

ใบงานวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้น ป.6
เรื่อง ระบบไหลเวียนโลหิต

คะแนน:...../5

ชื่อ-สกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

คำชี้แจง: ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียวเกี่ยวกับระบบไหลเวียนโลหิต

1. อวัยวะใดทำหน้าที่เป็นปั๊มหลักในการสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย

☐ ก. ปอด

☐ ข. ตับ

☐ ค. หัวใจ

☐ ง. ไต

2. เลือดที่ไม่มีออกซิเจน (เลือดดำ) จากร่างกายจะถูกส่งเข้าสู่หัวใจห้องใดเป็นห้องแรก

☐ ก. ห้องบนซ้าย

☐ ข. ห้องบนขวา

☐ ค. ห้องล่างซ้าย

☐ ง. ห้องล่างขวา

3. หลอดเลือดชนิดใดทำหน้าที่นำเลือดที่มีออกซิเจนสูงออกจากหัวใจไปเลี้ยงร่างกาย

☐ ก. หลอดเลือดแดง

☐ ข. หลอดเลือดดำ

☐ ค. หลอดเลือดฝอย

☐ ง. หลอดเลือดน้ำเหลือง

4. ส่วนประกอบใดของเลือดที่ทำหน้าที่ช่วยให้เลือดแข็งตัวเมื่อร่างกายเกิดบาดแผล

☐ ก. เซลล์เม็ดเลือดแดง

☐ ข. เซลล์เม็ดเลือดขาว

☐ ค. เกล็ดเลือด

☐ ง. พลาสมา

5. พฤติกรรมใดส่งผลดีต่อการทำงานของระบบไหลเวียนโลหิตมากที่สุด

☐ ก. การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูงเป็นประจำ

☐ ข. การออกกำลังกายแบบแอโรบิกอย่างสม่ำเสมอ

☐ ค. การนอนหลับพักผ่อนทันทีหลังทานอาหารอิ่ม

☐ ง. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อคลายเครียด