

ใบงานที่ ๑ เรื่อง เรียนรู้ภาวะสุขภาพ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง รู้ปฏิบัติ ทางสายกลาง
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง เรียนรู้สุขภาพ
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๒๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

คำชี้แจง ให้นักเรียนจับคู่ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพดีต่อไปนี้ให้ตรงกับองค์ประกอบของสุขภาพ

ก. ด้านร่างกาย

ข. ด้านจิตใจ

ค. ด้านสังคม

ง. ด้านปัญญา

- ๑. กล้าตัดสินใจกระทำทุกอย่างบนพื้นฐานของความดีงาม
- ๒. ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ
- ๓. กล้าเผชิญหน้ากับปัญหา และสามารถแก้ปัญหาได้อย่างรวดเร็ว
- ๔. อวัยวะต่างๆสามารถทำงานได้ตามปกติ
- ๕. มองโลกในแง่ดี
- ๖. ร่าเริง แจ่มใส
- ๗. ปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้ดี
- ๘. แสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม
- ๙. แสดงความยินดีกับผู้อื่นอย่างจริงใจ
- ๑๐. รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
- ๑๑. สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสม
- ๑๒. มีการเจริญเติบโตสมวัย

ชื่อ - สกุล ชั้น..... เลขที่.....