ข้อสอบกลุ่มสาระ สุขศึกษาและพลศึกษา

วิชา สุขศึกษาและพลศึกษา ป. 6 **จำนวน 15 ข้อ**

ให้กาเครื่องหมาย ✕ ทับตัวอักษรหน้าคำตอบที่ถูกต้อง

1. การหายใจของมนุษย์มีความสำคัญอย่างไร

   ก. เพื่อรับแก๊สออกซิเจนเข้าสู่ร่างกาย

   ข. เพื่อกำจัดแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ออกจากร่างกาย

   ค. เพื่อทำให้มีแก๊สออกซิเจนไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย

   ง. เพื่อรับแก๊สออกซิเจนเข้าสู่ร่างกายและกำจัดแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ออกจากร่างกาย

2. ข้อใดคือการทำงานของร่างกายในขณะหายใจเข้า

   ก. กระดูกซี่โครงเลื่อนต่ำลง กะบังลมคลายตัวยกสูงขึ้น ปริมาตรช่องอกน้อยลง

   ข. กระดูกซี่โครงเลื่อนต่ำลง กะบังลมคลายตัวยกสูงขึ้น ปริมาตรช่องอกเพิ่มขึ้น

   ค. กระดูกซี่โครงยกตัวสูงขึ้น กะบังลมหดตัวต่ำลง ปริมาตรช่องอกน้อยลง

   ง. กระดูกซี่โครงยกตัวสูงขึ้น กะบังลมหดตัวต่ำลง ปริมาตรช่องอกเพิ่มขึ้น

3. อวัยวะที่ทำหน้าที่สร้างเซลล์สืบพันธุ์ในเพศชาย คือข้อใด

   ก. อัณฑะ ข. องคชาต ค. ท่อนำอสุจิ ง. ต่อมลูกหมาก

4. ข้อใดกล่าวถูกต้อง

   ก. รังไข่แต่ละข้างจะผลิตไข่พร้อมกัน

   ข. รังไข่มีหน้าที่สร้างเซลล์สืบพันธุ์เพศหญิง

   ค. ต่อมลูกหมากมีหน้าที่สร้างเซลล์สืบพันธุ์เพศชาย

   ง. เพศชายเริ่มสร้างตัวอสุจิได้เมื่ออายุ 12-13 ปี และจะสร้างจนกระทั่งอายุ 50 ปี จึงหยุดสร้าง

LIVEWORKSHEETS

5. อวัยวะใดที่ช่วยในการไหลเวียนโลหิตภายในร่างกาย

ก. ไต ข. ปอด ค. หัวใจ ง. หลอดเลือด

6. สิ่งที่กำหนดอัตราการหายใจเข้าและหายใจออก คือข้อใด

ก. ขนาดของปอด ข. ปริมาณถุงลมในปอด

ค. ปริมาณแก๊สออกซิเจนในเลือด ง. ปริมาณแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ในเลือด

7. ถ้าต่อมลูกหมากทำงานผิดปกติ จะส่งผลต่อการทำงานของระบบใด

ก. ระบบหายใจ ข. ระบบไหลเวียนโลหิต

ค. ระบบสืบพันธุ์เพศชาย ง. ระบบสืบพันธุ์เพศหญิง

8. การออกกำลังกายสม่ำเสมอ มีผลดีต่อระบบหายใจอย่างไร

ก. ทำให้ปอดมีถุงลมเพิ่มมากขึ้น

ข. ทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้น สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ได้เร็วขึ้น

ค. ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรง สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ได้มากขึ้น

ง. ทำให้ปอดรับแก๊สออกซิเจน และขับแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ได้มากขึ้น

9. การกระทำใดทำให้อวัยวะในระบบไหลเวียนโลหิตทำงานได้ดีขึ้น

ก. ใช้ผ้าปิดจมูกขณะที่อยู่ในที่ที่มีฝุ่นละออง ข. ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 ครั้ง

ค. อาบน้ำทุกวัน วันละ 2 ครั้ง ง. กินอาหารที่มีกากใยสูง

10. ใครมีหน้าที่สร้างสัมพันธภาพในครอบครัว เพราะอะไร

ก. ตายาย เพราะเป็นผู้อาวุโส ข. ลูก เพราะเป็นสมาชิกในบ้าน

ค. พ่อแม่ เพราะเป็นหัวหน้าครอบครัว ง. ทุกคนในครอบครัว เพราะอยู่ร่วมกันในบ้าน

LIVEWORKSHEETS

11. ผลของการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น คือข้อใด

ก. ได้รับการยกย่องชมเชย ข. เป็นที่รักใคร่ของผู้อื่น

ค. ร่างกายแข็งแรง ง. มีความเป็นผู้นำ

12. พฤติกรรมในข้อใดเป็นพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์

ก. พูดคุยกับเพศตรงข้าม ข. ทำรายงานกับเพศตรงข้าม

ค. เดินกลับบ้านกับเพศตรงข้าม ง. อยู่ในห้องกับเพศตรงข้ามสองต่อสอง

13. ข้อใดเป็นผลกระทบร้ายแรงที่สุดของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

ก. ทำแท้ง ข. ตั้งครรภ์

ค. ติดเชื้อเอดส์ ง. ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

14. ในวัยของนักเรียน ข้อใดเป็นการป้องกันตนเองจากการเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์

ก. ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

ข. ออกกำลังกายให้ร่างกายแข็งแรงอยู่เสมอ

ค. สวมถุงยางอนามัยทุกครั้งเมื่อมีเพศสัมพันธ์

ง. ตรวจเลือดก่อนจะมีเพศสัมพันธ์กับคนที่เราคบ

15. การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรส่งผลกระทบอย่างไรต่อวัยของนักเรียน

ก. เสียการเรียน ข. เสียค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้น

ค. มีความรับผิดชอบมากขึ้น ง. ทำให้เป็นโรคกระดูกพรุน

LIVEWORKSHEETS