

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

วิชา สุขศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3



บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (cai)

1. บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (Cai)

เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสุขศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
ซึ่งประกอบด้วยเนื้อหาทั้งหมด 5 ชุด ดังนี้

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต

ชุดที่ 2 เรื่อง วัยรุ่น

ชุดที่ 3 เรื่อง สื่อโฆษณา อย่าหลงเชื่อง่าย

ชุดที่ 4 เรื่อง อนามัย เจริญพันธุ์

ชุดที่ 5 เรื่อง ครอบครัวสามัคคี

2. ให้นักเรียนเลือกศึกษาเนื้อหาจากบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน
(Cai) ตามความสนใจของนักเรียน



กลับเมนูหลัก



ครูผู้สอน



สืบเอกบุญอัน ธรรมปัญญา
ตำแหน่ง ครูชำนาญการ
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา

โรงเรียนดำรงราษฎร์สงเคราะห์ อ.เมือง จ.เชียงราย
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 36



บัตรนักเรียน

ชื่อ - สกุล : **บุญอัน ธรรมปัญญา**

ระดับชั้น : **ม.3**

เข้าสู่บทเรียน





ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



สื่อโฆษณา

ช่วงชีวิต

วัยรุ่น

วัยทารก

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

วัยทารกเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตทางร่างกายอย่างรวดเร็วมากกว่าวัยอื่น ๆ ของชีวิต
อวัยวะสำคัญที่สุดคือสมอง ถ้าการเจริญเติบโตหยุดชะงัก สมองก็จะไม่โตด้วย
เป็นวัยที่มีการติดเชื้อง่าย เพราะระบบภูมิคุ้มกันยังไม่สมบูรณ์พัฒนาการของทารก
แต่ละคนไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับการเจริญเติบโตของสมองและระบบประสาท
ซึ่งเป็นผลมาจากพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม



ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต

เนื้อหาสาระ

สื่อโฆษณา

ช่วงชีวิต

วัยรุ่น



วัยทารก



วัยก่อนเรียน



วัยเรียน



วัยรุ่น



วัยผู้ใหญ่



วัยผู้สูงอายุ



แนวทางในการปฏิบัติตน
เพื่อให้มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย



แบบทดสอบก่อนเรียน

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต

» คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

เริ่มทำ

กดปุ่ม



แบบทดสอบก่อนเรียน

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต

คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 1 การปฏิสนธิคืออะไร

- ☒ 1. การเกิดของทารก
- ☐ 2. ซอบมีเพศสัมพันธ์กับหญิง
- ☐ 3. ตัวอสุจิของเพศชายผสมกับไข่ของเพศหญิง
- ☐ 4. การเจริญเติบโตจากไข่ที่ได้รับการผสมพันธุ์แล้วเป็น Morula

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ



แบบทดสอบก่อนเรียน
บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)
ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

> ข้อ 2 วัยใดที่มีการเจริญเติบโตทางร่างกายรวดเร็วกว่าวัยอื่น ๆ

- ☒ 1. วัยรุ่น
- ☐ 2. วัยเรียน
- ☐ 3. วัยทารก
- ☐ 4. วัยผู้ใหญ่

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 2 of 10



แบบทดสอบก่อนเรียน
บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)
ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

> ข้อ 3 วัยใดที่มีการแสดงอารมณ์อย่างเปิดเผย ไม่ปิดบัง แปรปรวนง่าย หงุดหงิด โกรธง่าย หายเร็วใจฉาบเมื่อรู้สึกว่าคุณแย่งความรัก

- ☐ 1. วัยรุ่น
- ☒ 2. วัยเรียน
- ☐ 3. วัยผู้ใหญ่
- ☐ 4. วัยก่อนเรียน

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 3 of 10



แบบทดสอบก่อนเรียน บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 4 ลักษณะที่แสดงให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลงร่างกายเข้าสู่วัยรุ่นมากที่สุด

- ☐ 1. อารมณ์หงุดหงิด
- ☐ 2. ต้องการความเป็นอิสระ
- ☐ 3. อยากรู้ อยากเห็น มีเหตุผล
- ☒ 4. ชายเริ่มมีหนวดเครา หญิงเริ่มมีประจำเดือน

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 4 of 10



แบบทดสอบก่อนเรียน บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 5 วัยใดที่มีลักษณะคือ รัน โมโหง่าย มีความขัดแย้งกับพ่อแม่สูง
เพื่อนมีอิทธิพลมาก เริ่มสนใจเพศตรงข้าม

- ☐ 1. วัยเด็ก
- ☒ 2. วัยรุ่นตอนต้น
- ☐ 3. วัยรุ่นตอนกลาง
- ☐ 4. วัยรุ่นตอนปลาย

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 5 of 10



แบบทดสอบก่อนเรียน บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 6 ข้อใดเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุมากที่สุด

- ☐ 1. ฟันเริ่มผุ
- ☐ 2. สายตาเริ่มยาว
- ☐ 3. มีเพื่อนน้อยลง
- ☒ 4. อารมณ์หงุดหงิด

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 6 of 10



แบบทดสอบก่อนเรียน บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 7 ข้อใดเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญาของเด็กวัยก่อนเรียน

- ☐ 1. มีความคิดเป็นระบบ มีเหตุผล
- ☐ 2. มีความคิดสร้างสรรค์ สนใจธรรมชาติรอบตัว
- ☒ 3. ชอบคิด อยากรู้ อยากเห็น ตัดสินใจด้วยตนเอง
- ☐ 4. มีความคิดและตัดสินใจ ในการแก้ปัญหาได้อย่างรอบคอบ

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 7 of 10



แบบทดสอบก่อนเรียน

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 8 ข้อใดเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญาของวัยรุ่น

- ☒ 1. มีความคิดเป็นระบบ มีเหตุผล
- ☐ 2. มีความคิดสร้างสรรค์ สนใจธรรมชาติรอบตัว
- ☐ 3. ชอบคิด อยากรู้ อยากเห็น ตัดสินใจด้วยตนเอง
- ☐ 4. มีความคิดและตัดสินใจ ในการแก้ปัญหาได้อย่างรอบคอบ

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 8 of 10



แบบทดสอบก่อนเรียน

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 9 ข้อใดเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญาของผู้ใหญ่

- ☐ 1. มีความคิดเป็นระบบ มีเหตุผล
- ☐ 2. มีความคิดสร้างสรรค์ สนใจธรรมชาติรอบตัว
- ☐ 3. ชอบคิด อยากรู้ อยากเห็น ตัดสินใจด้วยตนเอง
- ☒ 4. มีความคิดและตัดสินใจ ในการแก้ปัญหาได้อย่างรอบคอบ

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 9 of 10



แบบทดสอบก่อนเรียน บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่ม
ตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 10 ข้อใดเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลง
ด้านสติปัญญาของวัยรุ่นอายุ

- ☐ 1. มีความคิดเป็นระบบ มีเหตุผล
- ☐ 2. มีความคิดสร้างสรรค์ สนใจธรรมชาติรอบตัว
- ☐ 3. ชอบคิด ออยากรู้อยากเห็น ตัดสินใจด้วยตนเอง
- ☒ 4. มีความคิดและตัดสินใจ ในการแก้ปัญหาได้อย่างรอบคอบ

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 10 of 10

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



สรุปคะแนน

แบบทดสอบก่อนเรียน



คุณ **นายบุญอัน ธรรมปัญญา**
ระดับชั้น **ม.3**

จากข้อสอบ 10 ข้อ คุณทำได้ **2** คะแนน

พยายามใหม่อีกครั้งนะ คุณทำได้อยู่แล้ว!

ถัดไป

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต

สื่อโฆษณา

ช่วงชีวิต

วัยรุ่น

คุณทำแบบทดสอบเรียบร้อยแล้วค่ะ



ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต

เนื้อหาสาระ

สื่อโฆษณา

ช่วงชีวิต

วัยรุ่น



วัยทารก



วัยก่อนเรียน



วัยเรียน



วัยรุ่น



วัยผู้ใหญ่



วัยผู้สูงอายุ



แนวทางการปฏิบัติตน
เพื่อให้มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย





วัยทารก

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ และจิตใจ

ทารกที่ได้รับการเลี้ยงดู เอาใจใส่อย่างดี ได้รับการตอบสนองที่เหมาะสม จะเป็นเด็กที่มีทัศนคติที่ดี ถ้าทารกที่ ถูกทอดทิ้ง จะมีลักษณะเงียบเหงา ไม่สนใจใคร การเสริมสร้างพัฒนาการทางด้านอารมณ์ และจิตใจ ของเด็ก ควรให้มีการสัมผัส อุ้ม ร้องเพลงให้ฟัง



วัยทารก

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ และจิตใจ

ทารกที่ได้รับการเลี้ยงดู เอาใจใส่อย่างดี ได้รับการตอบสนองที่เหมาะสม จะเป็นเด็กที่มีทัศนคติที่ดี ถ้าทารกที่ ถูกทอดทิ้ง จะมีลักษณะเงียบเหงา ไม่สนใจใคร การเสริมสร้างพัฒนาการทางด้านอารมณ์ และจิตใจ ของเด็ก ควรให้มีการสัมผัส อุ้ม ร้องเพลงให้ฟัง





วัยทารก

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

เด็กในวัยนี้ถ้าได้รับความรัก ความอบอุ่น การเลี้ยงดูเอาใจใส่ที่ดี จะทำให้เด็ก
รู้สึกไว้วางใจต่อคนรอบข้าง มีทัศนคติที่ดี ทำให้เด็กอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ดี
วัยทารกเป็นวัยเริ่มต้นของพัฒนาการทางสังคมของมนุษย์ ถ้าได้รับการเลี้ยงดู
ที่ดีจะทำให้เขาเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม



วัยทารก

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

เด็กในวัยนี้ถ้าได้รับความรัก ความอบอุ่น การเลี้ยงดูเอาใจใส่ที่ดี จะทำให้เด็ก
รู้สึกไว้วางใจต่อคนรอบข้าง มีทัศนคติที่ดี ทำให้เด็กอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ดี
วัยทารกเป็นวัยเริ่มต้นของพัฒนาการทางสังคมของมนุษย์ ถ้าได้รับการเลี้ยงดู
ที่ดีจะทำให้เขาเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม





วัยทารก

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญา

เด็กวัยทารกเริ่มเรียนรู้ และสร้างความสัมพันธ์จากสิ่งแวดล้อม รอบตัวได้จากการใช้อวัยวะสัมผัสต่าง ๆ ในระยะแรกไม่มีจุดมุ่งหมาย จากนั้น ลองผิดลองถูก จนเกิดการเรียนรู้และสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ ทั้งนี้พัฒนาการทางด้านสติปัญญาของวัยทารกจะมีพื้นฐานเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับพ่อแม่และคนใกล้ชิด ที่จะส่งเสริมให้เด็กได้มีโอกาสแสดงพฤติกรรมที่ตอบสนองความต้องการของทารก



วัยก่อนเรียน

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

เด็กวัยก่อนเรียน เป็นวัยที่ต้องการความเป็นอิสระ อยากรู้ อยากเห็น ช่างสงสัย ช่างจินตนาการทำให้เด็กแสดงออกโดยการซักถามผู้ใหญ่ควรให้ความสนใจและอธิบายด้วยภาษาง่าย ๆ ส่งผลต่อพัฒนาการด้านความคิด และการกล้าแสดงออกในวัยต่อไป





วัยก่อนเรียน

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ และจิตใจ

เด็กวัยนี้มักแสดงอารมณ์อย่างเปิดเผย แปรปรวนง่าย หงุดหงิด โกรธง่าย หายเร็วกลัวในสิ่งที่ไม่เคยเจอ อิจฉาเมื่อรู้สึกว่าถูกแย่งความรักไป



วัยก่อนเรียน

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

เด็กมีสังคมกว้างขึ้น เพราะรู้จักบุคคลนอกครอบครัว เด็กจะเริ่มออกจาก สังคมบ้านเข้าสู่สังคมโรงเรียน เริ่มรู้จักเล่น และคบเพื่อน เรียนรู้ที่จะปรับตัว เด็กวัยนี้ให้ความสำคัญที่จะปฏิบัติตามระเบียบ และกติกาของโรงเรียน กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อเด็กวัยเรียน





วัยก่อนเรียน

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญา

เด็กวัยนี้มีความอยากรู้อยากเห็น ช่างสงสัยจึงทำให้เด็กแสดงออกโดยการซักถามผู้ใหญ่ ควรให้ความสนใจและตอบคำถาม ไม่ควรแสดงอาการรำคาญดุว่า ว่ากล่าวหรือไม่พอใจ เพราะอาจจะส่งผลต่อการพัฒนาการด้านความคิด และการกล้าแสดงออกของเด็ก



วัยเรียน

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

วัยนี้จะมีอายุประมาณ 6-10 ปี เป็นช่วงที่มีความสำคัญต่อการเริ่มต้นชีวิตใหม่ของเด็กเพราะเป็นระยะที่เด็กจะเข้าโรงเรียน อัตราการเจริญเติบโตจะช้าลงเล็กน้อย แต่เป็นไปอย่างสม่ำเสมอร่างกายจะขยายทางส่วนสูงมากกว่าส่วนกว้าง อวัยวะภายในระบบไหลเวียนเลือด เจริญเกือบเต็มที่มีฟันแท้ขึ้น วัยนี้มีพลังงานมากจึงไม่หยุดนิ่ง





วัยเรียน

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ และจิตใจ

เด็กมีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ไปในทางที่ดีขึ้น รู้จักหาวิธีระงับความโกรธ เลิกกลัว สิ่งที่ไม่มีความเสี่ยง มักกลัวสิ่งที่จะเกิดขึ้นจริง อารมณ์ไม่แน่นอน หงุดหงิด ไม่เชื่อฟังผู้ใหญ่เริ่มรู้จักป้องกันตนเอง มีความอยากรู้อยากเห็น รู้สึกว่าตน เป็นผู้ใหญ่ รักพ่อแม่และสมาชิกในครอบครัว



วัยเรียน

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

เด็กมีสังคมกว้างขึ้น เพราะรู้จักบุคคลนอกครอบครัว เด็กจะปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่น ๆ ได้ดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับการอบรมของครอบครัว กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลมากขึ้น





วัยรุ่น

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

วัยรุ่นมีช่วงวัยค่อนข้างยาว จึงได้แบ่งช่วงอายุออกเป็น 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง และวัยรุ่นตอนปลาย วัยที่มีปัญหามาก เป็นระยะที่ดิ้อร้น โมโหง่าย มีความขัดแย้งกับ พ่อแม่สูง เพื่อนมีอิทธิพลมาก เริ่มสนใจเพศตรงข้าม การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย คือวัยรุ่นหญิง มีไขมันเพิ่มขึ้นโดยเฉพาะบริเวณสะโพก หน้าอก เสียงจะแหลมขึ้น และเริ่มมีประจำเดือน วัยรุ่นผู้ชาย เสียงจะแตก เริ่มมีหนวดเครา กล้ามเนื้อจะใหญ่ขึ้น การเปลี่ยนแปลงนี้ เกิดจากฮอร์โมนที่ผลิตจากต่อมไร้ท่อ จากการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายที่เกิดขึ้น ทำให้วัยรุ่น เกิดความกังวลในรูปร่างหน้าตา พ่อแม่ผู้ปกครองควรให้คำแนะนำ เกี่ยวกับการดูแลร่างกาย



วัยรุ่น

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ จิตใจ

วัยรุ่นมีอารมณ์รุนแรงต่ออ่อนไหวไม่มั่นคง ทำตามใจตนเอง ถ้าถูกขัดขวาง จะตอบโต้อย่างรุนแรง





วัยรุ่น

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

พัฒนาการทางด้านสังคม เกิดจากการอบรมเลี้ยงดู แลเป็นกระบวนการต่อเนื่องตามความคาดหวังของสังคม ในวัยรุ่น วัยรุ่นจึงเห็นความสำคัญของเพื่อนมาก และเรื่องพ่อแม่ปล่อยลงความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกับพ่อแม่จะเปลี่ยนรูปแบบไป วัยรุ่นไม่ต้องการให้พ่อแม่บังคับ แต่ต้องการ ผู้ช่วยคิดแนะนำ และอยากให้พ่อแม่เป็นเพื่อนที่ดีของตน วัยรุ่นต้องการความเป็นอิสระ



วัยรุ่น

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญา

วัยรุ่นจะใช้ผู้มีชื่อเสียงในสังคมเป็นบุคคลต้นแบบที่ปฏิบัติตามความเปลี่ยนแปลงทางสติปัญญาของวัยรุ่นมีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว เช่นเดียว กับด้านร่างกาย ขนาดของมโนสมองจะขยายออกมากขึ้น วัยรุ่นจึงเป็นผู้ชอบคิด อยากรู้ อยากเห็น ช่างซักถามใช้เหตุผลและแสดงความคิดเห็น วิพากษ์วิจารณ์ต่าง ๆ วัยรุ่นจะชอบแก้ปัญหา และตัดสินใจทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง มีความรับผิดชอบ





วัยผู้ใหญ่

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

วัยผู้ใหญ่มีการพัฒนาทางร่างกายอย่างเต็มที่ทั้งเพศหญิง และเพศชายร่างกายสมบูรณ์ มีการพัฒนาความสูงมาจากวัยรุ่นและจะมีความสูงที่สุดในวัยนี้ รวมทั้งกล้ามเนื้อมีความแข็งแรง วัยผู้ใหญ่ทั้งเพศชายและหญิง ร่างกายจะเริ่มมีความเสื่อมถอยในเกือบทุกระบบของร่างกาย ผิวหนังจะเริ่มเหี่ยวแห้ง ไม่เต่งตึง ผมเริ่มร่วง และมีสีขาว น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นจากการสะสมไขมัน ได้ผิวหนังมากขึ้น ระบบอวัยวะภายใน มีความเสื่อมลง



วัยผู้ใหญ่

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์และจิตใจ

ผู้ใหญ่จะมีการควบคุมอารมณ์ ได้ดีขึ้น มีความมั่นคงทางจิตใจ ดีกว่าวัยรุ่น คำนึงถึงความรู้สึกผู้อื่น รู้สึกยอมรับผู้อื่นได้ดีขึ้น





วัยผู้ใหญ่

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

สังคมของบุคคลวัยนี้ คือ เพื่อนรัก คู่ครอง บุคคลจะพัฒนาความรัก ความผูกพัน
จะเป็นผู้ใหญ่ที่มี ความสัมพันธ์กันอย่างไว้นื้อเชื่อใจและนับถือซึ่งกันและกัน
ความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัวจะเพิ่มขึ้น เนื่องจากเป็นวัยที่เริ่ม
ใช้ชีวิตครอบครัวกับคู่ของตนเอง และเกิดการปรับตัวกับบาทใหม่



วัยผู้ใหญ่

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญา

พัฒนาการด้านความคิด และสติปัญญา ในบุคคลที่ประสบกับความสำเร็จในชีวิต
การทำงานจะมีอารมณ์มั่นคง รู้จักการให้อภัย ไม่เห็นแก่ประโยชน์ ส่วนตน
วัยผู้ใหญ่มีความสามารถทางสติปัญญา สมบูรณ์ที่สุด มีความคิดเป็นระบบ
ผู้ใหญ่จะมีความคิดเป็นระบบ ผู้ใหญ่จะมีความคิดเปิดกว้าง ยืดหยุ่นมากขึ้นและ
รู้จักจดจำ ประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ ทำให้สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ
ได้ดีในระยะวัยกลางคนนี้มีความคิดสร้างสรรค์ มีความอดทนและมีความสามารถ
ในการจัดการกับความขัดแย้งได้





วัยผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

วัยผู้สูงอายุ เป็นวัยที่เซลล์ และอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เสื่อมลงทำให้ประสิทธิภาพการทำงานของร่างกาย และทางสมองเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ เสื่อมลง ร่างกาย ของวัยผู้สูงอายุมักมีการเปลี่ยนแปลงมาก เช่นบุคคลเมื่ออายุ ประมาณ 40 ปี สายตาว่จะยาวขึ้นจึงต้องใช้แว่นสายตา ช่วยในการอ่านหนังสือ ระบบไหลเวียนเลือด หลอดเลือดจะแข็งตัว เพราะมีไขมัน เข้าไปสะสมอยู่มาก ทำให้หลอดเลือดตีบตัน ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ได้ เช่นโรคหัวใจ และหลอดเลือด ฯลฯ การได้ยิน อาจมีการ ผิดปกติของประสาทหูชั้นในจึงทำให้การได้ยินเสียงไม่ชัดเจน บางคนมีอาการหูแว่ว หูฟัง ระบบภูมิคุ้มกันเสื่อมลง ทำให้เกิดภาวะ การติดเชื้อได้ง่าย



วัยผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์และจิตใจ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ปัญหาที่พบบ่อยได้แก่ ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล และความรู้สึก สิ้นหวัง ครอบครัวและผู้ดูแลผู้สูงอายุจำเป็นต้องเข้าใจและหาทางช่วยเหลือผู้สูงอายุตามความจำเป็น





วัยผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุมีกิจกรรมหรือมีส่วนร่วมทางสังคมลดลง การมีกิจกรรมน้อยลงนี้ทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ลดลง ขาดการเรียนรู้ และแลกเปลี่ยนจากสังคม ปัญหาด้านสังคม และจิตใจมีความสัมพันธ์กัน ควรส่งเสริมและให้โอกาสผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการคิดทางสังคมตามความชอบ และความสนใจของผู้สูงอายุ



วัยผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญา

บุคคลวัยนี้มีประสบการณ์ และวุฒิภาวะสูงจึงมีความคิดและตัดสินใจในการแก้ปัญหาได้อย่างรอบคอบและมีประสิทธิภาพแต่มีการเสื่อมถอยทางสมอง ความจำลดลง เกิดจากเซลล์สมองเริ่มเสื่อม อาจแสดงออกด้วยการคิดช้า และหลงลืม



ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต

แบบฝึกหัด

คำชี้แจง

ให้นักเรียนจับคู่ข้อความโดยคลิกเลือกตัวอักษรที่อยู่ทางซ้ายมือให้ตรงกับความหมายทางด้านขวามือให้ถูกต้อง

C ▼

วัยทารก

F ▼

วัยก่อนเรียน

H ▼

วัยเรียน

A ▼

วัยรุ่น

D ▼

วัยผู้ใหญ่

B ▼

วัยผู้สูงอายุ

G ▼

การออกกำลังกาย

E ▼

การตรวจสุขภาพประจำปี

A. ต้องการความเป็นอิสระ

B. เสี่ยงหกล้มและปวดข้อ

C. สมองมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว

D. ผิวหนังเริ่มเหี่ยวแห้ง หยิบ ไม่เก่งดัง

E. ทราบความผิดปกติของร่างกาย

F. อยากรู้อยากเห็น ช่างสงสัย

G. ขึ้นอยู่กับสภาพร่างกาย

H. มีฟันแท้ขึ้น

Question 1 of 1



ยืนยันคำตอบ



ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต

สื่อโฆษณา

ช่วงชีวิต

วัยรุ่น



สรุปผลคะแนน

จากแบบฝึกหัด 8 ข้อ คุณทำได้ **8** คะแนน

ยินดีด้วย คุณตอบถูกหมดทุกข้อแล้ว เยี่ยมมาก!

ถัดไป



แบบทดสอบฉบับเรียน

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต

» คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

เริ่มทำ



แบบทดสอบฉบับเรียน

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต

คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 1 ลักษณะที่แสดงให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลงร่างกายเข้าสู่วัยรุ่นมากที่สุด

- ☐ 1. อารมณ์หงุดหงิด
- ☐ 2. ต้องการความเป็นอิสระ
- ☐ 3. อยากรู้ อยากเห็น มีเหตุผล
- ☒ 4. ชายเริ่มมีหนวดเครา หญิงเริ่มมีประจำเดือน

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ



แบบทดสอบหัวใจเรียน

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 2 วัยใดที่มีการแสดงอารมณ์อย่างเปิดเผย ไม่ปิดบัง แปรปรวนง่าย หงุดหงิด โกรธง่าย หายเร็วใจฉาบเมื่อรู้สึกว่าคุณแย่งความรัก

- ☐ 1. วัยรุ่น
- ☐ 2. วัยเรียน
- ☐ 3. วัยผู้ใหญ่
- ☒ 4. วัยก่อนเรียน

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 2 of 10



แบบทดสอบหัวใจเรียน

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 3 ข้อใดเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นชัดเจนถึงการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุมากที่สุด

- ☒ 1. สายตาเริ่มยาว
- ☐ 2. อารมณ์หงุดหงิด
- ☐ 3. มีเพื่อนน้อยลง
- ☐ 4. ฟันเริ่มผุ

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 3 of 10





แบบทดสอบ หน่วย ๖ เรียน บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่ม
ตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 4 วัยใดที่มีการเจริญเติบโตทางร่างกายรวดเร็วกว่าวัยอื่น ๆ

- ☐ 1. วัยรุ่น
- ☐ 2. วัยเรียน
- ☒ 3. วัยทารก
- ☐ 4. วัยผู้ใหญ่

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 4 of 10



แบบทดสอบ หน่วย ๖ เรียน บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่ม
ตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 5 วัยใดที่มีลักษณะคือ รัน โหม่ง่าย มีความขัดแย้งกับพ่อแม่สูง
เพื่อนมีอิทธิพลมาก เริ่มสนใจเพศตรงข้าม

- ☐ 1. วัยเด็ก
- ☐ 2. วัยรุ่นตอนต้น
- ☒ 3. วัยรุ่นตอนกลาง
- ☐ 4. วัยรุ่นตอนปลาย

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 5 of 10





แบบทดสอบ หน่วย ๖ วิชา บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 6 ข้อใดเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญาของวัยรุ่นใหญ่

- ☒ 1. มีความคิดเป็นระบบ มีเหตุผล
- ☐ 2. มีความคิดสร้างสรรค์ สนใจธรรมชาติรอบตัว
- ☐ 3. ชอบคิด อยากรู้ อยากเห็น ตัดสินใจด้วยตนเอง
- ☐ 4. มีความคิดและตัดสินใจ ในการแก้ปัญหาได้อย่างรอบคอบ

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 6 of 10



แบบทดสอบ หน่วย ๖ วิชา บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 7 ข้อใดเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญาของเด็กวัยก่อนเรียน

- ☐ 1. มีความคิดเป็นระบบ มีเหตุผล
- ☒ 2. มีความคิดสร้างสรรค์ สนใจธรรมชาติรอบตัว
- ☐ 3. ชอบคิด อยากรู้ อยากเห็น ตัดสินใจด้วยตนเอง
- ☐ 4. มีความคิดและตัดสินใจ ในการแก้ปัญหาได้อย่างรอบคอบ

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 7 of 10





แบบทดสอบ หน่วยการเรียนรู้ บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

**ข้อ 8 ข้อใดเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลง
ด้านสติปัญญาของวัยผู้สูงอายุ**

- ☐ 1. มีความคิดเป็นระบบ มีเหตุผล
- ☐ 2. มีความคิดสร้างสรรค์ สนใจธรรมชาติรอบตัว
- ☐ 3. ชอบคิด อยากรู้ อยากเห็น ตัดสินใจด้วยตนเอง
- ☒ 4. มีความคิดและตัดสินใจ ในการแก้ปัญหาได้อย่างรอบคอบ

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 8 of 10



แบบทดสอบ หน่วยการเรียนรู้ บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

**ข้อ 9 ข้อใดเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นชัดถึงการเปลี่ยนแปลง
ด้านสติปัญญาของวัยรุ่น**

- ☐ 1. มีความคิดเป็นระบบ มีเหตุผล
- ☐ 2. มีความคิดสร้างสรรค์ สนใจธรรมชาติรอบตัว
- ☒ 3. ชอบคิด อยากรู้ อยากเห็น ตัดสินใจด้วยตนเอง
- ☐ 4. มีความคิดและตัดสินใจ ในการแก้ปัญหาได้อย่างรอบคอบ

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 9 of 10





แบบทดสอบ หน่วยการเรียนรู้ บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



คำสั่ง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวโดยใช้เมาส์คลิกปุ่มตัวเลือก 1,2,3,4

ข้อ 10 การปฏิสนธิคืออะไร

- ☐ 1. การเกิดของทารก
- ☐ 2. ขอบมีเพศสัมพันธ์กับหญิง
- ☒ 3. ตัวอสุจิของเพศชายผสมกับไข่ของเพศหญิง
- ☐ 4. การเจริญเติบโตจากไข่ที่ได้รับการผสมพันธุ์แล้วเป็น Morula

ย้อนกลับ

ถัดไป

ยืนยันคำตอบ

Question 10 of 10



บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

ชุดที่ 1 เรื่อง ช่วงชีวิต



สรุปคะแนน

แบบทดสอบหลังเรียน

จากข้อสอบ 10 ข้อ คุณทำได้ **10** คะแนน

เก่งมาก ยินดีด้วย คุณผ่านแบบทดสอบแล้ว!



ถัดไป