

1. ระบบประสาทของมนุษย์แบ่งออกเป็นกี่ส่วน

- ก. ส่วน คือ ระบบประสาทส่วนกลาง
- ข. ส่วนคือ ระบบประสาทสมองและไขสันหลัง
- ค. ส่วนคือ ระบบประสาทส่วนกลางและส่วนปลาย
- ง. ส่วนคือระบบประสาทส่วนกลางสมองและไขสันหลัง

2. ระบบประสาทสัมพันธ์กับข้อใดมากที่สุด

- ก. ตับ
- ข. สมอง
- ค. หัวใจ
- ง. โลหิต

3. สมองส่วนใดทำหน้าที่ควบคุม ความหิว ความอิ่ม

- ก. พอนส์
- ข. เซรีบรัม
- ค. ทาลามัส
- ง. ไฮโปทาลามัส

4. ข้อใดทำหน้าที่เป็นระบบประสาทสัมผัส

- ก. ระบบไขสันหลัง
- ข. ระบบประสาทส่วนกลาง
- ค. ระบบประสาทซิมพาเทติก
- ง. ระบบประสาทพาราซิมพาเทติก

5. ข้อใดไม่ใช่ระบบประสาทส่วนปลาย

- ก. เส้นประสาทสมอง
- ข. เส้นประสาทต่อมไร้ท่อ
- ค. เส้นประสาทไขสันหลัง
- ง. ระบบประสาทอัตโนมัติ

6. เหตุการณ์ใดที่จะทำให้ระบบประสาทซิมพาเทติกทำงาน

- ก. พาร์ร้อง
- ข. ไฟไหม้
- ค. ฝนตกหนัก
- ง. ลมพัดรุนแรง

7. ส่วนใดในเพศชายที่ทำหน้าที่ในการผลิตตัวสุจิ

- ก. อัณฑะ
- ข. ท่อนำตัวสุจิ
- ค. ถุงเก็บตัวสุจิ
- ง. กระเพาะปัสสาวะ

8. ต่อมเพศในเพศหญิงเรียกว่าอะไร

- ก. มดลูก
- ข. รังไข่
- ค. ท่อนำไข่
- ง. ปากมดลูก

9. ระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อมีความสำคัญต่อร่างกายอย่างไร

- ก. กระตุ้นการเจริญเติบโตทางเพศ
- ข. กระตุ้นการเผาผลาญในร่างกาย
- ค. กระตุ้นการเจริญเติบโตของร่างกาย
- ง. กระตุ้นการทำให้เกิดความสวยและความหล่อ

10. ข้อใดมิใช่วิธีการดูแลรักษาระบบประสาท

- ก. ดื่มน้ำดื่มที่สะอาด
- ข. พักผ่อนอย่างเพียงพอ
- ค. ออกกำลังกายเป็นประจำ
- ง. รับประทานอาหารจานด่วน Fast Food ในมือเช้า

พ 1.1 ม.1/4 แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย

11. การเจริญเติบโตของร่างกายคืออะไร

- ก. การที่ร่างกายสูงขึ้น
- ข. การที่อวัยวะต่างๆของร่างกายทำงานได้ดี
- ค. การเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปตามธรรมชาติของสิ่งมีชีวิต
- ง. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

12. การพัฒนาการของร่างกายคืออะไร

- ก. การมีสติปัญญาดีขึ้น
- ข. การปรับตัวเข้ากับสังคมดีขึ้น
- ค. การเพิ่มความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย
- ง. การที่ร่างกายมีความสูงเพิ่มขึ้นและมีน้ำหนักมากขึ้นด้วย

13. การเจริญเติบโตและการพัฒนาการมีความสัมพันธ์กันหรือไม่อย่างไร

- ก. สัมพันธ์กันเพราะต้องใช้ควบคู่กันไป
- ข. สัมพันธ์กัน เพราะเมื่อร่างกายเจริญเติบโตขึ้นย่อมมีการพัฒนาการมากขึ้น
- ค. ไม่สัมพันธ์กัน เพราะการเจริญเติบโตมีความหมายแตกต่างกับการพัฒนาการ
- ง. ไม่สัมพันธ์กัน เพราะการเจริญเติบโตเป็นเรื่องของร่างกาย ส่วนการพัฒนาการเป็นเรื่องของจิตใจอารมณ์ และสังคม

14. การอบรมเลี้ยงดูที่ดีจะทำให้เด็กเกิดการพัฒนาการที่ดีในด้านใดบ้าง

- ก. ร่างกายและจิตใจ
- ข. ร่างกายจิตใจและอารมณ์
- ค. ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม
- ง. ร่างกาย จิตใจ อารมณ์สังคม และสติปัญญา

15. ข้อใดไม่ใช่แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย

- ก. พักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อยวันละ 8-9 ชั่วโมง
- ข. รับประทานอาหารให้หลากหลายรสชาติ เพื่อคุณค่าทางโภชนาการที่ดี
- ค. รับประทานอาหารในแต่ละวันให้ครบทั้ง 3 มื้อ และในแต่ละมื้อครบทั้ง 5 หมู่
- ง. หมั่นตรวจสอบภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเอง อย่างน้อยภาคเรียนละ 1 ครั้ง

16. ใครไม่ได้ปฏิบัติตามแนวทางในการปรับตัวของวัยรุ่นต่อการเจริญเติบโตทางร่างกาย

- ก. ก๊ิก ไปวิ่งที่สวนสาธารณะสัปดาห์ละ 3 วัน
- ข. แก้วยอมรับว่าตนเองมีความสูงไม่เท่ากับเพื่อน
- ค. เกรส สังเกตว่าตนเองรู้สึกเจ็บที่หน้าอกจึงไปปรึกษาแม่
- ง. กิ๊ฟ ไม่ชอบอาบน้ำหลังกลับมาจากโรงเรียน

เพราะรู้สึกเหนื่อย

17. สิ่งสำคัญที่สุดในการสร้างเสริมสัมพันธภาพที่ดีภายในครอบครัวคืออะไร

- ก. ความเข้าใจ
- ข. มีพ่อและแม่อยู่ครบ
- ค. ฐานะทางการเงิน
- ง. การไปเที่ยวร่วมกัน

18. ข้อใดไม่ใช่ความขัดแย้ง

- ก. การเคารพสิทธิของผู้อื่น
- ข. การแข่งขันหรือทำลายกัน
- ค. ความไม่ลงรอยกันในด้านความคิดหรือการกระทำ
- ง. ความรู้สึกของตัวบุคคลหรือกลุ่มคนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปที่แตกต่างกัน

19. หลักการในข้อใดช่วยลดความขัดแย้งทางการพูดระหว่างบุคคล

- ก. มีน้ำใจเป็นนักกีฬา
- ข. การยอมรับคำติชม
- ค. การสื่อสารทางบวก
- ง. การเคารพสิทธิของผู้อื่น

20. ลักษณะนิสัยแบบใดบ่งทอนสัมพันธภาพที่ดีของบุคคล

- ก. ข้างจดจำ
- ข. เจ้าระเบียบ
- ค. หวาดระแวง
- ง. มั่นใจในตนเอง

ชื่อ.....สกุล.....

เลขที่.....ชั้น/ห้อง.....