

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๔๑๐๑

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

เรื่อง ผลิตภัณฑ์ที่พบในชีวิตประจำวัน

ครูผู้สอน ครูสุจิตรา บุญธรรม

ครูปฎิญา ประจันบาน



จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกวิธีการอ่านฉลากผลิตภัณฑ์อย่างถูกต้อง
๒. อ่านฉลากผลิตภัณฑ์ก่อนซื้อและก่อนใช้ได้ถูกต้อง
๓. เห็นความสำคัญของการอ่านฉลากผลิตภัณฑ์
ก่อนซื้อและก่อนใช้



ตัวอย่างผลิตภัณฑ์ที่พบในชีวิตประจำวัน



เครื่องหมายบนฉลากผลิตภัณฑ์ในชีวิตประจำวัน



เครื่องหมาย
วัตถุไวไฟ

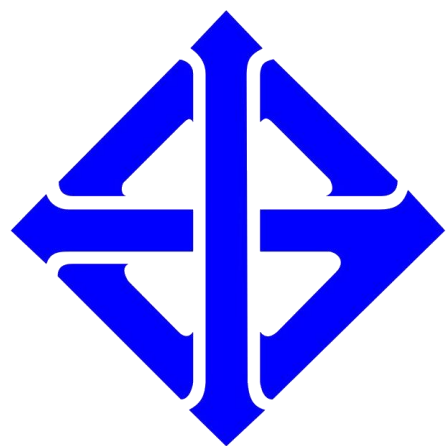


เครื่องหมาย
หัวกะโหลกไขว้



เครื่องหมาย
อันตรายจากสารเคมี
ประเภทกรด-ด่าง

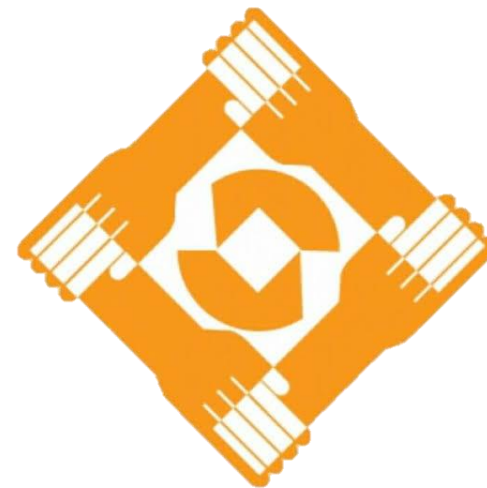
เครื่องหมายบนฉลากผลิตภัณฑ์ในชีวิตประจำวัน



เครื่องหมาย
มาตรฐานทั่วไป



เครื่องหมาย
มาตรฐานบังคับ



เครื่องหมาย
มาตรฐานผลิตภัณฑ์ชุมชน

เครื่องหมายบนฉลากผลิตภัณฑ์ในชีวิตประจำวัน

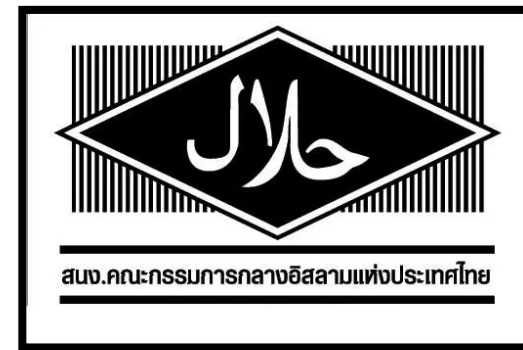


เครื่องหมาย

ทางเลือกสุขภาพ



เครื่องหมาย อย.



เครื่องหมายฮาลาล



นักเรียนมีวิธีการเลือกซื้อ
หรือเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ
อย่างไร

วิธีการเลือกซื้ออาหาร และผลิตภัณฑ์สุขภาพ



๑

เลือกซื้อตามความจำเป็น

เพื่อเป็นการประหยัดค่าใช้จ่าย
รวมถึงเลือกซื้อสินค้าตามฤดูกาล



๒

อ่านข้อมูลบนฉลาก

เพื่อดูรายละเอียดต่าง ๆ
ของสินค้า



๓

ดูวันที่ผลิตและวันหมดอายุ

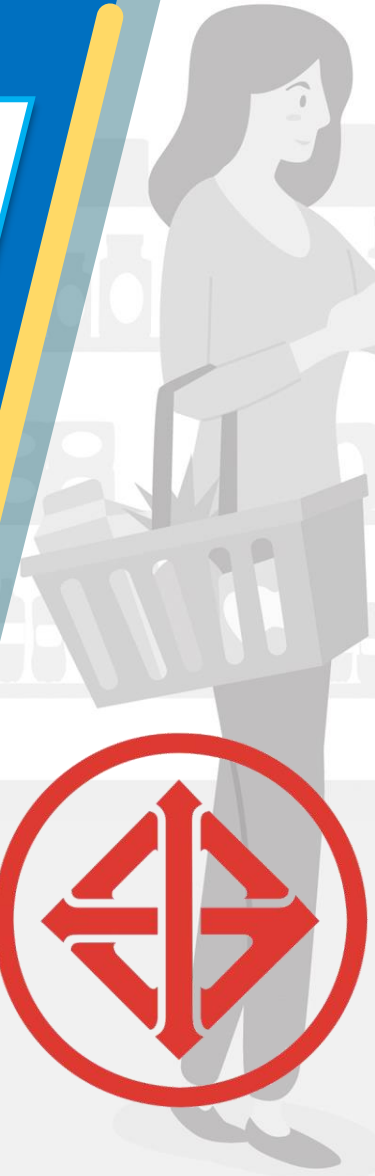
เพื่อจะได้ทราบอายุการใช้งาน
ของผลิตภัณฑ์



๑

คู่มือเครื่องหมาย

คู่มือเครื่องหมายมาตรฐานของ
หน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อความ
ปลอดภัยและน่าเชื่อถือ



๕

ดูบรรจุภัณฑ์

ตรวจสอบบรรจุภัณฑ์ว่ามี
ความชำรุด เสียหาย มีรอยบุบ
หรือฉีกขาดหรือไม่



๖

สอบถามข้อมูลจากผู้ขาย

เพื่อสอบถามข้อมูลหรือ
คำแนะนำในการใช้ผลิตภัณฑ์





ประโยชน์
ของการอ่าน
ฉลากผลิตภัณฑ์



ประโยชน์ของการอ่านฉลากผลิตภัณฑ์



เพื่อทราบข้อมูลที่สำคัญ
ของผลิตภัณฑ์



ประโยชน์ของการอ่านฉลากผลิตภัณฑ์



<http://thaiproductstravel.blogspot.com/2015/09/gda.html>

รู้ส่วนประกอบและ
ประโยชน์ของผลิตภัณฑ์



ประโยชน์ของการอ่านฉลากผลิตภัณฑ์



รู้วิธีรับประทานและวิธีใช้
เพื่อให้บริโภคได้อย่างถูกต้อง



ประโยชน์ของการอ่านฉลากผลิตภัณฑ์



<https://worthen-life.com/refrigerator-bestever/>

รู้วิธีการเก็บรักษา
ที่ถูกต้องเหมาะสม



ประโยชน์ของการอ่านฉลากผลิตภัณฑ์



<https://www.mindphp.com/forums/viewtopic.php?f=79&t=71150>

รู้วันผลิตและวันหมดอายุของ
ผลิตภัณฑ์

กิจกรรมวันนี้

ใบงานที่ ๕

เรื่อง การอ่านฉลากผลิตภัณฑ์



คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านฉลากจากผลิตภัณฑ์
และเขียนข้อมูลลงในช่องว่างให้ถูกต้อง



ใบงานที่ ๕ เรื่อง การอ่านฉลากผลิตภัณฑ์

ชื่อผลิตภัณฑ์	ข้อมูล	
๑.	วัน เดือน ปีที่ผลิต	
๒.	วิธีใช้/รับประทาน	
๓.	ปริมาณสุทธิ	
๔.	ชื่อและที่ตั้งของผู้ผลิต	
๕.	วัน เดือน ปีที่หมดอายุ	
๖.	ส่วนประกอบ	
๗.	เครื่องหมาย อย.	



แบบประเมินตนเอง

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th



ชั้น ป.๓ - ป.๔ ภาคเรียนที่ ๒



แบบประเมินตนเอง

ชื่อ : _____ สกุล : _____ ชั้น _____ เลขที่ _____

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ หน่วยการเรียนรู้ย่อยที่ - เรื่อง กายดีใจเป็นสุข

คำชี้แจง ๑. ระบายสีลงใน ☆ ของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้เพื่อประเมินการเรียนรู้ของนักเรียนตามระดับการประเมินต่อไปนี้

☆ ปรับปรุง ☆☆☆ พอใช้ ☆☆☆ ค่อนข้างดี ☆☆☆ ดี ☆☆☆ ดีมาก

กิจกรรม	ระดับความสามารถ
๑. อธิบายสภาวะอารมณ์ ความรู้สึกที่มีผลต่อสุขภาพ	☆☆☆☆☆
๒. วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์ เพื่อการเลือกบริโภค	☆☆☆☆☆

๒. นับจำนวนดาวจากตารางข้างบนเพื่อบันทึกผลการเรียนรู้ของนักเรียน ดังนี้

☆ จำนวน..... ☆☆☆ จำนวน.....
 ☆☆ จำนวน..... ☆☆☆☆ จำนวน.....
 ☆☆☆ จำนวน.....

๓. วงกลมรอบผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยนับจากข้อที่ได้ดาวมากที่สุด

ปรับปรุง พอใช้ ค่อนข้างดี ดี ดีมาก

๔. กาเครื่องหมาย ✓ ลงใน □ ที่นักเรียนวางแผนจะทำได้เพื่อพัฒนาการเรียนในครั้งต่อไป (เลือกได้มากกว่า ๑ ข้อ)

- ☐ แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม
- ☐ วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์ เพื่อการเลือกบริโภค

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th

ชั้น ป.๓-๔ กลางภาค



แบบบันทึกการเรียนรู้ (Learning log)

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

ประจำ : ☐ กลางภาค ☐ ปลายภาค ☐ หน่วยการเรียนรู้ที่.....



สิ่งที่ฉันชอบในการเรียนวิชานี้ คือ



สิ่งที่ฉันไม่ชอบในการเรียนวิชานี้ คือ



สิ่งที่ฉันจะทำให้ดีขึ้น คือ

ชั้น ป.๓ - ป.๔ ภาคเรียนที่ ๒



ชื่อ : _____ สกุล : _____ ชั้น _____ เลขที่ _____

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ หน่วยการเรียนรู้ย่อยที่ - เรื่อง กายดีใจเป็นสุข

คำชี้แจง ๑. ระบายสีลงใน ☆ ของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้เพื่อประเมินการเรียนรู้ของนักเรียน
ตามระดับการประเมินต่อไปนี้

☆ ปรับปรุง ☆☆ พอใช้ ☆☆☆ ค่อนข้างดี ☆☆☆☆ ดี ☆☆☆☆☆ ดีมาก

กิจกรรม	ระดับความสามารถ
๑. อธิบายสภาวะอารมณ์ ความรู้สึกที่มีผลต่อสุขภาพ	☆☆☆☆☆
๒. วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์ เพื่อการเลือกบริโภค	☆☆☆☆☆

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th



๒. นับจำนวนดาวจากตารางข้างบนเพื่อบันทึกผลการเรียนรู้ของนักเรียน ดังนี้

☆	จำนวน.....	☆ ☆ ☆ ☆	จำนวน.....
☆ ☆	จำนวน.....	☆ ☆ ☆ ☆ ☆	จำนวน.....
☆ ☆ ☆	จำนวน.....		

๓. วงกลมรอบผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยนับจากข้อที่ได้ดาวมากที่สุด

ปรับปรุง พอใช้ ค่อนข้างดี ดี ดีมาก

๔. กาเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ ที่นักเรียนวางแผนจะทำเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ในครั้งต่อไป (เลือกได้มากกว่า ๑ ข้อ)

- ☐ แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม
- ☐ วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์ เพื่อการเลือกบริโภค



สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th

ชั้น ป.๓-๔ กลางภาค



แบบบันทึกการเรียนรู้ (Learning log)

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

ประจำ : ☐ กลางภาค ☐ ปลายภาค ☐ หน่วยการเรียนรู้ที่.....



สิ่งที่ฉันชอบในการเรียนวิชานี้ คือ

.....

.....

.....



สิ่งที่ฉันไม่ชอบในการเรียนวิชานี้ คือ

.....

.....

.....



สิ่งที่ฉันจะทำให้ดีขึ้น คือ

.....

.....

.....



สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th

บทบาทหน้าที่ นักเรียนปลายทาง

๑. นักเรียนฟังคำชี้แจงในการทำกิจกรรม
๒. นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยความเรียบร้อย



บทบาทหน้าที่ ครูปลายทาง

๑. ครูชี้แจงการทำกิจกรรมอย่างชัดเจน
๒. ให้คำแนะนำหรือเพิ่มเติมเนื้อหาแก่นักเรียน
๓. ดูแลช่วยเหลือนักเรียนขณะทำกิจกรรม

สรุป ผลิตภัณฑ์ที่พบในชีวิตประจำวัน

ผลิตภัณฑ์ที่พบในชีวิตประจำวันนั้น
มีความหลากหลาย ดังนั้นก่อนจะซื้อหรือนำมาใช้ควรอ่านฉลากทุกครั้ง
เพื่อความปลอดภัย



เนื้อหาในชั่วโมงต่อไป

เรื่อง ยา



สิ่งที่ต้องเตรียมในชั่วโมงต่อไป

๑. อุปกรณ์การเรียน

๒. สมุดจดบันทึก

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th

