



ใบงาน วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5



คำชี้แจง : ให้นักเรียนอ่านประโยค แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง "ถูก" หรือ "ผิด"

- 1** การล้างมือก่อน
รับประทานอาหาร
และหลังการขับถ่าย
เป็นพฤติกรรมที่ถูกต้อง



ถูก

ผิด

- 6** การสร้างความสัมพันธ์
ที่ดีในครอบครัว
เป็นส่วนหนึ่งของ
สุขบัญญัติแห่งชาติ



ถูก

ผิด

- 2** การแปรงฟันทุกวัน
อย่างถูกวิธี
ช่วยให้ฟันแข็งแรง



ถูก

ผิด

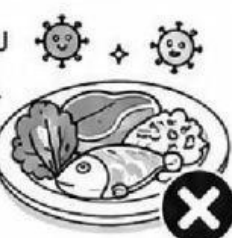
- 7** การสูบบุหรี่และ
ดื่มสุรา เป็น
พฤติกรรมที่ควร
หลีกเลี่ยง



ถูก

ผิด

- 3** เราควรกินอาหารดิบ
ที่ไม่สะอาด
เพื่อประหยัดเวลา



ถูก

ผิด

- 8** การข้ามถนนโดย
ไม่มองซ้ายขวา
เป็นการป้องกัน
อุบัติเหตุที่ดี



ถูก

ผิด

- 4** การออกกำลังกาย
สม่ำเสมอ
ช่วยให้ร่างกายแข็งแรง



ถูก

ผิด

- 9** การทำจิตใจให้
ร่าเริงแจ่มใส
เป็นสิ่งที่ควรปฏิบัติ



ถูก

ผิด

- 5** การทิ้งขยะลงพื้น
เป็นการมีสำนึก
ต่อส่วนรวม



ถูก

ผิด

- 10** การตรวจสุขภาพ
ประจำปี เป็นการดูแล
สุขภาพที่เหมาะสม



ถูก

ผิด