

نمونه سوال علوم هفتم فصل ۱۲

فرا معلم: آموزش برتر آینده بهتر

برای جای خالی کلمه ی مناسب پیشنهاد کنید.

- ۱) بدن برای ساخته شدن و رشد به نیاز دارد.
- ۲) برای شناسایی نشاسته در غذا ها از شناساگر استفاده می شود.
- ۳) نشاسته، است که از تعداد زیادی مولکول گلوکز ساخته شده است.
- ۴) چربی ها در ساخته شدن سلول ها به کار می روند.
- ۵) مهمترین نقش چربی ها در بدن است.
- ۶) مصرف بیش از حد چربی ها موجب و سکتة قلبی می شود.
- ۷) بدن برای ساختن بافت ماهیچه ای به نیازمند است.
- ۸) همه پروتئین ها از واحد های کوچکی به نام ساخته شده اند.
- ۹) به موادی که در ترکیب خاک وجود دارد مواد می گویند.

برای هر سوال گزینه مناسب را پیشنهاد کنید.

۱) بدن کدام کربوهیدرات را نمی تواند مصرف کند؟

- ۱) گلوکز
 - ۲) ساکارز
 - ۳) نشاسته
 - ۴) سلولز
- ۲) کدام قند شیرین محسوب می شود؟

- ۱) نشاسته
 - ۲) سلولز
 - ۳) گلیکوژن
 - ۴) ساکارز
- ۳) کدام بافت پروتئین کم تری دارد؟

- ۱) پیوندی
- ۲) چربی
- ۳) عصبی

۴) غضروفی

۴) کدام ویتامین محلول در آب محسوب می شود؟

A (۱)

E (۲)

C (۳)

D (۴)

۵) کدام ویتامین در بدن ما ذخیره نمی شود؟

D (۱)

K (۲)

B (۳)

E (۴)

۶) کمبود کدام ویتامین در بدن موجب تورم مفاصل و خونریزی لثه ها می شود؟

A (۱)

B (۲)

C (۳)

D (۴)

۷) قرار گرفتن در برابر نور آفتاب شدید خطر را افزایش می دهد.

۱) ریزش مو

۲) سرطان پوست

۳) کم خونی

۴) پوکی استخوان

۸) بدن ما برای ساخته شدن گلبول قرمز به کدام ماده ی معدنی نیاز دارد؟

۱) آهن

۲) کلسیم

۳) سدیم

۴) پتاسیم

۹) کدام ماده غذایی ید بیش تری به بدن می رساند؟

۱) گوشت قرمز

(۲) ماهی

(۳) گردو

(۴) تخم مرغ

۱۰) مصرف زیاد کدام ماده احتمال ابتلا به پوکی استخوان را در بزرگسالی افزایش می دهد؟

(۱) آهن

(۲) سدیم

(۳) کلسیم

(۴) ید

۱۱) در کدام ماده ی غذایی آمینو اسید های ضروری بیش تری وجود دارد؟

(۱) ماهی

(۲) سیب زمینی

(۳) لوبیا و عدس

(۴) نان سبوس دار

۱۲) بدن ما برای ساختن ماهیچه های قوی به کدام ماده غذایی بیش تر نیاز دارد؟

(۱) تخم مرغ و لوبیا

(۲) نان و غلات

(۳) کره و عسل

(۴) میوه و سبزی

۱۳) کدام مورد از وظایف چربی ها نیست؟

(۱) محافظت از اندام ها

(۲) تامین انرژی بدن

(۳) کاربرد در غشای سلول ها

(۴) استحکام دیواره رگ ها

۱۴) در همه ی غذا های گیاهی وجود دارد که در ساختمان آن قند بکار رفته

است.

(۱) سلولز - گلوکز

(۲) نشاسته - گلوکز

(۳) سلولز - فروکتوز

(۴) نشاسته - فروکتوز

۱۵) کدام یک کربوهیدرات ساده است؟

(۱) لاکتوز

(۲) نشاسته

(۳) سلولز

(۴) گلیکوژن

۱۶) کدام ماده ی غذایی انرژی لازم برای انجام دادن فعالیت های بدن را تامین می کند؟

(۱) کربوهیدرات

(۲) ویتامین

(۳) آب

(۴) پروتئین

۱۷) یک گرم از کدام ماده ی غذایی انرژی بیش تری تولید می کند؟

(۱) کربوهیدرات

(۲) چربی

(۳) پروتئین

(۴) نشاسته

۱۸) بافت چربی نوعی بافت است.

(۱) ماهیچه ای

(۲) پیوندی

(۳) پوششی

(۴) غضروفی

۱۹) کدام یک کربوهیدرات مرکب است؟

(۱) گلوکز

(۲) نشاسته

(۳) کلسیم

(۴) چربی

۲۰) واحد های سازنده ی پروتئین ها کدام است؟

(۱) آمینو اسید

(۲) گلوکز

(۳) اسید چرب

(۴) سلولز

(۲۱) بهترین منبع غذایی ید کدام گزینه است؟

(۱) میوه ها

(۲) غذا های دریایی

(۳) لبنیات

(۴) سبزی ها

(۲۲) کدام یک منبع غذایی بهتری برای آمینو اسید های ضروری بدن است؟

(۱) میوه و سبزی

(۲) نان

(۳) گوشت

(۴) حبوبات

(۲۳) کدام یک از وظایف اصلی چربی ها نیست؟

(۱) عایق یا ضربه گیر

(۲) تولید انرژی

(۳) ماده اصلی غشاء یاخته

(۴) ماده اصلی سازنده یاخته

(۲۴) کدام گزینه در بدن موجب رشد و ترمیم می شود؟

(۱) کربوهیدرات

(۲) لیپید

(۳) مواد معدنی

(۴) پروتئین

(۲۵) کودکی هنگام مسواک زدن از لثه های ایش خون جاری می شود. دلیل این چیست؟

(۱) کمبود ویتامین B دارد.

(۲) آهن بدنش کم است.

(۳) کمبود ویتامین C دارد.

(۴) کمبود سدیم دارد.

(۲۶) کربوهیدرات ها برای اینکه جذب بدن شوند باید به کدام ماده تبدیل شوند؟

(۱) نشاسته

(۲) گلوکز