

ข้อสอบปลายภาคเรียน
วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
จำนวน 30 ข้อ 30 คะแนน



ภาคเรียนที่ 2
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
เวลา 60 นาที

คำชี้แจง: ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. การหายใจของมนุษย์มีความสำคัญอย่างไร (พ1.1 ป.6/1)
 - ก. เพื่อรับแก๊สออกซิเจนเข้าสู่ร่างกาย
 - ข. เพื่อกำจัดแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ออกจากร่างกาย
 - ค. เพื่อทำให้มีแก๊สออกซิเจนไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย
 - ง. เพื่อรับแก๊สออกซิเจนเข้าสู่ร่างกายและกำจัดแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ออกจากร่างกาย
2. สิ่งที่กำหนดอัตราการหายใจเข้าและหายใจออก คือข้อใด (พ1.1 ป.6/1)
 - ก. ขนาดของปอด
 - ข. ปริมาณถุงลมในปอด
 - ค. ปริมาณแก๊สออกซิเจนในเลือด
 - ง. ปริมาณแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ในเลือด
3. หัวใจมีหน้าที่อย่างไร (พ1.1 ป.6/1)
 - ก. เป็นทางผ่านของเม็ดเลือดแดงไปสู่ปอด
 - ข. สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย
 - ค. ลำเลียงสารอาหารไปเลี้ยงเนื้อเยื่อส่วนต่างๆ ในร่างกาย
 - ง. แลกเปลี่ยนแก๊สออกซิเจนและแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์
4. ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับหน้าที่ของระบบสืบพันธุ์ (พ1.1 ป.6/1)
 - ก. ผลิตเซลล์สืบพันธุ์เพื่อการดำรงเผ่าพันธุ์
 - ข. ลำเลียงแก๊สออกซิเจนเพื่อการหายใจ
 - ค. ผลิตแก๊สออกซิเจนเพื่อการดำรงชีวิต
 - ง. ลำเลียงอาหารเพื่อการเจริญเติบโต
5. ข้อใดเป็นการดูแลรักษาระบบไหลเวียนโลหิตได้เหมาะสม (พ1.1 ป.6/2)
 - ก. ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส
 - ข. อาบน้ำทุกวัน วันละ 2 ครั้ง
 - ค. ไม่รับประทานอาหารที่มีไขมันสูงมากๆ
 - ง. หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่มีฝุ่นละอองมาก
6. การปฏิบัติตนอย่างไรเป็นการช่วยดูแลระบบสืบพันธุ์ (พ1.1 ป.6/2)
 - ก. เบิกกินอาหารที่มีประโยชน์
 - ข. แสตมป์สวมเสื้อผ้าที่มีราคาแพง
 - ค. อดอมทำความสะอาดอวัยวะเพศขณะอาบน้ำ

- ง. นนท่ล็กเลียงการอยูในที่ม่มีการจราชรแออัด
7. ใครดูแลรักษาระบบต่างๆ ในร่างกายไม่ถูกต้อง (พ1.1 ป.6/2)
- ก. โดมอยู่ในที่มีอากาศบริสุทธิ์
- ข. เจมส์ทำจิตใจร่าเริงแจ่มใสเสมอ
- ค. ออยออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 ครั้ง
- ง. ลิฟต์อาบน้ำน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง
8. ข้อใดไม่ใช่การสร้างสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว (พ2.1 ป.6/1)
- ก. ตุนช่วยพี่ทำงานบ้าน
- ข. เตลช่วยสอนการบ้านให้น้อง
- ค. ดินต่น้องทุกครั้งที่น้องร้องไห้
- ง. ต้องสอนให้น้องรู้จักเก็บเงินออมเพื่อซื้อขนม
9. ผลของการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นคือข้อใด (พ2.1 ป.6/1)
- ก. ได้รับการยกย่องชมเชย
- ข. เป็นที่รักใคร่ของผู้อื่น
- ค. ร่างกายแข็งแรง
- ง. มีความเป็นผู้นำ
10. ข้อใดคือวิธีการสร้างสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน (พ2.1 ป.6/1)
- ก. นิ่งเฉย
- ข. มองหน้า
- ค. ยืมทักทาย
- ง. เข้าไปสวมกอด
11. การทำงานกลุ่มให้สำเร็จ สมาชิกในกลุ่มต้องมีคุณธรรมในข้อใด (พ2.1 ป.6/1)
- ก. ความขยัน
- ข. ความรับผิดชอบ
- ค. ความซื่อสัตย์สุจริต
- ง. ความเกรงกลัวต่อบาป
12. พฤติกรรมในข้อเป็นพฤติกรรมเสี่ยงทีนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ (พ2.1 ป.6/2)
- ก. อยู่ในห้องกับเพศตรงข้ามสองต่อสอง
- ข. เดินกลับบ้านกับเพศตรงข้าม
- ค. ทำรายงานกับเพศตรงข้าม
- ง. พุดคุยกับเพศตรงข้าม
13. ผลกระทบร้ายแรงที่สุดของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรคือข้อใด (พ2.1 ป.6/2)
- ก. ทำแท้ง
- ข. ตั้งครรภ์

- ค. ติดเชื้อเอดส์
 - ง. ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
14. พฤติกรรมในข้อใดเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์มากที่สุด (พ2.1 ป.6/2)
- ก. มีเพศสัมพันธ์โดยไม่สวมถุงยางอนามัย
 - ข. ดูภาพยนตร์ประเภทโป๊เปลือย
 - ค. แต่งกายยั่วยุอารมณ์ทางเพศ
 - ง. เที่ยวสถานบันเทิง
15. การปฏิบัติตนในข้อใดช่วยลดอากาศเป็นพิษ (พ4.1 ป.6/1)
- ก. ไม่ใช้รถยนต์
 - ข. ใช้น้ำมันไร้สารตะกั่ว
 - ค. โดยสารเรือแทนรถยนต์
 - ง. ใช้น้ำมันดีเซลแทนน้ำมันเบนซิน
16. พฤติกรรมของใครที่ส่งผลเสียต่อสิ่งแวดล้อมมากที่สุด (พ4.1 ป.6/1)
- ก. โพรตัดดอกไม้มานำใส่แจกัน
 - ข. มดไม่ล้างมือก่อนกินอาหาร
 - ค. นินาถุงพลาสติกฝังลงในดิน
 - ง. จิ๋วนำกระดาษห่อของขวัญที่ใช้แล้วมาทำงานประดิษฐ์
17. ใครปฏิบัติตนได้ถูกต้อง เมื่อเกิดการระบาดของไข้หวัดนก (พ4.1 ป.6/2)
- ก. ต้อยกินไข่ไก่ที่สุกเพียงเล็กน้อย
 - ข. ต้อมกินไก่ที่ปรุงสุกแล้วเท่านั้น
 - ค. โต้งนำไก่ที่ตายแล้วไปให้คนอื่น
 - ง. ต่ายซื้อไข่ไก่สดราคาถูกๆ มากิน
18. ข้อใดเป็นผลกระทบที่ร้ายแรงที่สุดของการเกิดโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ (พ4.1 ป.6/2)
- ก. มีผู้เสียชีวิต
 - ข. ขยายสัตว์ปีกไม่ได้
 - ค. ต้องล้างมืออยู่เสมอ
 - ง. ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษา
19. ถ้านักเรียนป่วยเป็นโรคไข้หวัดนก นักเรียนควรทำอย่างไรเพื่อไม่ให้ผู้อื่นติดโรคนี้จากนักเรียน (พ4.1 ป.6/3)
- ก. ไปฉีดวัคซีน
 - ข. ใช้ผ้าปิดปากปิดจมูก
 - ค. กินอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ
 - ง. อาสาไปกำจัดไก่ที่ป่วยตาย

20. นักเรียนจะช่วยดูแลสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนได้อย่างไร (พ4.1 ป.6/3)
- ก. ตัดแต่งกิ่งไม้ในบริเวณโรงเรียน
 - ข. ทำความสะอาดห้องน้ำหลังเลิกเรียน
 - ค. ทำความสะอาดห้องเรียนหลังเลิกเรียน
 - ง. ทำความสะอาดท่อระบายน้ำในโรงเรียน
21. ลมกรรโชกแรงก่อให้เกิดความเสียหายในข้อใด (พ5.1 ป.6/1)
- ก. เกิดน้ำท่วมอย่างหนัก
 - ข. การคมนาคมไม่สะดวก
 - ค. บ้านเรือนถูกลมพัดจนพัง
 - ง. พืชผลทางการเกษตรล้มตาย
22. ปัญหาน้ำท่วมส่งผลอย่างไรต่อเศรษฐกิจของประเทศ (พ5.1 ป.6/1)
- ก. เกิดโรคระบาด
 - ข. มีสัตว์น้ำเพิ่มขึ้น
 - ค. พื้นที่ทางการเกษตรเกิดความเสียหาย
 - ง. มีเส้นทางคมนาคมทางเรือเพิ่มมากขึ้น
23. ผลกระทบที่เกิดจากภัยธรรมชาติที่ร้ายแรงที่สุดคือข้อใด (พ5.1 ป.6/1)
- ก. เสียชีวิต
 - ข. ร่างกายพิการ
 - ค. เกิดโรคระบาด
 - ง. สูญเสียทรัพย์สิน
24. สิ่งที่นักเรียนไม่ควรปฏิบัติขณะที่เกิดอุทกภัยคือข้อใด (พ5.1 ป.6/2)
- ก. เดินสำรวจระดับความลึกของน้ำ
 - ข. ดื่มน้ำสะอาดหรือน้ำที่ต้มสุกแล้วเท่านั้น
 - ค. เตรียมอาหารสำเร็จรูปพร้อมกินกักตุนไว้
 - ง. หาผ้าห่อถุงพลาสติกอุดตามท่อระบายน้ำภายในบ้าน
25. ข้อใดปฏิบัติเหมาะสมที่สุดขณะเกิดคลื่นสึนามิ (พ5.1 ป.6/2)
- ก. หลบเข้าไปอยู่ในบ้าน
 - ข. หนีขึ้นไปอยู่บนที่สูงๆ
 - ค. หลบอยู่ใต้ต้นไม้ใหญ่
 - ง. ยืนบันทึกภาพเหตุการณ์คลื่นสึนามิ
26. ในวัยของนักเรียนควรปฏิบัติอย่างไรเพื่อชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ5.1 ป.6/3)
- ก. ต่อว่าผู้ที่เสพสารเสพติด
 - ข. จัดอบรมการหลีกเลี่ยงสารเสพติด
 - ค. รวมกลุ่มต่อต้านผู้ที่เสพสารเสพติด

ง. ทำป้ายนิเทศบอกโทษของสารเสพติด

27. เพราะเหตุใดเด็กที่อยู่ในครอบครัวที่แตกแยก จึงมีโอกาสติดสารเสพติดได้มากที่สุด (พ5.1 ป.6/3)

ก. ถูกชักจูงได้ง่าย

ข. ต้องการหาที่พึ่ง

ค. ต้องการเป็นผู้นำ

ง. ต้องการการยอมรับ

28. ยึดหยุ่นขั้นพื้นฐาน เป็นทักษะพื้นฐานของกีฬาชนิดใด (พ3.1 ป.6/1)

ก. กรีฑา

ข. ตะกร้อ

ค. ยิมนาสติก

ง. วอลเลย์บอล

29. กิจกรรมในข้อใดใช้หลักการเคลื่อนไหวเรื่องความสมดุล (พ3.1 ป.6/2)

ก. เดินบนคาน

ข. เดินขึ้นบันได

ค. เดินโยนลูกบอล

ง. เดินกระโดดเชือก

30. กิจกรรมนันทนาการในข้อใดช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านความคิดสร้างสรรค์ (พ3.1 ป.6/5)

ก. นั่งสมาธิ

ข. วาดภาพ

ค. เต้นแอโรบิก

ง. เล่นหมากรุก