوادگی: پایه: کلاس:	اداره کل آموزش وپرورش استان. خوزستان اداره سنجش آموزش وپرورش مدیریت آموزش وپرورش شهرستان بهبهان امتحان: سلامت و بهداشت-دوازدهم-نوبت اوّل	دبیرستان برتران اندیشه

ردیف	«متن سؤالات»	بارم
۱	درستی یا نادرستی گزاره های زیر را مشخص کنید: الف) کمال جویی از نشانه‌های سلامت اجتماعی است. ب) عدم مصرف روی به میزان مناسب، منجر به کاهش سرعت رشد و کوتاهی قد و تأخیر در بلوغ فرد می‌شود. ج) اسیدهای چرب اشباع، موجب کاهش سطح کلسترول خون می شوند. د) ویروس اچ آی وی از طریق استفاده از استخرهای مشترک منتقل می شود. ه) در بین عوامل مؤثر بر سلامت ، سبک زندگی بیشترین تأثیر را بر سلامت دارد خ) ویتامین های محلول در آب قابلیت ذخیره سازی در بدن دارند. ل) روی موجود در مواد غذایی گیاهی نسبت به روی مواد غذایی حیوانی بهتر جذب می شود.	۳/۵
۲	جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید: الف) قابل درک ترین بعد سلامت، سلامت ..... است. ب)..... گام اول در حفظ سلامت خویش است. ج) چاقی با الگوی .....در بین زنان شایع تر است. د) ضربه دیدن میوه ها در حین برداشت، از عوامل.....است که باعث فساد آن ها می شود. ه) بیشترین علل مرگ و میر در ایران مربوط به بیماری های..... است.	۲/۵
۳	گزینه درست را انتخاب کنید: الف) « قضاوت نسبتاً صحیح در برخورد با مسائل» از نشانه های کدام یک از ابعاد سلامت است؟ ۱) اجتماعی ۲) روانی ب) کدام یک از مواد غذایی زیر تمامی اسیدهای آمینه ضروری را دارد؟ ۱) تخم مرغ ۲)غلات ج) کدام یک می تواند از علائم سکته مغزی باشد ؟ ۱)عرق سرد ۲) از دست دادن تکلم	۱.۵

www.kanoon.ir

۴	به سؤالات زیر پاسخ کوتاه دهید: الف) کربوهیدارت ها در بدن به چه شکل و در کجا ذخیره می شوند؟ ب) در بیماری پدیکلوزیس انگل شپش سر دقیقاً در کدام قسمت های بدن انسان زندگی می کند؟ ج) بدن در شرایط طبیعی چه تعداد از اسیدهای آمینه را می تواند بسازد؟ د) به ازای مصرف هر گرم پروتئین چند کیلو کالری انرژی در بدن تولید می شود؟	۲
	به سؤالات زیر پاسخ کامل دهید:	
۵	از آداب صحیح خوردن و آشامیدن که در فرهنگ اسلامی برآنها توصیه شده است،۴ مورد را بنویسید.	۱
۶	در اثر کمبود هر یک از ریزمغذی های زیر چه بیماری ایجاد می شود؟برای هر مورد نام یک بیماری را بنویسید . الف) ید ب) آهن	۱
۷	چهار عامل موثر بر سلامت را نام ببرید. (۴ مورد)	۱/۵
۸	منظور از بیماری های غذازاد چیست؟	۱
۹	از گام‌های پیشگیری از دیابت چهار مورد را بنویسید.	۲
۱۰	دررابطه با بیماری های واگیردار به پرسش های زیرپاسخ دهید: الف) علت نگرانی و خطر بیماری های واگیردار چیست؟ ب) از انواع هپاتیت، دو مورد از شایع ترین آنها را نام ببرید؟	۲

www-kanoon-ir

۱ ۱	چرا افراد چاق و دارای اضافه وزن باید اصل"افراط نکردن در کاهش وزن"را رعایت کنند؟	۱
۱ ۲	فشار خون چیست؟	۰.۵
۱ ۳	منظور از دوره پنجره در بیماری ایدز را توضیح دهید؟	۰.۵
موفق باشید.		