

3. วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (ข้อ 31 – 37)

เวลาสอบ 12.10 – 12.17 น.

ส่วนที่ 1 : แบบปรนัย 4 ตัวเลือก แต่ละข้อมีคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว
จำนวน 5 ข้อ (ข้อ 31 – 35) ข้อละ 1 คะแนน รวม 5 คะแนน

31. การประเมินการเจริญเติบโตด้านน้ำหนักและส่วนสูง ที่ใช้เป็นดัชนีบ่งชี้ภาวะ

โภชนาการของเด็กมีอยู่ 3 ดัชนี คือ

1. น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ โครงสร้างของกระดูกตามเกณฑ์อายุ
2. น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง
3. น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง โครงสร้างกระดูกตามเกณฑ์อายุ ความหนาของกะโหลกศีรษะตามเกณฑ์อายุ
4. ความหนาของกะโหลกศีรษะตามเกณฑ์อายุ น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ



32. จากเนื้อเพลงกราวกีฬาที่ว่า “เล่นรวมกำลังกันทั้งพวก เอ้าชัยสะดวกมิใช่ชั่ว
ไม่ว่างานหรือเล่นเป็นไม่กลัว ร่วมมือกันทั่วก็ไชโย” แสดงถึงคุณธรรมในเรื่องใด

1. ความเสียสละเพื่อส่วนรวม
2. ความเพียรพยายาม
3. ความสามัคคี
4. ความมีระเบียบวินัย

33. ข้อใดไม่ใช่สัญญาณอันตรายอันเนื่องมาจากการออกกำลังกาย

1. ปวดศีรษะหรือเวียนศีรษะหลังออกกำลังกาย
2. ปวดร้าวบริเวณหน้าอกระหว่างออกกำลังกายหรือหลังออกกำลังกาย
3. นอนไม่หลับหลังการออกกำลังกาย
4. อัตราการหายใจและการเต้นของหัวใจแรงและเร็วขณะออกกำลังกาย

34. นักเรียนกำลังไปเข้าห้องน้ำของโรงเรียน บังเอิญพบเพื่อนๆ กำลังสูบบุหรี่ เพื่อนชักชวนให้นักเรียนสูบบุหรี่ด้วย นักเรียนจะพูดว่าอย่างไร

1. “เอาไว้ค่อยสูบวันหลัง”
2. “ถ้ามีหมากฝรั่งระงับกลิ่น เราถึงจะสูบ”
3. “เราให้สัญญากับแม่ไว้ว่าจะไม่สูบบุหรี่”
4. “ดีเหมือนกัน วันนี้ยังไม่มีโอกาสไปซื้อเลย”



35. นักเรียนควรใช้ถูกกฎเกณฑ์ที่มีรูตรงกลางกดตรงแปลเพื่อให้เหล็กไนโพลีเอทิลีนกรณีใด

1. ผีงกัดต่อย
2. ถูกแมงกะพรุนไฟ
3. ถูกแมงป่องกัด
4. ถูกตะขาบกัด

ส่วนที่ 2 แบบปรนัย 4 ตัวเลือก เลือกคำตอบมากกว่า 1 คำตอบ

ข้อ 36 = 2 คะแนน ข้อ 37 = 3 คะแนน

ข้อ 36-37 ตอบถูก 1 คำตอบให้ 1 คะแนน

36. ข้อใดเป็นกัฬานุคคลประเภทคู่ (ให้เลือก 2 คำตอบ)

1. เปตองประเภทชายคู่และหญิงคู่
2. แบดมินตันประเภทชายคู่และหญิงคู่
3. เซปักตะกร้อประเภทชายคู่และหญิงคู่
4. วอลเลย์บอลชายหาดประเภทชายคู่และหญิงคู่

37. ข้อใดเป็นโรคเรื้อรังที่มีสาเหตุมาจากความอ้วน (ให้เลือก 3 คำตอบ)

1. โรคหัวใจ
2. โรคข้อเข่าอักเสบ
3. โรคกระดูกพรุน
4. โรคความดันโลหิตสูง

