



ป.5

แบบทดสอบปลายภาคเรียนที่ 1



ชื่อ - นามสกุล เลขที่

วิชาสุขศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 20 ข้อ

คำชี้แจง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้อง

1

ข้อใดหมายถึงกระบวนการย่อยอาหาร(พ 1.1 ป.5/1)

- ก. การแปรสภาพของอาหาร
- ข. การทำให้อาหารมีขนาดเล็กลง
- ค. การทำให้อาหารกลายเป็นสารอาหาร
- ง. การที่อาหารเคลื่อนที่ผ่านหลอดอาหาร

2

ถ้าระบบย่อยอาหารทำงานผิดปกติ จะเกิดผลอย่างไร (พ 1.1 ป.5/1)

- ก. ร่างกายไม่ขับถ่ายแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์
- ข. หัวใจไม่สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงร่างกาย
- ค. สมองขาดแก๊สออกซิเจน
- ง. ร่างกายได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ

3

ร่างกายขับถ่ายกากอาหารออกมาทางใด (พ 1.1 ป.5/1)

- ก. ลำไส้ใหญ่
- ข. ทวารหนัก
- ค. ทวารเบา
- ง. ผิวหนัง

4

ข้อใดไม่ใช่ของเสียที่ขับออกจากร่างกาย (พ 1.1 ป.5/1)

- | | |
|------------|------------|
| ก. ปัสสาวะ | ข. อุจจาระ |
| ค. น้ำตา | ง. เหงื่อ |

5

“ดูดซึมน้ำและเกลือแร่ออกจากกากอาหาร และขับถ่ายของเสียในรูปของแข็ง”
จากข้อความข้างต้น เป็นการทำงานของอวัยวะในข้อใด

(พ 1.1 ป.5/1)

- ก. ลำไส้เล็ก
- ข. ลำไส้ใหญ่
- ค. กระเพาะอาหาร
- ง. กระเพาะปัสสาวะ

6

ถ้ามีอาการท้องผูกควรทำอย่างไร เพราะเหตุใด (พ 1.1 ป.5/2)

- ก. พักผ่อนให้เพียงพอ เพราะขณะที่หลับ กระเพาะอาหารจะทำงานได้ดี
- ข. ออกกำลังกาย เพราะทำให้ลำไส้มีการบีบรัดตัวอย่างรวดเร็ว
- ค. กินผักและผลไม้ เพราะมีเส้นใยช่วยในการขับถ่าย
- ง. กินยาระบายเพราะทำให้อุจจาระเหลว และขับถ่ายได้ง่าย

7

ถ้าเป็นโรคนี้ จะมีผลต่อการทำงานของระบบในข้อใด (พ 1.1 ป.5/2)

- ก. ระบบย่อยอาหาร
- ข. ระบบขับถ่ายเหงื่อ
- ค. ระบบขับถ่ายอุจจาระ
- ง. ระบบขับถ่ายปัสสาวะ

8

ข้อใดเป็นการเปลี่ยนแปลงทางเพศของเพศหญิง (พ 2.1 ป.5/1)

- ก. เลี้ยงเตด
- ข. มีประจำเดือน
- ค. น้ำหนักเพิ่มขึ้น
- ง. รูปร่างสูงใหญ่ขึ้น

9

ข้อใดไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของเด็กในวัยรุ่น (พ 2.1 ป.5/1)

- ก. เด็กชายมีร่างกายแข็งแรงกว่าเด็กหญิง
- ข. เด็กชายมีหน้าอกใหญ่กว่าเด็กหญิง
- ค. เด็กหญิงเจริญเติบโตเร็วกว่าเด็กชาย
- ง. เด็กหญิงมีเสียงเล็กแหลมกว่าเด็กชาย

10

ใครดูแลสุขอนามัยทางเพศได้ดีที่สุด (พ 2.1 ป.5/1)

- ก. โต้งใส่กางเกงในที่เปียกชื้น
- ข. ตู๋ล้างอวัยวะเพศวันละครั้ง
- ค. ดิกใช้สบู่ล้างอวัยวะเพศหลาย ๆ รอบ
- ง. แด้วขับอวัยวะเพศให้แห้งด้วยทิชชูหลังล้างอวัยวะเพศ

11

ครอบครัวที่มีความสุขคือครอบครัวที่มีลักษณะตรงกับข้อใด (พ 2.1 ป.5/2)

- ก. มีเงินทองมาก
- ข. มีญาติพี่น้องมาก
- ค. มีการพูดคุยยกยอกัน
- ง. มีความหวังความหวังดีต่อกัน

12

ใครที่เราควรให้ความเคารพและเชื่อฟังคำสั่งสอนมากที่สุด เพราะเหตุใด (พ 2.1 ป.5/2)

- ก. พี่ เพราะมีอายุมากที่สุด
- ข. น้อง เพราะอยู่บ้านเดียวกับเรา
- ค. เพื่อน เพราะเรียนหนังสือร่วมกับเรา
- ง. พ่อแม่ เพราะเป็นผู้ให้กำเนิดและเลี้ยงดูเรา

13

ข้อใดไม่ใช่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งระหว่างพี่น้อง (พ 2.1 ป.5/3)

- ก. รอให้อารมณ์เย็นแล้วค่อยพูดคุยกัน
- ข. ปรึกษาผู้ใหญ่ในบ้าน
- ค. พูดคุยกันด้วยเหตุและผล
- ง. พูดคุยกันด้วยอารมณ์

14

ข้อใดเป็นการปฏิบัติตนเพื่อเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว (พ 2.1 ป.5/3)

- ก. ปิดบังความผิดของตนเองเพื่อให้ผู้ปกครองสบายใจ
- ข. ขยันทำงานนอกบ้านเพื่อหารายได้ให้ครอบครัว
- ค. ใช้จ่ายอย่างประหยัดและช่วยทำงานบ้าน
- ง. ช่วยเหลืองานบ้านเพื่อแลกกับเงินค่าจ้าง

15

ถ้าต้องการให้ครอบครัวมีความสุข นักเรียนไม่ควรปฏิบัติตนตามข้อใด (พ 3.1 ป.5/1)

- ก. ปฏิบัติตามหน้าที่ของตนเอง
- ข. หมั่นดูแลสุขภาพของคนในครอบครัว
- ค. ปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว
- ง. เห็นประโยชน์ส่วนตนมากกว่าครอบครัว

16

การปฏิบัติตนในข้อใดส่งผลให้ครอบครัวมีความสุข (พ 3.1 ป.5/1)

- ก. ทะเลาะกับน้องเพื่อหาข้อยุติ
- ข. ประหยัดและอดออมเงินค่าขนม
- ค. ชวนพ่อแม่ ผู้ปกครองไปเที่ยวกลางคืน
- ง. ลาออกจากโรงเรียนเพื่อช่วยครอบครัวหารายได้

17

ถ้าต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อนควรปฏิบัติตนตามข้อใด (พ 3.1 ป.5/1)

- ก. ให้ความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม
- ข. ให้เพื่อนลอกการบ้านเป็นประจำ
- ค. ชื่นชมให้เพื่อนรับประทานเป็นประจำ
- ง. ชวนเพื่อนคุยในเวลาเรียน

- 18 ถ้านักเรียนต้องการฝึกทักษะการเล่นฟุตบอล นักเรียนควรเล่นเกมในข้อใด (พ 2.1 ป.5/2)
- ก. เกมโยนบอล
 - ข. เกมส่งบอลลอดถ้ำ
 - ค. เกมเตะบอลวงกลม
 - ง. เกมวิ่งข้ามสิ่งกีดขวาง

- 19 ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ของการเล่นเกมนำไปสู่กีฬา (พ 2.1 ป.5/2)
- ก. เสริมสร้างความสามัคคี
 - ข. เสริมสร้างทักษะการเล่นกีฬา
 - ค. สร้างความมุ่งมั่นในการเอาชนะ
 - ง. สร้างความมั่นใจในการเล่นกีฬา

- 20 การเล่นเกมแบบผลัด ผู้เล่นต้องมีคุณธรรมในข้อใดมากที่สุด (พ 2.1 ป.5/2)
- ก. ความซื่อสัตย์
 - ข. ความสามัคคี
 - ค. ความอดทน
 - ง. ความมีวินัย