السلطة الوطنية الفلسطينية
وزارة التربية والتعليم العالي
الإدارة العامة للشؤون الإدارية

الأختبـــار : الصحة والبيئة
رمز الأختيار : 19

التاريخ : 2005/5/18م

ملاحظة : تتكون اسئلة هذه الورقة من قسمين وعلى المشترك ان يجيب عنهما.

القسم الأول : يتكون هذا القسم من (40) اربعين فقرة موضوعية وعلى المشترك أن يجيب عنها على النموذج المرفق في المكان المحدد لكل منها.

1- يهدف الإسعاف الأولي إلى :
1. معالجة المصاب
2. الإبقاء على حياة المصاب
3. تشخيص الإصابة
4. إخراج الأجسام الغريبة من الجسم

2- من قواعد إسعاف الجروح البسيطة
1. وضع القهوة والتراب على الجرح
2. ربط الجروح بقطعة قماش
3. عدم إستعمال الماء
4. الحرص على نظافة أيدي المسعف

3- من الأعراض الأولية التي تظهر على المصاب بضربة الشمس
1. زيادة الحركة
2. فقدان التوازن
3. النبض البطيء
4. التنفّس البطيء

4- من أقسام التسمم الغذائي تسمم ناتج عن :
1. الحقن الملوثة
2. إفراز سموم الكائنات الحية الدقيقة
3. تناول غذاء غير متوازن
4. استنشاق غازات سامة

5- تعرّف الكسور بأنها:
1. تحرّك عظم المفصل عن مكانه
2. تمزّق الأنسجة والأربطة المحيطة بالمفاصل
3. هشاشة العظام
4. قطع في إتصال النسيج العظمي

6- أكثر الخلايا التي تتأثر وبشكل سريع بنقص الأكسجين خلايا:
1. القلب
2. الرئتين
3. الدماغ
4. الدم الحمراء

7- يعتبر الرصاص من أكثر الملوثات الهوائية خطورة على الصحة لأنه :
1. يرتبط مع خلايا الدم الحمراء
2. يحل محل الكالسيوم في العظام
3. يؤدي الى ارتفاع درجة حرارة الأرض
4. يؤدي إلى تساقط أوراق النباتات

يتبع صفحة 2

الملتقى التربوي
. https://www.wepal.net
.wepal.net | FILE #121 | CAT #10 | TRACK c15f97d174d8

9- من الأمراض التي تنتقل مسبباتها عن طريق المياه الملوّثة:

1- شلل الأطفال 2- السّعال 3- الرشح والأنفلونزا 4- الملاريا

10- وحدة قياس التلوّث الضوضائي (الضجيج):

1- هيرتز 2- هيرتز/ث 3- ديسيبل 4- الواط

11- أهم مصادر الدهون المشبعة:

1- الحبوب والخضار 2- زيت الزيتون والذرة 3- اللحوم ومشتقاتها 4- السمك

12- تزداد نسبة الكولسترول في الدم نتيجة:

1- الإكثار من تناول الأطعمة الغنية بالالياف 2- الضغط النفسي

3- تناول زيت الزيتون بكثرة 4- المحافظة على وزن ثابت

13- يعتبر حمض الفوليك من المواد التي :

1- تنظّم تصنيع الكولسترول 2- يؤدي زيادتها الى التهاب الفم والاسنان

3- تحمي من الاصابة بفقر الدم 4- يؤدي نقصها الى فتح الشهية

14- تعمل الفيتامينات على:

1- تزويد الجسم بكميات هائلة من الطاقة 2- تزويد الجسم بالطاقة بشكل فوري

3- حماية الجسم من الأمراض 4- حفظ حرارة الجسم

15- يؤدي نقص اليود إلى:

1- هشاشة العظام 2- قصور في عمل الغدة الدرقية وتضخّمها

3- فقر الدم الغذائي 4- الجلطات الدموية

16- من عادات التغذية الصحّية:

1- عدم الإهتمام بوجبة الإفطار 2- تناول الطعام بشكل سريع

3- شرب الشاي مع الطعام 4- التنويع في الأطعمة

يتبع صفحة 3

الملتقى التربوي
. https://www.wepal.net
.wepal.net | FILE #121 | CAT #10 | TRACK c15f97d174d8

1- غنية بالاملاح والبروتينات 2- أفضل مصدر للبروتين
3- تحتوي نسبة عالية من السعرات الحرارية 4- أفضل مصدر للكربوهيدرات

18- إحدى الوجبات الغذائية الآتية تعطيك معظم العناصر الغذائية التي تحتاجها:
1- لحم وحليب وقطعة شوكلاتة 2- خبز وخضار وسمك
3- خضار وفواكه وماء 4- لحم وسمك وخبز

19- من أعراض الإصابة بالسكري:
1- زيادة في الوزن 2- فقدان الشهية
3- التعب والإجهاد السريع 4- تخثّر الدم بسرعة

20- تصيب الحمى المالطية (البروسيلا)
1- الانسان فقط 2- الماعز والغنم فقط 3- الطيور فقط 4- الانسان والحيوان

21- مرض فقر الدم (الانيميا) يعني:
1- نقص في عدد خلايا الدم الحمراء والهيموغلوبين 2- نقص في خلايا الدم الحمراء والبيضاء
3- نقص في عدد خلايا الدم البيضاء 4- نقص في الصفائح الدموية فقط

22- ينتقل مرض الايدز عن طريق:
1- المصافحة 2- السعال والعطس
3- استعمال أدوات ملوّثة بدم مصاب 4- السكن في نفس غرفة المصاب

23- اليرقان أحد الأمراض التي لها علاقة بـــ :
1- الطحال 2- الكبد 3- القلب 4- الرئتين

24- الأسنان اللبنية هي أسنان :
1- دائمة 2- عددها 20 3- تستمر في الظهور حتى 8 سنوات 4- عددها 22

25- ينتقل الفيروس الذي يسبب مرض التهاب الكبد الفيروسي من نوع (أ) بواسطة :
1- الحقن الملوثة 2- الاتصالات الجنسية 3- الطعام الملوّث 4- شفرات الحلاقة الملوّثة

يتبع صفحة 4

الملتقى التربوي
. https://www.wepal.net
.wepal.net | FILE #121 | CAT #10 | TRACK c15f97d174d8

1- نقيض المرض
2- السلامة النفسية
3- السلامة الجسدية
4- السلامة النفسية والاجتماعية والجسدية

27- يسبب النيكوتين الموجود في التبغ:
1- تنبيه الجهاز العصبي
2- تثبيط الجهاز العضلي
3- إبطاء عملية التنفس
4- خفض ضربات القلب

28- يعتبر المخدّر مادة:
1- طبيعية تؤثر على الإحساس
2- صناعية تؤثر على الإحساس
3- طبيعية أو صناعية تؤثر على الإحساس
4- طبيعية أو صناعية تزيد من النشاط الجسمي

29- الازرقاق من العلامات التي تظهر على الطفل وتستدعي الاستشارة الطبية وتتسبب عن :
1- خلل في عمل الكبد
2- فقر في دم الطفل
3- نقص الاوكسجين في الدم
4- خلل في العامل الرايزيسي

30- من الغازات المسؤولة عن ظاهرة الحبس الحراري:
1- ثاني أوكسيد الكربون والاوكسجين
2- ثاني أوكسيد الكربون والميثان
3- الاوكسجين والميثان
4- مجموعة الفلور وكلوركربون والاوكسجين

31- الثورة الخضراء تعني:
1- زراعة مساحات شاسعة من الغابات
2- زيادة الرقعة الزراعية
3- استخدام مصادر المياه بشكل قليل
4- عدم استخدام المبيدات الكيماوية

32- إحدى الأمراض الآتية ليست من الأمراض الناتجة عن مياه الصرف الصحي:
1- الكوليرا
2- التيفوئيد
3- إلتهاب الكبد الوبائي
4- السل

33- الطريقة التي تستخدم لإعادة النفايات العضوية الى دورتها الطبيعية :
1- المرادم الصحّية
2- الحرق الآلي
3- الطرح في البحار
4- التحلل الحيوي

34- المركّبات المسؤولة عن تآكل طبقة الأوزون:
1- أكاسيد النيتروجين
2- أكاسيد الكربون
3- أكاسيد الكبريت
4- مركّبات الكلوروفلوركربون

يتبع صفحة 5

الملتقى التربوي
. https://www.wepal.net
.wepal.net | FILE #121 | CAT #10 | TRACK c15f97d174d8

36- تبدأ السلسلة الغذائية في النظام البيئي بـــ:
1- محللات 2- مستهلكات أولى 3- مستهلكات ثانية 4- منتجات

37- يخرج الإنسان الطبيعي في اليوم من البول:
1- (1-2) لتر 2- (2-3) لتر 3- (3-4) لتر 4- (4-5)لتر

38- مرض يسبب حالة العقم لدى الرجل :
1- الكوليرا 2- الأنفلونزا 3- النكاف 4- التيتانوس

39- أغنى المواد الغذائية بالطاقة:
1- الكربوهيدرات 2- الدهون 3- البروتينات 4- الفيتامينات

40- أهم العوامل البيئية المؤثرة في إفساد الأغذية بالميكروبات:
1- الرطوبة 2- الأوكسجين 3- درجة الحموضة 4- الحرارة

القسم الثاني : يتكون هذا القسم من سؤال إنشائي واحد وعلى المشترك أن يجيب عنه على النموذج المرفق في المكان المحدد له.

يقال بأن المعلم الناجح المبدع يولد معلماً، بينما يرى اخرون بأن التعليم مهارة تكتسب بالتدريب والممارسة، ناقش هذه العبارة موضحاً رأيك فيها.

انتهـــت الأسئـــلة ، ، ،

الملتقى التربوي
. https://www.wepal.net
.wepal.net | FILE #121 | CAT #10 | TRACK c15f97d174d8