



اگرچه نیت خوبی است زیستن ...
اما خوشکه دست به تصمیم بهتری بزنیم !

www.konkursara.com

۰۲۱۵۵۷۵۶۵۰۰

دانلود بهترین جزوات در

کنکورسرا

کنکورسرا

مرجع تخصصی قبولی آزمون فرهنگیان و آزمون استخدامی آموزش و پرورش

دیارستان و تحران امام رضا علیه السلام (دوره دوم) - واحد ۷



(P)

جمهوری اسلامی ایران
وزارت آموزش و پرورش
آموزش و پرورش
نagherie

تعداد صفحات: ۳

تعداد سوالات: ۴۴

تاریخ برگزاری: ۹۷/۱۰/۲۴

وقت پاسخگویی: ۹۰ دقیقه



رشته: عمومی
پایه: دوازدهم

نام درس:
سلامت و بهداشت

بارم

ردیف

در عبارات زیر موارد صحیح و غلط را مشخص کنید.

- ۰/۲۵ الف) دو نعمت در نزد مردم مجھول هستند سلامت و اینمی پیامبر اکرم (ص) ص غ
- ۰/۲۵ ب) بقراط سلامت را تعادل بین اخلاق چهارگانه شامل صفراء، سودا و بلغم می دانست. ص غ
- ۰/۲۵ پ) تعریف ابن سینا از سلامت، سلامت سرشی و حالتی است که در آن اعمال بدن به درستی سر می زند و نقطه مقابل بیماری است. ص غ
- ۰/۲۵ ج) سازمان بهداشت جهانی سلامت را برخورداری از آسایش می داند. ص غ
- ۰/۵ چ) در تعریف جامع سلامتی می توان گفت: سلامت کیفیتی از زندگی است که در آن فرد از سلامت جسمی روانی اجتماعی و معنوی برخوردار است. ص غ
- ۰/۲۵ ح) امام علی(ع) در نهج البلاغه می فرماید سخت تر از فقر، بیماری تن و سخت تر از بیماری تن بیماری دل و روان است. ص غ
- ۰/۲۵ خ) از ویژگیهای سلامت معنوی ایمان به خدا، امیدواری ، کمالجوبی، و پایبندی به اخلاقیات و هدف داشتن در زندگی و اعتقاد به معنویت و معاد است. ص غ
- ۰/۲۵ د) آگاه باشید تنها یاد خدا آرام بخش دل هاست. (سوره رعد، آیه ۲۸) ص غ
- ۰/۲۵ ذ) سبک زندگی سالم مجموعه ای از انتخاب های سالم افراد است که مناسب با موقعیت های زندگی صورت نمی گیرد. ص غ

جاهاي خالي را با عبارت مناسب پر کنيد.

- ۰/۲۵ الف) بدن ۲۰ نوع اسید لازم دارد نوع خود را تهیه می کند و بقیه را از طریق غذا تامین می کند.
- ۰/۲۵ ب) ترکیبات یا موادی هستند که به بدن کمک می کند کربوهیدراتها و پروتئین ها و چربی ها را به مصرف برساند.
- ۰/۵ پ) کمبود موجب کاهش سرعت رشد کودکان می شود و به منجر می شود.
- ۰/۵ ت) مهمترین منبع طبیعی ید مواد غذایی دریایی شامل و می باشد.
- ۰/۵ ث) بدن قادر به ذخیره مقدار معینی که به صورت در ماهیچه ها و کبد ذخیره می شود.
- ۰/۵ ج) مواد مغذی هستند که بدن برای و بافت عضلانی به آن ها نیاز دارد.
- ۰/۲۵ چ) به معنی دریافت مقدار لازم و کافی هریک از مواد غذایی است.
- ۰/۲۵ ح) عادتهای غذایی یکی از مهمترین عوامل موثر در شکل گیری افراد است.

			گزینه صحیح را مشخص کنید.		
۰/۵	الف) عبارت است از تجمع غیرطبیعی بیش از اندازه توده چربی در بدن که سلامتی فرد را دچار مشکل می کند.	<input type="checkbox"/> چربی ها	<input type="checkbox"/> تغذیه	<input type="checkbox"/> چاقی	<input type="checkbox"/> لاغری
۰/۵	ب) کاهش اعتماد به نفس، افسردگی، پرخوری عصبی از مشکلات چاقی می باشد.	<input type="checkbox"/> تیک عصبی	<input type="checkbox"/> تغذیه ای	<input type="checkbox"/> اجتماعی	<input type="checkbox"/> روانی
۰/۵	پ) اختلالات چربی خون، افزایش فشارخون، اختلالات انعقاد خون، التهاب مزمن از مشکلات چاقی می باشد.	<input type="checkbox"/> بیماری های خونی	<input type="checkbox"/> اضافه وزن	<input type="checkbox"/> قلبی و عروقی	<input type="checkbox"/> سیستم عصبی
۰/۵	ت) ریزش مو، چین و چروک، شل شدن پوست، ضعف اعصاب و افت فشارخون، پوسیدگی دندان ها ورم و زخم معده از عوارض جانبی می باشد.	<input type="checkbox"/> کاهش سریع وزن	<input type="checkbox"/> رژیم درمانی	<input type="checkbox"/> رژیم گیاهی	<input type="checkbox"/> رژیم لاغری
	به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید.				
۰/۵	الف. بیشترین آلدگی مواد غذایی در چه مراحلی اتفاق می افتد؟ دو مورد را ذکر کنید				
۰/۵	ب. غذاهایی که پر توده‌ی می شوند چه برچسبی دارند؟				
۰/۵	پ. دو مورد از اصول بهداشتی در جلوگیری از آلدگی و فساد و مواد غذایی را بنویسید.				
۰/۵	ت. بیشترین عامل مرگ در بیماریهای قلبی چیست؟				
۰/۵	ج. فشارخون را تعریف کنید؟				
۰/۵	چ. چرا باید مصرف اسیدهای چرب اشباع شده محدود شود؟				
۱	ح. انواع چربی های بدن را نام ببرید؟				
۰/۵	خ. مهمترین علامت بالینی در سکته قلبی را بنویسید.				
۰/۵	ر. دو مورد از علائم هشداردهنده ی سلطان را بنویسید.				
۰/۵	ز. دو نشانه از علایم سکته مغزی را بنویسید.				
۱	س. چهار مورد از بیماریهای واگیر دار را نام ببرید؟				
۰/۵	ش. دو بیماری واگیر دار که از طریق خون و ترشحات بدن منتقل می شوند را بنویسید؟				
۰/۵	ص. دلیل ترشح انتی بادی در بدن در بیماری ایدز چیست؟				
۱	ض. دو راه مهم پیشگیری از ایدز را بنویسید؟				

سوالات تشریحی

	سوالات تشریحی	
۰/۵	دو مورد از بیماری های چشمی را بنویسید.	الف
۰/۵	علت عیوب انکساری چشم را توضیح دهید؟	ب
۰/۵	دو وظیفه مهم گوش را بنویسید.	پ
۰/۵	بیماری آکنه را توضیح دهید؟	ت
۰/۵	دو مورد از تاثیرات منفی اشعه ماورای بنفش را بر روی پوست بنویسید.	ج
۰/۵	سخنی از پیامبر(ص) را در مورد ازدواج بنویسید.	ج
۰/۲۵	از انواع بلوغ در انسان را که برای ازدواج لازم است یک مورد را نام ببرید.	ح
۰/۲۵	از آزمایش های لازم در ازدواج دو مورد را نام ببرید.	خ
۰/۵	دو مورد از عوامل موثر در باروری زوجین را نام ببرید.	د
	پیروز باشید	

دیگرستان و تحرانه امام رضا علیه السلام (دوره دوم) - واحد ۷						جمهوری اسلامی ایران		
						وزارت آموزش و پرورش		
						اقوامی و پرورش ناجیه ۴		
نام و نام خانوادگی:	نام درس: سلامت و بهداشت	رشته: عمومی	پایه: دوازدهم	تعداد سوالات: ۴۴	تعداد صفحات: ۳	تاریخ برگزاری: ۹۷/۱۰/.....	وقت پاسخگویی: ۹۰ دقیقه	
بارم								ردیف
<p>در عبارات زیر موارد صحیح و غلط را مشخص کنید. همه گزینه ها صحیح است و گزینه ج غلط میباشد</p> <p>الف) دو نعمت در نزد مردم مجھول هستند سلامت و اینمی پیامبر اکرم (ص) ص <input type="checkbox"/> غ <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>ب) بقراط سلامت را تعادل بین اخلاق چهارگانه شامل صfra، سودا و بلغم می دانست. ص <input checked="" type="checkbox"/> غ <input type="checkbox"/></p> <p>پ) تعریف ابن سینا از سلامت، سلامت سرشتی و حالتی است که در آن اعمال بدن به درستی سر می زند و نقطه مقابل بیماری است. ص <input checked="" type="checkbox"/> غ <input type="checkbox"/></p> <p>ج) سازمان بهداشت جهانی سلامت را برخورداری از آسایش می داند. ص <input checked="" type="checkbox"/> غ <input type="checkbox"/></p> <p>چ) در تعریف جامع سلامتی می توان گفت: سلامت کیفیتی از زندگی است که در آن فرد از سلامت جسمی روانی اجتماعی و معنوی برخوردار است. ص <input checked="" type="checkbox"/> غ <input type="checkbox"/></p> <p>ح) امام علی(ع) در نهج البلاغه می فرماید سخت تر از فقر، بیماری تن و سخت تر از بیماری تن بیماری دل و روان است. ص <input checked="" type="checkbox"/> غ <input type="checkbox"/></p> <p>خ) از ویژگیهای سلامت معنوی ایمان به خدا، امیدواری ، کمالجویی، و پاییندی به اخلاقیات و هدف داشتن در زندگی و اعتقاد به معنویت و معاد است. ص <input checked="" type="checkbox"/> غ <input type="checkbox"/></p> <p>د) آگاه باشید تنها یاد خدا آرام بخش دل هاست. (سوره رعد، آیه ۲۸) ص <input checked="" type="checkbox"/> غ <input type="checkbox"/></p> <p>ذ) سبک زندگی سالم مجموعه ای از انتخاب های سالم افراد است که متناسب با موقعیت های زندگی صورت نمی گیرد ص <input checked="" type="checkbox"/> غ <input type="checkbox"/></p>								
<p>جاهای خالی را با عبارت مناسب پر کنید.</p> <p>الف) بدن ۲۰ نوع اسید لازم دارد ۱۱. نوع راخود تهیه می کند و بقیه را از طریق غذا تامین می کند.</p> <p>ب) ویتامین ها. ترکیبات یا موادی هستند که به بدن کمک می کند کربوهیدراتها و پروتئین ها و چربی ها را به مصرف برساند.</p> <p>پ) کمبود ... روی موجب کاهش سرعت رشد کودکان می شود و به کوتاهی قد منجر می شود.</p> <p>ت) مهمترین منبع طبیعی ید مواد غذایی دریایی شامل صدف و جلبک هایدریایی می باشد.</p> <p>ث) بدن قادر به ذخیره مقدار معینی کربوهیدرات است. که به صورت .. گلیکوژن....در ماهیچه ها و کبد ذخیره می شود.</p> <p>ج) پروتئین ها..... مواد مغذی هستند که بدن برای ... رشد... و ترمیم و حفظ بافت عضلانی به آن ها نیاز دارد.</p>								
<p>ج) ... تقدیه صحیح..... به معنی دریافت مقدار لازم و کافی هریک از مواد غذایی است.</p> <p>ح) عادتهای غذایی یکی از مهمترین عوامل موثر در شکل گیری الگوی غذایی..... افراد است.</p>								

	گزینه صحیح را مشخص کنید.
۰/۵	الف)چاقی..... عبارت است از تجمع غیرطبیعی بیش از اندازه توده چربی در بدن که سلامتی فرد را دچار مشکل می کند.
۰/۵	ب) کاهش اعتماد به نفس، افسردگی، پرخوری عصبی از مشکلاتروانی..... چاقی می باشند.
۰/۵	پ) اختلالات چربی خون، افزایش فشارخون، اختلالات انعقاد خون، التهاب مزمن از مشکلات ...قلبی وعروقی... چاقی می باشد.
۰/۵	ت) ریزش مو، چین و چروک، شل شدن پوست، ضعف اعصاب و افت فشارخون، پوسیدگی دندان ها ورم و زخم معده از عوارض جانبیکاهش سریع وزن..... می باشد.
	به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید.
۰/۵	الف. بیشترین آلودگی مواد غذایی در چه مراحلی اتفاق می افتد؟ دو مورد فرآوری = نگهداری
۰/۵	ب. غذاهایی که پر توده‌ی می شوند چه برچسبی دارند؟ RUDRA
۰/۵	پ. دو مورد از اصول بهداشتی در جلوگیری از آلودگی و فساد و مواد غذایی را بنویسید؟ رعایت بهداشت فردی - رعایت بهداشت محیط
۰/۵	ت. بیشترین عامل مرگ در بیماریهای قلبی چیست؟ انسداد رگهای خون رسان قلب عروق کرونر
	ج. فشارخون را تعریف کنید؟ برای جاری شدن خون در بدن و رساندن مواد غذایی واکسیژن به اعضای مختلف بدن به این
۰/۵	نیروی از منداست
	چ. چرا باید مصرف اسیدهای چرب اشباع شده محدود شود؟ زیرا باعث افزایش سطح کلسترول خون وایجاد بیماریهای
۰/۵	قلبی میشود.
۱	ح. انواع چربی های بدن را نام ببرید؟ کلسترول - LDL - HDL - تری گلیسریرید
۰/۵	خ. مهمترین علامت بالینی در سکته قلبی را بنویسید؟ احساس فشار یا سنجینی در قفسه سینه
۰/۵	ر. دو مورد از علائم هشدار دهنده ای سرطان را بنویسید؟ زخم های بدون بهبود - تغییر در خاله ای پوستی
۰/۵	ز. دو نشانه از علایم سکته مغزی را بنویسید؟ سردرد ناگهانی - ازدست دادن بینایی ناگهانی
۱	س. چهار مورد از بیماریهای واگیر دار را نام ببرید؟ هپاتیت ایدز شپش سر انفولانزا
۰/۵	ش. دو بیماری که از طریق خون و ترشحات بدن منتقل می شوند را بنویسید؟ هپاتیت ایدز

۰/۵	ص. دلیل ترشح انتی بادی در بدن چیست؟ گلوبولهای سفید این ماده را ترشح می کنند و عامل شناسایی بیماری ایدز میباشد ض. دوراه مهم پیشگیری از بیماری ایدز را بنویسید؟ عدم استفاده از سوزن و سرنگ مشترک - پرهیز از رفتارهای پرخطر جنسی	
سوالات تشریحی		
۰/۵	دو مورد از بیماری های چشمی را بنویسید. از موارد استیگمات - دوربینی - نزدیک بینی	الف
۰/۵	علت اصلی عیوب انکساری چشم را توضیح دهید؟ ایجاد تغییراتی در ساختار کره چشم که منجر به عیوب چشمی میشود.	ب
۰/۵	دو وظیفه مهم گوش را بنویسید. گوش دریافت امواج صوتی و حفظ تعادل بدن را عهده دار است	پ
۰/۵	بیماری اکنه را توضیح دهید؟ نوعی اختلال پوستی در دوره نوجوانی است که غدههای چربی پوست و پیاز مو ملتهب می شود و جوشها بایی روی سطح بدن بوجود می آید.	ت
۰/۵	دو مورد از تاثیرات منفی اشعه ماورای بنفش را بر روی پوست بنویسید. پیری زود رس ایجاد چروک در پوست و آفات سوختگی والتهاب	ج
۰/۵	سخنی از پیامبر(ص) را در مورد ازدواج بنویسید. هیچ بنایی در اسلام محبوب‌تر از ازدواج نیست هر کس ازدواج کند نیمی از دین خود را کامل کرده است	ج
۰/۲۵	از انواع بلوغ در انسان را که برای ازدواج لازم است دو مورد را نام ببرید. بلوغ جسمی روانی اجتماعی	ح
۰/۲۵	از آزمایش های لازم در ازدواج یک مورد را نام ببرید. آزمایش ادرار برای تشخیص اعتیاد - آزمایش خون برای تشخیص گروههای خونی	خ
۰/۵	دومورد از عوامل موثر در باروری زوجین را نام ببرید. سن - تغذیه سیگار وزن مناسب داروهای محرک ومکمل استرس آلدگی های محیطی - بیماریهای منتقله از راه جنسی قاعده گی های نا منظم - بیماریهای مزمن	د