

หน่วย...ชีวิตของมนุษย์และสัตว์

ใบงานที่...1

คำชี้แจง : จงเติมข้อความลงในช่องว่างให้ถูกต้อง



น้ำ	อาหาร	อากาศ
-----	-------	-------

- เราควรกิน ที่มีประโยชน์ให้ครบ 5 หมู่
- ถ้าไม่มี ในการหายใจเราจะตาย
- ปัจจัยที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์มี 3 อย่าง ได้แก่
 , ,
- เราควรต้องกิน วันละ 3 มื้อ คือ มื้อเช้า มื้อกลางวัน และมื้อเย็น
- ใน.....มีแก๊สออกซิเจน เพื่อให้มนุษย์ใช้ในการหายใจ
- เราควรดื่ม วันละ 6 - 8 แก้ว
- เป็นส่วนประกอบหลักของเลือดในร่างกาย
- เป็นสิ่งที่หล่อเลี้ยงร่างกาย เพื่อให้ร่างกายเจริญเติบโตและ
 แข็งแรง
- หากเรารับประทาน ไม่ครบ 5 หมู่ จะส่งผลให้ร่างกายขาดสาร

- เมื่อรับประทาน เสริม ควรดื่ม

ตามหลังจากรับประทานอาหารเสร็จ



ชื่อ.....