نام..... نام انوادگی:..... نام درس: ..... پایه : ..... تاریخ امتحان: ..... شماره صفحه:	باسمه تعالی اداره کل آموزش و پرورش استان آذربایجان غربی **دبیرستان پسرانه استیلا** **(مهر آموزشگاه)**	نام و نام خانوادگی دبیر: ..... نمره امتحانی: ..... تاریخ امتحان : ..... نمره به عدد: ..... نمره به حروف:..... **تاریخ و امضا دبیر**

ردیف	پیامبر اکرم(ص): « نیکوکاری کامل آن است که در نهان همان را انجام دهی که در آشکارا انجام می دهی»	بارم

شماره سوال		بارم سوال
۱	فرمایش حضرت علی (ع) را درباره سلامت بنویسید؟	۰/۵
۲	بهداشت را تعریف کنید؟	۰/۵
۳	از نشانه های سلامت روان۲ مورد را بنویسید؟	۰/۵
۴	خود مراقبتی را در یک جمله کوتاه تعریف کنید؟	۱
۵	عوامل موثر بر سلامت را نام ببرید؟	۰/۵
۶	کدام بیماری ها با سبک زندگی ارتبا مستقیم دارند؟	۱
۷	فیبر را تعریف کنید و نقش آن را در سلامت فرد بنویسید؟	۱
۸	الف) چند ماده غذایی سرشار از کربوهیدرات پیچیده را نام ببرید؟ ب) واحد سازنده پروتئین ها را نام برده و دو ماده غذایی سرشار از اسید آمینه های ضروری را نام ببرید؟	۱
۹	سه اصل تغذیه سالم را نام ببرید و علت تغییر ذائقه افراد را بنویسید؟	۱

www-kanoon-ir

نام و نام خانوادگی: پایه: دوازدهم تجربی کلاس: شماره صندلی: نام دبیر:	به نام خدا وزارت آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران مدیریت آموزش و پرورش ناحیه۱ ارومیه	مدت امتحان: دقیقه نوبت امتحان: ترم اول تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۱۰/ نام درس: بهداشت و سلامت

۱۰	از آداب صحیح غذا خوردن در فرهنگ اسلامی ۴ مورد ذکر کنید؟	۰/۵
۱۱	از کمبود هر یک از مواد معدنی زیر کدام بیماری بروز میکند؟ الف)کلسیم ب)ید ج)فقر آهن د)روی در کودکان	۱
۱۲	از عوامل موثر بر چاقی ۴ مورد را نام ببرید؟	۱
۱۳	الف) تنظیم وزن بدن و برخورداری از وزن مطلوب به کدام دو عامل بستگی دارد؟ ب)از عوامل شیمیایی مواد غذایی ۲ مورد را نام ببرید؟	۱
۱۴	مفهوم بیماری های غذا زاد را بنویسید؟	۰/۵
۱۵	علت کاهش مرگ و میر کودکان در برابر بیماری های واگیر در سال های اخیر چیست؟	۰/۵
۱۶	پلاک خونی چگونه تشکیل میشود و عارضه اصلی تشکیل پلاک در بدن چیست؟	۰/۵
۱۷	از علائم فشار خون بالا ۴ مورد را بنویسید؟	۰/۵