

ใบงาน เรื่อง **การคำนวณการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางร่างกาย**  
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง **วัยรุ่นกับการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐาน**  
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง **การดูแลและควบคุมน้ำหนักตนเองให้อยู่ในเกณฑ์**  
**มาตรฐาน**  
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

**คำชี้แจง**

๑. จงคำนวณค่าการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางร่างกายตามโจทย์ที่กำหนดให้
๒. ในการทำโจทย์แต่ละข้อจะมีเวลากำหนดให้ข้อละ ๓ นาที
๓. เมื่อทำโจทย์ครบทุกข้อเรียบร้อยแล้ว ให้นักเรียนพล็อตข้อมูลแต่ละข้อลงในกราฟที่ครูกำหนดให้
- ๓.๑ เด็กชายเอมีน้ำหนัก ๖๐ กิโลกรัม มีส่วนสูง ๑๕๕ เซนติเมตร จงหาค่าน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ว่าอยู่ในเกณฑ์ระดับใด

**ตอบ**

- ๓.๒ เด็กหญิงบีอายุ ๑๓ ปี มีส่วนสูง ๑๔๕ เซนติเมตร จงหาค่าส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ ว่าอยู่ในเกณฑ์ระดับใด

**ตอบ**

- ๓.๓ นายซีอายุ ๑๕ ปี มีน้ำหนัก ๕๕ กิโลกรัม จงหาค่าน้ำหนักตามเกณฑ์อายุว่าอยู่ในเกณฑ์ระดับใด

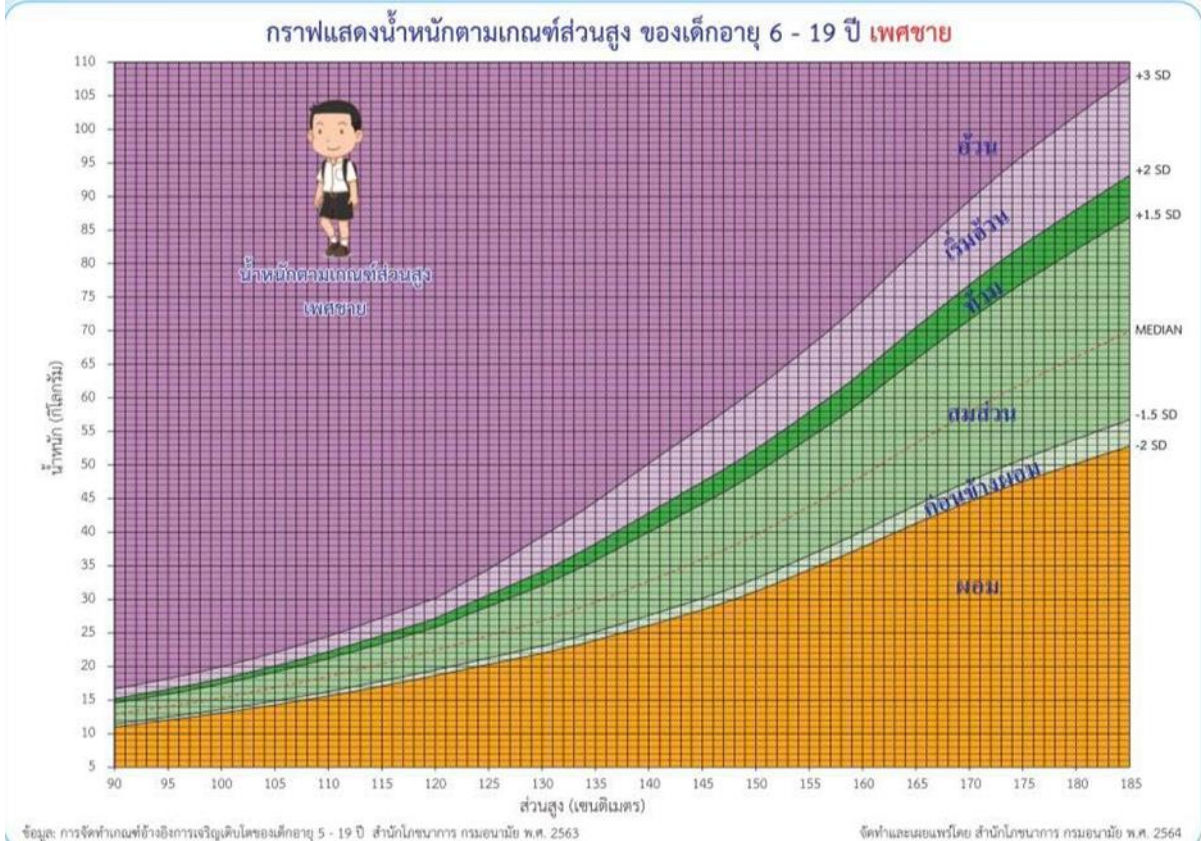
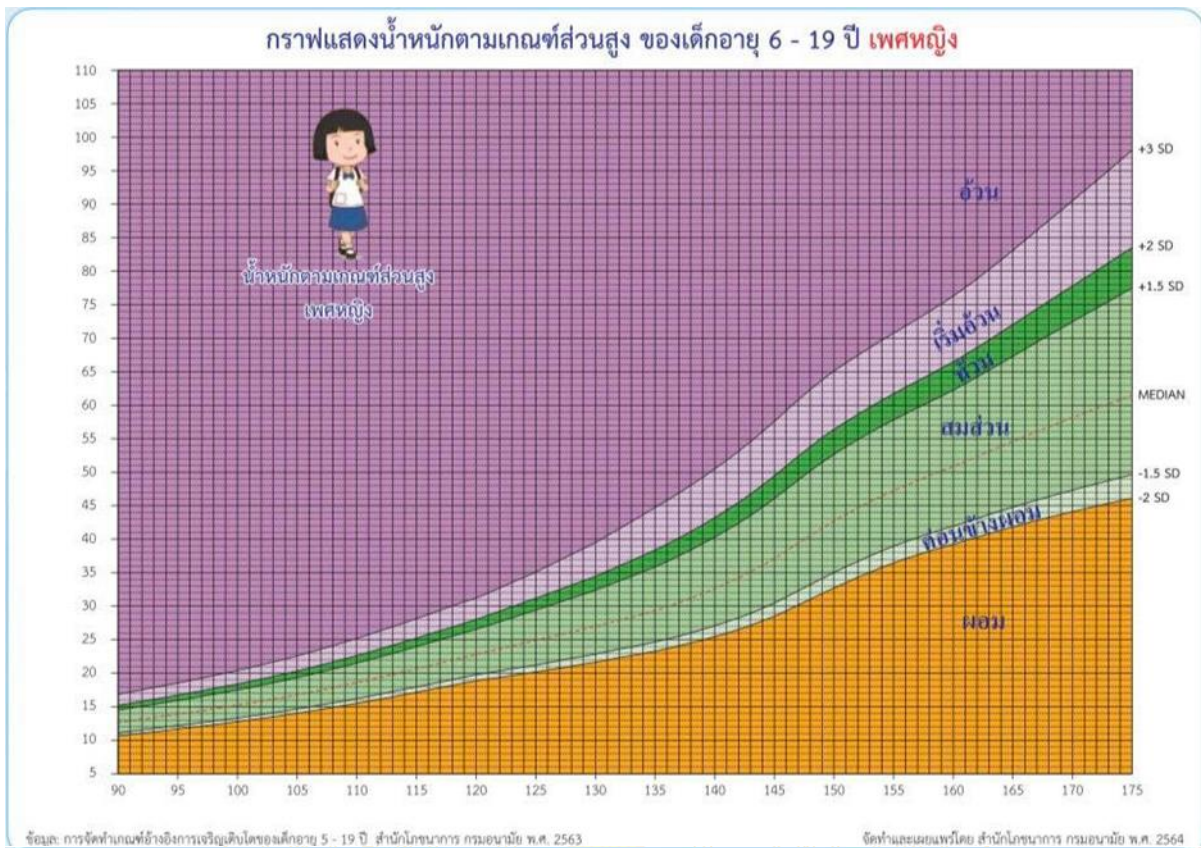
**ตอบ**

- ๓.๔ นางสาวดีอายุ ๒๑ ปี มีน้ำหนัก ๕๒ กิโลกรัม และมีส่วนสูง ๑๕๕ เซนติเมตร จงหาค่าน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงในวงการแพทย์ (BMI)

**ตอบ**

มูลนิธิส่งเสริมการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม  
ในพระบรมราชูปถัมภ์

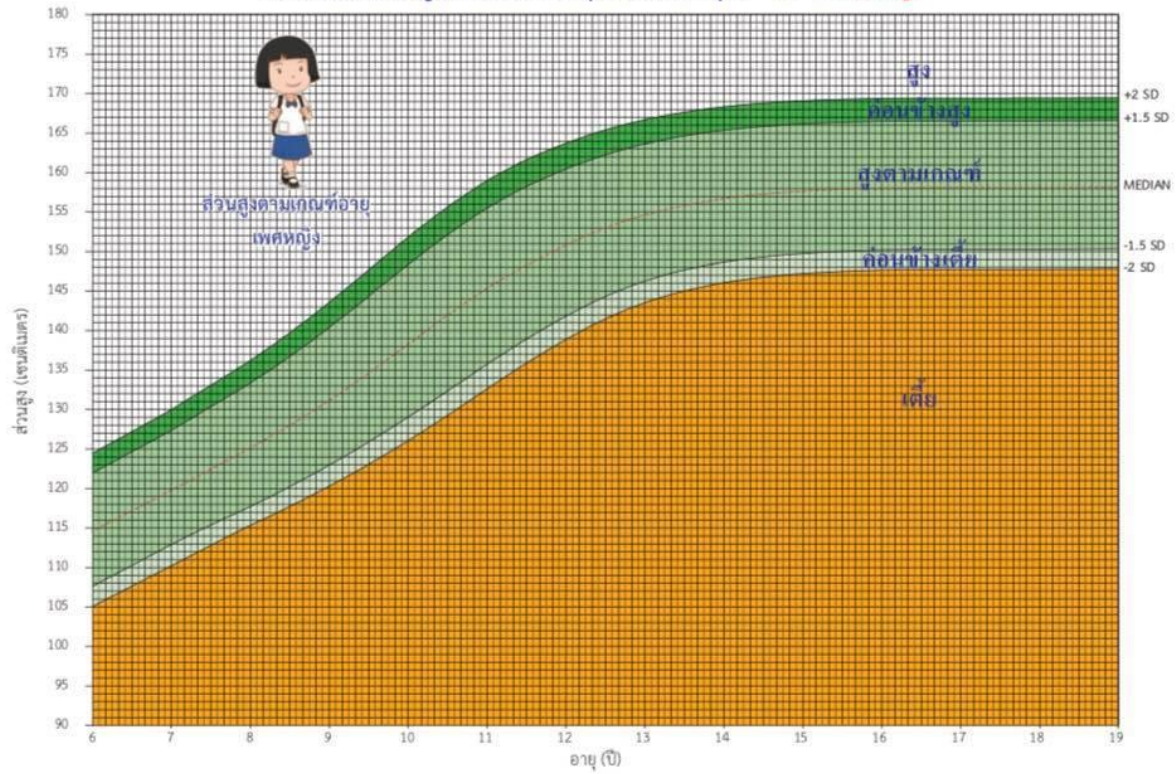
ชื่อ - สกุล ..... ชั้น..... เลขที่.....



ชื่อ - สกุล ..... ชั้น..... เลขที่.....



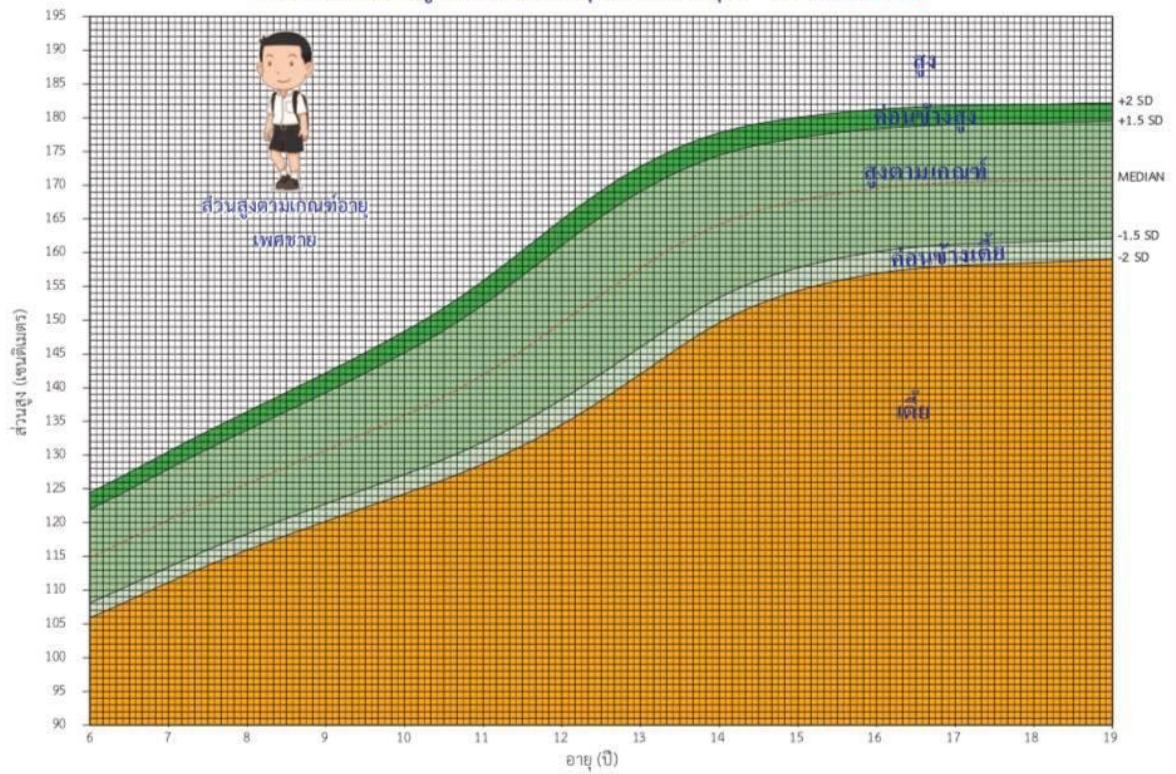
กราฟแสดงส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ ของเด็กอายุ 6 - 19 ปี เพศหญิง



ข้อมูล: การจัดทำเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กอายุ 5 - 19 ปี สำนักโภชนาการ กรมอนามัย พ.ศ. 2563

จัดทำและเผยแพร่โดย สำนักโภชนาการ กรมอนามัย พ.ศ. 2564

กราฟแสดงส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ ของเด็กอายุ 6 - 19 ปี เพศชาย



ข้อมูล: การจัดทำเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กอายุ 5 - 19 ปี สำนักโภชนาการ กรมอนามัย พ.ศ. 2563

จัดทำและเผยแพร่โดย สำนักโภชนาการ กรมอนามัย พ.ศ. 2564

ชื่อ - สกุล ..... ชั้น..... เลขที่.....



