

# ใบงานสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้น ม.4

## เรื่อง ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ

ชื่อ-นามสกุล: \_\_\_\_\_ เลขที่: \_\_\_\_\_ วันที่: \_\_\_\_\_



### ส่วนที่ 1: ระบบกระดูก (Skeletal System)

- 1 กระโหลกศีรษะ \_\_\_\_\_
- 2 ขากรรไกร \_\_\_\_\_
- 3 กระดูกไหปลาร้า \_\_\_\_\_
- 4 กระดูกสะบัก \_\_\_\_\_
- 5 กระดูกต้นแขน \_\_\_\_\_
- 6 กระดูกหน้าอก \_\_\_\_\_
- 7 กระดูกซี่โครง \_\_\_\_\_
- 8 กระดูกสันหลัง \_\_\_\_\_
- 9 กระดูกเชิงกราน \_\_\_\_\_
- 10 กระดูกข้อมือ \_\_\_\_\_

### ส่วนที่ 2: ระบบกล้ามเนื้อ (Muscular System)

- 11 กล้ามเนื้อใบหน้า \_\_\_\_\_
- 12 กล้ามเนื้อคอ \_\_\_\_\_
- 13 กล้ามเนื้อไหล่ \_\_\_\_\_
- 14 กล้ามเนื้ออก \_\_\_\_\_
- 15 กล้ามเนื้อหน้าท้อง \_\_\_\_\_
- 16 กล้ามเนื้อหน้าแขน \_\_\_\_\_
- 17 กล้ามเนื้อหลังแขน \_\_\_\_\_
- 18 กล้ามเนื้อต้นขาหน้า \_\_\_\_\_
- 19 กล้ามเนื้อหลังขา \_\_\_\_\_
- 20 กล้ามเนื้อน่อง \_\_\_\_\_