

ข้อสอบกลุ่มสาระ สุขศึกษาและพลศึกษา

วิชา สุขศึกษาและพลศึกษา ป. 6

จำนวน 15 ข้อ

ให้กาเครื่องหมาย **X** ทับตัวอักษรหน้าคำตอบที่ถูกต้อง

1. การหายใจของมนุษย์มีความสำคัญอย่างไร
 - ก. เพื่อรับแก๊สออกซิเจนเข้าสู่ร่างกาย
 - ข. เพื่อกำจัดแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ออกจากร่างกาย
 - ค. เพื่อให้มีแก๊สออกซิเจนไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย
 - ง. เพื่อรับแก๊สออกซิเจนเข้าสู่ร่างกายและกำจัดแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ออกจากร่างกาย
2. ข้อใดคือการทำงานของร่างกายในขณะหายใจเข้า
 - ก. กระดูกซี่โครงเคลื่อนต่ำลง กะบังลมคลายตัวยกสูงขึ้น ปริมาตรช่องอกน้อยลง
 - ข. กระดูกซี่โครงเคลื่อนต่ำลง กะบังลมคลายตัวยกสูงขึ้น ปริมาตรช่องอกเพิ่มขึ้น
 - ค. กระดูกซี่โครงยกตัวสูงขึ้น กะบังลมหดตัวต่ำลง ปริมาตรช่องอกน้อยลง
 - ง. กระดูกซี่โครงยกตัวสูงขึ้น กะบังลมหดตัวต่ำลง ปริมาตรช่องอกเพิ่มขึ้น
3. อวัยวะที่ทำหน้าที่สร้างเซลล์สืบพันธุ์ในเพศชาย คือข้อใด
 - ก. อัณฑะ ข. องคชาติ ค. ท่อนำอสุจิ ง. ต่อมลูกหมาก
4. ข้อใดกล่าวถูกต้อง
 - ก. รังไข่แต่ละข้างจะผลิตไข่พร้อมกัน
 - ข. รังไข่มีหน้าที่สร้างเซลล์สืบพันธุ์เพศหญิง
 - ค. ต่อมลูกหมากมีหน้าที่สร้างเซลล์สืบพันธุ์เพศชาย
 - ง. เพศชายเริ่มสร้างตัวอสุจิได้เมื่ออายุ 12-13 ปี และจะสร้างจนกระทั่งอายุ 50 ปี จึงหยุดสร้าง

5. อวัยวะใดที่ช่วยในการไหลเวียนโลหิตภายในร่างกาย
- ก. ไต ข. ปอด ค. หัวใจ ง. หลอดเลือด
6. สิ่งที่กำหนดอัตราการหายใจเข้าและหายใจออก คือข้อใด
- ก. ขนาดของปอด ข. ปริมาณถุงลมในปอด
- ค. ปริมาณแก๊สออกซิเจนในเลือด ง. ปริมาณแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ในเลือด
7. ถ้าต่อมลูกหมากทำงานผิดปกติ จะส่งผลต่อการทำงานของระบบใด
- ก. ระบบหายใจ ข. ระบบไหลเวียนโลหิต
- ค. ระบบสืบพันธุ์เพศชาย ง. ระบบสืบพันธุ์เพศหญิง
8. การออกกำลังกายสม่ำเสมอ มีผลดีต่อระบบหายใจอย่างไร
- ก. ทำให้ปอดมีถุงลมเพิ่มมากขึ้น
- ข. ทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้น สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ได้เร็วขึ้น
- ค. ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรง สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ได้มากขึ้น
- ง. ทำให้ปอดรับแก๊สออกซิเจน และขับแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ได้มากขึ้น
9. การกระทำใดทำให้อวัยวะในระบบไหลเวียนโลหิตทำงานได้ดีขึ้น
- ก. ใช้ผ้าปิดจมูกขณะที่อยู่ในที่ที่มีฝุ่นละออง ข. ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 ครั้ง
- ค. อาบน้ำทุกวัน วันละ 2 ครั้ง ง. กินอาหารที่มีกากใยสูง
10. ใครมีหน้าที่สร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว เพราะอะไร
- ก. ตายาย เพราะเป็นผู้อาวุโส ข. ลูก เพราะเป็นสมาชิกในบ้าน
- ค. พ่อแม่ เพราะเป็นหัวหน้าครอบครัว ง. ทุกคนในครอบครัว เพราะอยู่ร่วมกันในบ้าน

