

نام و نام خانوادگی: شماره دانش آموزی:	بسمه تعالی امتحان سلامت و بهداشت	تاریخ: / / مدت پاسخگویی: ۶۰ دقیقه طراح:	محل الصاق مهر
--	--	---	---------------

ردیف	بارم	
۱	۳	درستی یا نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید. ۱: به عقیده بقراط سلامت به معنی تعادل بین اخلاط چهارگانه شامل صفرا، سودا، بلغم و خون است. ۲: تامین سلامت مستلزم رعایت تغذیه مناسب است. ۳: کربوهیدرات ها در معده ذخیره می شوند. ۴: وظیفه اصلی چربی ها در بدن تامین انرژی مورد نیاز بدن است. ۵: دخانیات بزرگترین عامل مرگ و میر در قرن بیستم می باشد. ۶: بهتر است از مواد سفید کننده قوی برای تمیز کردن سینک ظرف شویی استفاده شود. ص () غ () ص () غ () ص () غ () ص () غ () ص () غ () ص () غ ()
۲	۳	جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید: ۱: دامنه فشار خون طبیعی بین تا میلی متر جیوه است. ۲: بیشترین قسمت کلسترول در داخل بدن توسط ساخته می شود. ۳: افزایش میزان در خون، خطر بیماری های قلبی - عروقی کاهش می یابد. ۴: آشفتگی های هیجانی معمولاً بوده و در رفتارهای روزمره فرد می باشد.
۳	۳	مفاهیم زیر را تعریف کنید: ۱: بهداشت فردی ؟ ۲: خودشناسی ؟ ۳: حوادث خانگی ؟
۴	۲	چهار مورد از عیوب انکساری را نام ببرید.
۵	۲	عوامل اصلی در ایجاد پوسیدگی را نام ببرید. (۴مورد)
۶	۲	نیکوتین موجود در سیگار چه عوارضی را می تواند در افراد مصرف کننده داشته باشد؟
۷	۱	منظور از وضعیت بدنی مناسب (پوسچر) چگونه حالتی است؟
۸	۰,۵	در کدام یک از موارد زیر الگوی صحیح وضعیت بدن رعایت شده است؟  د: هیچکدام ☐  ج:  ب:  الف:
۹	۱,۵	جهت استفاده از اسپری های حشره کش چه اقداماتی را باید انجام داد؟
۱۰	۲	چهار مورد از موادی که متعاقب ورود به بدن باعث مسمومیت شیمیایی می گردند را نام ببرید.
		موفق و پیروز باشید