باسمه تعالی

اداره آموزش و پرورش شهرستان گناوه	**آموزشگاه** مطهره		نمره	مهر آموزشگاه
سوالات ارزشیابی نوبت: دی ماه	درس:سلامت وبهداشت	پایه:دوازدهم	رشته:انسانی	
شامل ۱۵سوال در ۱ صفحه	تاریخ آزمون:۱۴۰۴/۱۰/۰۶	مدت امتحان: ۶۰دقیقه		
نام	نام خانوادگی	شماره کلاس	شماره صندلی	نام دبیر / آموزگار
				خانم ابراهیمی

ردیف	سؤالات	بارم
۱	ابعاد سلامت را نام ببرید.	۱,۵
۲	سه مورد از آداب صحیح خوردن و آشامیدن در فرهنگ اسلامی نام ببرید	۱
۳	دوران پنجره در سندروم نقص ایمنی اکتسابی چیست؟	۱
۴	انواع ویتامین ها را نام ببرید و از هریک مثالی بزنید.	۱,۵
۵	بیماری آستیگماتیسم چیست؟دو روش رفع عیوب انکساری را بنویسید.	۱
۶	بهداشت فردی چیست؟	۲
۷	برای پیشگیری از بیماری ایدز چه مواردی را باید رعایت کرد؟	۱
۸	درهنگام بروز سکته قلبی رعایت چه نکاتی به بیمار کمک خواهد نمود؟	۲
۹	دو گام از گام های خود مراقبتی در پیشگیری از سکته قلبی را پیشنهاد دهید.	۱
۱۰	**از دلایل افزایش آمار سرطان سه مورد را بنویسید.**	۲
۱۱	**از عوارض جانبی کاهش وزن سریع سه مورد را بنویسید.** از اصول تغذیه سالم دو مورد را نام ببرید.	۲
۱۲	**از راههای پیشگیری و کنترل فشار خون سه مورد بنویسید.** آنژ ن صدر ی ه چه علت ا یجاد می شود؟	۱
۱۳	چربی های اشباع را در چه غذاهایی می توان یافت؟)دومورد(و چرا بایستی میزان آن را کنترل نمود.؟	۱
۱۴	**چهار عامل موثر در سلامت را نام ببرید؟**	۱
۱۵	چرادر اجرای برنامه خود مراقبتی بایستی موفقیت هایمان رامد نظر داشته باشیم؟	۱