

แบบทดสอบหลังเรียน

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ การเดินทางของอาหาร

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

ชื่อ.....สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย X ลงในกระดาษคำตอบในตัวเลือกที่ถูกต้อง

๑. อวัยวะในข้อใดไม่อยู่ในระบบย่อยอาหาร ก. ตับ - ไต ข. ปาก - ฟัน ค. ลำไส้เล็ก - ลำไส้ใหญ่ ง. หลอดอาหาร - กระเพาะอาหาร ๒. ข้อใดเป็นปฏิกิริยาตามธรรมชาติที่ร่างกายกำจัดให้อาหารออกจากหลอดลม ก. จาม ข. สะอึก ค. สำลัก ง. อาเจียน ๓. เพราะเหตุใดร่างกายจึงขับเหงื่อออกมา ก. รักษาภาวะสมดุลภายในร่างกาย ข. ดูดซึมน้ำไปเลี้ยงส่วนต่างๆในร่างกาย ค. ถ่ายเทของเสียไปยังส่วนต่างๆของร่างกาย ง. ควบคุมอุณหภูมิภายในร่างกายให้เป็นปกติ ๔. อวัยวะใด มีหน้าที่ขับแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ ก. ลำไส้ ข. หัวใจ ค. ไต ง. ปอด ๕. ถ้านักเรียนมีเหงื่อเปียกชุ่มเสื้อที่สวมใส่ เมื่อถอดออกควรปฏิบัติอย่างไรให้ถูกต้อง ก. แขนงิ้งลมไว้ ข. แขนงิ้งเสื้อผ้า ค. ใส่ในเครื่องซักผ้า ง. ใส่ในตะกร้าผ้าใช้แล้ว	๖. ระบบขับถ่ายมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตอย่างไร ก. เตือนให้ร่างกายรู้ว่าปริมาณของเสียอยู่มาก ข. ขับของเสียที่ไม่ต้องการออกจากร่างกาย ค. เปลี่ยนของเสียเป็นปริมาณในการเผาผลาญอาหาร ง. เปลี่ยนของเสียมาเป็นสารอาหารที่นำมาใช้ได้ ๗. กระเพาะอาหารจะย่อยสารอาหารประเภทใด ก. โปรตีน ข. น้ำตาล ค. เกลือแร่ ง. ไขมัน ๘. เมื่อเรารับประทานอาหาร อาหารจะถูกย่อยครั้งแรกที่ใด ก. กระเพาะอาหาร ข. ปากและฟัน ค. ลำไส้เล็ก ง. หลอดอาหาร ๙. หากเราไม่ดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายอาจทำให้เกิดอาการใดต่อไปนี้ ก. ฟันห่าง ข. จุกเสียด ค. ท้องผูก ง. เนื้องอกในกระเพาะอาหาร ๑๐. อาหารในข้อใดที่ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งลำไส้ ก. ไก่ทอด มันฝรั่งทอด น้ำอัดลม ข. ขนมปังปัง สเต็กเนื้อ ชานมเย็น ค. ข้าวซ้อมมือ ผักถั่วลิสงเตา ถั่วลิสงน้ำหว่า ง. แยมเบอร์เกอร์ ถั่วลิสงทอด กาแฟเย็น
---	---