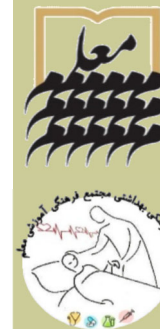


مسابقه‌ی دانش آموزان دبستان یک



سوال ۱- پیک پایبیز/ مسابقه نقاشی در مورد کدام خوراکی بود؟

- سیب زمینی تخم مرغ نان شیر

سوال ۲- پیک پایبیز/ در مورد سلام کردن کدام جمله درست تر است؟

- بهتر است بزرگترها به کوچکترها اول سلام کنند بهتر است کسانی که در خانه هستند به کسی که وارد می شود اول سلام کنند
 هرکس زودتر سلام کند پیش خدا عزیزتر است بهتر است در سلام کردن عجله نکنیم و صبر کنیم طرف مقابل سلام کند

سوال ۳- پیک زمستان/ راجع به ورزش های فکری صحبت کردیم. عکس کدام ورزش فکری در پیک نبود؟

- دارت شطرنج جورچین (پازل) مار پله

سوال ۴- پیک زمستان/ میانه روی در خوراک یعنی؟

- به اندازه غذا بخوریم به موقع غذا بخوریم سالم و متنوع غذا بخوریم همه گزینه ها درست است

سوال ۵- پیک زمستان/ همه این غذاها و نوشیدنی ها برای سرماخوردگی خوب است به غیر از...؟

- سوپ مرغ آب یخ چای و دم نوش آب جوش و عسل

سوال ۶- پیک بهار/ امام صادق علیه السلام به مردی که بی حال شده بود چه توصیه ای کردند و چرا؟

- نان بخورد تا قوت بگیرد گوشت بخورد چون گوشت ضعف بدن را برطرف می کند
 شیر بنوشد چون گوشت بدن را می رویاند و استخوان را محکم می کند همه موارد

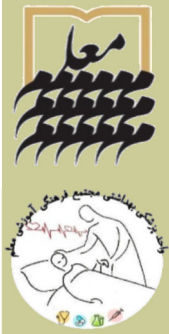
سوال ۷- پیک بهار/ یک ورزش با راکت را به شما پیشنهاد کردیم چون نیاز به میز ندارد و همه جا می توانید بازی کنید، کدام ورزش بود؟

- بدمینتون اسکواش بیینگ پنگ شطرنج

سوال ۸- پیک بهار/ سالم ترین روش تهیه سیب زمینی کدام گزینه است؟

- آب پز یا کبابی کبابی یا سرخ کرده چیپس یا آب پز چیپس یا سرخ کرده

مسابقه دانش آموزان دبستان دو



واحد پزشکی

مجمع فرهنگی آموزش پسرانه معلم

سوال ۱- بیماری بچه های دبستانی که داخل دهان آنها زخم می شود و فقط روی دست و پا دانه های کوچک قرمز می زند... نام این بیماری چیست؟

- آبله مرغان دست - پا - دهان کرونا مخملک

سوال ۲- کدام روش استفاده از کوله پشتی درست است؟

- وزن کوله پشتی به اندازه ۲۰٪ وزن بدن باشد هر دو بند کوله پشتی روی یک شانه باشد
- کوله پشتی را از روی یک سطح بلندتر از زمین (مثل میز) بیوشیم از روی زمین کوله را روی پشت بیندازیم

سوال ۳- این حدیث حضرت علی علیه السلام را کامل کنید: "کسی لذت غذا را می فهمد که ..."

- مزاج سالمی داشته باشد گرسنه باشد غذای خوشمزه ای داشته باشد با دوستانش غذا بخورد

سوال ۴- در مورد دوستان و دشمنان دندان کدام گزینه درست نیست؟

- شیر دوست دندان آب نبات دشمن دندان تخم مرغ دشمن دندان سیب دوست دندان

سوال ۵- پیام مشاور پیک از طرف کدام یک از مشاورین مدرسه بود؟

- سرکار خانم محفوظی سرکار خانم نام آور جناب آقای اخوت جناب آقای صادقی

سوال ۶- در مورد بیماری تیک، کدام گزینه درست است؟

- تیک یک بیماری نادر است و تعداد کمی دچار آن می شوند دختران سه برابر پسرها دچار تیک می شوند
- در این بیماری ماهیچه ها بدون بی اختیار شل و سفت می شوند ما نمی توانیم بفهمیم چه عواملی باعث بروز تیک در ما می شوند

سوال ۷- پشه ها کدام یک از گزینه های زیر را دوست دارند؟

- زباله بوی شمعدانی ریحان و نعنا باد پنکه

سوال ۸- کدام گزینه جزو بیدار کننده های آلرژی تنفسی نیست؟

- حیوانات و گرده گیاهان هوای سرد یا آلوده افزایش سن دود سیگار و بوی مواد شیمیایی

مسابقه‌ی دانش آموزان متوسطه یک

نماد (نمایشگاه مهارت افزایی، استعدادیابی و دستاوردهای دانش آموزان)

دهمین دوره - اردیبهشت ۱۴۰۲



واحد پرشکلی

مجمع فرهنگی آموزش پسرانه معلمان

سوال ۱- در تقویم سلامت چه روزی به نام بهداشت یاران مدارس نام گذاری شده است؟

- پنج مهر پنج آبان پانزده آبان بیست و پنج آبان

سوال ۲- کدام جمله در مورد میوه های پاییزی صحیح نیست؟

- ازگیل برای بیوست مفید است زالزالک فشارخون را پایین می آورد
 پسته تازه برای سلامت چشم مفید است انار یک میوه تصفیه کننده خون است

سوال ۳- موضوعی تو را عصبانی کرده و دچار نشانه های خشم شدی. ترتیب درست مراحل واکنش کدام است؟

- رودرو با طرف مقابل صحبت کن سپس از محل خارج شو به مغز فرصت بده بر اوضاع مسلط شود بعد کاری را انجام بده تا خشم آرام شود
 شروع به نقاشی یا ورزش کن سپس از یک تا ده بشمار رودرو با طرف مقابل صحبت کن بعد به کاری مثل نوشتن یا ورزش مشغول شو

سوال ۴- پیامبر گرامی اسلام فرموده اند: منظور از حسنه (در دعای قنوت) در دنیا چه چیزی است؟

- دوری از بلا نعمت و برکت تندرستی همه موارد

سوال ۵- کدام یک از علایم کم خونی نیست؟

- رنگ پریدگی خستگی زودرس بی خوابی شبانه و بدخلقی روزها کبود شدن پوست

سوال ۶- توصیه درست به دوستی که در وسیله نقلیه دچار تهوع می شود چیست؟

- به مناظر متحرک نگاه نکند، به افق ثابت خیره شود یا چشم را ببندد با معده خالی سوار ماشین بشود
 هنگام حرکت با کتاب یا تبلت مشغول شود تا متوجه گذشت زمان نشود روی صندلی عقب ماشین بنشیند و در توقفگاهها پیاده نشود

سوال ۷- یک مغز مضطرب مرتباً چه پیامی صادر می کند؟

- فقط روی مسائل مهم تمرکز کن همه مسائل مهم هستند هیچ مساله ای مهم نیست هیچکدام

سوال ۸- برای دوری از گرده ها و کپک ها چه کارهایی به بیماران آلرژی تنفسی پیشنهاد می کنید؟

- استفاده از هواکش در حمام دوش گرفتن بعد از کار در فضای باز ماسک فیلتردار همه موارد

سوال ۹- جاهای خالی را پر کنید: در هوای عادی آبی که وارد بدن می شود (خوردن، نوشیدن و^۱) با آبی که خارج می شود (ادرار، مدفوع، عرق و^۲) برابر است

- سوخت و ساز / آتنفس سوخت و ساز / سوخت و ساز آتنفس / آتنفس آتنفس / سوخت و ساز

مسابقه‌ی دانش آموزان متوسطه دو



واحد پزشکی

مجمع فرهنگی آموزشی پسرانه معالج

- سوال ۱- در مورد کسانی که بیشتر دچار پیچ خوردن مچ پا می شوند، گزینه نادرست کدام است؟
 افراد قد کوتاه افراد چاق نوجوانان کسانی که سابقه قبلی دارند
- سوال ۲- اصلی ترین و بهترین غذا برای سرماخورده ها چیست؟
 چلوکباب سوپ مرغ پیتزا فقط چای و دم نوش
- سوال ۳- در مورد غذای بیماران اسهال کدام گزینه صحیح است؟
 بهتر است کمتر مواد نشاسته ای استفاده شود سوپ باید قبل از مصرف میکس یا صاف شود
 حتماً از نان جو یا سبوس دار استفاده شود گوشت ماهیچه بی چربی و سیب زمینی پخته مناسب است
- سوال ۴- کدام گزینه توصیه ما به بیماران سرماخورده (بیک زمستان) نبود؟
 ماسک زدن در کلاس شستن دست با آب و صابون استفاده از الکل همراه داشتن دستمال کاغذی و استفاده به موقع از آن
- سوال ۵- کدام کار هنگام آتش گرفتن اقدام خطرناکی است؟
 ایستادن دویدن دراز کشیدن روی زمین غلت زدن روی زمین
- سوال ۶- کدام توصیه در مورد حوضچه آب سرد درست است؟
 حدود نیم ساعت قبل از ورود به آب سرد، غذای مقوی بخورد تا وقتی که بدن دچار لرز شود، در آب سرد بماند
 قبل از ورود به آب سرد، ورزش کند و ماساژ بگیرد حوضچه آب سرد برای تمام سنین از کودکی تا کهنسالی توصیه می شود
- سوال ۷- در مورد کدام اختلال شخصیت است: "همیشه حق به جانب است، تمایل به کنترل دیگران دارد و روی یک فکر ذهنش درگیر می شود و گیر می کند"
 وسواسی خودشیفته مرزی نمایشی
- سوال ۸- در کدام اختلال شخصیت افراد سعی می کنند که جای خالی روابط انسانی را با "حیوان خانگی یا دوست خیالی" پر کنند؟
 وسواسی خودشیفته منزوی وابسته
- سوال ۹- جاهای خالی را پر کنید: اگر و با هم وارد رابطه دوستی یا ازدواج شوند باعث می شود که اختلال شخصیتی همدیگر را تشدید کنند (یک رابطه سمی)
 وسواسی و نمایشی منزوی و نمایشی منزوی و وابسته خودشیفته و وابسته

مسابقه اولیا (میزان اطلاع از فعالیت های واحد پزشکی)



واحد پزشکی

مجمع فرهنگی آموزشی پسرانه معلم

سوال ۱- واحد پزشکی مجتمع معلم از چه زمانی شروع به کار کرده است؟

- مهر ۱۳۸۶ □ مهر ۱۳۸۷ □ مهر ۱۳۹۰ □ مهر ۱۴۰۰

سوال ۲- نام نشریه آموزشی که واحد پزشکی برای دانش آموزان منتشر می کند چیست؟

- شما و واحد پزشکی ■ پیک سلامت □ سلامت باشید □ نسیم سلامت

سوال ۳- کدام معاینه همه ساله و برای همه پایه ها (از آمادگی تا دوازدهم) انجام می شود؟

- بینایی □ دندانپزشکی ■ رشد □ فشارخون

سوال ۴- بررسی های تکاملی برای دانش آموزان کدام پایه ها انجام می شود؟

- دبستان یک □ دبستان دو □ از اول تا ششم ■ فقط آمادگی و پیش دبستان

سوال ۵- معاینات ساختار قامتی در کدام مقطع انجام نمی شود؟

- دبستان یک □ دبستان دو □ متوسطه یک □ متوسطه دو

سوال ۶- پزشک مدرسه چه روزهایی در مدرسه حضور دارد و مقیم است؟

- مقیم نیست و فقط برای معاینات غربالگری حاضر می شود □ یک روز در هفته (فقط دوشنبه ها) ■ چهار روز در هفته □ تمام روزهای کاری هفته

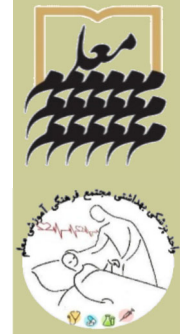
سوال ۷- علاوه بر پزشک مجتمع، کدام افراد در انجام معاینات دانش آموزان همکاری دارند؟

- اولیای عضو کمیته پزشکی مجتمع (دندانپزشکان و...) □ مربیان پیش دبستان □ مربیان ورزش ■ همه موارد

سوال ۸- در سال تحصیلی فعلی چه معایناتی برای فرزند شما انجام شده که نتیجه آن در سامانه پزشکی درج شده است؟

رشد	بینایی	دندانپزشکی	قلب و ریه	عمومی	فشارخون	تکامل	ساختار قامتی
همه پایه ها	آمادگی، پیش، اول، هفتم، هشتم، نهم	از آمادگی تا پایه دهم	آمادگی، پیش، اول، دوم، سوم، هفتم، دهم و ورودیهای جدید	آمادگی، پیش، اول، دوم، سوم، هفتم، دهم و ورودیهای جدید	هفتم الی دوازدهم	آمادگی و پیش دبستان	هنوز نتایج در سامانه ثبت نشده است

مسابقه‌ی کارکنان معلّم (از یک سلامت کارکنان / شماره ۲۵)



واحد پزشکی

مجمع فرهنگی آموزش پسرانه معلّم

سوال ۱- مدیران هر سال یکی از کارکنان مقطع خود را به عنوان رابط آن مقطع با واحد پزشکی انتخاب می کنند و در بیک سلامت اطلاع رسانی می شود،

- امسال رابط مقطع شما کیست؟ پیش دبستان: خانم ملک زاده دبستان یک: خانم دهقانی دبستان دو: آقای سریار
- متوسطه ۱: آقای زنگنه متوسطه ۲: آقای اسماعیلی ستاد: آقای محسن حیدری

سوال ۲- کدام گزینه در مورد سیر کنندگی غذاها درست نیست؟

- تخم مرغ و سیب زمینی آبیز قدرت سیر کنندگی بالایی دارند
- وجود پروتئین، فیبر و آب در غذا ۳ عامل اصلی سیر کنندگی اند
- از میان غلات "برنج" و از میان روغن ها "روغن زیتون" سیر کننده ترین هستند
- غذاهای کامل نسبت به غذاهای فرآوری شده قدرت سیر کنندگی بیشتری دارند

سوال ۳- در مقاله آرتروز به کدام گزینه به عنوان عامل ایجاد کننده آرتروز اشاره نشده است؟

- آسیب فیزیکی افزایش سن کمبود ویتامین دی هورمون لپتین

سوال ۴- کدام گزینه در مورد بیماریهای خودایمن صحیح است؟

- واگیردار نیستند مردان دوبرابر زنان مبتلا می شوند علت اصلی آن ضعیف شدن سیستم ایمنی است هیچکدام از گزینه ها صحیح نیست

سوال ۵- کدام پیشنهاد باعث می شود که فست فود سالم تری بخورید؟

- سس گوجه فرنگی به جای مایونز سیب زمینی تنوری به جای سرخ شده دوغ به جای نوشابه همه موارد

سوال ۶- مهمترین تغییر سامانه پزشکی در سال تحصیلی جاری چه بود؟

- اضافه شدن کارکنان به سامانه پزشکی آنلاین شدن پرونده پزشکی
- دسترسی مسوولین پایه ها به پرونده سلامت دانش آموزان هیچ تغییری انجام نشد

سوال ۷- طبق معاینات تناسب وزن کارکنان، کدام گروه از همکاران بالاترین فراوانی را دارند؟

- کم وزن ها وزن طبیعی ها اضافه وزن ها چاق ها

سوال ۸- با توجه به مندرجات پرونده سلامت کارکنان، کدام بیماری مزمن در میان همکاران از همه شایع تر است؟

- آلرژی تنفسی بیماریهای قلب و عروق بیماریهای تیروئید چربی خون بالا