



ใบงาน เรื่อง การปฏิบัติตนเพื่อให้เกิด

ภาวะสมดุลของสุขภาพกายและสุขภาพจิต

นักเรียนเสนอแนวทางการปฏิบัติตนที่ทำให้สุขภาพกายและสุขภาพจิตมีความสมดุลกัน อธิบายผลที่เกิดขึ้น บันทึกข้อมูลลงในแผนภาพความคิด

การปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดภาวะสมดุล ของสุขภาพกายและสุขภาพจิต (4 คะแนน)	ถ้าปฏิบัติ	ผลที่เกิดขึ้น (3 คะแนน)
		ผลที่เกิดขึ้น (3 คะแนน) ตัวเอง _____
		ผลที่เกิดขึ้น (3 คะแนน) ตัวเอง _____

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....