

แบบทดสอบหลังเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ พัฒนาการสมวัย

รายวิชา สุขศึกษา ระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๒

คำชี้แจง เลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว จำนวน ๑๐ ข้อ

<p>๑. ข้อใดไม่ใช่ลักษณะพัฒนาการด้านร่างกายของวัยรุ่นหญิง</p> <p>ก. เต้านมขยาย</p> <p>ข. เอวคอด</p> <p>ค. มีประจำเดือน</p> <p>ง. สะโพกแคบ</p> <p>๒. ข้อใดไม่ใช่ลักษณะพัฒนาการด้านร่างกายของวัยรุ่นชาย</p> <p>ก. อวัยวะเพศมีขนาดเท่ากับผู้ใหญ่</p> <p>ข. มีเสียงแหลมเล็ก</p> <p>ค. มีหนวดเครา</p> <p>ง. ถูกทั้งข้อ ก และ ค</p> <p>๓. ข้อใดที่วัยรุ่นนำไปปฏิบัติเพื่อลดความวิตกกังวลเกี่ยวกับผลของความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับร่างกาย</p> <p>ก. ปรึกษาเพื่อนๆ</p> <p>ข. ออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน</p> <p>ค. ปล่อยวาง ให้เป็นไปตามธรรมชาติ</p> <p>ง. ศึกษาให้เข้าใจถึงลักษณะการเปลี่ยนแปลง</p> <p>๔. ข้อใดปฏิบัติตนที่ถูกต้องเมื่อมีประจำเดือน</p> <p>ก. ปล่อยวาง (อูเบกขา)</p> <p>ข. สวมผ้าถุงอยู่บ้านเฉยๆ</p> <p>ค. ไม่ลงอาบน้ำในคลองหรือในสระสาธารณะ</p> <p>ง. รับประทานยาแก้ปวดเมื่อมีประจำเดือน</p> <p>๕. วัยรุ่นควรปฏิบัติตนข้อใดมากที่สุด</p> <p>ก. ดื่มน้ำของมีนเมา</p> <p>ข. เทียวกลางคืน</p> <p>ค. อยากรองยาเสพติด</p> <p>ง. ออกกำลังกายทุกวัน</p>	<p>๖. วัยรุ่นควรปฏิบัติตนในการเลือกรับประทานอาหาร</p> <p>ตามข้อใด</p> <p>ก. รับประทานอาหารหลากหลายและครบทุกหมู่</p> <p>ข. หลีกเลี่ยงอาหารพวกแป้งและโซเดียม</p> <p>ค. เลือกรับประทานอาหารได้ทุกประเภทตนเองชอบ</p> <p>ง. รับประทานอาหารที่หารับประทานได้ง่าย</p> <p>๗. ข้อใดไม่ใช่ผลกระทบของการไม่รักษาสุขนิสัย</p> <p>ก. ท้องเสีย</p> <p>ข. โรคปอดอักเสบ</p> <p>ค. พ่อแม่ทอดทิ้ง</p> <p>ง. การเจริญเติบโตหยุดชะงัก</p> <p>๘. ฮอโมนไทรอยด์ที่ผลิตจากต่อมสร้างน้อยเกินไปไปส่งผล</p> <p>กระทบ</p> <p>ต่อร่างกาย</p> <p>ก. สติปัญญาสูง</p> <p>ข. โรคคอพอก</p> <p>ค. โรคซันเบา</p> <p>ง. ร่างกายเตี้ย</p> <p>๙. แนวคิดใดถูกต้องที่สุด ถ้าผู้หญิงไม่มีประจำเดือน</p> <p>ก. ดี จะได้สนุกสนานเต็มที่</p> <p>ข. ดี จะได้มีเงินเก็บ ไม่ต้องซื้อผ้าอนามัย</p> <p>ค. ไม่ดี ทำให้การเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกายหยุดชะงัก</p> <p>ง. ไม่ดี ทำให้มีความต้องการทางเพศสูงขึ้น</p> <p>๑๐. เหตุผลใดที่ทำให้เราควรศึกษาการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของแต่ละช่วงวัย</p> <p>ก. เพื่อใช้ในการกำกับดูแลคนอื่นๆ ได้ถูกต้อง</p> <p>ข. เพื่อให้รู้จักลักษณะการเปลี่ยนแปลงและสามารถรับมือได้อย่างถูกต้องเหมาะสม</p> <p>ค. เพื่อใช้ในการควบคุมด้านเศรษฐกิจของครอบครัว และชุมชน</p> <p>ง. เพราะศึกษาก่อนเข้าใจก่อนจะปลอดภัย</p>
--	---

