نام :	باسمه تعالی	نوبت امتحانی : دی ماه ۱۴۰۲
نام خانوادگی :	اداره کل آموزش و پرورش فارس	پایه دوازدهم / شعبه
نام پدر :	کارشناسی سنجش و ارزیابی تحصیلی	تاریخ امتحان : ۱۰/۱۸ / ۱۴۰۲
شماره صندلی:	اداره آموزش و پرورش ناحیه ۳شیراز	ساعت شروع : ۸ صبح
نام درس : سلامت و بهداشت	دبیرستان محمدرسول ا...(ص)(مهر آموزشگاه)	مدت امتحان ۶۰ دقیقه

تصحیح	نام و نام خانوادگی : دالوند تاریخ و امضاء :	نمره به عدد : نمره به حروف :	تجدید نظر	نام و نام خانوادگی : تاریخ و امضاء :
				نمره به عدد : نمره به حروف :

ردیف	سؤالات	بارم
۱	درستی یا نادرستی هر یک از عبارت های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید. الف. در حفظ و تامین سلامت، به طور حتم، درمان بر پیشگیری مقدم است. ب. خود مراقبتی دارای انواع جسمی، روانی – عاطفی، اجتماعی و معنوی است. پ. بدن برای مصرف ویتامین **K** به چربی نیاز دارد. ت. از جمله نکات بهداشت فردی افراد موثر در فرآیند تولید غذا، نداشتن زیور آلات است. ث. دیابت نوع یک، شایع ترین نوع دیابت است. ج. ویروس اچ آی وی از طریق اشک و بزاق منتقل می شود. چ. همه افراد، به ۷ یا ۸ ساعت خواب در طول شب نیاز دارند . ح. اولین شرط لازم برای ازدواج، بلوغ جنسی زن و مرد است.	۲
۲	در هر یک از عبارت های زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید. الف. آزمایش ادرار قبل از عقد، برای تشخیص ..... زوجین است. ب. دریافت امواج صوتی و .....، دو وظیفه مهم گوش می باشند. پ. بیماری سوزاک از طریق دستگاه ..... منتقل می شود. ت. سردرد ناگهانی شدید و از دست دادن تکلم از علائم سکته ..... هستند. ث. چاقی با الگوی ..... در بین زنان شایع تر است. ج. یکی از عادت های غذایی نادرست، حذف برخی وعده ها به ویژه ..... است. چ. تامین سلامت مستلزم رعایت ..... است. ح. قابل درک ترین بعد سلامت، سلامت ..... است.	۲
۳	از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید. الف. سلامت در فرهنگ فارسی معین (بی عیب شدن – رهایی یافتن) معنی شده است. ب. در برنامه ریزی برای خودمراقبتی، ابتدا باید گام های (کوچک – بزرگ)برداریم. پ. ویتامین (**B-A**)در بدن ذخیره نمی شود . ت. الگوی چاقی سیب در (مردان – زنان) شایعتر است. ث. رطوبت از جمله عوامل (مکانیکی / فیزیکی) است که باعث ایجاد فساد در مواد غذایی می شود. ج. برای تشخیص سرطان (روده – معده) از روش کولونوسکوپی استفاده می شود. چ. برای پیشگیری از ابتلا به بیماری (دیابت نوع دو - هپاتیت **B**)می توان از واکسن آن استفاده کرد . ح. به طور معمول با افزایش سن، نیاز بدن به خواب (کمتر – بیشتر) می شود.	۲

www-kanoon.ir

نام :	باسمه تعالی	نوبت امتحانی : دی ماه ۱۴۰۲
نام خانوادگی :	اداره کل آموزش و پرورش فارس	پایه دوازدهم / شعبه
نام پدر :	کارشناسی سنجش و ارزیابی تحصیلی	تاریخ امتحان : ۱۰/۱۸ / ۱۴۰۲
شماره صندلی:	اداره آموزش و پرورش ناحیه ۳شیراز	ساعت شروع : ۸ صبح
نام درس : سلامت و بهداشت	دبیرستان محمدرسول ا...(ص)(مهر آموزشگاه)	مدت امتحان ۶۰ دقیقه

۴	در پرسش های زیر گزینه مناسب را انتخاب کنید. الف. در بیماری .....، پوسته عدسی چشم سخت میشود . ۱-پیرچشمی ۲-آستیگماتیسم ۳-دوربینی ۴-نزدیک بینی ب. راه انتقال کدام یک متفاوت است؟ ۱-هپاتیت ۲ - بیماری انگلهای روده ای ۳- وبا ۴ -اسهال خونی پ. از کدام بیماری به عنوان قاتل خاموش یاد می شود؟ ۱-سکته قلبی ۲-سکته مغزی ۳-فشار خون بالا ۴ -سرطان ت. کدام یک از عوامل زیر جزء عوامل بیولوژیکی ایجاد فساد در مواد غذایی می باشد؟ ۱-جوندگان ۲ -افزودنی ها ۳- رطوبت ۴ -ضربه دیدن ث. کدام گزینه ،از عوارض جانبی کاهش سریع وزن نیست ۱-ریزش موها ۲ -افت فشار خون ۳- چین و چروک و شل شدن پوست صورت ۴ -اختلالات انعقاد خون ج. کدام گزینه، از موارد زیر میتواند تأمین کننده پروتئین کامل باشد؟ ۱-تخم مرغ ۲- غالت ۳-حبوبات ۴- خشکبار چ. کدام گزینه بیشترین تاثیر را بر سلامت دارد؟ ۱- وراثت ۲-عوامل محیطی ۳-خدمات بهداشتی – روانی ۴ -سبک زندگی ح. "قضاوت نسبتاً صحیح در برخورد با مسائل" از نشانه های کدام یک از ابعاد سلامت است؟ ۱- روانی. ۲- جسمانی. ۳- اجتماعی ۴- معنویت	۲
۵	هر کدام از توضیحات زیر مربوط به چه مطلبی می باشند؟ هر کدام ۵/نمره) الف. به توانمندی لازم برای اداره امور همسر و فرزندان اطلاق می گردد. ب. برای تشخیص سرطان دهانه رحم از این آزمایش غربالگری استفاده می شود؟ پ. "امکانات و تسهیلات آموزشی" جزء کدام یک از چهار عامل موثر بر سلامت است؟ ت. پایین ترین قسمت در هرم غذایی مربوط به کدام گروه غذایی است؟	۲
۶	به پرسش های زیر پاسخ کوتاه دهید.(هر کدام ۵/نمره) الف. اولین شرط لازم برای ازدواج چیست؟ ب. برای جلوگیری از پوسیدگی دندان، حداقل چندبار مسواک زدن در طول شبانه روز مورد تاکید است؟ پ. ویروس نقص ایمنی انسانی که سبب بیماری عفونی می شود، چه نام دارد؟ ت. بیشترین علل مرگ و میر در ایران مربوط به کدام دسته از بیماری ها است؟ ث. دو مورد از اصول رعایت بهداشت محیط در محل تهیه، توزیع و نگهداری مواد غذایی را بنویسید. ج. بر اساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و برخورداری از وزن مطلوب به چه عواملی بستگی دارد؟ چ. از انواع خود مراقبتی دو مورد را نام ببرید. ح. وزن مطلوب برای هر فرد به چه عواملی بستگی دارد؟ دو مورد را بنویسید.	۴

www.kanoon.ir

نام :	باسمه تعالی	نوبت امتحانی : دی ماه ۱۴۰۲
نام خانوادگی :	اداره کل آموزش و پرورش فارس	پایه دوازدهم / شعبه
نام پدر :	کارشناسی سنجش و ارزیابی تحصیلی	تاریخ امتحان : ۱۰/۱۸ / ۱۴۰۲
شماره صندلی:	اداره آموزش و پرورش ناحیه ۳شیراز	ساعت شروع : ۸ صبح
نام درس : سلامت و بهداشت	دبیرستان محمدرسول ا...(ص)(مهر آموزشگاه)	مدت امتحان ۶۰ دقیقه

۷	دلیل علمی هر یک از موارد زیر را بنویسید.(هر مورد ۵/ نمره) الف. قبل از بارداری برای اطمینان از سلامت لثه و دندان، مراجعه به دندان پزشک ضروری است. ب. صبح، هنگام بیدار شدن، از دهان بوی بد حس می شود . پ. بیماری پدیکلوزیس (شپش سر) چگونه منتقل می شود؟ ت. دیابت جوانان بر اثر چه عواملی ایجاد می شود؟ (دو مورد) ث. میوه های ضربه دیده با گذشت زمان، فاسد می شوند . ج. مصرف اسیدهای چرب اشباع در برنامه غذایی روزانه، باید محدود گردد چ.هریک از علائم زیر مربوط به کدام نوع دیابت است؟ (نوع ۱ یا ۲) الف. احساس سوزش در انگشتان دست و پا ب. پرنوشی و پرادراری ح. از آزمایش کولونوسکوپی برای تشخیص کدام نوع سرطان استفاده می شود؟	۴
۸	منظور از آلودگی صوتی چیست؟	۱
۹	درباره بیماری ایدز به پرسشهای زیر پاسخ دهید الف. عامل این بیماری چه نام دارد؟ ب. نتیجه آزمایش فرد در دوران پنجره چه خواهد بود؟ پ. یکی از راههای اصلی پیشگیری از انتقال عامل این بیماری را بنویسید	۱
۱۰	در چه صورت یک تومور، تومور "بدخیم" محسوب می شود؟	۱
۱۱	منظور از اصل تنوع در تغذیه سالم چیست؟	۱
	موفق باشید	۲۰