

# รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

## ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

### เรื่อง สภาวะทางอารมณ์ที่มีผลต่อสุขภาพ

คำชี้แจง : ให้นักเรียนจำแนกสภาวะทางอารมณ์ที่มีผลต่อสุขภาพทางบวก  
และทางลบให้ถูกต้อง

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ปลอดโรคภัยไข้เจ็บ

ไม่มีใครอยากเข้าใกล้

ร่างกายแข็งแรง

เกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ง่าย

สุขภาพจิตแจ่มใส ร่าเริง

เป็นที่รักใคร่ของทุกคน

สุขภาพจิตเสื่อม หม่นหมอง

ร่างกายอ่อนแอ เช่น  
เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย

| ผลที่มีต่อสุขภาพทางบวก | ผลที่มีต่อสุขภาพทางลบ |
|------------------------|-----------------------|
|                        |                       |
|                        |                       |
|                        |                       |
|                        |                       |



ครูผู้ย