แบบทดสอบวัดผลปลายภาค ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๕
รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ๒๓๑๐๔ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ เวลา ๓๐ นาที
โรงเรียนแท่นศิลาทิพย์ศึกษา สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดขอนแก่น
คำชี้แจง ข้อสอบมีทั้งหมด ๑ ตอน ตอนที่ ๑ แบบปรนัยจำนวน ๒๐ ข้อ ๒๐ คะแนน
ชื่อ..... สกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

****

คำสั่ง: ๑. ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย X ข้อที่เห็นว่าถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียวลงในกระดาษคำตอบ

๒. ส่งกระดาษคำตอบพร้อมต้นฉบับข้อสอบ ห้ามนักเรียนนำข้อสอบออกนอกห้องสอบ

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๑ ม.๓/๑ เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ได้อย่างละ ๑ ชนิด โดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม

พ ๓.๑ ม.๓/๒ นำหลักการ ความรู้และทักษะ ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นกม และการเล่นกีฬาไปใช้ สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ

พ ๓.๑ ม.๓/๓ ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำหลักความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

พ ๓.๒ ม.๓/๑ มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา

พ ๓.๒ ม.๓/๒ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอและนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนด้วยความภาคภูมิใจ

พ ๓.๒ ม.๓/๓ ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือกและนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิต ของตนในสังคม

พ ๓.๒ ม.๓/๔ จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น

พ ๓.๒ ม.๓/๕ เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ

๑. การจัดการแข่งขันฟุตซอลครั้งแรกมีขึ้นใน พ.ศ.ใด
ก. พ.ศ ๒๕๓๙
ข. พ.ศ ๒๕๔๐
ค. พ.ศ ๒๕๔๑
ง. พ.ศ ๒๕๔๒

๒. ในการแข่งขันฟุตซอลแบ่งครึ่งละกี่นาที
ก. ๒๐ นาที
ข. ๓๐ นาที
ค. ๔๐ นาที
ง. ๕๐ นาที

๓. ในการแข่งขันฟุตซอมีจำนวนผู้เล่นกี่คน
ก. ๕ คน
ข. ๖ คน
ค. ๗ คน
ง. ๘ คน

๔. ในการเล่นฟุตซอลในขณะที่แข่งต้องใช้ความคิดอะไรบ้าง
ก. ความคิดดี
ข. ความคิดที่จะทำให้ได้
ค. ความคิดที่จะเอาชนะผู้ต่อสู้
ง. ความคิด ความเร็วการเคลื่อนไหวและการตัดสินใจ

๕. ในการแข่งขันฟุตซอลมีการข้อเวลานอกแต่ละครั้งได้กี่นาที
ก. ๑ นาที
ข. ๓ นาที
ค. ๕ นาที
ง. ๗ นาที

๖. ในการเป็นผู้เล่นฟุตซอลจะเปลี่ยนได้กี่คน
ก. ๑ คน
ข. ๒ คน
ค. ๓ คน
ง. เปลี่ยนได้ตลอด

๗. ทักษะการฝึกการเล่นกีฬาฟุตซอลมีกี่ข้อ
ก. ๔ ข้อ
ข. ๕ ข้อ

LIVEWORKSHEETS

ค. ๖ ข้อ

ง. ๗ ข้อ

๘. หากนักเรียนเล่นเป็นกองหน้าและมีโอกาสยิงประตูในระยะไกล นักเรียนจะยิงด้วยวิธีใดจึงจะมีโอกาสเป็นประตูมากที่สุด

ก. ยิงด้วยหลังเท้า

ข. ยิงด้วยข้างเท้าด้านใน

ค. ยิงด้วยการวอลเลย์

ง. ยิงด้วยลูกโหม่ง

๙. การเล่นฟุตซอลเป็นการเล่นแบบใด

ก. เป็นกลุ่ม

ข. การเล่นเดี่ยว

ค. การเล่นเป็นทีม

ง. การเล่นเป็นคู่

๑๐. การเล่นฟุตซอลต้องมีการอบอุ่นร่างกายเพื่ออะไร

ก. เพื่อให้ว่องไวขึ้น

ข. เพื่อให้กระตุ้นให้ร่างกายปรับตัวพร้อมในการเล่น

ค. เพื่อให้การเล่นฟุตซอลดี

ง. เพื่อให้มีการวางแผนได้ดี

๑๑. ข้อใดเป็นการหยุดลูกบอลได้ง่าย

ก. การหยุดลูกบอลด้วยหลังเท้า

ข. การหยุดลูกบอลด้วยฝ่าเท้า

ค. การหยุดลูกบอลด้วยเข่า

ง. การหยุดลูกบอลด้วยหน้าอก

๑๒. การปฏิบัติใดที่ควรฝึกให้เกิดความเคยชินในขณะที่เลี้ยงบอลเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดเมื่ออยู่ในสนามแข่ง

ก. การใช้ความคล่องแคล่วว่องไว

ข. การวงลำตัว และท่าทางการเลี้ยงให้เหมาะสม

ค. การใช้ความสุขมรอบคอบ

ง. การใช้สายตามองให้ทั่ว

๑๓. หากนักเรียนจะยิงประตูคู่ต่อสู้ ด้วยความเร็วและแรงทางด้านข้างระดับเอวประมาณ ๑ เมตรควรยิงด้วยลูกใด

ก. ลูกหลังเท้าด้านนอก

ข. ลูกวอลเล่ย์

ค. ลูกโหม่ง

ง. ลูกพักอก

๑๔. ข้อใดเป็นการสร้างความคุ้นเคยกับลูกบอล

ก. การเตะลูกบอลด้วยหลังเท้า

ข. การเลี้ยงลูกบอล

ค. การเดาะลูกบอล

ง. การโหม่งลูกบอล

๑๕. สิ่งใดต่อไปนี้ที่ทำให้ทีมประสบผลสำเร็จในการแข่งขันในแต่ละครั้ง

ก. ความฟิตของผู้เล่น

ข. วินัยในการเล่น

ค. การจัดการที่ดี

ง. ความพร้อมของทีม

๑๖. การโหม่งบอลที่ถูกต้องและมีประสิทธิภาพคือการใช้ส่วนใดสัมผัสบอล

ก. ส่วนท้ายของศีรษะ

ข. บริเวณหน้าผาก

ค. ใช้ได้ทุกส่วน

ง. ส่วนบนของศีรษะ

๑๗. ลักษณะพิเศษของฟุตซอลเป็นการเล่นแบบใช้อะไรเป็นหลัก

ก. ใช้การเลี้ยงเป็นหลัก

ข. ใช้การกระโดดเป็นหลัก

ค. ใช้การส่งลูกบอลเป็นหลัก

ง. ใช้การโยนเป็นหลัก

๑๘. การยิงประตูด้วยลูกฉีดยา หมายถึง

ก. การยิงโดยผู้รักษาประตู

ข. การตอกส้นเท้า

ค. การยิงโดยหัวรองเท้า

ง. การยิงจากจุดโทษ

๑๙. การยิงลูกแป มีโอกาสเป็นประตูมากที่สุดเนื่องจากเหตุผลข้อใด

ก. เป็นลูกยิงที่คาดไม่ถึง

ข. เป็นลูกที่มีความรุนแรงและเร็ว

ค. เป็นลูกที่จับทิศทางได้ยาก

ง. เป็นลูกที่มีความแน่นอน แม่นยำ

๒๐. การทรงตัวและการยืนเตรียมพร้อมแบบใดที่ปฏิบัติได้ถูกต้อง

ก. ยืนแยกท้าเหลื่อมกันเล็กน้อย น้ำหนักตัวอยู่ที่สันเท้าทั้งสอง

ข. ยืนตามสบายหรือตามถนัด

ค. การยืนแยกเท้าเสมอกัน น้ำหนักตัวอยู่ที่ปลายเท้าทั้งสอง

ง. ยืนเท้าชิดติดกัน น้ำหนักตัวอยู่ที่เท้าทั้งสอง

LIVEWORKSHEETS