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

باسمه تعالی

اداره آموزش و پرورش منطقه چهار تهران	**مجتمع فرهنگی آموزشی هوشمند پسرانه امام حسین (ع)**		مجتمع فرهنگی آموزشی غیردولتی پسرانه هوشمند امام حسین (ع)
سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴	درس: سلامت و بهداشت	پایه: دوازدهم	
دبیرستان دوره دوم	تاریخ آزمون: ۲۰/ ۱۰ /۱۴۰۳	مدت امتحان: ۸۰ دقیقه	
نام	نام خانوادگی	رشته تحصیلی	نام دبیر
			استاد تهرانی

ردیف	سوالات	بارم
۱	درستی و نادرستی هر یک از عبارات زیر را مشخص کنید. الف) سازمان بهداشت جهانی (WHO) سلامت را برخورداری از تامین رفاه جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو می‌داند. ب) عوامل موثر بر سلامت، همیشه موجب تقویت فرد می‌شود. پ) براساس هرم غذایی، مقدار مصرف روزانه شیر و فرآوردهای آن باید بیشتر از حبوبات و مغزها باشد. ت) هر نوع تجمع غیر طبیعی و بیش از اندازه توده چربی در بدن چاقی محسوب می‌شود. ث) برای برخورداری از تغذیه سالم فقط باید به میزان لازم و کافی مواد غذایی استفاده کرد. ج) در ایران بیماری‌های قلبی – عروقی برخلاف دیابت نوع یک، مختص افراد با سنین بالا است. چ) گاهی اوقات رسیدن فشار خون به کمتر از ۶۰/۹۰ میلی متر جیوه می‌تواند تهدیدی برای زندگی باشد. ح) اچ آی وی با آزمایش‌های متداول و معمول مشخص می‌شود و نیاز به آزمایش تشخیص ندارد.	۲
۲	در جملات زیر، جاهای خالی را با واژگان مناسب پر کنید. الف) با توجه به دیدگاه اسلام، در تعریف سازمان بهداشت جهانی از سلامت، جنبه‌ی ..... آن غفلت شده است. ب) مجموعه‌ای از انتخاب‌های سالم افراد که متناسب با موقعیت‌های زندگی صورت می‌گیرد، ..... سالم نامیده می‌شود. پ) انجام فرایض دینی، از نوع خود مراقبتی ..... است ت) کمبود روی در کودکان سبب کاهش سرعت رشد و تاخیر در ..... آنها می‌شود. ث) برخورداری از ورن مطلوب علاوه بر ارتقای سلامت جسمی به سلامت ..... نیز کمک می‌کند. ج) زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت‌های آن حداقل ..... درجه سانتی‌گراد حرارت دیده باشد. چ) وجود پلاک‌های چربی در جدار شریان ..... می‌تواند باعث ایجاد سکته قلبی شود. ح) در بیماری ایدز، در دروان ..... علیرغم اینکه ویروس در بدن فرد وجود دارد، نتایج آزمایش منفی است.	۲
۳	در جملات زیر از واژگان داخل پرانتز، واژه مناسب را برگزینید. الف) در برنامه‌ریزی برای خود مراقبتی، گفتگو با والدین در مورد شغل انتخابی خود و درخواست تشویق و همراهی آنها به (پیمان بستن / تعیین هدف / استفاده از یادآورها) اشاره دارد. ب) کربوهیدرات اضافی بدن، به مقدار معینی به صورت (کربوهیدارت ساده / گلیکوژن / چربی) ذخیره می شوند. پ) در نوعی الگوی چاقی که احتمال بیماری قلبی – عروقی را بیشتر افزایش می‌دهد، چربی‌های اضافی بیشتر در ناحیه (باسن / شکم / ران) متمرکز هستند. ت) آلودگی مواد غذایی به فلزات سنگین جز (مسمومیت / عفونت / بیماری‌های) غذایی شمرده می‌شود. ث) در مراحل رشد تومور در سرطان معده، در فاز (۴ / ۲ / ۳) تومور به ارگان (اندام)های مجاور دست اندازی می‌کند. ج) از آزمایش خون برای تشخیص سرطان (پروستات/ دهانه رحم / معده) استفاده می‌شود. چ) پدیکلوزیس از جمله بیماری‌های (واگیردار / غیر واگیردار / انسان و حیوان) است. ح) بیماری‌هایی که از طریق (خون / تنفس / اندام تناسلی) منتقل می‌شوند در صورت درمان نشدن عقیمی و نازایی به همراه دارند.	۲
۴	در هر یک از پرسش‌های زیر گزینه مناسب را برگزینید. الف) کدام یک از نشانه‌های سلامت معنوی است؟ ۱) مدیریت هیجان ۲) تعهد ۳) عملکرد مسئولانه ۴) ابراز مکنونات قلبی ب) کدامیک از ویتامین‌های زیر معمولا در کبد ذخیره می‌شود؟ ۱) ویتامین‌های C و K ۲) ویتامین‌های B و C ۳) ویتامین‌های E و K ۴) ویتامین‌های B و E	۲

www.kanoon.ir

	پ) در مورد عوارض جانبی کاهش سریع وزن، کدام گزینه از نظر درستی یا نادرستی با سایرین متفاوت است؟ ۱) پوسیدگی دندان ۲) چین و چروک پوست ۳) افت فشار خون ۴) دیابت نوع ۲ ت) نگهداری مواد غذایی فاسد شدنی در یخچال، برای مقابله با کدام عامل ایجاد فشاد در مواد غذایی می‌باشد؟ ۱) مکانیکی ۲) فیزیکی ۳) شیمیایی ۴) بیولوژیک ث) از آزمایش‌های شایع غربالگری سرطان می‌توان از ..... در تشخیص سرطان پروستات در مردان نام برد. ۱) کولونوسکوپی ۲) آزمایش خون ۳) ماموگرافی ۴) پاپ اسمیر ج) کدامیک از موارد زیر از عوارض شایع بیماری دیابت نیست؟ ۱) اختلال در جریان خون در دست و پا ۲) نابینایی یا کم بینایی ۳) استفراغ یا سرفه خونی ۴) نارسایی کلیه چ) کدام یک از انواع هپاتیت شایع‌تر است؟ ۱) نوع A و B ۲) نوع B و C ۳) نوع C و D ۴) نوع E و G ح) ویروس اچ آی وی از کدام راه زیر منتقل نمی‌شود؟ ۱) استفاده از سرویس‌های بهداشتی مشترک ۲) عطسه و سرفه ۳) نیش حشرات، مانند پشه ۴) همه موارد	
۵	جدول زیر در رابطه با مواد مغذی است. هر یک از موارد ستون ((الف)) با یکی از موارد ستون ((ب)) ارتباط منطقی دارد. آنها را پیدا کنید. (یک مورد در ستون ((ب)) اضافی است.) ((الف)) ((ب)) الف) آب ۱) رشد، ترمیم و حفظ بافت‌های عضلانی ب) کاروتوئید ۲) حیاتی‌ترین نیاز غذایی انسان پ) هموگلوبین ۳) پیش‌ساز ویتامین آ ت) پروتئین ۴) حمل اکسیژن در خون ث) دیابت نوع دو ۵) تغییر در خال‌های پوستی از علائم هشدار دهنده‌ی آن است. ج) سرطان ۶) کلسترول بالا از عوامل خطرساز قابل پیشگیری آن است. چ) وبا ۷) ویروس دستگاه تنفسی است. ح) سوزاک ۸) انتقال از دستگاه تناسلی ۹) انتقال از آب آلوده	۲
۶	هر یک از موارد زیر به کدام بعد از ابعاد سلامت مربوط است؟ الف) قضاوت نسبتا صحیح در برخورد با مسائل ب) ابراز مکنونات قلبی پ) امیدواری ت) مدیریت هیجان	۱
۷	از مزایای مدنظر قرار دادن موفقیت‌ها در برنامه‌ریزی خود مراقبتی دو مورد را بنویسید.	۰/۵
۸	در صورتی که در اجرای برنامه خود مراقبتی دچار مشکل شویم چه باید کرد؟	۰/۲۵
۹	در مورد برنامه غذایی و تغذیه سالم به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. الف) میزان آب مصرفی افراد به چه عواملی بستگی دارد؟ (ذکر دو مورد کافی است.) ب) کدام ماده معدنی به حفظ و استحکام استخوان‌ها کمک می‌کند؟ پ) دو مورد از عادت‌های غذایی نادرست شایع در نوجوانان را بنویسید. ت) روغن کبد ماهی، غنی‌ترین منبع کدام ویتامین است؟	۱/۵
۱۰	در رابطه با چاقی و عوامل آن، کنترل وزن و تناسب اندام به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. الف) دو مورد از عوامل بروز چاقی چیست نام ببرید؟ ب) وزن مطلوب در دختران به چه عواملی بستگی دارد؟ پ) براساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و برخورداری از وزن مطلوب به چه عواملی بستگی دارد؟	۱/۵
۱۱	با توجه به مطالب کتاب درسی، برای جمله‌ی زیر دلیل علمی بیاورید. میوه‌های ضربه دیده با گذشت زمان فاسد می‌شوند.	۰/۵

www.k-konoon.ir

۱۳	سه مورد از عوارض بیماری‌های غذازاد را بیان کنید و این عوارض متناسب با چه چیزی بروز پیدا می‌کند؟	۱
۱۴	در صورت مشاهده هر یک از علائم سکته مغزی در فرد، مهم‌ترین اقدام چیست؟	۰/۲۵
۱۵	با توجه به اطلاعات جدول زیر موارد (الف تا ت) را کامل کنید.	۱

	سطح LDL	احتمال بیماری قلبی - عروقی	سطح کلسترول
اسید چرب اشباع	[redacted]	الف)	افزایش
اسید چرب غیر اشباع	ب)	کاهش	پ) .....
اسید چرب ترانس	ت)	افزایش	[redacted]

۱۶	شکل زیر مربوط به کدام نوع تومور است؟ یک دلیل بیاورید. 	۰/۵
۱۷	کدام شکل نشان دهنده‌ی دیابت نوع یک می‌باشد؟ 	۰/۲۵
۱۸	نشانه اصلی بیماری دیابت چیست و دو گام پیشگیری از دیابت را بنویسید؟	۰/۷۵
۱۹	در رابطه با بیماری‌های واگیردار به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. الف) در بیماری هپاتیت کدام اندام التهاب پیدا می‌کند و فعالیت آن مختل می‌شود؟ ب) چرا در دوران پنجره نتیجه آزمایش HIV منفی است؟ پ) امروزه به چه دلیل بسیار مهمی از از تعداد بیماری‌های واگیردار کاسته شده و این نوع بیماری‌ها کنترل شده‌اند؟	۱

« موفق باشید »

www-kanoon-ir

باسمه تعالی

اداره آموزش و پرورش منطقه چهار تهران	**مجتمع فرهنگی آموزشی هوشمند پسرانه امام حسین (ع)**		مجتمع فرهنگی آموزشی غیردولتی پسرانه هوشمند امام حسین (ع)
سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰	درس:	پایه:	
دبیرستان دوره دوم	تاریخ آزمون: / /۱۴۰۰	مدت امتحان: دقیقه	
نام	نام خانوادگی	رشته تحصیلی	نام دبیر
			استاد

ردیف	سوالات	بارم

« موفق باشید »