


	نام:	باسمه تعالی	پایه:	دوازدهم	رشته:	تمام رشته‌ها
	نام خانوادگی:	آموزش و پرورش ناحیه 3 مشهد	تاریخ امتحان:	14.3/8/25		
	نام پدر:	آموزشگاه:	ساعت برگزاری:			
	نام استاد:	محل مهر آموزشگاه	مدت امتحان:	60 دقیقه		
نام درس:	سلامت و بهداشت	شماره صفحه: 1	تعداد صفحه: 4			
مصحح اول			مصحح دوم (در صورت اعتراض و درخواست کتبی دانش آموز)			
نام و نام خانوادگی دبیر تصحیح:	تاریخ و امضا:	نام و نام خانوادگی دبیر تصحیح:	تاریخ و امضا:			
نمره با عدد:	نمره با حروف:	نمره با عدد:	نمره با حروف:			
ردیف	سوالات					بارم
1	عبارت‌های صحیح و غلط را مشخص نمایید(ص/غ).					
	سلامت از نظر بقراط برقراری تعادل بین اخلاط چهارگانه (صفرا-سودا-بلغم-خون) است. ()					
	سلامتی کیفیتی از زندگی است که در آن فرد صرفاً از سلامت جسمانی برخوردار باشد. ()					
	سبک زندگی باسهم حدود 50 درصد بیشترین سهم را در سلامت دارد. ()					
	نوع عادت‌ها و رفتارهای غذایی مردم، ریشه در فرهنگ و آداب و رسوم ندارد. ()					
	چاقی با الگوی سیب بیشتر در زنان رایج است. ()					
	غذا باید به صورت کاملاً داغ و یا کاملاً سرد نگهداری شود تا به مدت طولانی سالم بماند. ()					
	سلول‌های تومور خوش خیم در یک نقطه متمرکز شده‌اند و رشد ندارد و پراکنده نمی‌شوند. ()					
2	مهم‌ترین راه‌های پیشگیری از بیماری‌های آمیزشی، پرهیز از بی‌بندباری جنسی و پایبندی به اصول خانوادگی و اخلاقی است. ()					
	در جای خالی عبارت مناسب را بنویسید.					
	براساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و بر خورداری از وزن مطلوب به دو عامل..... و بستگی دارد.					
	ضربه دیدن در حین برداشت، انتقال و نگهداری مواد غذایی از عوامل فساد مواد غذایی است.					
	به هرگونه بیماری که دستگاه گردش خون را تحت تاثیر قرار دهد بیماری‌هایی..... گویند.					
3	مهم‌ترین بیماری‌های که از طریق دستگاه تنفسی منتقل می‌شوند و هستند.					
	کربوهیدرات‌ها از نظر غذایی به دو گروه و تقسیم می‌شوند					
	گزینه صحیح را مشخص کنید.					
	کدام مورد از دلایل اولویت پیشگیری بر درمان نیست؟ الف) پیشگیری بسیار آسان‌تر و کم هزینه‌تر از درمان است ب) زمان آموزش‌های پیشگیرانه بسیار کوتاه‌تر و برای همگان امکان پذیر است ج) برخلاف روش درمان، پیشگیری عوارض جانبی دارد د) برخلاف درمان، پیشگیری باعث از دست رفتن کار و فعالیت یا نقص عضو نمی‌شود					

	نام:	باسمه تعالی	پایه:	دوازدهم	رشته:	تمام رشته‌ها
	نام خانوادگی:	آموزش و پرورش ناحیه 3 مشهد	تاریخ امتحان:	14.3/8/25	تمام رشته‌ها	
نام پدر:	آموزشگاه:	هنرستان فنی و حرفه‌ای خوش‌بیان	ساعت برگزاری:			
نام استاد: تقوی	محل مهر آموزشگاه		مدت امتحان:	60 دقیقه		
نام درس:	سلامت و بهداشت	شماره صفحه: 2	تعداد صفحه: 4			
مصحح اول			مصحح دوم (در صورت اعتراض و درخواست کتبی دانش‌آموز)			
نام و نام خانوادگی دبیر تصحیح:	تاریخ و امضا:	نام و نام خانوادگی دبیر تصحیح:	تاریخ و امضا:			
نمره با عدد:	نمره با حروف:	نمره با عدد:	نمره با حروف:			
ردیف	سوالات					بارم
	<p>کدام بیماری براساس گزارش سازمان بهداشت جهانی، با سبک زندگی ارتباط مستقیم ندارد؟</p> <p>الف)سکته مغزی ب)چاقی ج)سکته قلبی د)دیابت</p>					
	<p>کدام مورد از وظایف چربی در بدن نیست؟</p> <p>الف)تولید انرژی ب)حفظ گرمای بدن ج)ذخیره سازی انرژی د)تجزیه ویتامین</p>					
4	معنی کلمه‌ی سلامت در لغت نامه دهخدا و در فرهنگ فارسی معنی چیست؟					
5	از دیدگاه اسلام چه ایرادی بر تعریف سلامت توسط سازمان جهانی بهداشت وارد است؟					
6	منظور از سبک زندگی سالم است؟					
7	برای نوشتن برنامه‌ی خودمراقبتی به چه مواردی باید توجه کنیم؟					
8	به طور کلی مواد غذایی مورد نیاز بدن را به چند گروه تقسیم می‌کنند؟ نام ببرید.					

	نام:	باسمه تعالی	پایه:	دوازدهم	رشته:	تمام رشته‌ها
	نام خانوادگی:	آموزش و پرورش ناحیه 3 مشهد	تاریخ امتحان:	14.3/8/25	تمام رشته‌ها	
	نام پدر:	آموزشگاه:	ساعت برگزاری:			
	نام استاد:	محل مهر آموزشگاه	مدت امتحان:	60 دقیقه		
نام درس:	سلامت و بهداشت	شماره صفحه:	3	تعداد صفحه:	4	
مصحح اول			مصحح دوم (در صورت اعتراض و درخواست کتبی دانش آموز)			
نام و نام خانوادگی دبیر تصحیح:	تاریخ و امضا:	نام و نام خانوادگی دبیر تصحیح:	تاریخ و امضا:			
نمره با عدد:	نمره با حروف:	نمره با عدد:	نمره با حروف:			
ردیف	سوالات					بارم
9	پروتئین‌ها از نظر غذایی چه نقشی در بدن دارند؟					
10	چاقی چیست و عوامل آن را نام ببرید.					
11	دو اصلی که افراد چاق برای کاهش وزن باید رعایت کنند را بیان کنید.					
12	فساد مواد غذایی چیست و عوامل ایجاد آن کدامند؟					
13	چهارمورد از نکات بهداشت فردی برای افراد شاغل در مکان‌های تهیه، تولید و توزیع غذا را نام ببرید					
14	مفهوم بیماری را بیان کنید.					

	نام:	باسمه تعالی	پایه:	دوازدهم	رشته:	تمام رشته‌ها
	نام خانوادگی:	آموزش و پرورش ناحیه 3 مشهد	تاریخ امتحان:	14.3/8/25	تمام رشته‌ها	
	نام پدر:	آموزشگاه:	ساعت برگزاری:			
	نام استاد: تقوی	محل مهر آموزشگاه	مدت امتحان:	60 دقیقه		
نام درس:	سلامت و بهداشت	شماره صفحه: 4	تعداد صفحه: 4			
مصحح اول			مصحح دوم (در صورت اعتراض و درخواست کتبی دانش آموز)			
نام و نام خانوادگی دبیر تصحیح:	تاریخ و امضا:	نام و نام خانوادگی دبیر تصحیح:	تاریخ و امضا:			
نمره با عدد:	نمره با حروف:	نمره با عدد:	نمره با حروف:			
ردیف	سوالات					بارم
15	وظیفه قلب چیست؟					
16	اهمیت بیماری‌های واگیردار در یک جامعه چیست؟					
17	برای پیشگیری از ابتلا به بیماری‌ها و انگل‌های روده‌ای رعایت چه نکاتی لازم است؟					
	یا به اندازه تلاشت آرزو کن یا به اندازه آرزوهایت تلاش کن					