

โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์

วิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัส พ14101

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

ผู้สอน ครูจุลีพร จุรุพันธ์

เรื่อง พัฒนาการของมนุษย์





สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข

ลักษณะของส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

- เรื่องที่ 1 พัฒนาการของมนุษย์
- เรื่องที่ 2 ระบบกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ
- เรื่องที่ 3 ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย



ครูผู้สอน คุณครูจุลีพร จุฑพันธ์



สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข

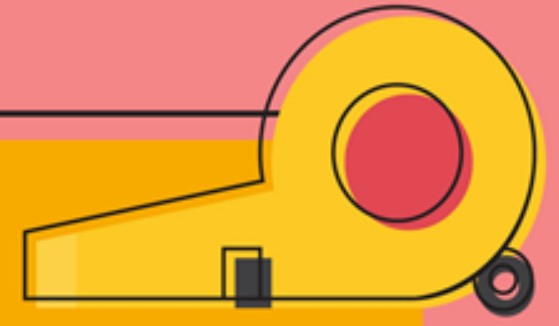
ลักษณะของส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

- เรื่องที่ 4 การถ่ายเทของพันธุกรรม
- เรื่องที่ 5 เพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว



ครูผู้สอน คุณครูจุลีพร จุฑพันธ์

ทดสอบก่อนเรียน

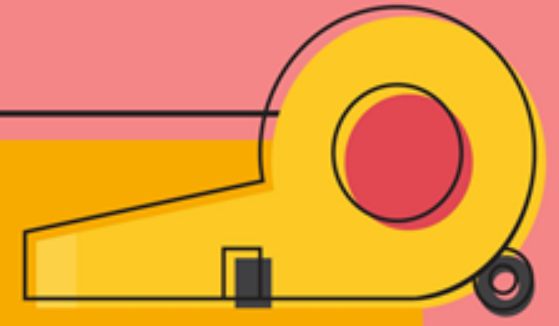


คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องเพียง

คำตอบเดียว ข้อสอบมี 10 ข้อ



1. เริ่มชีวิตของมนุษย์เกิดจากสิ่งใด



ก. ความรักของชายหญิง

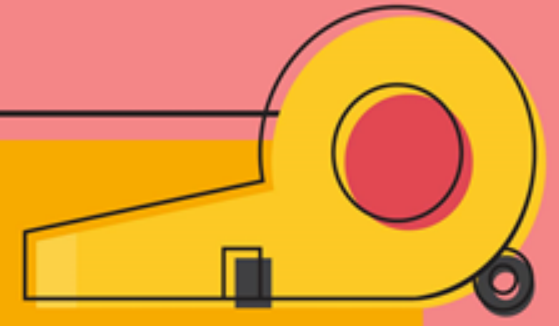
ข. การปฏิสนธิระหว่างอสุจิกับไข่

ค. เกิดจากเชื้ออสุจิของผู้เป็นพ่อ

ง. เกิดจากไข่ในตัวมารดา



2. กล้ามเนื้อ กระดูก ปอด หัวใจ ลำไส้ จะเจริญเติบโต เต็มที่ในช่วงอายุเท่าไร



ก. แรกเกิด – 1 ขวบ

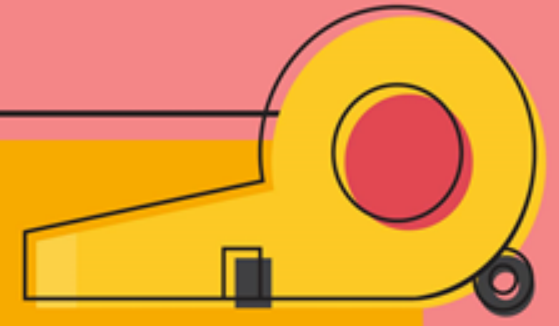
ข. 5 – 7 ปี

ค. 11 – 16 ปี

ง. 18 – 20 ปี



3. เราสามารถควบคุมอารมณ์โกรธได้ด้วยวิธีใด



ก. แสดงท่าทางงุนเหงี้ยว

ข. ข่มใจตนเอง

ค. ร้องไห้ งามแง

ง. กล่าวโทษคนอื่น



4. ส่วนใดที่เป็นโครงสร้างที่ทำให้ร่างกายคงรูปคงร่างได้

ก. หัวใจ

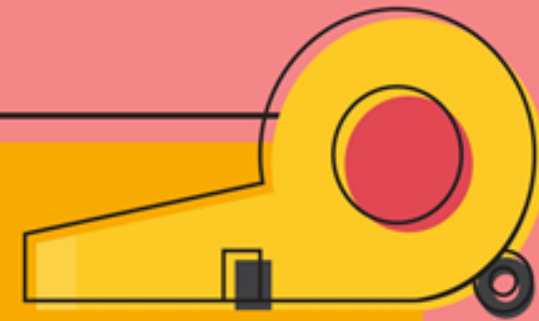
ข. ปอด

ค. กระดูก

ง. สมอง



5. ส่วนใดของกระดูกที่สะสมไขมัน



ก. ไชกระดูกสีแดง

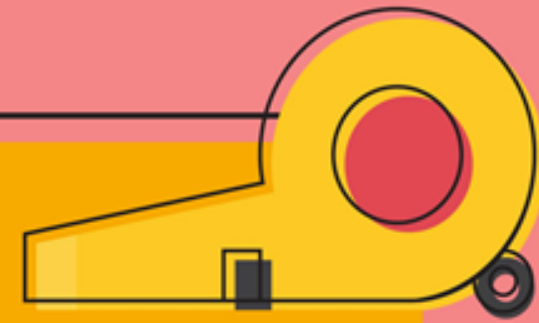
ข. ไชกระดูกสีเหลือง

ค. กระดูกฟองน้ำ

ง. กระดูกเนื้อ



6. ถ้ากระดูกผิดปกติไม่ทำหน้าที่ตามธรรมชาติได้จะมีผลต่อการเจริญเติบโตของการพัฒนาร่างกายอย่างไร



ก. ตัวเตี้ยแคระ

ข. ตัวพอมผิดปกติ

ค. ทรงตัวไม่ได้

ง. สร้างเซลล์เม็ดเลือดไม่ได้



7. ข้อใดเป็นข้อต่อแบบลูกกลมทำหน้าที่ช่วยให้การเคลื่อนไหว

ได้หลายทิศทาง

ก. กระดูกสันหลัง

ข. กะโหลกศีรษะ

ค. กระดูกแขน

ง. กระดูกต้นขาด้านบน



8. โดยมวลของร่างกายมีกี่กรัมเมื่อร้อยละเท่าไร

ก. 20

ข. 30

ค. 40

ง. 50



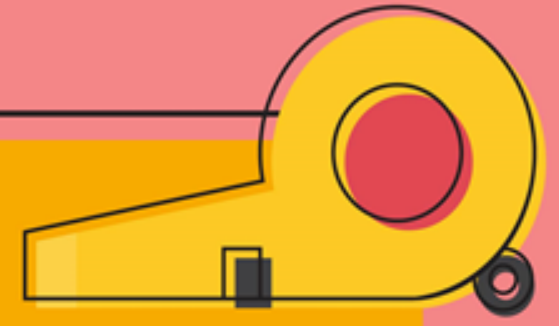
9. ข้อใด **ไม่ใช่** อวัยวะกล้ามเนื้อเรียบ

ก. กระเพาะปัสสาวะ

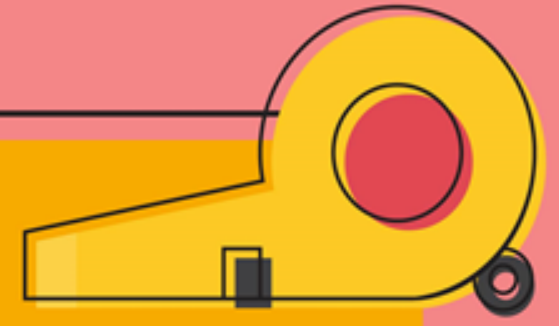
ข. ลำไส้เล็ก

ค. หลอดเลือด

ง. หัวใจ



10. เด็กในวัยใดมีพัฒนาการกล้ามเนื้อมากที่สุด



ก. ช่วงอายุแรกเกิด – 2 ปี

ข. ช่วงอายุ 4 – 6 ปี

ค. ช่วงอายุ 7 – 10 ปี

ง. ช่วงอายุ 12 – 20 ปี

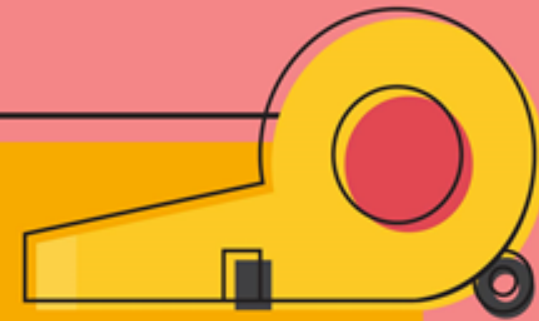




เฉลย



1. เริ่มชีวิตของมนุษย์เกิดจากสิ่งใด



ก. ความรักของชายหญิง

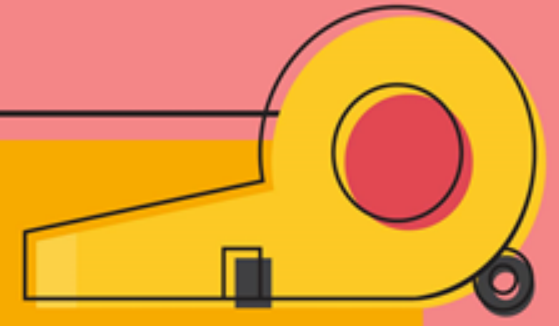
★ การปฏิสนธิระหว่างอสุจิกับไข่

ค. เกิดจากเชื้ออสุจิของผู้เป็นพ่อ

ง. เกิดจากไข่ในตัวมารดา



2. กล้ามเนื้อ กระดูก ปอด หัวใจ ถ้าได้ จะเจริญเติบโต เต็มที่ในช่วงอายุเท่าไร



ก. แรกเกิด – 1 ขวบ

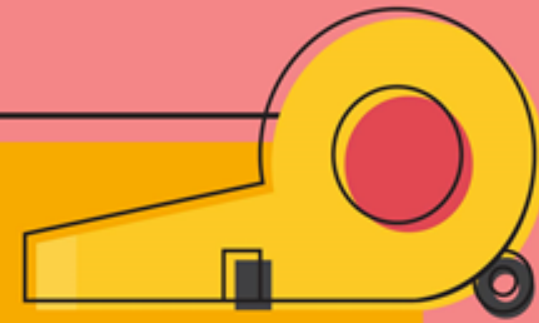
ข. 5 – 7 ปี

★ ค. 11 – 16 ปี

ง. 18 – 20 ปี



3. เราสามารถควบคุมอารมณ์โกรธได้ด้วยวิธีใด



ก. แสดงท่าทางงุนเหงี้ยว

★ ข่มใจตนเอง

ค. ร้องไห้ งามแง

ง. กล่าวโทษคนอื่น



4. ส่วนใดที่เป็นโครงสร้างที่ทำให้ร่างกายคงรูปคงร่างได้

ก. หัวใจ

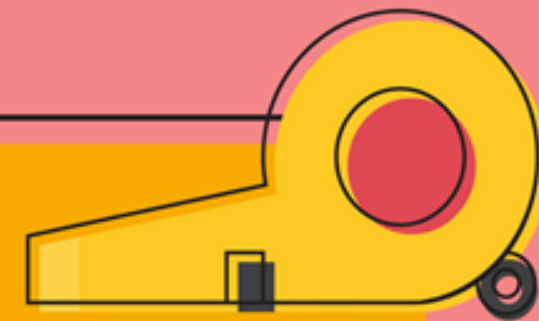
ข. ปอด

★ กระดูก

ง. สมอง



5. ส่วนใดของกระดูกที่สะสมไขมัน



ก. ไชกระดูกสีแดง

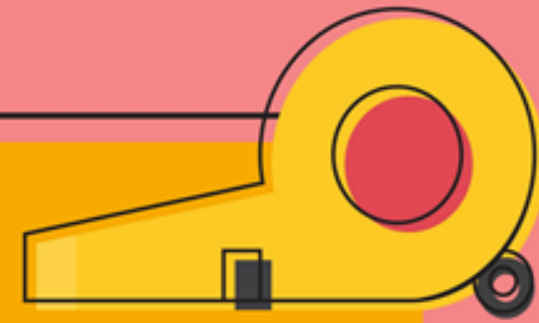
★ ไชกระดูกสีเหลือง

ค. กระดูกฟองน้ำ

ง. กระดูกเนื้อ



6. ถ้ากระดูกผิดปกติไม่ทำหน้าที่ตามธรรมชาติได้จะมีผลต่อการเจริญเติบโตของการพัฒนาร่างกายอย่างไร



★ ตัวเตี้ยแคระ

ค. ทรงตัวไม่ได้

ข. ตัวพอมผิดปกติ

ง. สร้างเซลล์เม็ดเลือดไม่ได้



7. ข้อใดเป็นข้อต่อแบบลูกกลมทำหน้าที่ช่วยให้การเคลื่อนไหว

ได้หลายทิศทาง

ก. กระดูกสันหลัง

ข. กะโหลกศีรษะ

ค. กระดูกแขน

★ ง. กระดูกต้นขาต่อด้านบน



8. โดยมวลของร่างกายมีกล้ามเนื้อร้อยละเท่าไร

ก. 20

ข. 30

★. 40

ง. 50



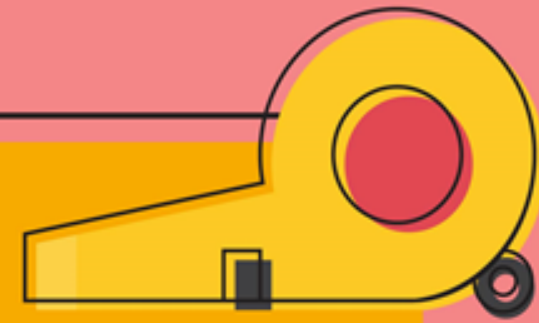
9. ข้อใด **ไม่ใช่** อวัยวะกล้ามเนื้อเรียบ

ก. กระเพาะปัสสาวะ

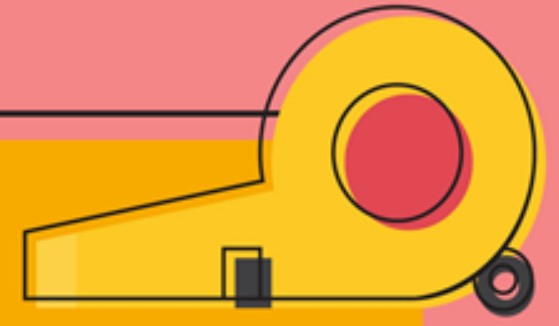
ข. ลำไส้เล็ก

ค. หลอดเลือด

★ หัวใจ



10. เด็กในวัยใดมีพัฒนาการกล้ามเนื้อมากที่สุด



ก. ช่วงอายุแรกเกิด – 2 ปี

★ ช่วงอายุ 4 – 6 ปี

ค. ช่วงอายุ 7 – 10 ปี

ง. ช่วงอายุ 12 – 20 ปี



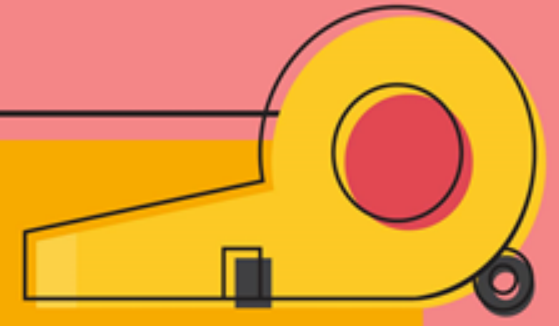


กิจกรรม

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มๆ ละไม่เกิน
6 คน ตอบคำถาม 10 ข้อ



1. เด็ก ๆ ควรรับประทานอาหารชนิดใดเพื่อช่วยให้
ร่างกายสูงใหญ่



ก. ขิง

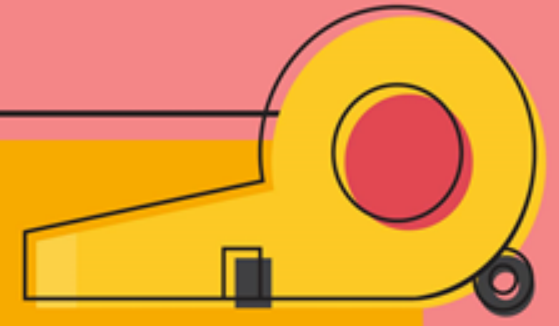
ข. มะเขือเทศ

ค. เผือก

ง. นม



2. เริ่มชีวิตของมนุษย์เกิดจากสิ่งใด



ก. ความรักของชายหญิง

ข. การปฏิสนธิระหว่างอสุจิกับไข่

ค. เกิดจากเชื้ออสุจิของผู้เป็นพ่อ

ง. เกิดจากไข่ในตัวมารดา



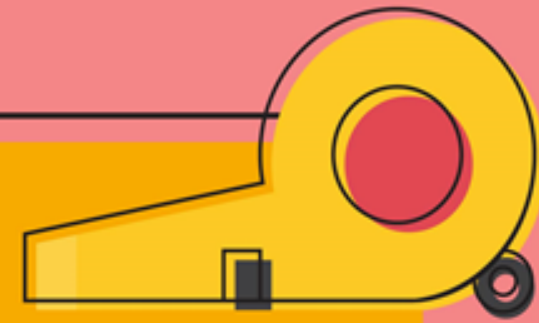
3. กล้ามเนื้อ กระดูก ปอด หัวใจ ลำไส้จะเจริญเติบโต
เต็มที่ในช่วงอายุเท่าไร

ก. แรกเกิด - 1 ขวบ

ข. 5 - 7 ปี

ค. 11 - 16 ปี

ง. 18 - 20 ปี



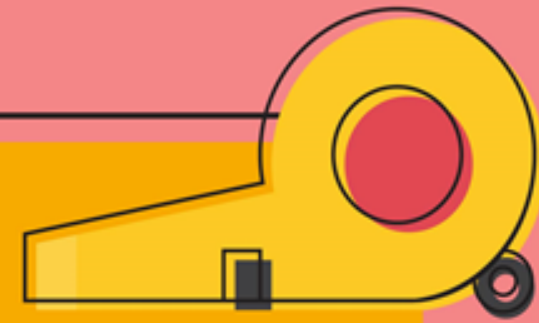
4. ถ้าเราทะเลาะกับเพื่อนจะทำอย่างไร

ก. ปรับความเข้าใจกัน

ข. ไม่พูดด้วย

ค. กลั่นแกล้งเพื่อน

ง. ไม่มองหน้า



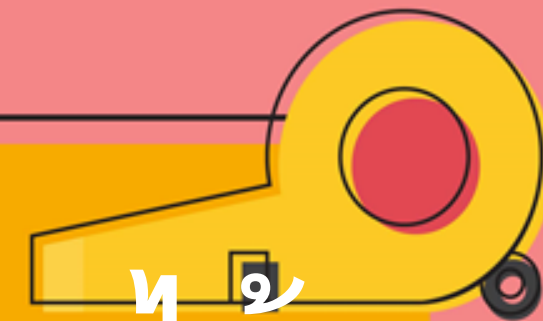
5. ส่วนใดที่เป็นโครงสร้างที่ทำให้ร่างกายคงรูปร่างได้

ก. หัวใจ

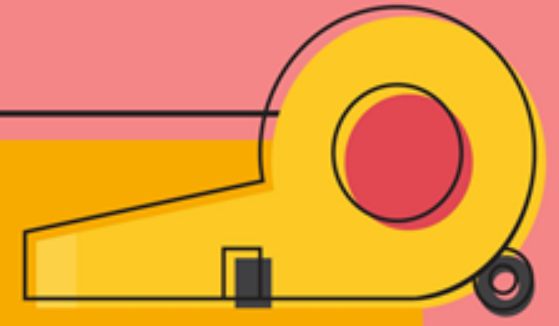
ข. ปอด

ค. กระดูก

ง. สมอง



6. ส่วนใดของกระดูกที่สร้างเซลล์เม็ดเลือดแดง



- ก. เซลล์กระดูกที่เป็นเนื้อเยื่ออัดแน่น
- ข. เนื้อกระดูกที่คล้ายรังผึ้ง
- ค. ไขกระดูกสีแดง
- ง. ไขกระดูกสีเหลือง



7. กระดูกที่เป็นตัวเชื่อมโยงกระดูกขางค์เข้ากับกระดูกแกน คือกระดูกส่วนใด

ก. กระดูกขา

ข. กระดูกสันหลัง

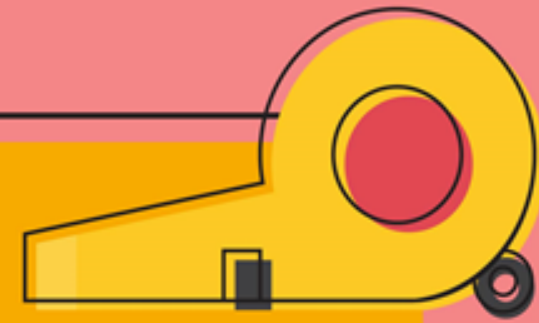
ค. กระดูกซี่โครง

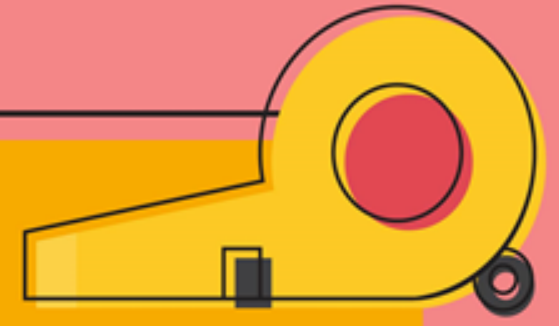
ง. กระดูกสะโพก



8. รังไข่มีหน้าที่สำคัญคือข้อใด

- ก. สร้างไข่และฮอร์โมนเพศ
- ข. สร้างไข่และประจำเดือน
- ค. สร้างอาหารเลี้ยงตัวอ่อน
- ง. เป็นแหล่งที่มีการปฏิสนธิ





9. การเจาะเลือดและการให้เลือดกระทำที่เส้นเลือดใด

ก. เส้นเลือดฝอย

ข. เส้นเลือดดำและเส้นเลือดแดง

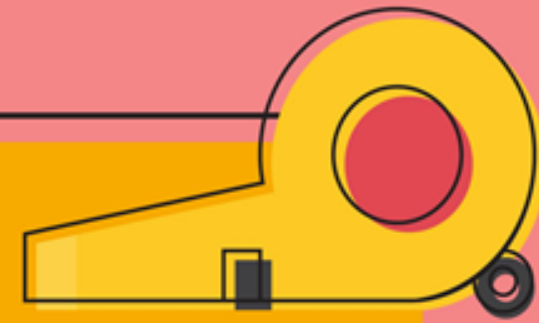
ค. เส้นเลือดที่นำเลือดออกจากหัวใจ

ง. เส้นเลือดที่นำกลับหัวใจ



10. หน้าที่ของเม็ดเลือดขาวคือข้อใด

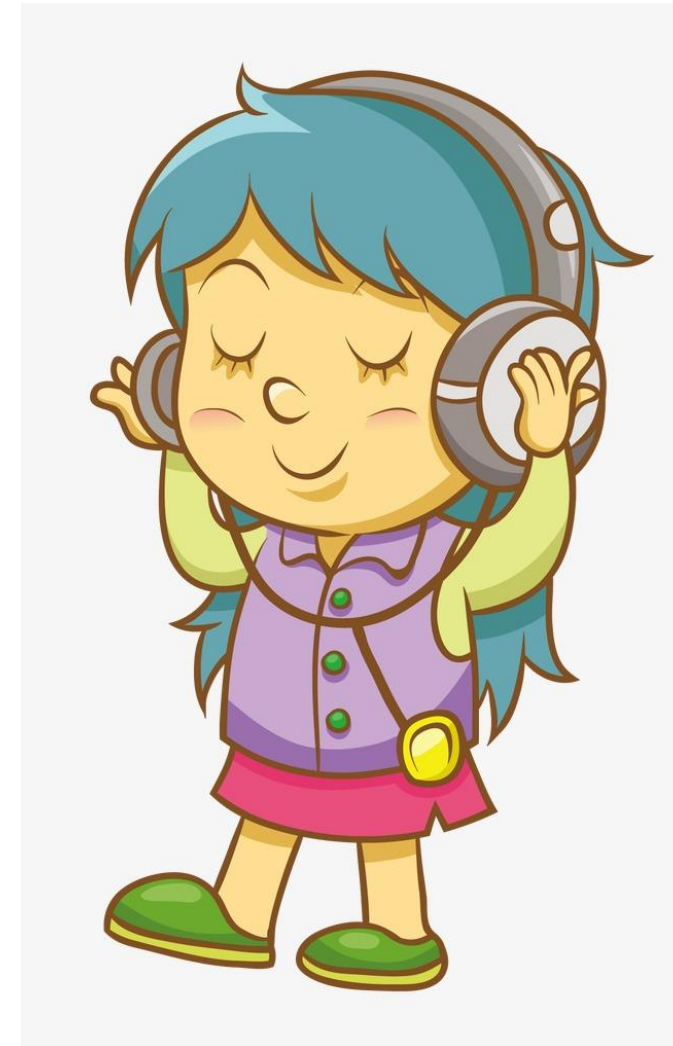
- ก. ลำเลียงออกซิเจนไปยังเซลล์
- ข. ลำเลียงอาหารบางชนิดไปสู่เซลล์
- ค. ทำลายเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย
- ง. ช่วยห้ามเลือดเมื่อเกิดบาดแผล





เฉลย

1. ง
2. ข
3. ค
4. ก
5. ค





เฉลย

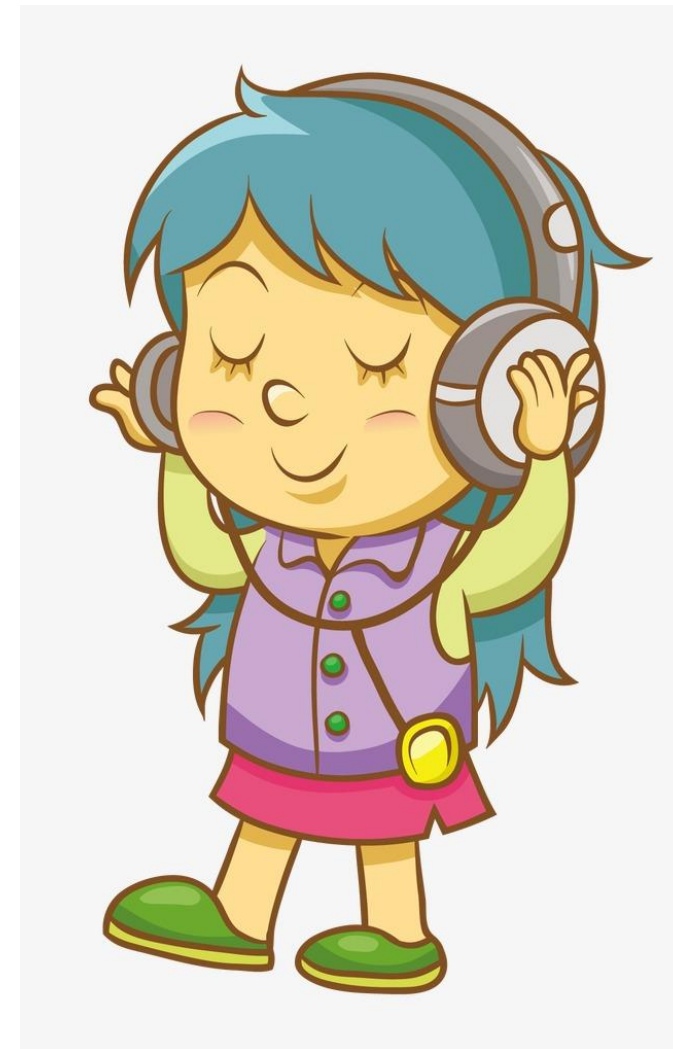
6. ค

7. ง

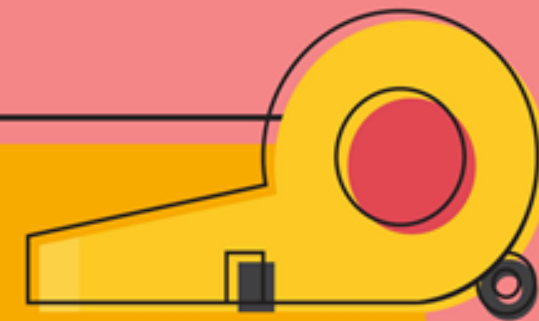
8. ก

9. ง

10. ค



กิจกรรม



คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพระบายสี
จากการตอบคำถามมา 1 ข้อ ทำลงใน
กระดาษ A4 และส่งตัวนำเสนอผลงาน
หน้าชั้นเรียน





นักเรียนนำเสนอ ผลงานกลุ่ม

