



โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

วิชา ว21204 วิทยาศาสตร์สุขภาพ

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564

ชื่อ - นามสกุล ชั้น..... เลขที่

ใบกิจกรรม เรื่อง ส่วนสูงและน้ำหนักของฉันทัน

คำชี้แจง

- ให้นักเรียนบันทึกอายุ น้ำหนัก และส่วนสูงของตนเอง
- ประเมินรูปร่างของตนเอง โดยใช้กราฟจาก link ที่ครูแนบมา ตามเพศสภาพของตนเอง ดังนี้
 - กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชายอายุ 5 – 18 ปี
<http://www.thaihealthcenter.org/exhibitions/foodfit/assets/images/graph-boy.jpg>
 - กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศหญิงอายุ 5 – 18 ปี
<http://www.thaihealthcenter.org/exhibitions/foodfit/assets/images/graph-girl.jpg>

ตอนที่ 1 บันทึกข้อมูลอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก



ตอนที่ 2 สรารูปร่างของตนเองจากกราฟ

- เมื่อพิจารณาจากกราฟน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง นักเรียนมีรูปร่างอยู่ในเกณฑ์ใด
- เมื่อพิจารณาจากกราฟส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ นักเรียนมีส่วนสูงอยู่ในเกณฑ์ใด
- เมื่อพิจารณาจากกราฟน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ นักเรียนมีน้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ใด
- จากกิจกรรม ให้นักเรียนเสนอแนะแนวทางในการดูแลรูปร่างของตนเอง

.....
.....