

ชุดที่ 1

แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเตรียมสอบ O-NET กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ส่วนที่ 1 : แบบปรนัย 4 ตัวเลือก แต่ละข้อมีคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว จำนวน 27 ข้อ
(ข้อ 1-27) ข้อละ 1 คะแนน รวม 27 คะแนน

ตัวชี้วัด : อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก (พ 1.1 ป.1/1)

1. การมองเห็นรถไฟสีน้ำตาลและได้ยินเสียงป๊อปป๊อปในข้อใด

- ① มือ จมูก
- ② หู แขน
- ③ ตา หู
- ④ ปาก ตา

ตัวชี้วัด : อธิบายวิธีดูแลรักษาตาให้ทำงานได้ตามปกติ (พ 1.1 ป.1/2)

2. ข้อใดเป็นการดูแลรักษาตาให้ทำงานได้ตามปกติ

- ① เล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน
- ② อ่านหนังสือในที่ที่มีแสงสว่างพอดี
- ③ มองดวงอาทิตย์ด้วยตาเปล่า
- ④ ผงเข้าตาใช้มือขยี้ตา

ตัวชี้วัด : ระบุสมาชิกในครอบครัวและความรักความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน (พ 2.1 ป.1/1)

3. สมาชิกของครอบครัวในข้อใดที่ปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความรักความผูกพันในครอบครัว

- ① น้องสาวชอบขโมยเงินไปซื้อขนม
- ② น้องชายเล่นเกมคอมพิวเตอร์ทุกวัน
- ③ พี่ชายไหว้พ่อแม่ก่อนไปโรงเรียน
- ④ พี่สาวชอบพูดโกหกกับพ่อแม่

ตัวชี้วัด : บอกลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง (พ 2.1 ป.1/3)

4. ข้อใดบอกลักษณะของเพศชายและเพศหญิงได้ถูกต้อง

- ① เพศชายตัดผมสั้น เพศหญิงไว้ผมยาว
- ② เพศชายสวมกระโปรง เพศหญิงสวมกางเกง
- ③ เพศชายพูดลงท้ายว่า “ค่ะ” เพศหญิงพูดลงท้ายว่า “ค่ะ”
- ④ เพศชายจะมีลักษณะเหมือนแม่ เพศหญิงจะมีลักษณะเหมือนพ่อ

ตัวชี้วัด : เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ (พ 3.1 ป.1/1)

5. ข้อใดเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบตามลำดับ

- ① เคาะประตู การก้ม-เงยศีรษะ การวิ่ง
- ② การยื่นหมุนข้อเท้า การจับเชือก การเดิน
- ③ การเคาะลูกตะกร้อ การยื่นหมุนข้อเท้า การสไลด์
- ④ การก้มตัว การกระโดดไปข้างหน้า การเคาะลูกปิงปอง

ตัวชี้วัด : ระบุสิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกัน (พ 5.1 ป.1/1)

6. การกระทำในข้อใดทำให้เกิดความปลอดภัยในโรงเรียน

- ① ถීමีควิ่งไล่ขูเพื่อน
- ② ไกวชิงช้าด้วยความเร็วสูง
- ③ จับราวบันไดทุกครั้งเมื่อเดินขึ้น-ลงบันได
- ④ วิ่งเล่นกับเพื่อนในพงหญ้าหลังโรงเรียน

ตัวชี้วัด : บอกสาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่น (พ 5.1 ป.1/2)

7. การเล่นในข้อใดมีโอกาสเกิดอันตรายมากที่สุด

- ① เล่นวิ่งไล่จับในห้องเรียน
- ② เล่นป็นหน้าต่างแข่งกับเพื่อน
- ③ เล่นเครื่องเล่นในสนามเด็กเล่น
- ④ เล่นฟุตบอลในสนามหญ้าข้างถนน

ตัวชี้วัด : อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน (พ 1.1 ป.2/1)

8. อวัยวะภายในร่างกายข้อใดมีความยาวมากที่สุด

- ① กระเพาะอาหาร
- ② ลำไส้ใหญ่
- ③ ลำไส้เล็ก
- ④ ตับ

ตัวชี้วัด : อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ (พ 1.1 ป.2/3)

9. ข้อใดอธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ได้ถูกต้อง

- ① ทารกเป็นช่วงวัยที่ฟันแท้เริ่มขึ้น
- ② วัยเรียน คือ ช่วงวัยต่อจากวัยทารก
- ③ วัยผู้ใหญ่จะมีการเจริญเติบโตของร่างกายรวดเร็ว
- ④ วัยสูงอายุเป็นช่วงวัยสุดท้ายของชีวิตมนุษย์

ตัวชี้วัด : ระบุบทบาทหน้าที่ของตนเองและสมาชิกในครอบครัว (พ 2.1 ป.2/1)

10. ข้อใดคือหน้าที่ที่นักเรียนควรปฏิบัติ

- ① หารายได้มาเลี้ยงครอบครัว
- ② ช่วยทำงานบ้านเท่าที่จะทำได้
- ③ ทำอาหารให้คนในครอบครัวรับประทาน
- ④ ซ่อมแซมอุปกรณ์หรือสิ่งของเครื่องใช้ในบ้านที่ชำรุด

ตัวชี้วัด : บอกความสำคัญของเพื่อน (พ 2.1 ป.2/2)

11. เพื่อนที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร

- ① ซื่อซนมแจกเพื่อน
- ② ใให้เพื่อนลอกการบ้าน
- ③ ใให้เพื่อนยืมดินสอกับยางลบ
- ④ แย่งของเล่นที่เพื่อนกำลังเล่น

ตัวชี้วัด : ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ
(พ 3.1 ป.2/1)

12. วิ่งสลับฟันปลาและโยนรับ-ส่งลูกบอลกับเพื่อนเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายแบบใดบ้าง
ตามลำดับ

- | | |
|---|---|
| ① การเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ | การเคลื่อนไหวร่างกายเคลื่อนที่ |
| ② การเคลื่อนไหวร่างกายโดยใช้อุปกรณ์ประกอบ | การเคลื่อนไหวร่างกายเคลื่อนที่ |
| ③ การเคลื่อนไหวร่างกายโดยใช้อุปกรณ์ประกอบ | การเคลื่อนไหวร่างกายอยู่กับที่ |
| ④ การเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ | การเคลื่อนไหวร่างกายโดยใช้อุปกรณ์ประกอบ |

ตัวชี้วัด : บอกลักษณะของการมีสุขภาพดี (พ 4.1 ป.2/1)

13. ผู้ที่มีสุขภาพดีควรมีลักษณะอย่างไร

- ① อารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส
- ② ชอบเก็บตัวอยู่คนเดียว
- ③ หงุดหงิดขี้โมโห
- ④ เจ็บป่วยบ่อย

ตัวชี้วัด : ระบุของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ (พ 4.1 ป.2/3)

14. ของเล่นในข้อใดส่งผลเสียต่อสุขภาพ

- ① ลูกบอล
- ② ปืนอัดลม
- ③ รถของเล่น
- ④ ตุ๊กตากระดาษ

ตัวชี้วัด : ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ (พ 4.1 ป.2/5)

15. เมื่อโดนสิ่งต้อยควรปฏิบัติตามข้อใดเป็นอันดับแรก

- ① ทาบริเวณที่โดนต้อยด้วยยี้ผึ้ง
- ② ใช้น้ำแข็งประคบบริเวณที่โดนต้อย
- ③ ใช้น้ำสบู่แอลกอฮอล์เช็ดรอบบริเวณที่โดนต้อย
- ④ ใช้น้ำเกลือล้างที่มีรูเล็ก ๆ กดบริเวณที่โดนต้อยเพื่อเอาเหล็กในออก

ตัวชี้วัด : ปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำและทางบก (พ 5.1 ป.2/1)

16. การปฏิบัติตนในข้อใดช่วยป้องกันอุบัติเหตุทางน้ำ

- ① ลงเรือเมื่อเรือจอดเทียบท่าเรียบร้อยแล้ว
- ② ขึ้นเรือที่มีผู้โดยสารอยู่แล้วจำนวนมาก
- ③ วิ่งขึ้นเรือด้วยความเร็ว
- ④ นั่งริมขอบเรือ

ตัวชี้วัด : บอกชื่อยาสามัญประจำบ้าน และใช้ยาตามคำแนะนำ (พ 5.1 ป.2/2)

17. ข้อใดเป็นยาสามัญประจำบ้านที่ใช้ภายในทั้งหมด

- ① ยาธาตุน้ำแดง คาลาไมน์
- ② ยาระบายมะขามแขก ยาล้างตา
- ③ ยาน้ำแก้ไอ พาราเซตามอล
- ④ ผงน้ำตาลเกลือแร่ ยาหม่องชนิดขี้ผึ้ง

ตัวชี้วัด : ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย (พ 5.1 ป.2/4)

18.  ป้ายเตือนภัยในรูปมีความหมายว่าอย่างไร

- ① ระวังพื้นลื่น
- ② พื้นที่เสี่ยงภัยสึนามิ
- ③ อันตรายไฟฟ้าแรงสูง
- ④ ห้ามลงเล่นน้ำบริเวณนี้

ตัวชี้วัด : อธิบายสาเหตุ อันตราย วิธีป้องกันอัคคีภัยและแสดงการหนีไฟ (พ 5.1 ป.2/5)

19. พฤติกรรมในข้อใดเสี่ยงต่อการเกิดอัคคีภัยมากที่สุด

- ① เผาขยะในบริเวณเตาเผาขยะ
- ② ปิดโทรทัศน์ด้วยรีโมตคอนโทรล
- ③ จุดธูปเทียนไหว้พระก่อนออกจากบ้าน
- ④ เสียบปลั๊กเตารีดทิ้งไว้แล้วไปซักผ้า

ตัวชี้วัด : ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต (พ 1.1 ป.3/3)

20. ข้อใดที่ช่วยสร้างเสริมการเจริญเติบโตของร่างกาย

- ① การตั้งใจและขยันเรียนหนังสือ
- ② การรับประทานอาหารครบ 5 หมู่
- ③ การอยู่ในบ้านที่มีเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกอย่าง
- ④ การสวมใส่เสื้อผ้าที่ซักสะอาดและแห้งสนิท

ตัวชี้วัด : อธิบายวิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน (พ 2.1 ป.3/2)

21. นักเรียนจะสร้างสัมพันธ์กับเพื่อนใหม่อย่างไร

- ① ให้เพื่อนลอกการบ้าน
- ② ชวนเพื่อน ไปนอนค้างที่บ้าน
- ③ ชื้ออุปกรณ์การเรียนให้เพื่อน
- ④ ใช้คำพูดที่สุภาพและยิ้มแย้มแจ่มใสกับเพื่อน

ตัวชี้วัด : บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (พ 2.1 ป.3/3)

22. พฤติกรรมในข้อใดช่วยป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

- ① ตอบปฏิเสธและรีบไปบอกพ่อแม่เมื่อมีคนแปลกหน้าบอกจะพาไปเที่ยว
- ② เล่นในสถานที่ที่ห่างไกลจากคน ไม่มีคนพลุกพล่าน
- ③ พกโทรศัพท์เคลื่อนที่ติดตัวไว้เสมอ
- ④ แต่งกายด้วยเสื้อผ้าที่ทันสมัย

ตัวชี้วัด : อธิบายการติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค (พ 4.1 ป.3/1)

23. ข้อใดกล่าวเกี่ยวกับโรคหัดได้ถูกต้อง

- ① เป็นตุ่มแดงนูนใส
- ② เป็นโรคที่รักษาไม่หาย
- ③ มีถุงลายเป็นพาหะนำโรค
- ④ เป็นผื่นนูนแดงที่ลำตัว แขนขา

ตัวชี้วัด : จำแนกอาหารหลัก 5 หมู่ (พ 4.1 ป.3/2)

24. อาหารในข้อใดที่ช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย

- ① นมถั่วเหลือง
- ② เผือกเชื่อม
- ③ น้ำส้มคั้น
- ④ ขนมหั้ว

ตัวชี้วัด : เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ 5 หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม (พ 4.1 ป.3/3)

25. อาหารชนิดใดที่ควรรับประทานในปริมาณมากที่สุดตามสัดส่วนของธงโภชนาการ

- ① นม ถั่ว
- ② ข้าว แป้ง
- ③ พืชผัก ผลไม้
- ④ น้ำตาล เกลือ

ตัวชี้วัด : แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ (พ 5.1 ป.3/2)

26. ถ้าโดนตะปูตำเท้าที่บ้านจะมีวิธีขอความช่วยเหลืออย่างไร

- ① โทรแจ้ง 191
- ② วิ่งไปหาเพื่อนบ้านให้ช่วย
- ③ ตะโกนบอกพ่อแม่ให้ช่วย
- ④ รีบไปโรงพยาบาลด้วยตนเองทันทีเพื่อให้แพทย์ช่วยทำแผล

ตัวชี้วัด : แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น (พ 5.1 ป.3/3)

27. ถ้านักเรียนเล่นกับเพื่อนแล้วเลือดกำเดาไหลควรปฐมพยาบาลอย่างไร

- ① สั่งจมูกให้เลือดกำเดาไหลออกมาให้หมด
- ② ก้มหน้าลงใช้มือบีบจมูกหายใจทางปากแทน
- ③ เงยหน้าขึ้นใช้มือบีบจมูกหายใจทางปากแทน
- ④ ใช้สำลีชุบแอลกอฮอล์เช็ดบริเวณที่เลือดกำเดาไหล

ส่วนที่ 2 : แบบปรนัย 4 ตัวเลือก เลือกคำตอบมากกว่า 1 คำตอบ

ข้อ 28-30 ข้อละ 3 คะแนน ข้อ 31-32 ข้อละ 2 คะแนน รวม 13 คะแนน

ข้อ 28-32 ตอบถูก 1 คำตอบให้ 1 คะแนน

ตัวชี้วัด : ปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติตามคำแนะนำ (พ 4.1 ป.1/1)

28. ข้อใดเป็นการปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ (ให้เลือก 3 คำตอบ)

- ① ดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำ
- ② ล้างมือก่อนรับประทานอาหารทุกครั้ง
- ③ พบทันตแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพฟันทุกปี
- ④ แปร่งฟันอย่างถูกวิธีวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น

ตัวชี้วัด : ระบุพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ (พ 2.1 ป.2/3)

29. พฤติกรรมในข้อใดเหมาะสมกับเพศชาย (ให้เลือก 3 คำตอบ)

- ① มีความอดทนอดกลั้น
- ② มีน้ำใจช่วยเหลือเพื่อน
- ③ กล่าวคำขอโทษเมื่อทำผิด
- ④ พุดคำหยาบกับเพื่อนเพศเดียวกัน

ตัวชี้วัด : ระบุโทษของสารเสพติด สารอันตรายใกล้ตัวและวิธีการป้องกัน (พ 5.1 ป.2/3)

30. ข้อใดเป็นโทษจากเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (ให้เลือก 3 คำตอบ)

- ① ทำให้ตาเลายมองภาพไม่ชัด
- ② เป็นโรคมะเร็งปอด
- ③ เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ
- ④ ก้าวร้าวควบคุมตนเองไม่ได้

ตัวชี้วัด : อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ (พ 1.1 ป.3/1)

31. ข้อใดแสดงว่าร่างกายของนักเรียนมีการเจริญเติบโต (ให้เลือก 2 คำตอบ)

- ① ผิวขาวขึ้น
- ② ผมและเล็บยาว
- ③ แขนขายาวมากขึ้น
- ④ ส่วนสูงและน้ำหนักเพิ่มขึ้น

ตัวชี้วัด : ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง (พ 3.1 ป.3/1)

32. ข้อใดเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ทั้งหมด (ให้เลือก 2 คำตอบ)

- ① เดินต่อเท้า เดินถอยหลัง
- ② ก้มงอตัวด้านหน้า ยืนเขย่งกางแขน
- ③ โยนและรับลูกบอลกับคู่ โยนลูกบอลลงตะกร้า
- ④ กระโดดพับเข้าให้สั้นเท่าตะก้น กระโดดไปข้างหน้า

ชุดที่ 1

เฉลยแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเตรียมสอบ O-NET กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ข้อ	เฉลย	เหตุผล
1	3	ตาช่วยให้มองเห็นและหูช่วยให้ได้ยินเสียง
2	2	การอ่านหนังสือควรอ่านในที่ที่มีแสงสว่างพอดี ไม่สว่างหรือมืดจนเกินไป
3	3	พี่ชายเป็นสมาชิกในครอบครัวและการไหว้พ่อกับแม่ก่อนไปโรงเรียนเป็นการแสดงออกถึงการมีกิริยามารยาทที่สุภาพอ่อนน้อม
4	1	เพศชายจะตัดผมสั้น เพศหญิงจะไว้ผมยาว เพศชายจะสวมกางเกง เพศหญิงสวมกระโปรง เพศชายพูดลงท้ายว่า “ครับ” เพศหญิงพูดลงท้ายว่า “ค่ะ” และเพศชายจะมีลักษณะรูปร่างเหมือนพ่อ เพศหญิงมีลักษณะรูปร่างเหมือนแม่
5	4	การก้มตัวเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ ส่วนการกระโดดไปข้างหน้าเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ และการตีลูกปิงปองเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายโดยใช้อุปกรณ์ประกอบซึ่งตรงตามลำดับ
6	3	การขึ้น-ลงบันไดทุกครั้งควรจับราวบันได และไม่ปีนป่ายหรือหยอกล้อกันขณะขึ้น-ลงบันได
7	2	การปีนหน้าต่างอาจทำให้พลัดตกลงมาและทำให้ร่างกายได้รับบาดเจ็บ
8	3	ลำไส้เล็กมีความยาวมากกว่า 5 เมตร ซึ่งเป็นอวัยวะที่มีขนาดยาวที่สุดในร่างกาย
9	4	ช่วงวัยของชีวิตมนุษย์ คือ ทารก วัยก่อนเรียน วัยเรียน วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ และวัยสูงอายุ โดยวัยสูงอายุถือเป็นช่วงวัยสุดท้ายของชีวิตมนุษย์
10	2	การช่วยเหลืองานบ้านเท่าที่จะทำได้เป็นหน้าที่ที่ทุกคนควรปฏิบัติ เพราะเป็นสิ่งที่สามารถทำได้ เป็นการช่วยเหลือแบ่งเบาภาระคนในครอบครัว
11	3	การให้เพื่อนยืมของเป็นการแสดงความมั่นใจกับเพื่อนจะทำให้เพื่อนเกิดความประทับใจ และเป็นที่รักของเพื่อน ๆ
12	4	การวิ่งสลับฟันปลาเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ ส่วนการโยนรับ-ส่งลูกบอลกับเพื่อนเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายโดยใช้อุปกรณ์ประกอบ
13	1	ผู้ที่มีสุขภาพดีจะมีร่างกายแข็งแรง จิตใจร่าเริงแจ่มใส มีความสุข
14	2	ปืนอัดลมเป็นของเล่นที่อันตรายหากโดนร่างกายจะทำให้ได้รับบาดเจ็บ
15	4	การปฏิบัติตนเบื้องต้นเมื่อถูกผึ้งต่อย สิ่งแรกที่ต้องทำคือ ต้องรีบนำเหล็กในออกโดยหาวัสดุที่มีรูเล็ก ๆ กดลงไปบริเวณที่โดนต่อยเพื่อให้เหล็กในไหลขึ้นมาและดึงออก เพื่อไม่ให้ผิวหนังได้รับพิษจากเหล็กในของผึ้ง

ข้อ	เฉลย	เหตุผล
16	1	การขึ้น-ลงเรือควรให้เรือจอดเทียบท่าเรียบร้อยก่อนเพื่อป้องกันการเกิดอุบัติเหตุพลัดตกจากเรือ
17	3	ยาหม่องชนิดขี้ผึ้ง คาลาไมน์ ยาล้างตาเป็นยาใช้ภายนอก ยาน้ำแก้ไอและพาราเซตามอลเป็นยาที่ใช้รับประทานทั้งหมด
18	4	เป็นป้ายเตือนห้ามลงเล่นน้ำบริเวณนี้เพราะอาจเป็นเขตน้ำลึกหรือมีคลื่นแรง
19	3	รูปเทียนอาจจะล้มไปโดนสิ่งของและทำให้เกิดไฟไหม้ได้
20	2	การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์จะทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารที่ครบถ้วนช่วยสร้างเสริมการเจริญเติบโต และช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย
21	4	การพูดจาสุภาพและยิ้มแย้มจะทำให้เข้ากับเพื่อนได้ง่าย
22	1	การรู้จักปฏิเสธไม่ไว้ใจผู้อื่นโดยง่าย และบอกให้พ่อแม่ทราบเมื่อมีสิ่งที่ไม่น่าไว้วางใจหรือไม่ปลอดภัยต่อตนเอง ช่วยป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
23	4	เมื่อเป็นโรคหัดจะมีผื่นนูนแดงตามลำตัว ใบหน้า แขน ขา และจะค่อย ๆ จางไปภายใน 2 สัปดาห์
24	1	ถั่วเหลืองให้สารอาหารประเภทโปรตีนซึ่งช่วยในการซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย
25	2	การรับประทานอาหารตามสัดส่วนของธงโภชนาการ ได้แก่ 1. แป้งและข้าว รับประทานปริมาณมากที่สุดเพราะเป็นแหล่งพลังงานหลัก 2. พืชผัก ผลไม้ รับประทานในปริมาณรองลงมา 3. เนื้อสัตว์ นม ถั่ว รับประทานในปริมาณที่พอเหมาะ 4. น้ำมัน น้ำตาล เกลือ รับประทานน้อยเท่าที่จำเป็นเพราะหากรับประทานมากเกินไปจะเสี่ยงต่อการเกิดโรค
26	3	เมื่อเกิดอุบัติเหตุในบ้านควรขอความช่วยเหลือจากพ่อแม่หรือสมาชิกในครอบครัว
27	2	กัมหน้ำลงใช้มือบีบจมูกโดยหายใจทางปากแทนเป็นวิธีการปฐมพยาบาลที่ถูกต้อง
28	2,3,4	เป็นการดูแลรักษาสุขภาพของตนเองที่เหมาะสมตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ดังนี้ - ล้างมือก่อนรับประทานอาหารทุกครั้ง เป็นหลักสุขบัญญัติแห่งชาติข้อ 3 - แปรงฟันอย่างถูกวิธีวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น เป็นหลักสุขบัญญัติแห่งชาติข้อ 2 - พบทันตแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพฟันทุกปี เป็นหลักสุขบัญญัติแห่งชาติข้อ 8
29	1,2,3	เป็นการปฏิบัติตนด้วยความเป็นสุภาพบุรุษ
30	1,3,4	แอลกอฮอล์มีฤทธิ์กดประสาทเมื่อดื่มจะทำให้ระบบประสาทเกี่ยวกับการมองเห็น การทรงตัวทำงานไม่ได้ตามปกติ ขาดสติสัมปชัญญะทำให้เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ และไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ จึงอาจทำให้ก้าวร้าว ใช้คำพูดหยาบคาย รุนแรง ซึ่งนำไปสู่การทะเลาะวิวาทได้

ข้อ	เฉลย	เหตุผล
31	3,4	การเจริญเติบโตของร่างกายตรวจสอบได้โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง สังเกตอวัยวะของร่างกายจะมีขนาดใหญ่หรือยาวขึ้น เช่น แขน ขา มือ เท้า
32	1,4	เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ ส่วน 2 เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ และ 3 เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ