درخت تو گر بار دانش بگیرد به زیر آوری چرخ نیلوفری را

نمونه سوالات امتحانی دی ماه

آیا با بسته جهش کانون آشنا هستید؟

یکی از ابتکارات امسال کانون فرهنگی آموزش(قلم چی) بسته جهش می‌باشد که در ۳ حوزه ، فرایند آموزش شما را تکمیل خواهد کرد و باعث پیشرفت نمرات شما در مدرسه میشود.



✓ **آزمون های تشریحی کانون از دوم دبستان تا دوازدهم: با هدف تمرین بیشتر و بهبود نمرات در مدرسه و امتحانات نیمسال اول و دوم**



✓ **فیلم های آموزشی آفلاین پیشرفت: تدریس توسط مجرب ترین دبیران پرمخاطب کشور، منطبق بر برنامه آموزش و پرورش و کتاب درسی با هدف پیشرفت در مدرسه**



✓ **نرم افزار پلکان یادگیری: شامل آزمون‌های تستی و تشریحی در سطوح مقدماتی و پیشرفته، با امکان ساخت آزمون در هر سطح دشواری**



kanoonBook.ir

برای دریافت جایزه ویژه از کانون بوک و یا آشنایی بیشتر با بسته جهش کانون، عدد ۳۳ را به سر شماره ۹۰۰۰۸۴۵۱ ارسال کنید.

www.kanoon.ir

باسمه تعالی

وزارت آموزش وپرورش

اداره آموزش وپرورش ناحیه چهار تبریز

دبیرستان غیر دولتی صدرای نور

نام :..... سوالات درس سلامت و بهداشت امتحانات نیم سال اول: ۴۰۵-۴۰۴ تاریخ امتحان :۴۰۴/۱۰/۰۳

نام خانوادگی: ..... پایه :..... ساعت شروع :۹. صبح مدت زمان امتحان:۶۰ دقیقه شماره صندلی:.....

نام و نام خانوادگی دبیر: نوشین فرج زاده **نمره به عدد:** **نمره به حروف:**

تاریخ و امضا:

ردیف	**امام زمان (عج):** « **برای زود واقع شدن فرج بسیار دعا کنید همانا فرج شما در همان است**.	بارم

1-جا های خالی را پر کنید؟(۲)

الف)سلامت .....بیانگر عملکرد درست بخش های مختلف بدن و هماهنگی آنها با هم است.

ب)در بین عوامل موثر بر سلامت .....با سهم ./.05بیشترین تاثیر را بر سلامت افراد دارد.

ج)لکه های .....رنگ روی میوه ها و کپک .....رنگ در سطح نان یا دیگر خوراکی ها .....هستند که می توان آنها را با چشم غیر مسلح نیز مشاهده کرد

د)ازدواج عامل .....انسان است.

ه)برخورداری از وزن مطلوب علاوه بر ارتقای سلامت جسمی به سلامت .....نیز کمک می کند

و)چربی اشباع عامل تعیین کننده سطح .....در خون است.

۲-درستی و نادرستی جملات را تعیین کنید؟(۲)

الف)آهن در ترکیب هموگلوبین خون نقش اساسی دارد.

ب)یکی از شایع ترین مشکلات گوش کم شنوایی است .

ج)چاقی با الگوی گلابی در مقایسه با الگوی سیبی خطر ابتلا به بیماری های قلبی و عروقی را افزایش می دهد.

د)تامین سلامت مستلزم پیشگیری است.

ه)در برنامه های خود مراقبتی بهتر است جریمه سنگین باشد.

و)فردی که وزنی بیشتر از حد معمول دارد ممکن است دچار اضافه وزن یا در موارد شدیتر چاقی باشد.

ز)بهداشت دهان و دندان یک ضرورت و بخشی از وظیفه بهداشت عمومی در تمام عمر است.

ر)همه میکروب های موجود در دهان پوسیدگی زا هستند

۳-عبارت صحیح را انتخاب کنید.(۲)

الف)مصرف چربی و رو غن خود را (کم –بیشتر)کنید.

ب)دندان های پیش برای (بریدن –پاره کردن)و دندان های آسیا برای(نرم کردن-بریدن) و دندان های نیش برای(نرم کردن-پاره کردن)به کار می رود.

ج)عضله قلب برای انجام وظایف مهم خود به (اکسیژن-دی اکسید کربن)و مواد غذایی کافی نیاز دارد

د)هورمون انسولین از غده(کلیه-لوزلمعده)ترشح میشود

ه)شایع ترین توع دیابت (دیابت نوع یک-نوع دو)می باشد

و)احتمال مزمن شدن بیماری در مبتلایان به هپاتیت نوع (c-b)بیشتر است

۴-دو راه اصلی پیشگیری از انتقال اچ آی وی را بنویسید؟(۱)

www-karnoom-ir

۵- نحوه فعالیت شپش سر در بیماری پدیکوزیسرا بنویسید؟(۱)

۶-سلامت روانی چیست؟(۱)

۷- هر یک از عبارات زیر مربوط به کدام یک از انواع خود مراقبتی می باشد؟(۲)
الف)خوددن غذای سالم
ب)کاهش خشم
ج)وقت گذراندان با خانواده
د)انجام فرایض دینی

۸-مشکلات گوارشی ناشی از چاقی را نام ببرید؟(۱)

۹-فرمول شاخص توده بدنی را بنویسید؟(۱)

۱۰-اهمیت انجام آزمایش و واکسیناسیون قبل از عقد را بنویسید؟(۰,۲۵)

۱۱-از موارد بهداشت فردی زوجین کدام یک بسیار ضروری است؟(۰,۷۵)

۱۲-منظور از بیماری های غذا زاد چیست؟(۱)

۱۳-عوارض ناشی از کمبود روی در کودکان و نوجوانان را بنویسید؟(۰,۷۵)

۱۴-ویتامین های محلول در چربی شامل کدام ویتامین ها می باشد؟(۱)

۱۵-هریک از سرطان های زیر توسط چه روش آزمایشی غربالگری می شوند؟(۱)
سرطان روده: سرطان سینه:

۱۶-فشار خون ۸۰میلی متر جیوه چه می نامند؟(۰,۲۵)

۱۷-آکنه چیست؟(۱)

۱۸-مشکلات قلب و عروقی ناشی از چاقی را نام ببرید؟(۱)

www-kanoon-ir

	جمع نمره	**موفق باشید**	

www-kanoon-ir

باسمه تعالی

وزارت آموزش وپرورش

اداره آموزش وپرورش ناحیه چهار تبریز

دبیرستان غیر دولتی صدرای نور

نام :..... سوالات درس :..... امتحانات نیم سال اول: ۴۰۵-۴۰۴ تاریخ امتحان :.....

نام خانوادگی: ..... پایه :..... ساعت شروع :..... مدت زمان امتحان:..... شماره صندلی:.....

نام و نام خانوادگی دبیر: **نمره به عدد:** **نمره به حروف:**

تاریخ و امضا:

ردیف	امام زمان (عج): « برای زود واقع شدن فرج بسیار دعا کنید همانا فرج شما در همان است.	بارم

۱- الف)جسمانی ب)سبک زندگی ج)سیاه-سبز-هاگ د)تکامل ه)سلامت روان و)کلسترول

۲-الف)ص ب)ص ج)غ د) غ ه)غ و)ص ز)ص ر)غ

۳-الف)کم ب)بریدن-نرم- پاره ج)اکسیژن د)لوزالمعده ه)نوع ۲ و) c

۴-عدم استفاده از سرنگ و سرسوزن مصرف شده و پرهیز از رفتارهای جنسی پرخطر دو راه اصلی پیشگیری از ویانتقال اچ است.

۵-در ناحیه عقب سر در قسمت گردنو در پشت گوش زندگی می کنند و در انجا تخم می گذارند که لا خارش شدید در این واحی همراه است

۶-سلامت روانی تنها به معنای نداشتن بیماری روانی نیست، بلکه داشتن قدرت تطابق با شرایط محیطی بروز عکس العمل مناسب از فرد در برابر مشکلات و حوادث زندگی را نیز شامل می شود

۷-الف)جسمی ب)روانی- عاطفی ج)اجتماعی د)معنوی

۸-سنگ صفرا، التهاب کبد

۹-

$$\text{شاخص توده بدنی} = \frac{\text{وزن (برحسب کیلوگرم)}}{\text{مجذور قد (برحسب متر)}}$$

۱۰- تا به کمک آن سلامت زوجین و تداوم ازدواج تضمین شود.

۱۱- بالاخص بهداشت دهان و دندان، بهداشت پوست و دستگاه های جنسی برای زوجین بسیار ضروری است.

۱۲-بیماری های غذازاد یا بیماری های ناشی از غذا، بیماری هایی هستند که به عللی از جمله پایین بودن سطح بهداشت فردی یا بهداشت محیط،عدم دسترسی به آب سالم ،گسترش استفاده از غذاهای خیابانی و نبودن نظارت و ... ایجاد می شوند

۱۳-موجب کاهش سرعت رشد می شود و به کوتاهی قد و تأخیر در بلوغ آنها می انجامد.

۱۴-ویتامین های A، K، E و D هستند.

www-kanoon-ir

۱۵-کولونوسکوپی مامو گیرافی

۱۶-دیاستولی(مینیمم)

۱۷-جوش غرور جوانی یا آکنه یک اختلال پوستی شایع در دوران بلوغ و جوانی است که درآن، غده های چربی پوستی و پیاز مو ملتهب می شوند متعاقب آن، جوشهایی روی صورت و بدن پدیدار می گردند

۱۸-اختلالات چربی خون، افزایش فشار خون، اختلالات انعقاد خون، التهاب مزمن

	موفق باشید	جمع نمره