แบบทดสอบการอ่าน ขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3

ชื่อ .....ชั้น.....เลขที่.....

โรงเรียน .....

คำชี้แจง อ่านข้อความแล้วตอบคำถาม (ข้อละ 2 คะแนน รวม 40 คะแนน)

อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ 1 – 5

การจะเลือกปลูกต้นไม้สักต้น หลายคนคงต้องคิดหนัก ว่าจะเลือกปลูกอะไรดี ยิ่งต้นไม้นั้นต้องวางอยู่ในบ้านของเรา บางคนอาจเลือกต้นไม้มงคลมาปลูก แต่บางคนก็อยากมีต้นไม้ที่ปลูกในกระถางและนำมาวางประดับมุมใดมุมหนึ่งของบ้าน ดังนั้น "บอนสี" จึงกลายมาเป็นต้นไม้อีกทางเลือกหนึ่ง เพราะความโดดเด่นเรื่องสีสัน และมีการพัฒนาสายพันธุ์จนมีหลากหลายให้เลือกปลูก อีกทั้งยังปลูกง่าย จึงกลายเป็นที่สนใจของคนรักต้นไม้ ยิ่งไปกว่านั้นมีการจัดประกวดแข่งขันความงาม "บอนสี" อีกด้วย สิ่งเหล่านี้จึงทำให้บอนสีได้รับการยกย่องเป็น "ราชินีแห่งไม้ใบ"

สำหรับการเลี้ยงบอนสี มีวิธีการที่ไม่ยากแต่ต้องใส่ใจ เพราะโดยธรรมชาติบอนสีเป็นไม้ที่เติบโตจากหัว ต้องการความชื้นสูง มีแสงแดดรำไร โดยเฉพาะในช่วงฤดูฝน บอนสีจะผลิใบใหม่ และเจริญเติบโตได้ดี แต่เมื่อเข้าสู่ช่วงเดือนธันวาคมถึงเดือนมกราคม บอนสีจะทิ้งใบ เหลือแต่หัวอยู่ใต้ดิน ทำให้หลายคนมีการประยุกต์วิธีการเลี้ยง มาเลี้ยงในตู้อบแทน ซึ่งวิธีนี้จะช่วยรักษาความชื้นและอุณหภูมิให้คงที่ และถ้าผู้ปลูกต้องการนำบอนสีมาไว้ในบ้าน ควรเลือกตำแหน่งวางที่ค่อนข้างมีแสงมาก และหมั่นหมุนกระถางเพื่อป้องกัน ต้นเอนหาแสงไปในทิศทางเดียว ทางที่ดีควรนำออกไปรับแสงแดดนอกบ้านบ้าง

นอกจากนี้ความนิยมในการปลูกอาจมาจากความเชื่อเกี่ยวกับบอนสีว่าเป็นไม้มงคลนิยมปลูกไว้ในบ้านพักอาศัย และเชื่อว่าบ้านใดปลูกต้นบอนสีไว้ประจำบ้านจะช่วยคุ้มครองให้เกิดความสงบสุข มีความสุข ความเจริญ เป็นสิริมงคลแก่บ้านพักอาศัย ทำให้คนในบ้านมีความสุข

1. ข้อใด**<u>ไม่ได้กล่าวถึงประเด็น</u>**ที่ทำให้บอนสีได้รับการยกย่องว่าเป็น "ราชินีแห่งไม้ใบ"
   1) ปลูกง่าย
   2) มีราคาสูง
   3) สีสันสวยงาม
   4) มีหลายสายพันธุ์
2. ข้อใดกล่าว**<u>ไม่ถูกต้อง</u>**
   1) การขยายพันธุ์บอนสีใช้วิธีการแยกหัว
   2) การปลูกบอนสีในบ้านจะทำให้ต้นเติบโตช้า
   3) การเลี้ยงแบบควบคุมอุณหภูมิช่วยให้บอนสีเจริญเติบโตต่อเนื่อง
   4) ความเชื่อในทางที่ดีทำให้บอนสีได้รับความนิยม
3. ข้อใดเป็นความคิดเห็นเกี่ยวกับความนิยมในการปลูกบอนสี
   1) เป็นไม้มงคลที่ปลูกไว้ในบ้าน
   2) สามารถปลูกได้ทุกสถานที่
   3) มีการจัดประกวดความงาม
   4) มีความหลากหลายของสายพันธุ์

LIVEWORKSHEETS

4. บทอ่านข้างต้นผู้เขียนต้องการนำเสนอเรื่องใดเป็นสำคัญ
   1) วิธีการขยายพันธุ์
   2) การเลือกซื้อบอนสี
   3) วิธีการดูแลบำรุงรักษา
   4) ความเชื่อเกี่ยวกับบอนสี
5. ข้อใดเป็นวัตถุประสงค์ของบทอ่านข้างต้น
   1) ให้ข้อคิด
   2) ให้ความรู้
   3) ให้กำลังใจ
   4) ให้การสนับสนุน

ทำไมถุงซิปพลาสติกจึงได้รับความนิยมมากขึ้นในธุรกิจอาหารในปัจจุบัน

ถุงซิปพลาสติกสามารถปิดปากได้สนิท จึงช่วยรักษาความสะอาดของผลิตภัณฑ์ที่บรรจุไว้ได้ นอกจากนี้ยังเปิดปิดง่ายและใช้งานได้หลากหลายรูปแบบด้วย ถุงพลาสติกบรรจุภัณฑ์แบบนี้มีวางขายหลายขนาด สี และรูปร่าง แถมยังมีถุงพลาสติกแบบพิมพ์ลายสวย ๆ ให้ได้เลือกใช้กันด้วย สามารถใช้เก็บของและแช่แข็งผลิตภัณฑ์ได้หลายอย่าง เช่น เนื้อสัตว์และผัก ถุงซิปพลาสติกป้องกันไม่ให้มีออกซิเจนรั่วไหลเข้ามา จึงสามารถรักษาความสะอาดและสดใหม่ให้กับผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ ได้นานขึ้น นอกจากจะมีประโยชน์ในการใช้งานแล้ว ถุงซิปพลาสติกยังสามารถนำกลับมาใช้ได้หลายครั้ง แถมได้รับการรับรองจาก FDA และ USDA ด้วย

หลังจากที่ถุงซิปพลาสติกเป็นที่นิยม Steven Ausnit ก็ได้พัฒนาถุงดังกล่าวให้เป็นแบบกดเพื่อปิด แทนที่จะต้องเลื่อนตัวซิปเพื่อปิด ถุงสไตล์ใหม่นี้ให้ความสะดวกสบายยิ่งขึ้นกับทั้งผู้ใช้และโรงงานผลิตถุงซิป เพราะสามารถลดราคาวัสดุและการผลิตไปได้พอสมควร ธุรกิจอาหารหลายแห่ง อย่างร้านขายแซนด์วิช ได้รับประโยชน์จากถุงประเภทนี้มาก จากนั้น Minigrip ก็เปิดตัวถุงซิปพลาสติกแบบเปิดปิดได้หลายครั้ง สู่ตลาดผู้บริโภค ถุงพลาสติกบรรจุภัณฑ์แบบใสของ Dow ได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก ซึ่งมีราคาในการผลิตลดลงไปถึงครึ่งหนึ่งจากเดิม

ต่อมาซองก้นตั้งติดซิปเป็นรูปแบบถุงที่ค่อนข้างใหม่ ถุงแบบนี้ทำให้บริษัทบรรจุภัณฑ์พลาสติกมีตัวเลือกในรูปแบบการผลิตทางการตลาดที่มากกว่าถุงแบบดั้งเดิม ซองก้นตั้งติดซิปทำจากชั้นอลูมิเนียมและพลาสติกหลายชั้น ทำให้มีพื้นผิวสำหรับการพิมพ์โรโตกราววัวร์ ซึ่งเป็นเทคนิคการพิมพ์ที่ให้สีคมชัดและสดใส เป็นเครื่องดึงดูดลูกค้าที่ดี คุณสามารถหาซื้อซองก้นตั้งติดซิปได้ตามท้องตลาดทั่วไป บางรุ่นมีรูเจาะสำหรับแขวนด้วย ด้วยเหตุนี้ผู้ผลิตจึงมีตัวเลือกในการออกแบบกล่องบรรจุภัณฑ์ที่หลากหลายขึ้น

นอกจากนี้ซองก้นตั้งติดซิปยังตอบโจทย์ธุรกิจหลายอย่างได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นร้านอาหาร ร้านขายของชำ และร้านขายยา ซองก้นตั้งสร้างความสะดวกสบายให้กับผู้ผลิตในการพิมพ์ลาย ซึ่งถุงพลาสติกพิมพ์ลายถือเป็นเครื่องมือการตลาดที่มีประสิทธิภาพอย่างหนึ่ง เพราะมีตัวซิปที่สามารถเปิดปิด หรือนำมาใช้งานใหม่ได้ ทำให้ผู้บริโภคไม่ต้องกลัวว่าจะบริโภคผลิตภัณฑ์นั้น ๆ ไม่หมดในครั้งเดียว เพราะถ้ามีถุงแบบนี้ พวกเขาก็สามารถซีลปิดและเปิดใหม่ได้ตามต้องการ ผู้บริโภคสมัยใหม่ให้ความใส่ใจเรื่องการใช้งานที่มีประสิทธิภาพของผลิตภัณฑ์ และพวกเขาก็ไม่ชอบการซื้ออาหารแช่แข็งที่ต้องไปหาถุงซิปพลาสติกมาใส่หลังจากเปิดใช้งานแล้วอีกที การใช้ซองก้นตั้งติดซิปจึงเป็นตัวเลือกที่ดีและคุ้มค่าสำหรับทุกฝ่าย กระนั้นแล้วธุรกิจอาหารแช่แข็งก็เพิ่งอยู่ในช่วงต้นของการเริ่มใช้ซองก้นตั้งติดซิปในการผลิต

LIVEWORKSHEETS

6. ข้อใด**ไม่ใช่**เหตุผลที่ถุงซิปพลาสติกได้รับความนิยม
   1) ถุงซิปปิดปากได้สนิทจึงไม่มีออกซิเจนเข้าไปได้
   2) ถุงซิปได้รับการรับรองมาตรฐานผลิตภัณฑ์
   3) ถุงซิปย่อยสลายง่ายช่วยรักษาสิ่งแวดล้อม
   4) ถุงซิปใช้ได้สะดวกในหลายรูปแบบ
7. จากเรื่องที่อ่านผู้เขียนต้องการนำเสนอสาระสำคัญเรื่องใด
   1) ชักชวนให้ใช้ถุงซิป
   2) อธิบายพัฒนาการของถุงพลาสติก
   3) ชี้แจงเหตุผลที่ถุงซิปถูกใช้อย่างแพร่หลาย
   4) ประชาสัมพันธ์ผลิตภัณฑ์ถุงซิป
8. จากเรื่องที่อ่าน ข้อใด<u>ไม่ได้</u>กล่าวถึง
   1) ถุงมหัศจรรย์รักษาสิ่งแวดล้อม
   2) ประโยชน์ของถุงพลาสติก
   3) พัฒนาการของถุงพลาสติก
   4) ทำไมถุงซิปจึงเป็นที่นิยม
9. ข้อใดกล่าวถูกต้องจากเรื่องที่อ่าน
   1) ถุงซิปพัฒนามาจากถุงแบบกดเพื่อปิด
   2) ถุงแบบกดเพื่อปิดมีต้นทุนการผลิตที่ต่ำกว่าการผลิตถุงซิป
   3) ถุงพลาสติกช่วยเก็บออกซิเจนในถุงเพื่อรักษาความสดใหม่ของอาหาร
   4) ถุงซิปเหมาะสำหรับเก็บผักสดและเนื้อสัตว์สดเท่านั้น
10. หากนักเรียนเป็นผู้จำหน่ายข้าวโพดคั่ว (ป๊อปคอร์น) นักเรียนควรเลือกใช้บรรจุภัณฑ์แบบใด
   1) ถุงกดเพื่อปิดเพราะเหมาะกับอาหารแห้งมากกว่าอาหารสด
   2) ถุงแบบเจาะรูแขวนเพราะจะได้สะดวกในการขนส่งผลิตภัณฑ์
   3) ถุงแบบพิมพ์ลายเพื่อปกปิดผลิตภัณฑ์ด้านใน
   4) ถุงก้นตั้งแบบซิปเพราะตั้งวางจำหน่ายและเปิดปิดบริโภคสะดวก

LIVEWORKSHEETS

อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ 11 – 15

การรับประทานอาหารเช้าเป็นการเติมพลังงานให้กับร่างกาย เนื่องจากพลังงานที่ร่างกายใช้จะได้มาจากการย่อยสลายอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตให้อยู่ในรูปของน้ำตาลหรือกลูโคส (Glucose) ไว้ในเลือดเป็นหลัก และบางส่วนถูกเก็บเป็นพลังงานสำรองที่เรียกว่า ไกลโคเจน (Glycogen) ตามกล้ามเนื้อและตับ ในขณะหลับ ร่างกายจะไม่ได้รับพลังงานจากสารอาหารที่รับประทานอาหาร จึงต้องดึงไกลโคเจนออกมาใช้ตลอดคืน เพื่อช่วยคงระดับน้ำตาลในเลือดไม่ให้ต่ำจนเกินไป หลังการนอนเป็นเวลานาน ร่างกายจึงมีระดับไกลโคเจนค่อนข้างต่ำในช่วงเช้า จึงควรได้รับพลังงานเข้าไปเพิ่มเติม หากไกลโคเจนที่เป็นแหล่งพลังงานสำรองถูกนำมาใช้จนหมด ร่างกายจะเริ่มสลายกรดไขมัน เพื่อนำไปเป็นพลังงานแทนชั่วคราว ซึ่งไม่ค่อยมีประสิทธิภาพ ในการนำมาใช้เป็นพลังงาน จึงทำให้รู้สึกเหนื่อยล้า อ่อนแรง ส่งผลต่อการเรียนรู้ หรือทำงานได้ไม่เต็มที่

การเริ่มต้นวันใหม่ด้วยอาหารเช้าตามหลักโภชนาการจะช่วยให้ร่างกายได้รับสารอาหารและวิตามินที่จำเป็นในแต่ละวันอย่างครบถ้วน มิเช่นนั้นมื้ออาหารที่เหลืออาจต้องรับประทานในปริมาณมาก เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารที่เหมาะสมในแต่ละวัน จึงไปกระจุกรวมเป็นอาหารมื้อใหญ่เพียง 1-2 มื้อ ซึ่งอาจเป็นผลเสียต่อสุขภาพตามมา การเลือกอาหารเช้าที่อุดมไปด้วยธัญพืช ไฟเบอร์ และโปรตีน แต่มีน้ำตาลในระดับที่พอเหมาะจะช่วยกระตุ้นสมองให้พร้อมเรียนรู้ มีสมาธิจดจ่อและจดจำได้ดีขึ้น

นอกจากนี้ ยังพบว่าคนที่รับประทานอาหารเช้ามักควบคุมน้ำหนักได้ดีกว่าคนที่อดอาหารเช้า โดยทฤษฎีหนึ่งได้อธิบายเหตุผลสนับสนุนไว้ว่า การรับประทานมื้อเช้าจะช่วยให้ควบคุมความหิวได้ค่อนข้างดี และมีแนวโน้มเลือกรับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพมากกว่า เพราะผู้ที่อดอาหารเช้าจะหิวโซเมื่อใกล้มื้ออาหารถัดไป จึงมีโอกาสหยิบขนมรองท้องที่มักมีแคลอรีสูงเข้าปากได้ง่าย และอาจรับประทานอาหารปริมาณมากเกินความต้องการของร่างกาย จากงานวิจัยที่ได้รับการตีพิมพ์ในวารสารโภชนาการทางการแพทย์แห่งประเทศสหรัฐอเมริกา (American Journal of Clinical Nutrition) ได้ติดตามรูปแบบการรับประทานอาหารทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ในช่วง 20 ปี ปรากฏว่าผู้ที่มีพฤติกรรมไม่รับประทานอาหารเช้าเป็นประจำส่วนใหญ่จะมีน้ำหนักมากขึ้น รอบเอวขยายกว่าเดิม มีระดับคอเลสเตอรอลเพิ่มสูง และได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์น้อย ขณะเดียวกัน อาหารเช้ายังอาจช่วยลดความเสี่ยงต่อโรคหัวใจให้น้อยลง จากการศึกษาของสมาคมหัวใจ ประเทศสหรัฐอเมริกาได้สำรวจผู้ชาย อายุ 45-82 ปี จำนวน 26,902 คน ซึ่งไม่ได้รับประทานอาหารเช้าเป็นประจำ พบว่ามีความเสี่ยงต่ออาการหัวใจวายหรือเสียชีวิตจากโรคหลอดเลือดหัวใจเพิ่มมากขึ้นถึง 27%

การเลือกประเภทอาหารก็สำคัญไม่แพ้กัน คาร์โบไฮเดรตจัดเป็นกลุ่มสารอาหารหลักที่ร่างกายนำไปเผาผลาญเป็นพลังงานได้ทันที จากนั้นจึงเป็นโปรตีน ในขณะที่ไฟเบอร์จะช่วยให้รู้สึกอิ่มนานขึ้น โดยไม่ได้รับพลังงานส่วนเกินมากไป อีกทั้งยังช่วยลดอาการท้องผูกและช่วยให้ระบบการย่อยอาหารเป็นไปตามปกติ กลุ่มอาหารที่รับประทานเป็นมื้อเช้าจึงควรผสมผสานสารอาหารหลายประเภทเพื่อช่วยให้ระบบเผาผลาญของร่างกายเป็นไปอย่างมีโปรตีนจากเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่ ถั่ว

คำแนะนำในการรับประทานอาหารเช้า รับประทานโดยไม่รีบเร่ง ปริมาณพอเพียง ควรให้เวลาในการรับประทานมื้อเช้าอย่างเต็มที่ ไม่รีบเร่ง ไม่ทำกิจกรรมอื่นที่ดึงดูดความสนใจในขณะรับประทาน เพราะอาจทำให้รับประทานปริมาณมากเกินไปโดยไม่รู้ตัว รวมถึงสังเกตสัญญาณที่บ่งบอกว่าร่างกายกำลังหิวหรืออิ่ม เพื่อช่วยเตือนให้ทราบว่าควรรับประทานในปริมาณเท่าไร ไม่มากหรือน้อยเกินไป เลือกภาชนะที่เหมาะสม กรณีที่รับประทานอาหารเช้าที่บ้านอาจเลือกภาชนะที่ใส่อาหารที่มีขนาดพอดี เพื่อช่วยกะปริมาณอาหารไม่ให้เยอะเกินไป เน้นรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ก่อนเสมอ โดยทั่วไปเวลาหิว คนส่วนใหญ่มักจะมีแนวโน้มเลือกอาหารประเภทแป้งและน้ำตาลได้ง่าย ลองปรับเปลี่ยนประเภทอาหารมาเป็นผัก ผลไม้ ธัญพืช

LIVEWORKSHEETS

หรือผลิตภัณฑ์จากนมที่มีไขมันต่ำก่อนอาหารประเภทอื่น ซึ่งกลุ่มอาหารเหล่านี้จะอุดมไปด้วยสารอาหารวิตามิน แร่ธาตุที่จำเป็นต่อร่างกาย อีกทั้งยังช่วยลดปริมาณความต้องการกลุ่มสารอาหารที่ให้พลังงานสูงลงได้บ้าง เปลี่ยนพฤติกรรมการเลือกอาหาร อาหารเช้าที่ดีควรมีสัดส่วนของผักและธัญพืชอย่างน้อยครึ่งหนึ่งในมื้ออาหาร โดยอาจเลือกผักผลไม้หลากหลายสี ธัญพืชประเภทต่าง ๆ รวมถึงปรับอาหารบางชนิดที่ทดแทนกันได้และดีต่อสุขภาพมากกว่า เช่น เลือกเป็นนมไขมันต่ำหรือไขมัน 0% แทนสูตรปกติ เพราะจะได้รับพลังงานและไขมันน้อยกว่า แต่สารอาหารยังคงครบถ้วน รับประทานข้าวกล้องแทนข้าวขาว ดื่มน้ำเปล่าหรือน้ำผลไม้สดแทนเครื่องดื่มปรุงแต่ง หลีกเลี่ยงอาหารที่มีสารปรุงแต่งสูง ลดปริมาณอาหารที่เต็มไปด้วยไขมันอิ่มตัว เติมน้ำตาลหรือเกลือปริมาณมาก เช่น เค้ก ไอศกรีม เครื่องดื่มที่มีรสหวาน พิซซ่า ไส้กรอก เบคอน อาหารกระป๋อง ซึ่งไม่ควรรับประทานเป็นมื้อเช้าเป็นประจำ

11. จากเรื่องที่อ่าน ข้อใด**ไม่ใช่**ประโยชน์ของการรับประทานอาหารเช้า
    1) ลดความเสี่ยงต่อโรคหัวใจ
    2) ทำให้ร่างกายสดชื่นกระฉับกระเฉง
    3) ทำให้มีสมาธิและความจำดี
    4) ลดระดับคอเลสเตอรอลและไขมันในเลือด
12. จากเรื่องที่อ่าน ถ้าเราอดอาหารเช้าเป็นประจำจะมีผลเสียอย่างไร
    1) มีแนวโน้มเป็นโรคอ้วนได้ง่าย
    2) ระบบเผาผลาญไม่สมดุล
    3) ระบบย่อยอาหารผิดปกติ
    4) สูญเสียระบบขับถ่ายและทำให้ท้องผูก
13. จากคำแนะนำในเนื้อเรื่อง ใครมีพฤติกรรมที่ถูกต้องในการรับประทานอาหารเช้า
    1) สมชาย รีบไปทำงานจึงดื่มกาแฟดำ และขนมปัง 1 แผ่น
    2) สมศรี รับประทานเค้กและน้ำอัดลมเพราะสะดวกและทานง่าย
    3) สมศักดิ์ มักจะทานธัญพืชและข้าวกล้องแทนข้าวขาวเป็นประจำ
    4) สมหญิง เลือกทานอาหารประเภทฟาสฟูดส์ เช่น พิซซ่า เพราะให้พลังงานสูง
14. ข้อมูลใดต่อไปนี้<u>ไม่ปรากฏ</u>ในเนื้อเรื่อง
    1) ในขณะหลับ ร่างกายจะถูกดึงพลังงานสำรองไปใช้ทั้งคืนทำให้รู้สึกเพลียในตอนเช้า
    2) การเลือกอาหารเช้าที่เหมาะสมจะช่วยกระตุ้นสมองและมีสมาธิในการเรียน
    3) การเลือกภาชนะใส่อาหารเช้าที่เหมาะสมเป็นข้อคำนึงในการรับประทานอาหารเช้า
    4) งานวิจัยในประเทศสหรัฐอเมริกาพบว่าการไม่รับประทานอาหารเช้าทั้งในเด็กและผู้ใหญ่มีความเสี่ยงต่ออาการหัวใจวายหรือเสียชีวิตจากโรคหลอดเลือดหัวใจเพิ่มมากขึ้น
15. ชื่อเรื่องที่เหมาะสมที่สุดในบทอ่านนี้คือข้อใด
    1) การเลือกเมนูอาหารเช้า
    2) ประโยชน์ของอาหารเช้า
    3) คำแนะนำในการรับประทานอาหารเช้า
    4) พฤติกรรมที่สำคัญในการรับประทานอาหารเช้า

LIVEWORKSHEETS

อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ 16 – 20

พัฒนาการของคนในแต่ละช่วงวัย มีการพัฒนาเป็นระบบขั้นตอน ตั้งแต่เด็กแรกเกิดที่ต้องการความรักความอบอุ่นจากพ่อแม่ พัฒนาการทางร่างกายที่ต้องการการฝึกใช้กล้ามเนื้อ วัยเด็กตอนกลางเป็นวัยที่ต้องการเข้าโรงเรียน เด็กจึงต้องการการปรับตัว เพื่อไปอยู่อีกสังคมหนึ่งที่ต่างออกไป บุคคลที่มีอิทธิพลต่ออารมณ์ของเด็กวัยนี้ คือครูและเพื่อน วัยเด็กตอนปลายมีการพัฒนาทางด้านความคิดมากขึ้น รู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง มีเป้าหมายและต้องการการยอมรับจากผู้อื่นว่าเขาทำได้

วัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และสังคม เพราะเป็นช่วงวัยที่เปลี่ยนจากเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ วัยนี้จึงเป็นเสมือนช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อ มีความต้องการเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง มีความรู้สึกสับสนในตนเอง แสวงหาตัวตนของตนเอง มีความสนใจเกี่ยวกับตนเอง และความคิดของคนอื่นที่มีต่อตน มีการรับรู้ในบทบาททางเพศของตน ต้องการแสดงลักษณะและบทบาททางเพศของตนให้ถูกต้อง เป็นที่ยอมรับของสังคม มีการเลียนแบบพฤติกรรมตามบุคคลต้นแบบ ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ เพื่อน หรือแม้แต่ดารา นักร้อง

ด้วยเหตุนี้การแสดงออกของวัยรุ่น ทั้งด้านจิตใจและรูปลักษณ์ภายนอกจึงมีมากกว่าวัยอื่น ๆ อีกทั้งสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดำรงอยู่ก็มีผลต่อความคิด การกระทำ จึงพบเห็นได้เสมอว่า เด็กวัยรุ่นมีการแสดงออกทางสังคมที่คล้ายคลึงกันในกลุ่มเพื่อน ทั้งความคิด การพูดจา การแต่งกาย เครื่องมือสิ่งของที่ใช้ นั่นก็เพื่อตอบสนองความต้องการที่พัฒนาไปตามช่วงวัยของเขา และสิ่งที่วัยรุ่นควรจะต้องยึดถือเอาเป็นภาระหลัก นั่นก็คือการเรียนหนังสือ เพื่อเตรียมเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ที่จะต้องทำงาน มีครอบครัว ตอบสนองพัฒนาการในช่วงวัยต่อไป แต่ปัจจุบันพบว่ามีวัยรุ่นจำนวนหนึ่งยังขาดความตระหนักในเรื่องนี้

16. จากข้อความ อะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นมีการแสดงออกที่ใกล้เคียงกัน
    1) พัฒนาการของแต่ละคนที่แตกต่างกัน
    2) ความสนใจที่เกี่ยวกับตนเองคล้ายคลึงกัน
    3) สิ่งรอบตัวในสังคมที่ดำเนินชีวิตอยู่
    4) การปรับตัวเพื่อจะอยู่ในสังคมนั้น ๆ
17. ข้อใดคือสิ่งสำคัญที่บทอ่านเสนอแนะให้วัยรุ่นต้องกระทำ
    1) การแสวงหาเอกลักษณ์
    2) การเรียนหนังสือ
    3) ความสนใจตนเอง
    4) การพัฒนาตนเอง
18. จากเรื่องที่อ่าน ช่วงวัยใดต้องการการยอมรับจากผู้อื่น
    1) วัยเด็กแรกเกิด
    2) วัยเด็กตอนกลาง
    3) วัยเด็กตอนปลาย
    4) วัยรุ่น
19. ข้อใดเป็นเหตุผลที่วัยรุ่นอาจจะยังไม่ได้รับการยอมรับในสังคมปัจจุบัน
    1) การแต่งตัวเหมือนดารานักร้อง
    2) การแสดงเป้าหมายในสิ่งที่ทำได้
    3) การบ่งบอกเอกลักษณ์ที่โดดเด่น
    4) การแสดงบทบาททางเพศของตนเอง

LIVEWORKSHEETS

20. จากข้อความที่ขีดเส้นใต้ จะส่งผลตามมาหลายประการ<u>ยกเว้น</u>ข้อใด

1) สังคมได้รับผลกระทบ
2) สร้างปัญหาครอบครัว
3) พัฒนาการทางสังคม
4) สับสนในตนเอง

LIVEWORKSHEETS