

ชื่อ

ชั้น

เลขที่



ข้อสอบปลายปี

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

คะแนน 10 คะแนน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

เวลา 60 นาที

คำชี้แจง ทำเครื่องหมาย ✕ ลงในคำตอบที่ถูกต้อง เพียงข้อเดียว



1. ข้อใดเป็นอวัยวะภายในทั้งหมด (พ1.1 ป.2/1)

- ก. สมอ ไต
- ข. ตับ ผิวหนัง
- ค. ผม หัวใจ



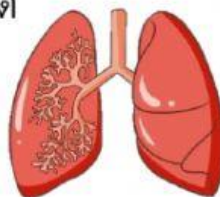
2. เพราะเหตุใดการนอนพักผ่อนไม่เพียงพอจึงเป็นอันตรายต่อหัวใจ (พ1.1 ป.2/1)

- ก. ทำให้หัวใจต้องทำงานหนัก
- ข. ทำให้เลือดไม่ไหลเวียนทั่วร่างกาย
- ค. ทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารไม่ครบถ้วน



3. ข้อใดไม่ใช่หน้าที่ของปอด

- ก. สูดฉีดโลหิต
- ข. แลกเปลี่ยนแก๊ส
- ค. ฟอกโลหิต





4. ข้อใดกล่าวได้ถูกต้อง (พ1.1 ป.2/3)

- ก. ทุกคนต้องไม่ตาย
- ข. บางคนไม่ตาย
- ค. ทุกคนต้องแก่



5. ถ้าเราไม่ต้องการเจ็บป่วยควรทำอะไร (พ1.1 ป.2/2)

- ก. ไม่กินอาหารที่มีแป้งและน้ำตาลมาก
- ข. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- ค. ดื่มซุ๊ปไก่สกัดทุกวัน



6. ใครป้องกันการเจ็บป่วยได้ถูกต้อง (พ1.1 ป.2/2)

- ก. ไก่ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- ข. กูกินวิตามินทุกวัน
- ค. กิฟไม่กินอาหารที่ร้านอาหาร



7. เพราะเหตุใด เราจึงต้องทำจิตใจให้แจ่มใสอยู่เสมอ (พ1.1 ป.2/2)

- ก. เพื่อให้ดูดีอยู่เสมอ
- ข. เพื่อให้เป็นที่รักของทุกคน
- ค. เพื่อไม่ให้เกิดความเครียด



8. ถ้าเห็นเพื่อนสะดุดหกล้ม เพื่อนที่ดีควรทำอะไร
(พ2.1 ป.2/2)

- ก. หัวเราะเพื่อน
- ข. ช่วยพยุงเพื่อนให้ลุกขึ้น
- ค. ทำเป็นมองไม่เห็น



9. ข้อใดเป็นลักษณะของเพื่อนที่ดี (พ2.1 ป.2/2)

- ก. รำรวย
- ข. เรียนเก่ง
- ค. มีน้ำใจ



10. เพื่อนผู้ชายควรปฏิบัติตนต่อเพื่อนผู้หญิงอย่างไร
(พ2.1 ป.2/2)

- ก. ช่วยเหลือเพื่อนผู้หญิงที่อ่อนแอ
- ข. รังแกเพื่อนผู้หญิง
- ค. เปิดกระโปรงเพื่อน



11. ข้อใดคือลักษณะของเพศชาย (พ2.1 ป.2/4)

- ก. อ่อนหวาน
- ข. อดทน
- ค. อ่อนแอ



12. ใครปฏิบัติตนได้เหมาะสมตามเพศ (พ2.1 ป.2/3)

- ก. บาสใส่กระโปรงยาว
- ข. ออกัสสวมกระโปรงสั้นไปวัด
- ค. ไบตองช่วยแม่ทำกับข้าว



13. เพราะเหตุใด เพศหญิงจึงต้องรักษนวลสงวนตัว (พ2.1 ป.2/4)

- ก. เห็นคุณค่าของตนเอง
- ข. ทำตามเพื่อนคนอื่น
- ค. กลัวโดนแม่ดุ



14. เพราะเหตุใด เพศชายจึงได้รับการยกย่องว่าเป็นผู้นำ (พ2.1 ป.2/4)

- ก. รักษนวลสงวนตัว
- ข. มีความเข้มแข็ง
- ค. มีความอ่อนโยน



15. ผู้ที่มีสุขภาพดี มีลักษณะอย่างไร (พ4.1 ป.2/1)

- ก. เจ็บป่วยง่าย
- ข. ยิ้มแย้ม แจ่มใส
- ค. กินอาหารราคาแพง



16. เพราะเหตุใด ก่อนกินอาหารและหลังการขับถ่ายต้องล้างมือ (พ4.1 ป.2/4)

- ก. จะทำให้เป็นคนเก่งและฉลาดขึ้น
- ข. จะทำให้มีความสุขมากขึ้น
- ค. อาจจะมีสิ่งสกปรกหรือเชื้อโรคติดมากับมือ



17. อาหารเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับคนเราอย่างไร (พ4.1 ป.2/2)

- ก. ช่วยในการเจริญเติบโตและป้องกันโรค
- ข. เป็นหน้าที่เป็นกิจวัตรประจำวัน
- ค. ทำให้รู้สึกอึด



18. ขนมกรุบกรอบเป็นอันตรายต่อไตอย่างไร (พ4.1 ป.2/2)

- ก. มีกลิ่นผลไม้
- ข. มีวัตถุกันเสียและผงชูรส
- ค. มีแป้งและน้ำตาลมาก



19. ถ้าต้องการป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค เมื่อกินอาหารร่วมกับผู้อื่นควรปฏิบัติอย่างไร (พ4.1 ป.2/2)

- ก. ใช้ช้อนกลางตักอาหาร
- ข. เคี้ยวอาหารเร็วๆ
- ค. กินอาหารราคาแพง

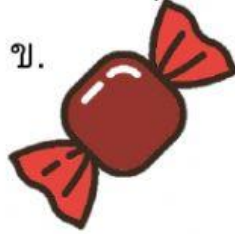


20. ข้าวใดเป็นอาหารที่มีประโยชน์ (พ4.1 ป.2/2)

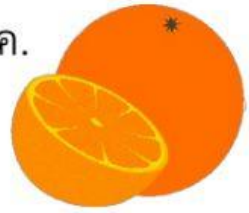
ก.



ข.



ค.



21. ขณะเกิดเหตุไฟไหม้ ควรมองหาป้ายใด (พ5.1 ป.2/5)

ก.



ข.



ค.



22. ก่อนปฏิบัติกิจกรรมพลศึกษา นักเรียนควรทำอะไร (พ3.1 ป.2/1)

ก.

อบอุ่นร่างกาย

ข.

ยืนสงบนิ่ง

ค.

เคลื่อนไหวให้เหงื่อออกมากๆ



23. เพราะเหตุใด จึงควรอบอุ่นร่างกาย (พ3.1 ป.2/1)

ก.

ต้องการให้เหงื่อออก

ข.

เตรียมความพร้อมของร่างกาย

ค.

สร้างความสนุกสนาน



24. ข้อใดไม่ควรปฏิบัติขณะฝึกอบอุ่นร่างกาย (พ3.1 ป.2/1)

- ก. ปฏิบัติตามที่ครูสอน
- ข. ดูเพื่อนปฏิบัติแล้วช่วยบอกข้อบกพร่องของเพื่อน
- ค. หยอกล้อกับเพื่อนเพื่อความสนุกสนาน



25. ถ้านักเรียนก้มตัวแล้วเหยียดแขนสัมผัสกับเท้าไม่ได้ ควรทำอะไร (พ3.1 ป.2/1)

- ก. ค่อยๆ เหยียดแขนเท่าที่จะสามารถทำได้
- ข. เอาเท้ามาสัมผัสกับแขนแทน
- ค. ให้เพื่อนช่วยกดหลังแรงๆ



26. การเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ทำให้เกิดประโยชน์ยกเว้น ข้อใด (พ3.1 ป.2/2)

- ก. ทำให้อวัยวะต่างๆ ได้ผ่อนคลาย
- ข. ทำให้ร่างกายแข็งแรง
- ค. ทำให้เคลื่อนไหวได้คล่องแคล่ว



27. การกระโดดแยกเท้าและตบมือเหนือศีรษะ ควรแยกเท้าใน ลักษณะใด (พ3.2 ป.2/1)

- ก. แยกเท้าให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้
- ข. แยกเท้าพอประมาณ
- ค. แยกเท้าให้ขนานกับแขนทั้งสองข้าง



28. การกระโดดหมุนตัว เมื่อกระโดดในจังหวะที่ 2 นักเรียนควรอยู่ในลักษณะอย่างไร (พ3.2 ป.2/1)

- ก. หันหน้าทางเดียวกับท่าเริ่มต้น
- ข. หันหน้าไปทางซ้ายของท่าเริ่มต้น
- ค. หันหน้าตรงข้ามกับท่าเริ่มต้น



29. การเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่มีลักษณะอย่างไร (พ3.1 ป.2/1)

- ก. เป็นการเคลื่อนไหวบางส่วนของร่างกาย
- ข. เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายในสถานที่เฉพาะเจาะจง
- ค. เป็นการเคลื่อนไหวที่ไม่มีการเคลื่อนที่ของร่างกาย



30. ข้อใดเป็นการเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ (พ3.1 ป.2/1)

- ก. บิดลำตัว
- ข. วิ่งซิกแซ็ก
- ค. กระโดดเท้าคู่ไปข้างหน้า

ตอนที่ 2 จงโยงเส้นจับคู่ภาพกับชื่อและหน้าที่ของอวัยวะที่กำหนดให้ให้
ถูกต้อง

1.

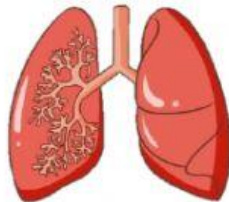


ชื่อ.....ตา.....

หน้าที่.....มองเห็น.....

.....

2.



ชื่อ.....ฟัน.....

หน้าที่.....บดเคี้ยวอาหาร.....

.....

3.



ชื่อ.....หัวใจ.....

หน้าที่.....สูบฉีดโลหิต.....

.....

4.



ชื่อ.....สมอง.....

หน้าที่.....ควบคุมการสั่งการ.....

.....ของร่างกาย.....

5.



ชื่อ.....ปอด.....

หน้าที่.....แลกเปลี่ยนก๊าซ.....

.....