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

نام و نام خانوادگی: شماره کارت: پایه و رشته تحصیلی: دوازدهم تجربی و ریاضی کلاس:	بسمه تعالی اداره کل آموزش و پرورش شهر تهران اداره آموزش و پرورش منطقه ۴ دبیرستان نمونه دولتی فدک امتحانات نوبت اول سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳	امتحان درس: سلامت و بهداشت تاریخ امتحان: ۱۴۰۳/۱۰/۰۲ (۱۴۰۴/۰۱/۰۸) وقت امتحان: ۹۰ دقیقه تعداد صفحه: ۲ نام دبیر: ساناز رهبه	محل مهر دبیرستان

ردیف		بارم
۱	درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را مشخص کنید. الف) پوسیدگی دندان یک روند تدریجی ولی نسبتاً کوتاه است و معمولا با یک تغییر رنگ آغاز می شود. ب) براساس هرم غذایی ، مقدار مصرف روزانه شیر و فرآورده های آن باید بیشتر از حبوبات و مغزها باشد. ج) به هنگام سکته قلبی ، لخته خون قبل از پلاک تشکیل می شود د) این عقیده که همه افراد به ۷ یا ۸ خواب در طول شب نیاز دارند، درست نیست.	۱ نمره
۲	از بین کلمات داخل پرانتز کلمه مناسب را انتخاب کنید. الف) علائم در بیماران مبتلا به دیابت نوع (یک / دو) معمولا شدید و ناگهانی است. ب) آلودگی مواد غذایی به فلزات سنگین جزء (مسمومیت / عفونت) غذایی شمرده میشود. ج) عدم تحمل فعالیت بدنی از مشکلات(قلبی – عروقی / عضلانی- استخوانی / تنفسی) عوارض جانبی است. د) عوارض آلودگی هوا بر روی پوست بینی ایجاد جوش های (چرکی/ سرسیاه/ سر سفید) می باشد	۱ نمره
۳	در پرسشهای چهار گزینه ای زیر گزینه مناسب را انتخاب کنید. الف) کدام مورد از اثرات اشعه UVA می باشد؟ ۱) نفوذ به لایه های رویی پوست ۲) آسیب مستقیم به DNA ۳) پیری زودرس پوست ۴) آفتاب سوختگی و التهاب ب) نگهداری مواد غذایی فاسد شدنی در یخچال برای مقابله با کدام عامل ایجاد فساد در مواد غذایی میباشد؟ ۱) مکانیکی ۲) فیزیکی ۳) شیمیایی ۴) بیولوژیکی ج) کدام یک از مواد مغذی زیر در حفظ و ترمیم بافت های عضلانی نقش موثرتری دارد؟ ۱) کربوهیدرات ۲) پروتئین ۳) ویتامین ۴) چربی د) چند مورد از موارد زیر نادرست می باشد؟ • سدیم به حفظ تعادل مایعات در بدن یاری می رساند. • ویتامین های محلول در چربی معمولاً در کبد ذخیره می شوند . • منیزیم در حمل اکسیژن خون موثر است. • مواد غذایی که در بالای هرم غذایی قرار می گیرند دارای بیشترین حجم هستند. ۱) چهار ۲)سه ۳) دو ۴) یک	۱ نمره

www.kanoon.ir

Scanned with CamScanner

۴	در عبارات زیر جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید. الف).....یکی از مهمترین عوامل موثر در شکل گیری الگوی غذایی افراد است. ب)غنی ترین منبع ویتامین D .....است که به صورت مکمل دارویی موجود است. ج) بر اساس قانون تعادل انرژی تنظیم وزن و برخورداری از وزن مطلوب به دو عامل ..... و ..... بستگی دارد. د) تشخیص به موقع سرطان ها با انجام ..... و ..... صورت می پذیرد. ه) ..... یکی از شایع ترین بیماریهای انگلی است که از طریق پوست و مو سرایت می کند. و) سبزی ها و میوه های زرد ، نارنجی، قرمز و سبز تیره منبع خوب ..... هستند که این مواد پیش ساز ویتامین ..... هستند. ز) بدن انسان هدیه و امانت الهی برای ..... به حساب می آید.	۲/۵ نمره
۵	الف) چند درصد از رفتارهایی که به سلامت فرد منجر می شود، محصول خود مراقبتی است؟ ب) بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت، کدام بیماری های مزمن مستقیماً با سبک زندگی فرد ارتباط دارند؟	۱،۵ نمره
۶	در مورد بهداشت فردی به پرسشهای زیر پاسخ دهید. الف) چه ویژگی هایی در مواد قندی در تسریع پوسیدگی دندان موثر می باشند؟(۳ مورد) ب) سه عارضه ناشی از آلودگی صوتی را نام ببرید. ج) دلیل پیر چشمی چیست ؟ و در چه سنی شروع می شود؟	۲ نمره
۷	الف) منظور از فساد مواد غذایی چیست؟ ب) انواع بیماری های ناشی از غذا را نام ببرید؟	۱/۵ نمره
۸	الف) در طبقه بندی نمای توده بدنی ، افرادی با BMI محدوده (۲۹/۹ – ۲۵) و(۳۹/۹- ۳۵) به ترتیب در چه وضعیتی قرار دارند؟ ب) دو بیماری که باعث چاقی در افراد می گردد را نام ببرید.	۱ نمره
۹	الف) بیشترین عامل مرگ و میر به دلیل بیماری های قلبی – عروقی چه بیماریهایی هستند؟ ب) عوامل غیر قابل پیشگیری دیابت نوع دو را نام ببرید (۳ مورد) ج) چرا به LDL کلسترول بد گفته می شود؟	۲/۵ نمره
۱۰	چهار عامل موثر بر سلامت را نام ببرید.	۱نمره
۱۱	الف) کربوهیدرات ها در بدن به چه شکل و در کجا ذخیره می شوند؟ ب) نقش مواد معدنی را در بدن بنویسید (۲ مورد) ج) چه عواملی می تواند در میزان آب مصرفی افراد تاثیر گذار باشند؟ (۳ مورد)	۲ نمره
۱۲	الف) دو عارضه جدی ناشی از عدم درمان بیماری های آمیزشی را نام ببرید. ب) چهار مورد از علایم ابتلا به هپاتیت B را نام ببرید. ج) منظور از دوره پنجره در بیماری ایدز چیست؟	۳ نمره

Scanned with CamScanner