



โรงเรียนพระกุมารเยซูโนนสมบูรณ์ อำเภอบ้านแฮด จังหวัดขอนแก่น

ข้อสอบกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลางภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2568

ข้อสอบแบบเลือกตอบ จำนวน 20 ข้อ คะแนนเต็ม 10 คะแนน เวลา 40 นาที

ชื่อ-สกุล.....ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ห้อง.....เลขที่.....

คำชี้แจง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องเพียงข้อเดียว

1. ข้อใด เป็นวิธีดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม

- ก กินผักที่ปลูกเอง
- ข ใช้ถุงพลาสติกใส่อาหาร
- ค รณรงค์ให้ลดการใช้ไฟ
- ง ใช้ผ้าปิดจมูกขณะนั่งรถ

2. ข้อใด เป็นปัญหาสิ่งแวดล้อม

- ก ขาดแรงงาน
- ข น้ำเน่าเสีย
- ค สินค้าราคาแพง
- ง ถูกสัตว์ละเมิดทางเพศ

3. การอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดี จะเกิดผลอย่างไร

- ก ทำให้เรียนหนังสือไม่เก่ง
- ข ทำให้เพื่อนบ้านรังเกียจ
- ค ทำให้เพื่อนไม่คบ
- ง ทำให้เจ็บป่วยบ่อย

4. ถ้าต้องกำจัดขยะ นักเรียนควรทำอย่างไร

- ก ทิ้งลงในถังขยะ
- ข ทิ้งลงในแม่น้ำ
- ค นำไปทิ้งไกลๆ บ้าน
- ง เก็บกองไว้ใต้ต้นไม้

5. นักเรียนไม่ควรปฏิบัติตามใคร

- ก ตาม อาบน้ำวันละ 2 ครั้ง
- ข เต้ ตัมน้ำวันละหลายแก้ว
- ค ตุ่ม บ้วนปากหลังกินอาหาร
- ง เคย ทั้งเศษขยะลงแม่น้ำทุกวัน

6. การกระทำในข้อใด ที่ทำให้น้ำเน่าเสีย

- ก คนเดินทางทางเรือ
- ข คนใช้น้ำในแม่น้ำลำคลอง
- ค ชาวประมงใช้อวนตาถี่จับปลา
- ง โรงงานปล่อยน้ำเสียลงในแม่น้ำ

7. ข้อใด เป็นการปฏิบัติตนในการดูแลรักษาสสิ่งแวดล้อมที่ถูกต้อง

- ก กินอาหารที่ทำจากพืช
- ข ไม่ทิ้งขยะลงในถังขยะ
- ค แยกประเภทขยะก่อนทิ้ง
- ง เก็บเศษกระดาษทิ้งลงแม่น้ำ

8. ถ้าต้องอยู่ในบริเวณที่มีฝุ่นละอองและควันพิษ ควรทำอะไร

- ก ยืนก้มหน้าให้ต่ำ
- ข ใช้มือปิดหน้าผาก
- ค สวมแว่นตากันฝุ่น
- ง ใช้ผ้าปิดปากและจมูก

9. เราไม่ควรใช้สิ่งใด เพื่อช่วยแก้ไขปัญหาสสิ่งแวดล้อม

- ก โฟม
- ข ถุงผ้า
- ค กระดาษ
- ง ใบตอง

10. การกระทำในข้อใด ที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพส่วนรวม

- ก หลีกเลี่ยงการกินเนื้อสัตว์
- ข ปลุกต้นไม้ไว้ในห้องนอน
- ค ไม่ตั้งบ้านเรือนอยู่ใกล้แม่น้ำ
- ง ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย

11. ข้อใด เป็นโรคติดต่อ

- ก โรคเอดส์
- ข โรคมะเร็ง
- ค โรคเบาหวาน
- ง โรคขาดสารอาหาร

12. โรคมือ เท้า ปาก มักระบาดในช่วงใด

- ก ฤดูร้อน
- ข ฤดูฝน
- ค ฤดูหนาว
- ง ทุกฤดู

13. พฤติกรรมในข้อใด ที่ทำให้เกิดโรคได้ง่าย

- ก ดื่มน้ำดื่มสุก
- ข นอนหลับตั้งแต่หัวค่ำ
- ค ไม่ชอบออกกำลังกาย
- ง กินอาหารที่มีไขมันมาก

14. พฤติกรรมในข้อใด เป็นสาเหตุของโรคมือ เท้า ปาก

- ก ดัดฟัน
- ข บ้วนปากหลังกินขนม
- ค ใช้แปรงที่มีขนแปรงแข็ง
- ง ไม่รักษาความสะอาดของมือ

15. อาการในข้อใด ที่แสดงว่าเกิดการติดเชื้อจากไขหวัดนก

- ก ปวดบวม
- ข มือสั่น
- ค หายใจช้า
- ง คันที่ผิวหนัง

16. ข้อใด อาจทำให้ติดเชื้อโรคไขหวัดนกได้

- ก จับไข่ไก่ด้วยมือเปล่า
- ข กินไก่ที่ทอดสุกแล้ว
- ค สวมถุงมือขณะจับไข่
- ง ดูรูปภาพที่มีไข่

17. ข้อใด เป็นโรคไม่ติดต่อ

- ก โรคเอดส์
- ข โรคไข้เลือดออก
- ค โรคมือ เท้า ปาก
- ง โรคเบาหวาน

18. สัตว์ชนิดใด ที่เป็นแหล่งแพร่เชื้อโรคไข้หวัดนก

- ก หนู
- ข เป็ด
- ค สุนัข
- ง ยุงลาย

19. การล้างมือหลังทำกิจกรรมต่างๆ มีประโยชน์อย่างไร

- ก ทำให้มือหอม
- ข ทำให้มือขาว
- ค หยุดการแพร่เชื้อโรค
- ง ทำให้เขียนหนังสือได้สวย

20. ข้อใด เป็นวิธีป้องกันโรคเอดส์

- ก ไปพบแพทย์อยู่เสมอ
- ข อยู่ในที่มีอากาศถ่ายเท
- ค กินอาหารให้ครบ 5 หมู่
- ง ไม่ใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้ป่วย