

**ใบงาน 1**  
**เรื่อง การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์**

**กิจกรรมที่ 1** จงอธิบายโครงสร้าง หน้าที่การทำงานและการดูแลรักษาระบบอวัยวะที่สำคัญ 4 ระบบมาโดยสรุป

1. ระบบผิวหนัง \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. ระบบกล้ามเนื้อ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. ระบบกระดูก \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. ระบบไหลเวียนเลือด \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**กิจกรรมที่ 2** ปัจจัยที่ผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการมนุษย์มีอะไรบ้าง

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**กิจกรรมที่ 3** จงอธิบายพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงตามวัยของมนุษย์มาโดยสรุป

1. วัยทารก \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. วัยเด็ก \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. วัยรุ่น \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. วัยผู้ใหญ่ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. วัยสูงอายุ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ใบงาน 2  
เรื่อง ชีวิตและครอบครัว

**กิจกรรม**

1. เราจะปฏิบัติตนในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีได้อย่างไรบ้าง จงอธิบาย

---

---

---

2. จงอธิบายของยกตัวอย่างคำนิยมที่ดีและไม่ดีเกี่ยวกับชีวิตครอบครัว อย่างน้อย 3 ข้อ

---

---

---

**กิจกรรม**

1. สรีระร่างกายที่เกี่ยวข้องกับการสืบพันธุ์ของเพศหญิงและเพศชาย มีอะไรบ้าง จงอธิบายพอสังเขป

เพศหญิง \_\_\_\_\_

---

---

เพศชาย \_\_\_\_\_

---

---

2. เขียนสรุปเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงเพื่อเข้าสู่วัยหนุ่มสาว

เพศหญิง \_\_\_\_\_

---

---

เพศชาย \_\_\_\_\_

---

---

3. วิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมีอะไรบ้าง

---

---



## ใบงาน 4

### เรื่อง การสร้างเสริม สมรรถภาพและการป้องกันโรค

**กิจกรรม** ให้ผู้เรียนศึกษาและรวบรวมข้อมูลการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อที่ระบาดอยู่ในช่วงเวลา  
ปัจจุบัน พร้อมบอกวิธีการป้องกันและแก้ปัญหาในชุมชน

ชื่อโรค.....

▪ อาการ.....  
.....  
.....

▪ เชื้อโรคและพาหะนำโรค.....  
.....  
.....

▪ การป้องกันและการรักษา.....  
.....  
.....

▪ การแก้ปัญหการแพร่ระบาดในชุมชน โดยวิธี.....  
.....  
.....

**กิจกรรม** ให้ผู้เรียนรวบรวมข้อมูลตำรับยาแผนโบราณและยาสมุนไพรที่มีในท้องถิ่นอย่างน้อย 2 ชนิด พร้อมบอกสรรพคุณ วิธีการใช้ ส่วนประกอบสำคัญ และผลข้างเคียงหรือข้อควรระวังในการใช้ ดังนี้

**ยาแผนโบราณ**

● ชื่อยา.....

● สรรพคุณ

.....  
.....

● ส่วนประกอบสำคัญ

.....  
.....

● วิธีการใช้

.....  
.....  
.....

● ข้อควรระวัง

.....

**ยาสมุนไพร**

● ชื่อยา.....

● สรรพคุณ

.....  
.....

● ส่วนประกอบสำคัญ

.....  
.....

● วิธีการใช้

.....  
.....  
.....

● ข้อควรระวัง

.....



