ข้อสอบติว O-Net

ตอนที่ ๓

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

วิชา ภาษาไทย

LIVEWORKSHEETS

<u>ตอนที่ ๓</u> : แบบอัตนัย จำนวน ๑ ข้อ (๓๐ คะแนน)

ให้เขียนตอบในกระดาษคำตอบ ด้วยตัวบรรจง ขนาดครึ่งบรรทัด โดยใช้ภาษาไทยมาตรฐาน (ภาษาไทยกลาง) และความยาวในการเขียนให้เป็นไปตามที่กำหนดในแต่ละข้อย่อย ถ้าเขียนเกินจำนวนบรรทัดที่กำหนดจะตรวจถึงบรรทัดที่กำหนดเท่านั้น

๓๐. ใช้บทอ่านต่อไปนี้ เป็นข้อมูลในการเขียนตอบ ข้อ ๓๐.๑ - ๓๐.๓

น้ำแร่กับน้ำเปล่า : เราควรเลือกอะไร

น้ำเป็นปัจจัยหลักในการดำรงชีวิต ถ้าเราไม่ดื่มน้ำ ร่างกายจะอ่อนเพลียได้ ในอดีตเราดื่มน้ำเปล่า แต่วิถีชีวิตในปัจจุบันมีผู้ผลิตน้ำแร่สำหรับดื่มเพื่อเป็นทางเลือกของคนรักสุขภาพ จึงมีประเด็นโต้แย้งว่าน้ำชนิดใดเหมาะแก่การบริโภคมากกว่ากัน

น้ำเปล่ามีทั้งประโยชน์และโทษ ประโยชน์ของน้ำเปล่า คือช่วยในระบบขับถ่าย มีประสิทธิภาพในการดูดซึมสูงกว่าน้ำชนิดอื่น ๆ รวมทั้งยังช่วยในเรื่องการคุมน้ำหนักได้เป็นอย่างดี แต่หากดื่มน้ำเปล่ามากเกินไปก็จะเกิดโทษ คือส่งผลให้ไตทำงานหนัก ทำให้เซลล์ในร่างกายบวมเนื่องจากน้ำเข้าสู่กระแสเลือดมากเกินไป รวมทั้งทำให้เป็นตะคริวเนื่องจากสภาพกรดด่างในเลือดเจือจางลง

น้ำแร่ก็มีทั้งประโยชน์และโทษเช่นกัน กล่าวคือน้ำแร่ช่วยเสริมกระดูกและฟัน เพราะมีแร่ธาตุแคลเซียม แมกนีเซียม และฟลูออไรด์ ที่มีคุณสมบัติเหมือนกับยาสีฟันที่คอยดูแลฟันให้แข็งแรงอยู่เสมอ นอกจากนี้ โปแตสเซียมและโซเดียมจะ

LIVEWORKSHEETS

ช่วยรักษาความสมดุลของเกลือแร่และกรดในร่างกายทำให้ระบบหลอดเลือดหัวใจทำงานได้ดี ควบคุมความดันเลือดและป้องกันหัวใจเต้นผิดจังหวะ แต่การดื่มน้ำแร่มากจนเกินไปก็ไม่ส่งผลดีต่อสุขภาพ เช่น แร่ธาตุซิลเลเนียมที่อยู่ในน้ำแร่จะทำให้ท้องร่วง อาเจียน ผมร่วง มีผลต่อระบบประสาท และแร่ธาตุอื่น ๆ ในน้ำแร่อาจจะตกตะกอนและสะสมในกระเพาะปัสสาวะจนทำให้เป็นนิ่วอุดตันท่อปัสสาวะได้

เมื่อเปรียบเทียบระหว่างน้ำเปล่ากับน้ำแร่แล้วจะพบว่าต่างมีประโยชน์และโทษ น้ำทั้งสองชนิดให้ผลดีต่อร่างกายหากดื่มในปริมาณที่พอดีและให้โทษหากดื่มในปริมาณที่มากจนเกินไป ดังนั้นเราจึงควรพิจารณาผลดีและผลเสียของน้ำแต่ละชนิดและเลือกดื่มในปริมาณที่เหมาะสม มิฉะนั้นสิ่งที่เราคิดว่าเป็นประโยชน์ก็อาจเป็นโทษก็ได้

๓๐.๑ จงเขียนย่อความจากบทอ่าน ความยาวไม่เกิน ๕ บรรทัด (๑๐ คะแนน)

LIVEWORKSHEETS

๓๐.๒ จากบทอ่านข้างต้นจงวิเคราะห์ว่าผู้เขียนมีจุดมุ่งหมายอย่างไร และต้องการให้ผู้อ่านปฏิบัติอย่างไรบ้าง ความยาวไม่เกิน ๓ บรรทัด (๕ คะแนน)

๓๐.๓ นักเรียนเห็นด้วยกับบทอ่านเรื่อง "น้ำแร่กับน้ำเปล่า : เราควรเลือกอะไร" หรือไม่ เพราะเหตุใด จงแสดงความคิดเห็นพร้อมเหตุผล และยกตัวอย่างในชีวิตประจำวันของนักเรียนประกอบโดยไม่กล่าวพาดพิงบุคคลองค์กรให้เกิดความเสียหาย ความยาว ๕ - ๘ บรรทัด (๑๕ คะแนน)

LIVEWORKSHEETS