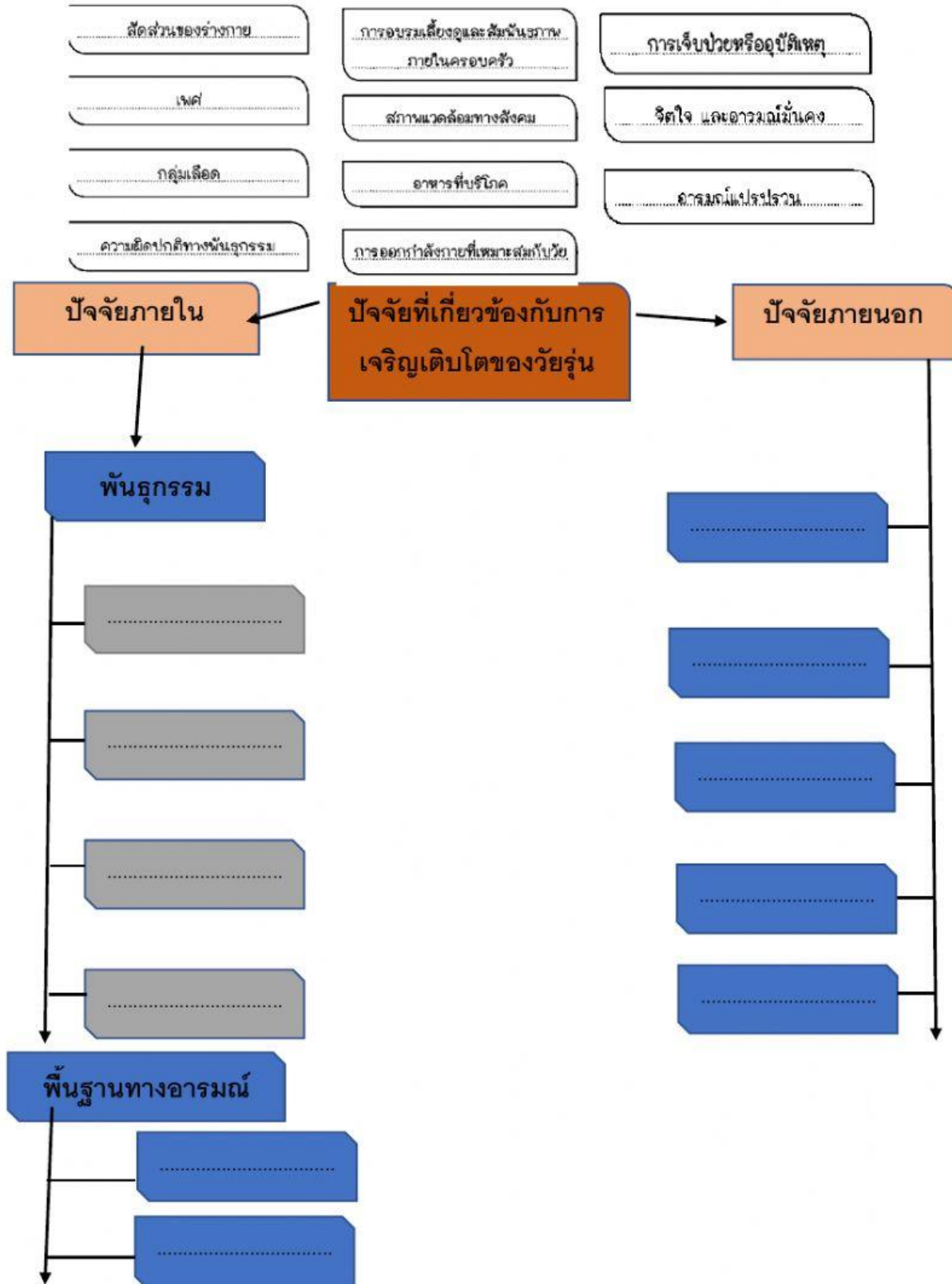


ใบงานที่ ๙ วัยรุ่นกับการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐาน

กิจกรรมที่ ๒.๑ ให้นักเรียนเติมข้อความลงในแผนผังความคิดเกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตของวัยรุ่น



ใบงานที่ ๑๐ วัยรุ่นกับการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐาน

กิจกรรมที่ ๒.๒ ให้นักเรียนหาค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass index : BMI) จากข้อมูลที่กำหนดให้ พร้อม
ประเมินผลการเจริญเติบโต โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์เปรียบเทียบ

เกณฑ์เปรียบเทียบ

สูตรการคำนวณ

BMI = น้ำหนักตัว (กิโลกรัม)

ส่วนสูง^๒ (เมตร)

ค่าที่ได้ น้อยกว่า ๑๘.๕ แสดงว่า ผอม
ระหว่าง ๑๘.๕ - ๒๔.๙ แสดงว่า ปกติ
ระหว่าง ๒๕.๐ - ๒๙.๙ แสดงว่า น้ำหนักเกิน
ระหว่าง ๓๐.๐ - ๓๙.๙ แสดงว่า อ้วน
มากกว่า ๔๐ แสดงว่า อ้วนมากหรือ
อ้วนอันตราย

บุคคล	ส่วนสูง (เซนติเมตร)	น้ำหนัก (กิโลกรัม)	BMI	ผลการเจริญเติบโต
๑.เด็กชายบาส	๑๔๕	๔๐		
๒.เด็กหญิงส้ม	๑๕๐	๓๘		
๓.เด็กหญิงกวาว	๑๔๗	๖๐		
๔.เด็กชายโต้ง	๑๕๕	๔๕		
๕.เด็กชายแมน	๑๕๐	๗๐		



ใบงานที่ ๑๒ วัยรุ่นกับการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐาน

กิจกรรมที่ ๒.๕ ให้นักเรียนนำตัวอักษรข้อความมาเติมหน้าข้อความที่มีความสัมพันธ์กัน

-๑.แสดงการเจริญเติบโตด้านน้ำหนัก
-๒.แสดงการเจริญเติบโตด้านความสูง
-๓.แสดงความอ้วน - ผอม
-๔.Body mass index : BMI
-๕.BMI = ๒๐ หมายความว่า
-๖.โภชนาการเกิน
-๗.ทุพโภชนาการ
-๘.BMI = ๒๗ หมายความว่า
-๙.ผู้ชายเมื่อมีการเจริญเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นจะผลิต
-๑๐.ผู้หญิงเมื่อมีการเจริญเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นจะมี

- ก. ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ
- ข. โรคอ้วน
- ค. น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง
- ง. โรคขาดสารอาหาร
- จ. น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ
- ฉ. ค่าดัชนีมวลกาย
- ช. ปกติ
- ซ. น้ำหนักเกิน
- ณ. ประจำเดือน
- ญ. อสุจิ

