



ข้อสอบปลายภาคเรียน
วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
จำนวน 30 ข้อ 30 คะแนน

ภาคเรียนที่ 1
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
เวลา 60 นาที

คำชี้แจง: ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. อวัยวะส่วนใดที่ไม่เกี่ยวข้องกับระบบหายใจ (พ 1.1 ป.6/1)

- ก. ปอด
- ข. ถุงลม
- ค. หลอดลม
- ง. ถุงหุ้มอัมพา

2. ข้อใดคือการทำงานของร่างกายขณะหายใจเข้า (พ 1.1 ป.6/1)

- ก. กระดูกซี่โครงยกตัวสูงขึ้น กระบังลมหดตัวต่ำลง ปริมาตรช่องอกน้อยลง
- ข. กระดูกซี่โครงยกตัวสูงขึ้น กระบังลมหดตัวต่ำลง ปริมาตรช่องอกเพิ่มขึ้น
- ค. กระดูกซี่โครงเลื่อนต่ำลง กระบังลมคลายตัวยกสูงขึ้น ปริมาตรช่องอกเพิ่มขึ้น
- ง. กระดูกซี่โครงเลื่อนต่ำลง กระบังลมคลายตัวยกสูงขึ้น ปริมาตรช่องอกน้อยลง

3. อวัยวะใดที่ช่วยในการไหลเวียนโลหิตภายในร่างกาย (พ 1.1 ป.6/1)

- ก. ไต
- ข. ปอด
- ค. หัวใจ
- ง. หลอดเลือด

4. ถ้าต่อมลูกหมากทำงานผิดปกติ จะส่งผลต่อการทำงานของระบบใด (พ 1.1 ป.6/1)

- ก. ระบบหายใจ
- ข. ระบบไหลเวียนโลหิต
- ค. ระบบสืบพันธุ์เพศชาย
- ง. ระบบสืบพันธุ์เพศหญิง

5. การอยู่ในบริเวณที่มีอากาศบริสุทธิ์ เป็นการดูแลรักษาระบบหายใจวิธีหนึ่ง เพราะอะไร (พ 1.1 ป.6/2)

- ก. ทำให้ได้รับแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ในการหายใจได้มาก
- ข. ทำให้ได้รับแก๊สออกซิเจนในการหายใจได้มาก
- ค. ทำให้ถุงลมขยายได้เต็มที่
- ง. ทำให้ปอดขยายได้เต็มที่

6. การกระทำใดทำให้อวัยวะในระบบไหลเวียนโลหิตทำงานได้ดีขึ้น (พ 1.1 ป.6/2)

- ก. กินอาหารที่มีกากใยสูง
- ข. อาบน้ำทุกวัน วันละ 2 ครั้ง

ค. ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 ครั้ง

ง. ใช้ผ้าปิดจมูกขณะที่อยู่ในที่ที่มีฝุ่นละออง

7. การออกกำลังกายสม่ำเสมอ มีผลดีต่อระบบหายใจอย่างไร (พ 1.1 ป.6/2)

ก. ทำให้ปอดมีถุงลมเพิ่มมากขึ้น

ข. ทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้น สูดฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ได้เร็วขึ้น

ค. ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรง สูดฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ได้มากขึ้น

ง. ทำให้ปอดรับแก๊สออกซิเจน และขับแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ได้มากขึ้น

8. ใครมีหน้าที่สร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว เพราะอะไร (พ 2.1 ป.6/1)

ก. ตายาย เพราะเป็นผู้อาวุโส

ข. ลูก เพราะเป็นสมาชิกในบ้าน

ค. พ่อแม่ เพราะเป็นหัวหน้าครอบครัว

ง. ทุกคนในครอบครัว เพราะอยู่ร่วมกันในบ้าน

9. นักเรียนควรปฏิบัติต่อญาติผู้ใหญ่อย่างไร (พ 2.1 ป.6/1)

ก. ให้ความเคารพเชื่อฟัง

ข. อบรมสั่งสอนอยู่เสมอ

ค. พูดคุยด้วยเมือมีธุระจำเป็น

ง. หาสัตว์เลี้ยงมาให้เลี้ยงแก้เหงา

10. ข้อใดไม่ใช่วิธีที่เหมาะสมในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเพื่อน (พ 2.1 ป.6/1)

ก. ยึดหักทลาย

ข. ช่วยถือของ

ค. แบ่งขนมให้กิน

ง. ช่วยทำการบ้านให้

11. กิจกรรมในข้อใดช่วยสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อเพื่อน (พ 2.1 ป.6/1)

ก. เล่นไพ่กับเพื่อนในวันหยุด

ข. พูดคุยกับเพื่อนระหว่างเรียน

ค. เล่นกีฬากับเพื่อนหลังเลิกเรียน

ง. สอนการบ้านเพื่อนในที่ลับตาสองต่อสอง

12. การแต่งกายในข้อใดเสี่ยงต่อการนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์มากที่สุด (พ 2.1 ป.6/2)

ก. นุ่งกระโปรงสั้น สวมเสื้อสายเดี่ยว

ข. นุ่งกระโปรงยาว สวมเสื้อแขนสั้น

ค. นุ่งกระโปรงยาว สวมเสื้อแขนยาว

ง. นุ่งกระโปรงสั้น สวมเสื้อแขนยาว

13. นักเรียนมีวิธีปฏิบัติตนอย่างไรเพื่อป้องกันการติดเชื้อเอดส์ (พ 2.1 ป.6/2)

ก. ตรวจเลือดก่อนจะมีเพศสัมพันธ์กับคนที่เราคบ

ข. สวมถุงยางอนามัยทุกครั้งเมื่อมีเพศสัมพันธ์

ค. ออกกำลังกายให้ร่างกายแข็งแรงอยู่เสมอ

ง. ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

14. ข้อใดเป็นผลกระทบร้ายแรงที่สุดจากการติดเชื้อเอดส์ (พ 2.1 ป.6/2)

ก. เสียชีวิต

ข. เสียการเรียน

ค. ถูกสังคมรังเกียจ

ง. ติดโรคแทรกซ้อนร้ายแรง

15. เพราะเหตุใดการปลูกต้นไม้หลายๆ จึงเป็นการช่วยรักษาสิ่งแวดล้อม (พ 4.1 ป.6/1)

ก. เพราะต้นไม้จะดูดแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์และคายแก๊สออกซิเจนออกมา

ข. เพราะต้นไม้เป็นแหล่งผลิตอาหารให้แก่สิ่งมีชีวิต

ค. เพราะใบของต้นไม้จะช่วยบังแสงแดด

ง. เพราะต้นไม้ช่วยสร้างคลอโรฟิลล์

16. พฤติกรรมของใครที่ส่งผลเสียต่อสิ่งแวดล้อมมากที่สุด (พ 4.1 ป.6/1)

ก. โพร้ตัดดอกไม้มาใส่แจกัน

ข. มดไม่ล้างมือก่อนกินอาหาร

ค. นินาถ่วงพลาสติกฝังลงในดิน

ง. จิวนำกระดาษห่อของขวัญที่ใช้แล้วมาทำงานประดิษฐ์

17. ใครปฏิบัติตนได้ถูกต้อง เมื่อเกิดการระบาดของไข้หวัดนก (พ 4.1 ป.6/2)

ก. ต้อยกินไข่ไก่ที่สุกเพียงเล็กน้อย

ข. ต้อมกินไก่ที่ปรุงสุกแล้วเท่านั้น

ค. โต้งนำไก่ที่ตายแล้วไปให้คนอื่น

ง. ต่ายซื้อไข่ไก่สดราคาถูกๆ มากิน

18. ข้อใดเป็นผลกระทบที่ร้ายแรงที่สุดของการเกิดโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ (พ 4.1 ป.6/2)

ก. มีผู้เสียชีวิต

ข. ขายสัตว์ปีกไม่ได้

ค. ต้องล้างมืออยู่เสมอ

ง. ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษา

19. ถ้านักเรียนป่วยเป็นโรคไข้หวัดนก นักเรียนควรทำอะไรเพื่อไม่ให้ผู้อื่นติดโรคนี้นักเรียน (พ 4.1 ป.6/3)

ก. ไปฉีดวัคซีน

ข. ใช้ผ้าปิดปากปิดจมูก

ค. กินอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ

ง. อาสาไปกำจัดไก่ที่ป่วยตาย

20. นักเรียนจะช่วยดูแลสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนได้อย่างไร (พ 4.1 ป.6/3)

ก. ตัดแต่งกิ่งไม้ในบริเวณโรงเรียน

ข. ทำความสะอาดห้องน้ำหลังเลิกเรียน

ค. ทำความสะอาดห้องเรียนหลังเลิกเรียน

ง. ทำความสะอาดท่อระบายน้ำในโรงเรียน

21. ลมกรรโชกแรงก่อให้เกิดความเสียหายในข้อใด (พ 5.1 ป.6/1)

ก. เกิดน้ำท่วมอย่างหนัก

ข. การคมนาคมไม่สะดวก

ค. บ้านเรือนถูกลมพัดจนพัง

ง. พืชผลทางการเกษตรล้มตาย

22. ปัญหาน้ำท่วมส่งผลอย่างไรต่อเศรษฐกิจของประเทศ (พ 5.1 ป.6/1)

ก. เกิดโรคระบาด

ข. มีสัตว์น้ำเพิ่มขึ้น

ค. พื้นที่ทางการเกษตรเกิดความเสียหาย

ง. มีเส้นทางคมนาคมทางเรือเพิ่มมากขึ้น

23. ผลกระทบที่เกิดจากภัยธรรมชาติที่ร้ายแรงที่สุดคือข้อใด (พ 5.1 ป.6/1)

ก. เสียชีวิต

ข. ร่างกายพิการ

ค. เกิดโรคระบาด

ง. สูญเสียทรัพย์สิน

24. สิ่งที่นักเรียนไม่ควรปฏิบัติขณะที่เกิดอุทกภัยคือข้อใด (พ 5.1 ป.6/2)

ก. เดินสำรวจระดับความลึกของน้ำ

ข. ดื่มน้ำสะอาดหรือน้ำที่ต้มสุกแล้วเท่านั้น

ค. เตรียมอาหารสำเร็จรูปพร้อมกินกักตุนไว้

ง. หาผ้าห่อถุงพลาสติกกุดตามท่อระบายน้ำภายในบ้าน

25. ข้อใดปฏิบัติเหมาะสมที่สุดขณะเกิดคลื่นสึนามิ (พ 5.1 ป.6/2)

ก. หลบเข้าไปอยู่ในบ้าน

ข. หนีขึ้นไปอยู่บนที่สูงๆ

ค. หลบอยู่ใต้ต้นไม้ใหญ่

ง. ยืนบันทึกภาพเหตุการณ์คลื่นสึนามิ

26. ในวัยของนักเรียนควรปฏิบัติอย่างไรเพื่อชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

ก. ต่อว่าผู้ที่เสพสารเสพติด

ข. จัดอบรมการหลีกเลี่ยงสารเสพติด

ค. รวมกลุ่มต่อต้านผู้ที่เสพสารเสพติด

ง. ทำป้ายนิเทศบอกโทษของสารเสพติด

27. เพราะเหตุใดเด็กที่อยู่ในครอบครัวที่แตกแยก จึงมีโอกาสติดสารเสพติดได้มากที่สุด (พ 5.1 ป.6/3)

- ก. ถูกชักจูงได้ง่าย
- ข. ต้องการหาที่พึ่ง
- ค. ต้องการเป็นผู้นำ
- ง. ต้องการการยอมรับ

28. ยึดหยุ่นขั้นพื้นฐาน เป็นทักษะพื้นฐานของกีฬาชนิดใด (พ 3.1 ป.6/1)

- ก. กรีฑา
- ข. ตะกร้อ
- ค. ยิมนาสติก
- ง. วอลเลย์บอล

29. กิจกรรมในข้อใดใช้หลักการเคลื่อนไหวเรื่องความสมดุล (พ 3.1 ป.6/2)

- ก. เดินบนคาน
- ข. เดินขึ้นบันได
- ค. เดินโยนลูกบอล
- ง. เดินกระโดดเชือก

30. กิจกรรมนันทนาการในข้อใดช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านความคิดสร้างสรรค์ (พ 3.1 ป.6/5)

- ก. นั่งสมาธิ
- ข. วาดภาพ
- ค. เต้นแอโรบิก
- ง. เล่นหมากรุก