

# ชุดกิจกรรมการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ร่างกายมนุษย์

ชุดที่ 1 เรื่อง เราเจริญเติบโต

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6



นางสาวสุรชาติพิทย์ ขาวทอง

ครูชำนาญการ

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์

โรงเรียนเทศบาล 1 (วัดสตูลสันตยาราม)

กองการศึกษา เทศบาลเมืองสตูล

กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

## คำนำ

ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง เราเจริญเติบโต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มสาระการเรียนรู้ วิทยาศาสตร์ ชุดนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้ประกอบการจัดการเรียนรู้ในหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ร่างกายมนุษย์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ประกอบการจัดกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ ซึ่งสอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้ในสาระที่ 1 สิ่งมีชีวิตกับกระบวนการดำรงชีวิต โดย ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ ประกอบด้วย แบบทดสอบก่อนเรียน ใบความรู้ ใบกิจกรรม ใบงาน แบบฝึกหัดเพื่อตรวจสอบผล การเรียนรู้ และมีแบบทดสอบหลังเรียนให้ครูได้ใช้ประเมินผู้เรียน หลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เสร็จสิ้น

ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งชุดกิจกรรมการเรียนรู้ชุดนี้จะมีประโยชน์ต่อนักเรียนในการ พัฒนาการเรี ยนรู้ ทั้งทางด้านความรู้ ทักษะ เจตคติที่ดี งามให้แก่ นักเรียนและเป็นประโยชน์ต่อ ครูผู้สอนได้ใช้ประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาผู้เรียนได้อย่างมีป ระสิทธิภาพตาม เป้าหมายของหลักสูตรกลุ่มสาระวิทยาศาสตร์

สุธาทิพย์ ขาวทอง

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
ขอบข่ายเนื้อหา สารสำคัญ จุดประสงค์การเรียนรู้	ค
คู่มือการใช้	ง
แบบทดสอบก่อนเรียน	1
ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง เราเจริญเติบโต	4
ใบกิจกรรมที่ 1 เรื่องการเจริญเติบโต	8
ใบความรู้ที่ 2 เรื่องการพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย	10
ใบงานที่ 1 เรื่องการพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย	15
แบบทดสอบหลังเรียน	16

## ขอบข่ายเนื้อหา สาระสำคัญ จุดประสงค์การเรียนรู้

### ขอบข่ายเนื้อหา

การเจริญเติบโตของมนุษย์ตั้งแต่แรกเกิด วัยทารก วัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยชรา  
การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ ในแต่ละช่วงวัย

### สาระสำคัญ

มนุษย์มีการเจริญพัฒนาตั้งแต่ปฏิสนธิในครรภ์มารดา จนเมื่อคลอดสู่วัยทารก พัฒนาสู่วัย  
เด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ เรื่อยมา จนกระทั่งย่างสู่วัยชรา ร่างกายจะมีการเสื่อมถอย ในช่วงการ  
เจริญเติบโตจะต้องมีการตรวจสอบการเจริญเติบโต โดยเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานต่างๆ

### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายการเจริญเติบโตของมนุษย์ในแต่ละช่วงวัย (K)
2. เลือกรีวิวการดูแลสุขภาพร่างกายให้มีสุขภาพที่ดีแข็งแรงเหมาะสมกับวัย (P)
3. ตระหนักถึงการดูแลตนเองให้มีสุขภาพอนามัยที่ดีตามเกณฑ์มาตรฐาน (A)

## คู่มือการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับนักเรียน)

ในการศึกษาชุดการสอนให้นักเรียนปฏิบัติดังนี้

1. นักเรียนแบ่งกลุ่มและเข้าประจำกลุ่มเรียบร้อยแล้ว ให้แต่ละกลุ่มเลือกหัวหน้ากลุ่มและเลขานุการ เพื่อทำหน้าที่ดำเนินกิจกรรมและบันทึกสาระสำคัญในชุดการสอนและรายงานสรุปบทเรียนขั้นตอนสุดท้าย
2. นักเรียนทำกิจกรรมการเรียนรู้ตามขั้นตอนที่ครูกำหนด และใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ในการเรียนและบันทึกผลการเรียน
3. นักเรียนตั้งใจปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยความตั้งใจให้ครบถ้วนทุกขั้นตอน ไม่ควรคุยและเล่นกัน
4. เมื่อทำกิจกรรมการเรียนรู้ครบตามกระบวนการของครูแล้ว ต้องช่วยกันเก็บอุปกรณ์เข้าช่องให้เรียบร้อยทุกชิ้นถ้าสิ่งใดชำรุดต้องแจ้งให้ครูทราบทันที
5. นักเรียนต้องปฏิบัติตามขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ของครูให้เสร็จทันเวลา และจัดส่งชิ้นงานตามที่ครูกำหนด

## แบบทดสอบก่อนเรียน

### เรื่อง เราเจริญเติบโต

คำสั่ง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องเพียงหนึ่งคำตอบ

- ร่างกายคนเรามีการเจริญเติบโตเมื่อใด
  - หลังจากล้มตาดูโลก
  - หลังจากการปฏิสนธิ
  - หลังจากมีอายุ 1 สัปดาห์
  - หลังจากอายุ 1 ปี
- ลำดับการเจริญเติบโตของร่างกายเราจะเป็นไปตามข้อใด
  - วัยเด็ก-วัยทารก-วัยรุ่น
  - วัยทารก-วัยเด็ก-วัยรุ่น
  - วัยรุ่น-วัยเด็ก-วัยผู้ใหญ่
  - วัยเด็ก-วัยผู้ใหญ่-วัยรุ่น
- ข้อใดที่เราไม่อาจถือเป็นเกณฑ์วัดความเจริญเติบโตของร่างกายได้
  - น้ำหนัก
  - ความยาวของเส้นผม
  - ความยาวของลำตัว
  - ส่วนสูง

4. โดยทั่วไปเมื่อเราอยู่ในวัยเรียน เรามักจะวัดการเจริญเติบโตของร่างกาย โดยใช้ค่าอะไร

ก. ความยาวของลำตัว ความยาวของแขนขา

ข. ความยาวของเล็บมือ เล็บเท้า

ค. จำนวนฟันน้ำนม-จำนวนฟันแท้

ง. ส่วนสูง-น้ำหนัก

5. ในช่วงวัยใดที่ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ

ก. วัยทารก

ข. วัยเด็ก

ค. วัยรุ่น

ง. วัยผู้ใหญ่

6. ส่วนใดของร่างกายที่ไม่มีมาพร้อมกับการคลอดจากท้องมารดา

ก. ตา

ข. หู

ค. จมูก

ง. ฟัน

7. นักเรียนควรวัดการเจริญเติบโตของร่างกายอย่างไร จึงจะเหมาะสม

ก. ทุกวัน

ข. อย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง

ค. อย่างน้อยเทอมละ 1 ครั้ง

ง. ทุกปี

8. ลักษณะ “ร่างกายเริ่มมีการเสื่อมเกือบทุกระบบ ผิวหนังเริ่มเหี่ยวยุ่นไม่เต่งตึง” เป็นลักษณะของวัยใด

- ก. วัยรุ่น
- ข. วัยผู้ใหญ่
- ค. วัยทารก
- ง. วัยชรา

9. ลักษณะ “สัดส่วนความยาวของศีรษะต่อลำตัวเป็น 1 ต่อ 4 แขนขาสั้นและงออยู่แทนตลอดเวลา กล้ามเนื้อมีน้อย ” เป็นลักษณะของวัยใด

- ก. วัยทารก
- ข. วัยเด็ก
- ค. วัยรุ่น
- ง. วัยชรา

10. สิ่งสำคัญที่สุดที่มีต่อการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ได้แก่สิ่งใดบ้าง

- ก. การรับประทานอาหาร
- ข. การออกกำลังกาย
- ค. การพักผ่อน
- ง. ข้อ ก และ ข



## ใบความรู้ที่ 1

### เรื่อง เราเจริญเติบโต

#### 1. การเจริญเติบโตของร่างกายของเรา

ร่างกายของคนเรามีการเจริญเติบโตจากวัยแรกเกิดสู่วัยเด็ก วัยรุ่น จนถึงวัยผู้ใหญ่ ในแต่ละช่วงวัยร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงแตกต่างกัน



การเจริญเติบโตของร่างกายของคนเรา สังเกตได้จากสิ่งต่อไปนี้

1. น้ำหนัก
2. ส่วนสูง
3. ความยาวของลำตัว
4. ความยาวของช่วงแขนเมื่อกางเต็มที่
5. ความยาวของเส้นรอบวงศีรษะ
6. ความยาวของเส้นรอบนอก
7. การขึ้นของฟันแท้

## 2. การวัดการเจริญเติบโตของมนุษย์

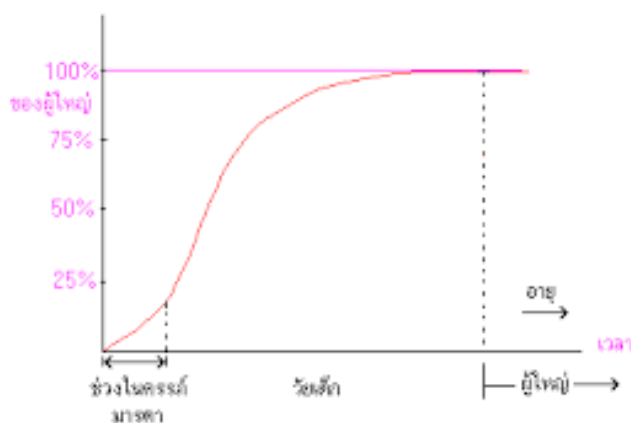
**1. น้ำหนัก** การชั่งน้ำหนักเป็นเครื่องบ่งชี้ที่ชัดเจนทำได้ง่าย การชั่งน้ำหนักหลายๆครั้ง แล้วนำมาเปรียบเทียบถึงการเปลี่ยนแปลงจะมีประโยชน์และทำให้ทราบถึงสภาพของเด็กได้ดีกว่าการวัดเพียงครั้งเดียว และสามารถผลการวัดไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานได้

**2. ส่วนสูง** การวัดส่วนสูงแสดงถึงการเจริญเติบโตของร่างกายที่แน่นอนอย่างหนึ่ง โยสามารถบอกสภาพโภชนาการของเด็กที่ไม่สมบูรณ์เป็นระยะเวลาานพอสมควร

**3. ความยาวของเส้นรอบวงศีรษะ** สมองมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะช่วงแรกของชีวิต ซึ่งประเมินโดยการวัดเส้นรอบวงศีรษะแล้วนำไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์ มาตรฐาน ซึ่งโดยทั่วไปเซลล์สมองจะมีการเจริญเติบโตเกือบสมบูรณ์ เมื่อเด็กมีอายุครบ 5 ปี การทำงานของสมองจะดีหรือไม่ ขึ้นกับการที่สมองได้รับอาหาร การกระตุ้น และการใช้อย่างถูกต้อง

**4. การขึ้นของฟันแท้** ฟันชุดแรกของเด็ก เรียกว่า “ฟันน้ำนม” มี 20 ซี่ จะเริ่มขึ้นตั้งแต่อายุ 6 เดือน การงอกของฟันจะขึ้นกับสภาพโภชนาการของเด็ก โดยเด็กที่ได้รับโภชนาการที่ไม่ดีพอ ฟันจะขึ้นช้า ส่วนฟันแท้ มีจำนวน 32 ซี่ จะเริ่มขึ้นเมื่ออายุ 6 ปี โดยขึ้นทดแทนฟันน้ำนมที่เพิ่งหลุดไป

การเจริญเติบโตตามที่ได้กล่าวมาเป็นการเจริญเติบโตของโครงสร้างที่สามารถสังเกตได้จากภายนอก ซึ่งสามารถแสดงข้อมูลเป็นกราฟการเจริญเติบโตได้ดังนี้



กราฟการเจริญเติบโตของมนุษย์จากปฏิสนธิจนเป็นผู้โฒญ

กราฟแสดงการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์

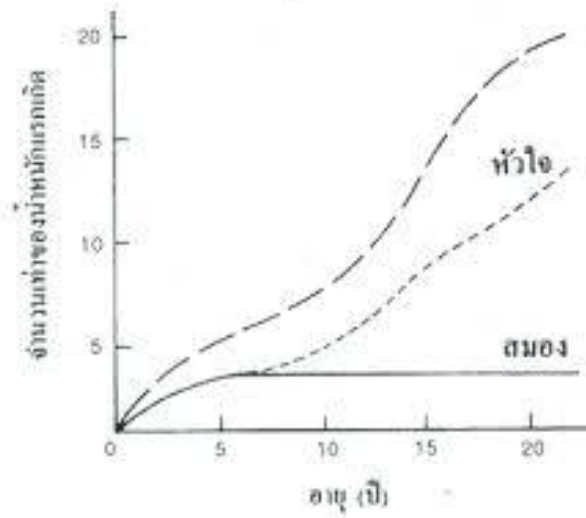
จากกราฟสามารถแบ่งเส้นโค้งได้ 3 ช่วง คือ

ช่วงที่ 1 เส้นกราฟมีลักษณะชันเล็กน้อย เพราะมีการเจริญเติบโตน้อยมากเป็นช่วงการเตรียมความพร้อม

ช่วงที่ 2 เส้นกราฟมีลักษณะชันขึ้นอย่างรวดเร็ว (อายุ ปี) เพราะมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว

ช่วงที่ 3 เส้นกราฟมีลักษณะคล้ายเส้นตรงขนานกับแกนนอน เนื่องจากร่างกายมีการเจริญเติบโตที่แล้ว (อายุ ปี)

นอกจากการเจริญเติบโตของโครงสร้างที่สังเกตได้จากภายนอก ภายในร่างกายมีช่วงเวลาในการเจริญเติบโตที่แตกต่างกัน ดังเช่นการเจริญเติบโตของร่างกาย หัวใจ และสมอง จะมีการเจริญเติบโตที่แตกต่างกับ ดังกราฟ



กราฟแสดงการเจริญเติบโตของร่างกาย หัวใจ และสมอง

จากกราฟแสดงให้เห็นการเจริญเติบโตของร่างกาย หัวใจ และสมองมีความแตกต่างกัน ในระดับอายุต่างๆกัน เช่น หัวใจเจริญเติบโตจนเต็มที่ เมื่ออายุ 20 ปี เท่าๆกับการเจริญเติบโตของร่างกาย ส่วนสมองเจริญเติบโตจนเต็มที่เมื่อเพียง 5 ปี

## ใบกิจกรรมที่ 1 เรื่องการเจริญเติบโต

### สมาชิกในกลุ่ม

- 1..... เลขที่..... ชั้น.....
- 2..... เลขที่..... ชั้น.....
- 3..... เลขที่..... ชั้น.....
- 4..... เลขที่..... ชั้น.....
- 5..... เลขที่..... ชั้น.....

### อุปกรณ์

1. เครื่องวัดส่วนสูง
2. เครื่องชั่งมวล
3. สายวัดตัว

### วิธีทำ

1. แบ่งกลุ่มให้สมาชิกในแต่ละกลุ่มผลัดกันวัดส่วนต่างๆของร่างกายและชั่งมวลจนครบทุกคน
2. บันทึกข้อมูลที่วัดได้ และทำอธิปรายในชั้นเรียน

### ผลการทำกิจกรรม

ชื่อสมาชิก ในกลุ่ม	มวล (กก.)	ส่วนต่างๆของร่างกาย			
		ส่วนสูง (ซม.)	ความยาว รอบเอว (ซม.)	ความยาว แขน (ซม.)	ความยาวขา (ซม.)

### สรุปผลการทำกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

### คำถาม

1.ขนาดของร่างกายของนักเรียน เมื่อเปรียบเทียบกับเพื่อนๆในกลุ่มเหมือนกันหรือแตกต่างกันอย่างไร

.....

.....

2.นักเรียนมีการเจริญเติบโตตามเกณฑ์หรือไม่ ทราบได้จากอะไร

.....

.....

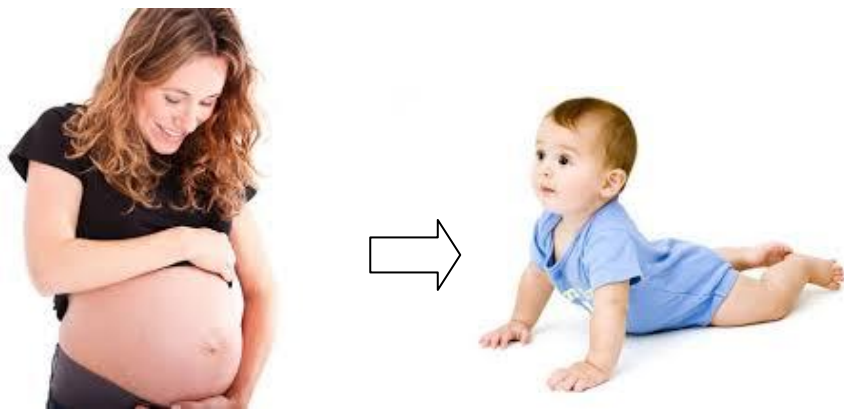
## ใบความรู้ที่ 2

### เรื่องการพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย

การเจริญเติบโตของมนุษย์สามารถแบ่งเป็นช่วงวัยต่างๆ ดังนี้

1. วัยทารก (0-2 ปี)
2. วัยเด็ก (3-12 ปี)
3. วัยรุ่น (13-19 ปี)
4. วัยผู้ใหญ่ (20-59 ปี)
5. วัยชรา (60ปีขึ้นไป)

#### 1.วัยทารก (0-2 ปี)



ช่วงอายุ	ลักษณะที่สำคัญ
ระยะที่ 1 (0 - 9 เดือน)	โครงสร้างของร่างกายและอวัยวะต่างๆ เริ่มก่อตัวมีการสร้างอวัยวะที่สำคัญ โดยเริ่มจากอวัยวะภายใน เช่น สมอง ระบบประสาท ระบบหัวใจ ระบบขับถ่าย หลังจากนั้นจะเริ่มสร้างรยางค์แขนขา กล้ามเนื้อ ขน ผม จนเมื่อครบ 36-40 สัปดาห์ก็จะมีความพร้อมครบทุกส่วน พร้อมที่จะออกมาดูโลกภายนอก

ช่วงอายุ	ลักษณะที่สำคัญ
ระยะที่ 2 (1 - 2 เดือน)	สัดส่วนความยาวของศีรษะต่อลำตัวเป็น 1 ต่อ 4 แขนขาสั้นและงออยู่แทบตลอดเวลา กล้ามเนื้อมีน้อย ผิวหนังอ่อนนุ่ม มีการปรับตัวกับโลกภายนอก นอกได้ดียิ่งขึ้น จนเริ่มคลาน ยืน เดินได้ด้วยตัวเอง มีการสื่อสารกับคนรอบข้างได้ดีขึ้น

## 2.วัยเด็ก (3-12 ปี)



ช่วงอายุ	ลักษณะที่สำคัญ
ก่อนวัยเรียน 1 - 6 ปี	รูปร่างจะค่อยๆยืดตัวออก ใบหน้า และศีรษะเล็กลง เมื่อเทียบกับขนาดลำตัว แขน ขา ลำตัวเรียวยาวขึ้น ฟันน้ำนมเริ่มออกจนครบ ช่วยเหลือตัวเองได้มากขึ้น ฟังคำสั่ง และพร้อมที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งรอบๆตัวมีความสูงโดยเฉลี่ยเพิ่มขึ้น ประมาณปีละ 7.5 ซม.
วัยเรียน 7 - 12 ปี	ค่ามวลโดยเฉลี่ยจะเพิ่มขึ้นประมาณ 2-3 กิโลกรัมต่อปี ส่วนสูงเพิ่มขึ้นประมาณ 4-5 เซนติเมตรต่อปี ฟันน้ำนมจะเริ่มหักเมื่ออายุประมาณ 6 ปี และเริ่มมีฟันแท้ขึ้นแท้ๆ มีการเรียนรู้การเข้าสังคม การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น เป็นวัยแห่งการเรียนรู้



### 3.วัยรุ่น (12 - 21ปี)

การย่างเข้าสู่วัยรุ่นเพศหญิงจะเร็วกว่าเพศชาย ประมาณ 1 ปี โดยเพศหญิงจะย่างเข้าสู่วัยรุ่น ตอนอายุประมาณ 11-12 ปี ส่วนเพศชายจะย่างเข้าสู่วัยรุ่นตอนอายุประมาณ 12 - 13 ปี



ช่วงอายุ	ลักษณะที่สำคัญ
<p>เพศหญิง 11-19 ปี</p> <p>เพศชาย 12-21 ปี</p>	<p>การเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นเป็นผลจากการทำงานของฮอร์โมนจากต่อมไร้ท่อ ทำให้วัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจอย่างรวดเร็ว</p> <p><b>เพศหญิง</b></p> <p>ส่วนสูงจะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว เริ่มมีประจำเดือน เสียงจะแหลมขึ้น หน้าอกขยายใหญ่ สะโพกเริ่มผายออก เอวเริ่มคอด มีน้ำมีนวล</p> <p><b>เพศชาย</b></p> <p>ส่วนสูงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วเช่นกัน เริ่มมีหนวดเครา ไหล่กว้าง กล้ามเนื้อแข็งแรง เสียงแหบ นอนฝันเปียก มีความสนใจในเพศตรงข้ามมากขึ้น</p>

## 4.วัยผู้ใหญ่ (20-59 ปี)



ช่วงอายุ	ลักษณะที่สำคัญ
หนุ่มสาว (20 - 39 ปี)	ทั้งผู้หญิงและผู้ชายมีพัฒนาการทางร่างกายอย่างเต็มที่ ผู้ชายไหล่กว้าง มีการเพิ่มขนาดของต้นแขน ส่วนผู้หญิงเต้านมและสะโพกเจริญเต็มที่ การตอบสนองจะสูงสุด โดยอัตราตอบสนองจะสูงสุดในช่วง 25 ปี หลังจากนั้นจะเริ่มลดลง
กลางคน (40 - 59 ปี)	ร่างกายเริ่มมีการเสื่อมเกือบทุกระบบ ผิวหนังเริ่มเหี่ยวยุ่นไม่เต่งตึง เริ่มไขมันสะสมใต้ผิวหนังมาก สายตาเริ่มยาว ผมเริ่มหงอก ความต้องการทางเพศลดลง ในเพศหญิงประจำเดือนจะหมดในอายุประมาณ 45-59 ปี เริ่มมีโรคภัยไข้เจ็บ เช่น ความดันโลหิต เบาหวาน เป็นต้น

## 5.วัยชรา (60 ปีขึ้นไป)



ช่วงอายุ	ลักษณะที่สำคัญ
60 ปีขึ้นไป	ผิวหนังแตกแห้งเหี่ยวยุ่น ผมหงอกและขนเริ่มเป็นสีขาวและหลุดร่วงได้ง่าย กล้ามเนื้อลีบลง กระดูกเปราะหักง่าย เซลล์สมองเริ่มเสื่อม ฟันจะร่อยหรือไปหมด ดวงตาจะฝ้าฝาง อาจมีภาวะต้องกระจกหรือต้อหิน การตอบสนองในด้านต่างๆ ช้าลง

## ใบงานที่ 1 เรื่องพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย

คำสั่ง จงตอบคำถามให้สมบูรณ์

1. จงตีภาพของตัวเองและบันทึกข้อมูลตามที่กำหนด

ฉันมีอายุ.....ปี

อยู่ในวัย.....

ฉันมีการเจริญเติบโต ดังนี้

2. การเจริญเติบโตทางด้านร่างกายของวัยรุ่น มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากเพราะอะไร

.....  
 .....

3. หากเราอยากรู้ว่าการเจริญเติบโตของเราเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานหรือไม่ ควรจะตรวจสอบอย่างไร

.....  
 .....



## แบบทดสอบหลังเรียน

### เรื่อง เราเจริญเติบโต

คำสั่ง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องเพียงหนึ่งคำตอบ

1. เราจะมี การเจริญเติบโต และตอบสนองต่อสิ่งต่าง ได้สูงสุดในวัยใด
  - ก. วัยทารก (0-2 ปี)
  - ข. วัยเด็ก (3-12 ปี)
  - ค. วัยรุ่น (12-21 ปี)
  - ง. วัยผู้ใหญ่ (21-39 ปี)
2. ลำดับการเจริญเติบโตของร่างกายเราจะเป็นไปตามข้อใด
  - ก. วัยทารก-วัยรุ่น-วัยเด็ก
  - ข. วัยเด็ก-วัยผู้ใหญ่-วัยรุ่น
  - ค. วัยเด็ก-วัยชรา-วัยรุ่น
  - ง. วัยทารก-วัยเด็ก-วัยรุ่น
3. หากเราอยากทราบว่า การเปลี่ยนแปลงของร่างกายเรามีความเป็นปกติหรือไม่ ควรทำทำอย่างไรจึงจะดีที่สุด
  - ก. ถ้ามและเปรียบเทียบกับเพื่อนสนิท
  - ข. วัดน้ำหนักและส่วนสูง แล้วนำไปเปรียบเทียบกับของพ่อและแม่
  - ค. วัดน้ำหนักและส่วนสูง แล้วนำไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน
  - ง. วัดน้ำหนักและส่วนสูง แล้วนำไปเปรียบเทียบกับค่าเฉลี่ยของนักเรียนในชั้นเรียนเดียวกัน

4. ฟันน้ำนมเป็นอวัยวะที่จะมีช่วงวัยใด

- ก. วัยทารก อายุ 1 เดือน
- ข. วัยทารกและวัยเด็ก อายุ 6 เดือน ถึง 6 ปี
- ค. วัยเด็ก อายุ 8 - 12 ปี
- ง. วัยรุ่น อายุ 12 - 19 ปี

5. ข้อใดที่เราใช้วัดการเจริญเติบโตของร่างกายทารกได้

- ก. ความยาวของแขนขา
- ข. ขนาดของเส้นรอบวงศีรษะ
- ค. จำนวนฟันน้ำนม
- ง. ความยาวของนมบนศีรษะ

6. ลักษณะ “ฟันน้ำนมเริ่มหัก และเริ่มมีฟันแท้ขึ้นแทนที่ เริ่มมีการเรียนรู้การเข้าสังคม เป็นวัยแห่งการเรียนรู้ ” คือลักษณะของวัยใด

- ก. วัยทารก (0 - 2 ปี)
- ข. วัยเด็ก (1 - 6 ปี)
- ค. วัยเด็ก (7 - 12 ปี)
- ง. วัยรุ่น

7. ลักษณะ “ผิวหนังแตกแห้ง เหี่ยวยุบ กล้ามเนื้อลีบเล็กลง กระดูกเปราะหักง่าย ” คือลักษณะของวัยใด

- ก. วัยรุ่น (12 - 21 ปี)
- ข. วัยผู้ใหญ่ (21 - 39 ปี)
- ค. วัยผู้ใหญ่ (40 - 59 ปี)
- ง. วัยชรา (60 ปีขึ้นไป)

8. ในช่วงวัยเรียนนักเรียนมักจะได้รับ การวัดอัตราการเจริญเติบโตด้วยวิธีใด

- ก. วัดความยาวของลำตัว นับจำนวนฟันแท้
- ข. วัดความยาวของแขน วัดความยาวขม
- ค. วัดน้ำหนักและส่วนสูง
- ง. วัดเส้นรอบศีรษะ นับจำนวนฟันน้ำนม

9. การเปลี่ยนแปลงของร่างกายส่วนใดที่เรามองไม่เห็น

- ก. จิตใจ
- ข. แขน
- ค. ฟัน
- ง. ขา

10. การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในวัยรุ่น เนื่องจากสิ่งใดเป็นสำคัญ

- ก. การเปลี่ยนแปลงกลุ่มเพื่อน
- ข. การทำงานของฮอร์โมนจากต่อมไร้ท่อ
- ค. การเปลี่ยนแปลงเนื่องจากการเลี้ยงดูที่อาจเอาใจใส่น้อยลง
- ง. การเปลี่ยนแปลงสถานที่เรียนไปอยู่ที่แห่งใหม่