



## โรงเรียนอนุบาลจุติพร (สข.)

ช่วงชั้นที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ศึกษาและพลศึกษา

จำนวนข้อ 10 ข้อ

คะแนนเต็ม 10 คะแนน

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้อง

- ข้อใดหมายถึงกระบวนการย่อยอาหาร
  - การแปรสภาพของอาหาร
  - การทำให้อาหารมีขนาดเล็กลง
  - การทำให้อาหารกลายเป็นสารอาหาร
- ถ้าระบบย่อยอาหารทำงานผิดปกติ จะเกิดผลอย่างไร
  - หัวใจไม่สูบฉีดโลหิตไปเลี้ยงร่างกาย
  - สมองขาดแก๊สออกซิเจน
  - ร่างกายได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ
- ร่างกายขับถ่ายกากอาหารออกมาทางใด
  - ลำไส้ใหญ่
  - ทวารหนัก
  - ทวารเบา
- ข้อใดไม่ใช่ของเสียที่ถูกขับออกจากร่างกาย
  - ปัสสาวะ
  - อุจจาระ
  - น้ำตา
- “ดูดซึมน้ำและเกลือแร่ออกจากกากอาหาร และขับถ่ายของเสียในรูปของแข็ง” จากข้อความข้างต้นเป็นการทำงานของอวัยวะในข้อใด
  - ลำไส้เล็ก
  - ลำไส้ใหญ่
  - กระเพาะอาหาร
- ถ้ามีอาการท้องผูกควรทำอย่างไร เพราะเหตุใด
  - พักผ่อนให้เพียงพอ เพราะขณะหลับ กระเพาะอาหารจะทำงานได้ดี
  - ออกกำลังกาย เพราะทำให้ลำไส้มีการบีบรัดตัวอย่างรวดเร็ว
  - กินผักและผลไม้ เพราะมีเส้นใยที่ช่วยในการขับถ่าย
- ถ้าเป็นโรคนี้ จะมีผลต่อการทำงานของระบบในข้อใด
  - ระบบย่อยอาหาร
  - ระบบขับถ่ายเหงื่อ
  - ระบบขับถ่ายปัสสาวะ
- ข้อใดเป็นการเปลี่ยนแปลงทางเพศของเพศหญิง
  - เสียงแตก
  - มีประจำเดือน
  - น้ำหนักเพิ่มขึ้น

9. ข้อใดไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของเด็กในวัยรุ่น
- ก. เด็กชายมีร่างกายแข็งแรงกว่าเด็กหญิง
  - ข. เด็กชายมีหน้าอกใหญ่กว่าเด็กหญิง
  - ค. เด็กหญิงเจริญเติบโตเร็วกว่าเด็กชาย
10. ใครดูแลสุขอนามัยทางเพศได้ดีที่สุด
- ก. โด่งใส่กางเกงในที่เปียกชื้น
  - ข. ดื่กใช้สบู่อวัยวะเพศหลายๆ รอบ
  - ค. แฉ้วซับอวัยวะเพศให้แห้งด้วยทิชชูหลังล้างอวัยวะเพศ
11. ครอบครัวที่มีความสุขคือครอบครัวที่มีลักษณะตรงกับข้อใด
- ก. มีเงินทองมาก
  - ข. มีญาติพี่น้องมาก
  - ค. มีความรักความหวังดีต่อกัน
12. ใครที่เราควรให้ความเคารพและเชื่อฟังคำสั่งสอนมากที่สุด เพราะเหตุใด
- ก. พี่ เพราะมีอายุมากที่สุด
  - ข. พ่อแม่ เพราะเป็นผู้ให้กำเนิดและเลี้ยงดูเรา
  - ค. เพื่อน เพราะเรียนหนังสือร่วมกับเรา
13. ข้อใดไม่ใช่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งระหว่างพี่น้อง
- ก. พุดคุยกันด้วยอารมณ์
  - ข. ปรึกษาผู้ใหญ่ภายในบ้าน
  - ค. พุดคุยด้วยเหตุผลและผล
14. ถ้าเพื่อนในกลุ่มทะเลาะกันบ่อยๆ นักเรียนควรทำอย่างไร
- ก. เฉยๆ ไม่สนใจ
  - ข. ขอร้องให้เพื่อนพุดคุยกันด้วยเหตุผล
  - ค. ไปอยู่กับเพื่อนกลุ่มอื่น
15. ถ้านักเรียนฝึกม้วนหน้าในครั้งแรกแล้วทำได้ไม่ดี นักเรียนควรทำอย่างไร
- ก. หาข้อบกพร่อง แล้วแก้ไขและฝึกซ้ำๆ
  - ข. หาข้อบกพร่อง แล้วบันทึกไว้
  - ค. เปลี่ยนสถานที่ฝึกซ้อมใหม่
16. การฝึกยืดหยุ่นให้เกิดประสิทธิภาพ ควรทำอย่างไร
- ก. ฝึกเป็นประจำ
  - ข. ฝึกบนเบาะ
  - ค. ฝึกตามผู้สอน

17. การนำดนตรีมาประกอบท่ากายบริหาร มีส่วนช่วยในการฝึกอย่างไร
- ก. เกิดความสนุกสนาน
  - ข. เกิดความสามัคคี
  - ค. ถูกทั้งข้อ ก และข้อ ข
18. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ของการเล่นเกมนำไปสู่กีฬา
- ก. เสริมสร้างความสามัคคี
  - ข. เสริมสร้างทักษะการเล่นกีฬา
  - ค. สร้างความมุ่งมั่นในการเอาชนะ
19. การเล่นเกมแบบผลัด ผู้เล่นต้องมีคุณธรรมในข้อใดมากที่สุด
- ก. ความขยัน
  - ข. ความสามัคคี
  - ค. ความอดทน
20. การขว้างลูกบอลเกี่ยวข้องกับข้อใด
- ก. การใช้แรง
  - ข. การรับแรง
  - ค. ความสมดุล