



www.kanoon.ir			
آزمون شبیه سازی امتحانات نهایی - کانون فرهنگی آموزش (قلمچی)			
کل کتاب درسی			
سؤالات تشریحی درس: سلامت و بهداشت	رشته: ریاضی - تجربی	مدت امتحان: ۹۰ دقیقه	ساعت شروع: ۸ صبح
نام و نام خانوادگی:	پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه	تاریخ امتحان: ۱۴۰۳/۲/۲۰	تعداد صفحات: ۳

ردیف	سؤالات	نمره
۱	<p>درستی یا نادرستی هر یک از عبارات های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.</p> <p>الف) در پیشگیری، زمان آموزش ها بسیار کوتاه و برای همه در هر سطح معلومات میسر است.</p> <p>ب) بدن قادر به ذخیره مقدار معینی چربی است که به صورت گلیکوژن در ماهیچه ها و کبد ذخیره می شود.</p> <p>ج) آلودگی مواد غذایی به باکتری ها، ویروس ها و سایر عوامل بیماری زا موجب مسمومیت های غذایی می شود.</p> <p>د) خانه ایمن ترین مکان برای پناه گیری است در حالی که بسیاری از مردم غافل هستند.</p> <p>ه) بارزترین آثار بلندمدت مصرف الکل می توان به اختلال در عملکرد سیستم عصبی اشاره کرد.</p> <p>و) استرس شب امتحان تا حدی که حتی به درس خواندن هم لطمه نزند مضر است.</p> <p>ز) ایدز نوعی بیماری واگیردار است که در همان مراحل ابتدایی می توان آن را به کمک آزمایشات تشخیص داد.</p> <p>ح) یکی از مهم ترین وظایف گوش میانی و خارجی به ترتیب کمک به حفظ تعادل بدن و جمع آوری صوت است.</p>	۲
۲	<p>در هر یک از عبارات های زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.</p> <p>الف) از جمله مخاطرات فیزیکی ناشی از کار با مواد شیمیایی و است.</p> <p>ب) بر طبق تحقیقات، دود دسته ممکن است اثر آن ماه ها بر جای بماند.</p> <p>ج) در لغت نامه دهخدا سلامتی، توصیف شده است.</p> <p>د) فعالیت هایی که خود یا خانواده مان برای حفظ و ارتقای سلامت مان انجام می دهیم، نام دارد.</p> <p>ه) کربوهیدرات به دو دسته و تقسیم می شود.</p> <p>و) براساس قانون تعادل انرژی، بر خورداری از وزن مطلوب به دو عامل و بستگی دارد.</p>	۲/۲۵
۳	<p>از بین کلمات داخل پرانتز کلمه مناسب را انتخاب کنید.</p> <p>الف) التهاب کبد از مشکلات (سیستم عصبی / سیستم قلبی - عروقی / سیستم گوارشی) عوارض چاقی است.</p> <p>ب) تشخیص سرطان پروستات در مردان به وسیله (پاپ اسمیر / آزمایش خون / کولونوسکوپی) انجام می شود.</p> <p>ج) شکل غیرعادی قرنیه سبب تاری دید فردی شده است، او دچار (دوربینی / آستیگماتیسم / پیرچشمی) شده است.</p> <p>د) اولین شرط لازم برای ازدواج، رسیدن به بلوغ (جنسی / روانی / اجتماعی) است.</p> <p>ه) ریتالین از دسته مواد (محرک / توهم زا / مخدر) مربوط به مواد اعتیادآور است.</p>	۲/۵



آزمون شبیه‌سازی امتحانات نهایی - کانون فرهنگی آموزش (قلم‌چی)			
www.kanoon.ir			
کل کتاب درسی			
نام و نام خانوادگی:	پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه	رشته: ریاضی - تجربی	مدت امتحان: ۹۰ دقیقه
نام و نام خانوادگی:	تاریخ امتحان: ۱۴۰۳/۲/۲۰	تعداد صفحات: ۳	ساعت شروع: ۸ صبح

ردیف	سؤالات	نمره								
۴	<p>در پرسش‌های زیر گزینه صحیح را انتخاب کرده و در برگه پاسخ بنویسید.</p> <p>الف) کدام مورد از عوامل زمینه ساز فشار خون بالا، غیرقابل پیشگیری است؟ (۱) کم تحرکی (۲) مصرف مشروبات الکلی (۳) تغذیه مناسب (۴) سابقه خانوادگی</p> <p>ب) حس خود ارزشمندی، بیشتر مربوط به کدام یک از انواع خود مراقبتی است؟ (۱) معنوی (۲) اجتماعی (۳) جسمی (۴) روانی – عاطفی</p> <p>ج) از کدام یک از مواد سمی زیر به عنوان گاز سیگار یاد می‌شود؟ (۱) کربن‌های هیدروژن (۲) آرسنیک (۳) کربورهای هیدروژن (۴) نیکوتین</p> <p>د) کدام یک از بخش‌های ستون فقرات تعداد مهره بیشتری را به خود اختصاص داده است؟ (۱) فقرات گردنی (۲) فقرات کمری (۳) فقرات سینه‌ای (۴) ساکروم</p> <p>هـ) جرم محتویات کوله پشتی شخصی به جرم ۸۶ کیلوگرم طبق اصول آگونومی کدام می‌تواند باشد؟ (۱) ۹ کیلوگرم (۲) ۸ کیلوگرم (۳) ۱۰ کیلوگرم (۴) ۱۱ کیلوگرم</p>	۲/۵								
۵	<p>موارد مرتبط با هر یک از موارد زیر را از جدول انتخاب و مقابل آن بنویسید.</p> <p>الف) اکستازی:(۱)..... ،(۲)..... ب) حشیش:(۱)..... ،(۲)..... ج) متادون:(۱)..... ،(۲).....</p> <table><tr><th>ستون اول</th><th>ستون دوم</th></tr><tr><td>شنیدن صداهایی که وجود خارجی ندارند.</td><td>توهم‌زا</td></tr><tr><td>احساس منگی، بی‌دردی و بی‌حسی</td><td>محرک</td></tr><tr><td>احساس افسردگی شدید</td><td>مخدر</td></tr></table>	ستون اول	ستون دوم	شنیدن صداهایی که وجود خارجی ندارند.	توهم‌زا	احساس منگی، بی‌دردی و بی‌حسی	محرک	احساس افسردگی شدید	مخدر	۱/۵
ستون اول	ستون دوم									
شنیدن صداهایی که وجود خارجی ندارند.	توهم‌زا									
احساس منگی، بی‌دردی و بی‌حسی	محرک									
احساس افسردگی شدید	مخدر									
۶	<p>به پرسش‌های زیر پاسخ کوتاه و مناسب دهید.</p> <p>الف) وضعیت بدنی مناسب (پوسچر) را تعریف کنید. ب) اعتیاد چیست؟ ج) مواد اصلی تشکیل‌دهنده سیگار را نام ببرید. از سوختن آن چه چیزی حاصل می‌شود؟ د) بهداشت فردی چیست؟ هـ) عوامل فساد مواد غذایی را فقط نام ببرید.</p>	۲/۵								



سؤالات تشریحی درس: سلامت و بهداشت	رشته: ریاضی - تجربی	مدت امتحان: ۹۰ دقیقه	ساعت شروع: ۸ صبح
نام و نام خانوادگی:	پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه	تاریخ امتحان: ۱۴۰۳/۲/۲۰	تعداد صفحات: ۳

ردیف	سؤالات	نمره
۷	درباره بیماری‌های واگیردار و غیرواگیر به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. الف) کشف و ساخت انواع واکسن در کاهش کدام دسته از بیماری‌ها موثر بوده است؟ ب) راه انتقال بیماری کرونا، کدام دستگاه بدن است؟ ج) به حالتی که خون کافی به قلب نمی‌رسد چه می‌گویند؟ د) دوران پنجره را تعریف کنید.	۱
۸	مشاوره ژنتیک برای چه افرادی لازم است؟	۱
۹	چرا ازدواج در سنین پایین‌تر از نظر روانشناسی بهتر و موفقیت‌آمیزتر خواهد بود؟	۰/۲۵
۱۰	اثرات بیماری سرخجه مادر را بر نوزاد بنویسید.	۰/۷۵
۱۱	به‌منظور بلند کردن اشیای سبک از روی زمین، چه اقداماتی باید انجام داد؟	۰/۵
۱۲	با توجه به شکل زیر که یکی از اصول ارگونومی است، این اصل را توضیح دهید. 	۰/۵
۱۳	مراحل بلندکردن اشیای سنگین را به ترتیب مرتب کنید. ۱- جسم را نزدیک خودمان بگیریم. ۲- پاها را صاف روی زمین بگذاریم. ۳- بدن را در وضعیت زانو زدن قرار دهیم. ۴- تا حد ممکن نزدیک جسم بایستیم.	۱
۱۴	دو مورد از توصیه‌های خود مراقبی برای داشتن تغذیه سالم، ایمن و بهداشتی را نام ببرید.	۰/۵
۱۵	چرا در انسداد خفیف هوایی از ضربه زدن به پشت فرد باید جلوگیری شود؟	۰/۲۵
۱۶	در مورد پیشگیری از حوادث به سوالات زیر پاسخ دهید. الف) در سطح ۲ پیشگیری چه اقداماتی انجام می‌شود؟ ب) دو مورد از علائم مسمومیت با مواد شیمیایی را بنویسید. ج) چگونه می‌توان با آتش‌سوزی ناشی از برق مقابله کرد؟	۱
۲۰	جمع نمره:	

موفق باشید.

دانشود رایگان تمام آزمون های آزمایشی

در کانال تلگرام ما :

آزمونها آزمایشتی

t.me/Azmoonha_Azmayeshi

سازمان پیش آموزش کشور

حکومت
سینج

گزینه دو
مؤسسه آموزشی فرهنگی



شرکت تعاونی خدمات آموزشی کارکنان
سازمان سنجش آموزش کشور

آکا



زبختار



join us ...



آزمون شبیه سازی امتحانات نهایی - کانون فرهنگی آموزش (قلم چی)			
www.kanoon.ir			
کل کتاب درسی			
سوالات تشریحی درس: سلامت و بهداشت			
نام و نام خانوادگی:	رشته: تجربی	مدت امتحان: ۹۰ دقیقه	ساعت شروع: ۸ صبح
پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه	تاریخ امتحان: ۱۴۰۳/۲/۲۰	تعداد صفحات: ۳	

ردیف	پاسخ ها	نمره
۱	<p>الف) درست (۰/۲۵) ب) نادرست (۰/۲۵) ج) درست (۰/۲۵) د) نادرست (۰/۲۵) هـ) نادرست (۰/۲۵) و) نادرست (۰/۲۵) ز) نادرست (۰/۲۵) ح) نادرست (۰/۲۵)</p> <p>(صفحه های ۵، ۲۰، ۴۶، ۷۳، ۸۵، ۱۱۸، ۱۱۹، ۱۳۸ و ۱۷۲ کتاب درسی)</p>	۲
۲	<p>الف) انفجار (۰/۲۵) - آتش سوزی (۰/۲۵) (مصحح گرامی، ترتیب مهم نیست). ب) سوم (۰/۲۵) ج) بی عیب شدن (۰/۲۵) د) خود مراقبتی (۰/۲۵) هـ) ساده (۰/۲۵) - پیچیده (۰/۲۵) (مصحح گرامی، ترتیب مهم نیست). و) تغذیه (۰/۲۵) - فعالیت بدنی (۰/۲۵) (مصحح گرامی، ترتیب مهم نیست).</p> <p>(صفحه های ۳، ۱۵، ۲۰، ۲۱، ۳۸، ۱۳۵، ۱۳۶ و ۱۷۵ کتاب درسی)</p>	۲/۲۵
۳	<p>الف) سیستم گوارشی (۰/۵) ب) آزمایش خون (۰/۵) ج) آستیگماتیسم (۰/۵) د) جنسی (۰/۵) هـ) محرک (۰/۵)</p> <p>(صفحه های ۳۵، ۶۲، ۸۰، ۸۱، ۱۰۱ و ۱۴۴ کتاب درسی)</p>	۲/۵
۴	<p>الف) گزینه ۴ (۰/۵) ب) گزینه ۴ (۰/۵) ج) گزینه ۲ (۰/۵) د) گزینه ۳ (۰/۵) هـ) گزینه ۲ (۰/۵)</p> <p>(صفحه های ۱۵، ۵۳، ۵۴، ۱۳۰، ۱۶۵ و ۱۶۷ کتاب درسی)</p>	۲/۵
۵	<p>الف) ۱) احساس افسردگی شدید (۰/۲۵) ۲) محرک (۰/۲۵) ب) ۱) شنیدن صداهای که وجود خارجی ندارند. (۰/۲۵) ۲) توهم زنا (۰/۲۵) ج) ۱) احساس منگی، بی دردی و بی حسی (۰/۲۵) ۲) مخدر (۰/۲۵)</p> <p>(صفحه های ۱۴۳ و ۱۴۴ کتاب درسی)</p>	۱/۵



آزمون شبیه‌سازی امتحانات نهایی - کانون فرهنگی آموزش (قلم‌چی)			
www.kanoon.ir			
کل کتاب درسی			
نام و نام خانوادگی:	پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه	تاریخ امتحان: ۱۴۰۳/۲/۲۰	تعداد صفحات: ۳
رشته: تجربی	مدت امتحان: ۹۰ دقیقه	ساعت شروع: ۸ صبح	

ردیف	پاسخ‌ها	نمره
۶	<p>الف) حالتی که در آن کم‌ترین فشار و تنش به سیستم اسکلتی - عضلانی وارد می‌شود. (۰/۲۵)</p> <p>ب) عادت کردن، خوگرفتن و خود را وقف عاداتی نکوهیده کردن، اعتیاد تلقی می‌شود. (۰/۲۵)</p> <p>ج) توتون همراه با کاغذ، فیلتر و برخی افزودنی‌ها مواد اصلی تشکیل دهنده سیگار هستند. (۰/۲۵) که سوختن آن‌ها با یکدیگر سبب ایجاد ۷۰۰۰ ماده سمی و ۷۰ ماده سرطان‌زا می‌شود. (۰/۲۵)</p> <p>د) کلیه فعالیت‌ها و اقداماتی که هر فرد به طور مسئولانه (۰/۲۵) برای حفظ و تامین و ارتقای سلامتی خود و یا در نهایت برای اطرافیان‌ش انجام می‌دهد. (۰/۲۵)</p> <p>هـ) شیمیایی (۰/۲۵) - بیولوژیکی (۰/۲۵) - مکانیکی (۰/۲۵) - فیزیکی (۰/۲۵)</p> <p>(صفحه‌های ۲۳، ۴۴، ۴۵، ۷۹، ۱۲۹، ۱۴۰ و ۱۵۸ کتاب درسی)</p>	۲/۵
۷	<p>الف) واگیردار (۰/۲۵)</p> <p>ب) دستگاه تنفسی (۰/۲۵)</p> <p>ج) ایسکمی قلب (۰/۲۵)</p> <p>د) از زمان ورود ویروس به بدن تا زمانی که ترشح آنتی‌بادی به حد قابل تشخیص در آزمایشگاه برسد، (۰/۲۵) که این زمان، دوران پنجره نامیده می‌شود.</p> <p>(صفحه‌های ۵۱، ۶۷، ۶۸ و ۷۳ کتاب درسی)</p>	۱
۸	<p>مشاوره ژنتیک برای همه افراد الزامی نیست. (۰/۲۵)</p> <p>ولی از آنجا که تاثیر عوامل ارثی و ژنتیکی در بروز نارسایی‌ها در کودکان ثابت شده است، (۰/۲۵) به دختران و پسرانی که تصمیم می‌گیرند با هم ازدواج کنند، توصیه می‌شود چنانچه در فامیل خود سابقه نقص‌ها و بیماری‌های مادرزادی دارند، (۰/۲۵) قبل از هر کاری، با مراجع صلاحیت‌دار، مشاوره ژنتیک انجام دهند. (۰/۲۵)</p> <p>(صفحه ۱۰۴ کتاب درسی)</p>	۱
۹	<p>از نظر روانشناسی ازدواج در سنین پایین‌تر بهتر و حتی موفقیت‌آمیزتر است به این خاطر که زن و مرد فرصت بیشتری برای شناسایی یکدیگر و تحقق اهداف مشترک خود دارند. (۰/۲۵)</p> <p>(صفحه‌های ۱۰۱ و ۱۰۲ کتاب درسی)</p>	۰/۲۵
۱۰	<p>آب مروارید، (۰/۲۵) بیماری‌های قلبی (۰/۲۵) و عقب افتادگی ذهنی (۰/۲۵) از اثرات بیماری سرخچه مادر بر نوزاد است.</p> <p>(صفحه ۱۱۰ کتاب درسی)</p>	۰/۷۵
۱۱	<p>برای برداشتن اشیای سبک و کوچک باید کنار جسم زانو بزنیم، یک پا جلوی پای دیگر (۰/۲۵) و بدون دولا شدن جسم از روی سطح بلند کنیم. (۰/۲۵)</p> <p>(صفحه ۱۶۰ کتاب درسی)</p>	۰/۵
۱۲	<p>اصل ۹: علاوه بر انجام فعالیت‌های روزانه، از انجام فعالیت‌های جسمانی و حرکات کششی مناسب برای رفع خستگی‌ها غافل نشویم. (۰/۵)</p> <p>(صفحه ۱۷۰ کتاب درسی)</p>	۰/۵



آزمون شبیه‌سازی امتحانات نهایی - کانون فرهنگی آموزش (قلم‌چی)			
www.kanoon.ir			
کل کتاب درسی			
سؤالات تشریحی درس: سلامت و بهداشت		رشته: تجربی	مدت امتحان: ۹۰ دقیقه
نام و نام خانوادگی:		پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه	تاریخ امتحان: ۱۴۰۳/۲/۲۰
		تعداد صفحات: ۳	ساعت شروع: ۸ صبح

ردیف	پاسخ‌ها	نمره
۱۳	<p>(۲) پاها را صاف روی زمین بگذاریم. (۰/۲۵)</p> <p>(۴) تا حد ممکن نزدیک جسم بایستیم. (۰/۲۵)</p> <p>(۳) بدن را در وضعیت زانو زدن قرار دهیم. (۰/۲۵)</p> <p>(۱) جسم را نزدیک خودمان بگیریم. (۰/۲۵)</p>	۱ (صفحه ۱۶۰ کتاب درسی)
۱۴	<p>- در انتخاب و مصرف مواد غذایی به سه اصل تنوع، تعادل و تناسب توجه شود.</p> <p>- وزن فرد در حد متعادل حفظ شود.</p> <p>- دریافت فیبر روزانه افزایش یابد.</p> <p>- مصرف چربی و روغن کاهش یابد.</p> <p>(مصحح گرامی، دو مورد کافی است. هر مورد (۰/۲۵))</p>	۰/۵ (صفحه ۴۶ کتاب درسی)
۱۵	<p>در انسداد خفیف هوایی باید از ضربه زدن به پشت شخص اجتناب شود، چرا که ممکن است باعث جابه‌جایی جسم گیرکرده شده و باعث انسداد کامل شود. (۰/۲۵)</p>	۰/۲۵ (صفحه ۱۸۲ کتاب درسی)
۱۶	<p>الف) آمادگی برای اتخاذ تدابیر مناسب در زمان وقوع حادثه به منظور کاهش شدت آن (۰/۲۵) و تماس با نهادهای امدادرسان همچون اورژانس و آتش نشانی و.... (۰/۲۵)</p> <p>ب) مسمومیت، تاول‌های پوستی (و مشکلات تنفسی) از جمله خطرات مهم هستند. (۰/۲۵)</p> <p>ج) با استفاده از گاز کربن‌دی‌اکسید می‌توان با آن مقابله کرد. (۰/۲۵)</p>	۱ (صفحه‌های ۱۷۲، ۱۷۵ و ۱۷۹ کتاب درسی)