

แบบฝึกหัดที่ 1 ระบบห่อหุ้มร่างกาย

คำสั่ง ทำแบบฝึกหัดลงสมุด

1. จงบอกหน้าที่ของผิวหนัง
2. จงเขียนแผนภาพแสดงชั้นต่าง ๆ ของผิวหนัง
3. ผิวหนังได้สร้างสิ่งที่ก่อให้เกิดคุณประโยชน์ที่สะสมไว้ใต้ผิวหนัง มีอะไรบ้าง
4. สิ่งที่เจริญจากผิวหนังไปเป็นอวัยวะอื่น ได้แก่
5. จงบอกชนิดของต่อมเหงื่อ
6. จงอธิบายโครงสร้างของ ขน หรือผม
7. เล็บมีหน้าที่อย่างไรบ้าง
8. เหงื่อมีสารอะไรบ้างเป็นส่วนประกอบ
9. จงเปรียบเทียบความแตกต่างของหนังกำพร้ากับหนังแท้
10. จงอธิบายถึงความสำคัญของผิวหนัง ในแง่การส่งเสริมบุคลิกภาพของบุคคล

แบบฝึกหัดที่ 2 ระบบกล้ามเนื้อ (muscular system)

1. ร่างกายคนเราประกอบด้วยกล้ามเนื้อมีกี่ชนิด อะไรบ้าง

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

2. จงอธิบายลักษณะโครงสร้างของเซลล์กล้ามเนื้อลาย

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

3. อธิบายลักษณะโครงสร้างของเซลล์กล้ามเนื้อหัวใจ

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

4. กล้ามเนื้อ มีส่วนประกอบอะไรบ้าง

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

5. คนที่ออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา เป็นประจำ จะมีผลต่อระบบกล้ามเนื้ออย่างไร

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

6. คุณสมบัติของกล้ามเนื้อหัวใจ มีลักษณะพิเศษอย่างไร

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

7. อธิบายการทำงานของกล้ามเนื้อ

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

8.คนที่ออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา เป็นประจำ จะมีผลต่อระบบกล้ามเนื้ออย่างไร

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

9.คนที่ไม่เคยออกกำลังกาย หรือไม่ค่อยออกกำลังกาย จะมีผลต่อระบบกล้ามเนื้ออย่างไร

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

10.อาการ/ความผิดปกติเกี่ยวกับกล้ามเนื้อมีอะไรบ้าง

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

10.นักเรียนบอกวิธีการสร้างเสริมประสิทธิภาพการทำงานของระบบกล้ามเนื้อ มา สัก 5 ข้อ

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

แบบฝึกหัดที่ 3 ระบบโครงกระดูก (skeletal system)

1. คำว่า skeleton เป็นภาษากรีก แปลว่า.....

2. หน้าที่ของระบบโครงกระดูก คือ

1..... 2.....

3..... 4.....

5..... 6.....

7..... 8.....

3. โครงสร้างของกระดูก ประกอบด้วยอะไรบ้าง

.....
.....

4. ส่วนประกอบของกระดูก ประกอบด้วยอะไรบ้าง

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

5. กระดูกแกน มี.....ชิ้น ประกอบด้วยกระดูกอะไรบ้าง อย่างละกี่ชิ้น

1..... 2.....

3..... 4.....

5..... 6.....

7..... 8.....

6. กระดูกซี่โครง มี.....ชิ้น ประกอบด้วยกระดูกอะไรบ้าง อย่างละกี่ชิ้น

1..... 2.....

3..... 4.....

5..... 6.....

7..... 8.....

7. การเคลื่อนไหวของข้อต่อมี.....กี่แบบ

1..... 2.....

3..... 4.....

5..... 6.....

8. กระดูกแบ่งตามรูปร่างได้ 4 แบบ คือ

1..... 2.....

3..... 4.....

9. ไขกระดูกแดง เป็นที่สร้าง..... ส่วนไขกระดูกที่เป็นพวกเซลล์ไขมัน คือ.....

10. กระจกที่ทำหน้าที่ช่วยในการได้ยินคือ.....

11. ข้อต่อ มี.....กี่ชนิด อะไรบ้าง

1.....

2.....

3.....

3.1.....3.2.....

3.3.....3.4.....

3.5.....3.6.....

3.7.....3.8.....

12. บอกวิธีการสร้างเสริมประสิทธิภาพการทำงานของระบบโครงกระดูก มา สัก 5 ข้อ

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

