

نمونه سوالات فصل ۱۲ و ۱۳ (سفر سلامت و سفر غذا) پایه هفتم

۱) به پرسشهای زیر پاسخ دهید:

الف) نقش غذا را در بدن توضیح دهید؟

ب) چرا خطر بسته شدن رگها در افرادی که چربی های جامد می خورند، بیشتر است؟

پ) پروتئینها از چه چیزی ساخته شده اند و چه کاری در بدن انجام می دهند؟

۲) عبارتهای درست را با ص و عبارتهای نادرست را غ نشان دهید:

الف) نشاسته و گلوکز کربوهیدراتهای ساده اند.

ب) سلولز نوعی کربوهیدرات مرکب است.

ت) پروتئینها در دستگاه گوارش ساخته می شوند.

۳) دانش آموزی برای صبحانه، کیک و شیر می خورد. دانش آموز دیگر نان و پنیر، خرما و شیر می خورد. توضیح دهید ارزش

غذایی کدام صبحانه بیشتر است؟

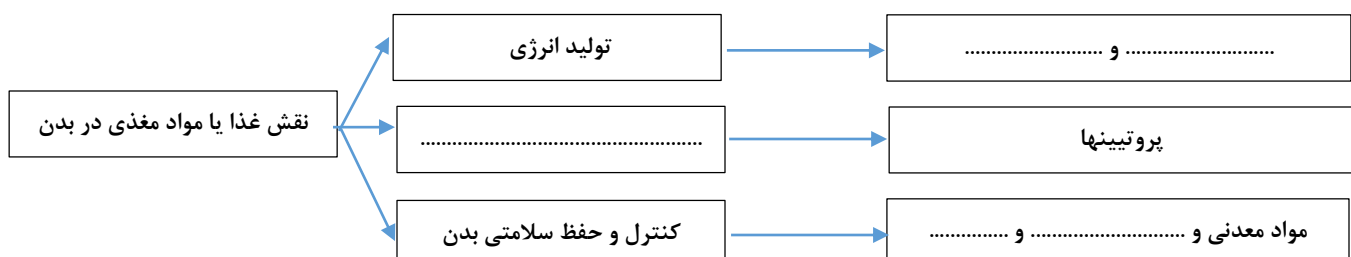
۴) جدول روبه رو درباره مواد مغذی است. با کلمه های مناسب، جدول را تکمیل کنید:

نقش	منبع	ماده مغذی
سلامت پوست ولته	ویتامین C
سلامت مو	نان و غلات
استحکام استخوان	شیر
.....	گلوکز

۵) هر یک از موارد ستون الف با یکی از مشکلات ستون ب ارتباط دارند، آنها را به هم وصل کنید.

الف	ب
افزایش سدیم	پوکی استخوان
کمبود آهن	فشار خون بالا
کمبود ویتامین D	کم خونی
کمبود کلسیم	نرمی استخوان

۶) نقشه نمودار مفهومی زیر را کامل کنید:



۷) به پرسشهای زیر پاسخ دهید.

الف) منظور از گوارش چیست؟

ب) آنزیمها چه نقشی در گوارش غذا دارند؟

ت) کبد چه نقشی در تجزیه چربی ها دارد؟

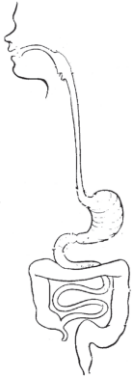
۸) شکل روبه رو لوله گوارش را نشان می دهد. با توجه به شکل به پرسشهای زیر پاسخ دهید.

الف) غده های بزاقی در کدام بخش قرار دارند؟

ب) کدام بخش غذا را به معده می فرستد؟

پ) جذب نهایی مواد مغذی در کدام بخش انجام می شود؟

ت) در کدام بخش اسید ترشح می شود؟



۹) عبارتهای درست را با ص و عبارتهای نادرست را با غ نشان دهید:

الف) بعضی مواد مغذی در دهان تجزیه می شوند.

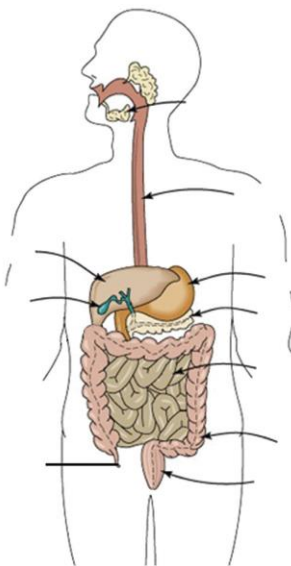
ب) صفرا در کیسه صفرا ساخته می شود.

پ) پانکراس به روده بزرگ متصل است.

ت) سبزیجات و میوهها به دفع آسان مدفوع کمک می کنند.

ث) بعضی مواد مغذی از روده بزرگ جذب می شوند.

۱۰) شکل روبه رو دستگاه گوارش در انسان را نشان می دهد. آن را نامگذاری کنید.



۱۱) توضیح دهید چرا به افرادی که چربی خون بالا دارند، توصیه می کنند تا مصرف قند و شیرینی را کم کنند؟