

เฉลยใบงาน เรื่อง การเจริญเติบโตสมวัย
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง วัยรุ่นกับการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐาน
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง แนวทางการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

คำชี้แจง

- ให้นักเรียนตอบคำถามดังต่อไปนี้ ลงในใบกิจกรรม “การเจริญเติบโตสมวัย”
- ให้นักเรียนออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน

“นักเรียนมีวิธีการปฏิบัติอย่างไร เพื่อการเจริญเติบโตที่สมวัย”

แนวคำตอบ :

“นักเรียนมีวิธีการปฏิบัติอย่างไร เพื่อการเจริญเติบโตที่สมวัย”

รับประทานอาหารให้
ครบ ๕ หมู่

ออกกำลังกายอย่าง
สม่ำเสมอ

การทำจิตใจให้แจ่มใส

ทำงานร่วมกับผู้อื่น

การเข้าใจพฤติกรรม
ของผู้อื่น

การเห็นความสำคัญของ
ตนเอง

ชื่อ - สกุล ชั้น..... เลขที่.....