

### 3. วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (ข้อ 32 – 37)

เวลาสอบ 12.10 – 12.17 น.

ส่วนที่ 1: แบบปรนัย 4 ตัวเลือก แต่ละข้อมีคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว  
จำนวน 4 ข้อ (ข้อ 32 – 35) ข้อละ 1 คะแนน รวม 4 คะแนน

32. คนปกติหายใจนาทีละกี่ครั้ง

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. 10 - 20 ครั้ง | 2. 12 - 20 ครั้ง |
| 3. 15 - 20 ครั้ง | 4. 18 - 20 ครั้ง |

33. นักเรียนจะเล่นกีฬาได้อย่างสนุกสนานเมื่อนักเรียนมีความพร้อมเรื่องใดมากที่สุด

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. มีทักษะ           | 2. มีความรู้กฎกติกา |
| 3. มีมารยาทในการเล่น | 4. มีน้ำใจนักกีฬา   |

34. การทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อข้อใดที่นักเรียนหญิงทำได้ยากที่สุด

- |                |               |
|----------------|---------------|
| 1. ดันพื้น     | 2. ดึงข้อ     |
| 3. กระโดดเชือก | 4. ลูก - นิ่ง |

35. การใช้ยาสามัญประจำบ้านชนิดน้ำ ควรเริ่มปฏิบัติข้อใดก่อน

- |               |                   |
|---------------|-------------------|
| 1. เขย่าขวดยา | 2. เปิดฝาขวด      |
| 3. อ่านฉลากยา | 4. เทยาใส่ถ้วยตวง |



**ส่วนที่ 2 :** แบบปรนัย 4 ตัวเลือก แต่ละข้อมีคำตอบที่ถูกต้อง 3 คำตอบ  
จำนวน 2 ข้อ (ข้อ 36-37) ข้อละ 3 คะแนน (คำตอบละ 1 คะแนน)  
รวม 6 คะแนน

36. เมื่อเข้าสู่วัยหนุ่มสาว ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว นักเรียนคนใด  
ปฏิบัติตนได้ถูกต้อง

1. หลังเลิกเรียนนภาเล่นกีฬากับเพื่อนก่อนทำการบ้าน
2. สุขาคิดดูแลสุขภาพตามสุขปฏิบัติ
3. สุดาเล่าเรื่องการเปลี่ยนแปลงของร่างกายให้เพื่อนฟัง
4. เมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับสุขภาพประชาชนจะปรึกษาพ่อแม่

37. ข้อใดกล่าวถูกต้องในการวิ่งผลัด  $4 \times 100$  เมตร

1. คนที่วิ่งอาจวิ่งไม่ครบ 100 เมตรก็ได้
2. แต่ละคนถือไม้คทาอันเดียวกัน
3. คนที่วิ่งเร็วที่สุดให้วิ่งเป็นคนสุดท้าย
4. คนที่วิ่งช้าที่สุดให้วิ่งเป็นคนแรก

