

<div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 20px; margin: 0 auto;"></div>	شماره صندلی :	باسمه تعالی	نام : .....
تاریخ امتحان : ۹۹/۹/۳۰		اداره کل آموزش و پرورش استان زنجان	نام خانوادگی : .....
مدت امتحان : ۴۵ دقیقه		اداره آموزش و پرورش ناحیه ۲ زنجان	نام پدر : .....
تعداد صفحات : ۱ صفحه : (۱)		امتحان درس بهداشت و سلامت پایه دوازدهم	نام آموزگاه : غیر دولتی رشد



بارم		<p>۱- جمله را با قرار دادن کلمه مناسب کامل کنید(۲ نمره)</p> <p>الف ( سلامت در لغت نامه دهخدا..... معنی شده است.</p> <p>ب) بطور مختصر و جامع ،«بهداشت عبارت است از تامین ، ..... و..... سطح سلامت».</p> <p>پ) گوش اندام شنوایی انسان است که دو وظیفه مهم ..... و ..... را بر عهده دارد.</p> <p>ج) در بین عوامل مؤثر بر سلامت، ..... با سهم ۵۰٪ بیشترین تأثیر را بر سلامت افراد دارد.</p> <p>د) افراد برای بر خور داری از تغذیه سالم نیازمند رعایت دو اصل ..... و..... در برنامه غذایی روزانه خود هستند.</p>	
۲		<p>۲- درستی یا نادرستی عبارات زیر را تعیین کنید.</p> <p>الف) به مجموعه‌ای از بیماریها که اساساً عامل مشخصی ندارند، بیماریهای واگیر میگویند.</p> <p>ب) سرماخوردگی و آنفلوآنزا از مهمترین بیماریهای ویروسی است.</p> <p>ج) غذا باید به صورت کاملاً داغ و یا کاملاً سرد نگهداری شود تا به مدت طولانی سالم بماند.</p> <p>د) چاقی با الگوی سیب بیشتر در زنان رایج است.</p> <p>ه) تمامی پروتئین اضافی در بدن تبدیل به انرژی میشود.</p> <p>پ) بدن قادر به ذخیره سازی ویتامینهای محلول در آب نیست.</p> <p>ت) قابل درکترین بعد سلامت، سلامت معنوی است.</p> <p>ث) در برنامه خود مراقبتی هدفها باید کلی و آرمانی باشند.</p>	
۱		<p>۳- منظور از سلامت روان چیست؟ (۱نمره)</p>	
۲		<p>۴- خود مراقبتی چیست؟ تعریف کنید. (۱ نمره)</p>	
۲		<p>۵- منابع اصلی کربوهیدراتهای پیچیده کدامند؟ (۱نمره)</p>	
۱		<p>۶- عوامل بروز چاقی در افراد را نام ببرید. (۲نمره)</p>	
۲		<p>۷- فساد مواد غذایی چیست و عوامل ایجاد آن کدامند؟ (۲ نمره)</p>	
۲		<p>۸- عوامل خطر ساز بیماری دیابت نوع ۲، که قابل پیشگیری هستند را نام ببرید. (۱ نمره)</p>	
۱		<p>۹- بیماریهای قلبی و عروقی شامل کدام بیماریها است؟ (۲نمره)</p>	
۲		<p>۱۰- بیماریهای واگیر بر اساس شیوه انتقال به چند دسته تقسیم میشوند نام ببرید؟ (۲ نمره)</p>	
۱		<p>۱۱- بیماری هپاتیت چیست؟ ( ۱ نمره)</p>	
جمع		<p>۱۲- عوارض کم خوابی را نام ببرید(چهار مورد) ( ۲ نمره)</p>	
۲۰		<p>۱۳- چهار عامل اصلی پوسیدگی دندان را نام ببرید. (۱ نمره)</p>	
		موفق باشید	

	نمره با عدد	نمره تجدید نظر	
	نمره با حروف	در صورت داشتن اعتراض :	

نام و امضای دیر :

نام و امضای دیر:

