

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๔๑๐๑

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

เรื่อง สารเสพติดให้โทษ (๒)

ครูผู้สอน ครูสุจิตรา บุญธรรม

ครุปฏิญญา ประจันบาน



สารเสพติดให้โทษ (๒)



จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกโทษและวิธีการป้องกันตนเองจากพิษภัยของบุหรี่
๒. ปฏิบัติตนในการป้องกันตนเองจากพิษภัยของบุหรี่
๓. เห็นความสำคัญของโทษและการป้องกันตนเองจากพิษภัยของบุหรี่





? คำถาม

สารเสพติดหมายถึงอะไร

สารเสพติด คือ...

สารที่เสพเข้าสู่ร่างกายแล้วจะมีความต้องการ
เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ และก่อให้เกิดโทษต่อร่างกายและ
จิตใจของผู้เสพ





คำถาม

นักเรียนคิดว่าบุหรี
เป็นสารเสพติดหรือไม่



บุหรื คืออะไร

บุหรื คือ ยาสูบที่ใช้ใบจากหรือกระดาศม้วนกับยาเส้น
ที่หั่นเป็นฝอย





สารพิษที่อยู่ในควันบุหรี่

นิโคติน

เป็นสารที่มีลักษณะคล้ายน้ำมัน

ออกฤทธิ์กระตุ้นประสาทส่วนกลางทำให้หัวใจ

เต้นเร็ว ความดันโลหิตสูง



สารพิษที่อยู่ในควันบุหรี่

ทาร์

มีลักษณะเป็นน้ำมันข้นเหนียวสีน้ำตาล

เมื่อเข้าสู่ร่างกายจะไปจับที่ปอด ก่อให้เกิดมะเร็งปอด และ

ถุงลมโป่งพอง



สารพิษที่อยู่ในควันบุหรี่

คาร์บอนมอนนอกไซด์

ทำให้ร่างกายได้รับออกซิเจน

น้อยลง หัวใจเต้นเร็วกว่าปกติ



สารพิษที่อยู่ในควันบุหรี่

ไนโตรเจนไดออกไซด์

ทำลายเยื่อบุหลอดลมเป็น

สาเหตุสำคัญของโรคถุงลมโป่งพอง



สารพิษที่อยู่ในควันบุหรี่

ไฮโดรเจนไซยาไนด์

ทำลายเยื่อบุหลอดลม

ทำให้มีสิ่งแปลกปลอมเข้าไปทำลายหลอดลมได้ง่าย

ก่อให้เกิดอาการไอ มีเสมหะ และหลอดลมอักเสบเรื้อรัง



สารพิษที่อยู่ในควันบุหรี่

แอมโมเนีย

มีฤทธิ์ระคายเคืองเนื้อเยื่อ

ทำให้แสบตา แสบจมูก

อันตราย

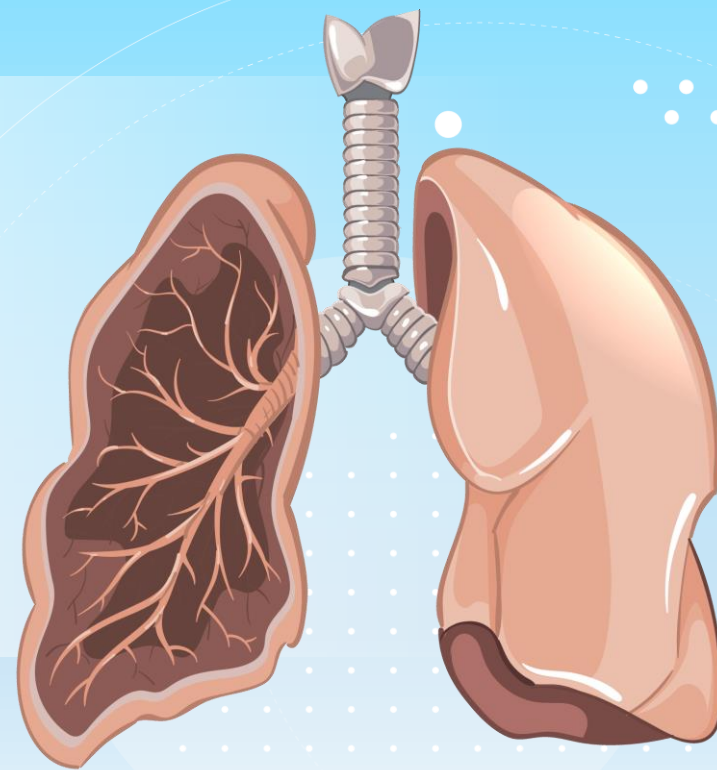
ของควันบุหรี่ต่อสุขภาพ





อันตรายของควันบุหรี่ต่อสุขภาพ

เกิดเป็นโรคต่าง ๆ เช่น
โรคมะเร็งปอด โรคถุงลมโป่งพอง





อันตรายของควันบุหรี่ต่อสุขภาพ

เหนื่อยหอบง่าย แน่นหน้าอก





อันตรายของควันบุหรี่ต่อสุขภาพ

ปากดำ ฟันเหลือง
และกลิ่นปาก





อันตรายของควันบุหรี่ต่อสุขภาพ

ผิวหนังเหี่ยวยุบ แก่เร็ว





อันตรายของควันบุหรี่ต่อสุขภาพ

นอกจากจะอันตรายต่อตัวผู้สูบแล้ว
ยังเป็นอันตรายต่อผู้ใกล้ชิดด้วย





คำถาม

นักเรียนจะมีวิธีการป้องกันตนเอง
จากพิษภัยของบุหรี่อย่างไร



วิธีป้องกันตนเอง
จากพิษภัยของ

บุหรี่



วิธีป้องกันตนเองจากพิษภัยของบุหรี่



ศึกษาทำความเข้าใจ
เกี่ยวกับโทษของบุหรี่



วิธีป้องกันตนเองจากพิษภัยของบุหรี่



ปฏิเสธคำชักชวน
หรือไม่ทดลองสูบบุหรี่



วิธีป้องกันตนเองจากพิษภัยของบุหรี่



ไม่อยู่ใกล้
ผู้ที่สูบบุหรี่



วิธีป้องกันตนเองจากพิษภัยของบุหรี่



เมื่อมีปัญหาควรปรึกษาพ่อแม่
ผู้ปกครอง ไม่แก้ปัญหโดยการ
ใช้สารเสพติด

กิจกรรมประจำวันนี้

เขียนคำขวัญ

รณรงค์การเลิกสูบบุหรี่



คำชี้แจง

ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มและร่วมกันคิด
คำขวัญเพื่อรณรงค์การเลิกสูบบุหรี่
แล้วออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน



บทบาทหน้าที่ นักเรียนปลายทาง

๑. นักเรียนฟังคำชี้แจงในการทำกิจกรรม
๒. นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยความเรียบร้อย



บทบาทหน้าที่ ครูปลายทาง

๑. ครูชี้แจงการทำกิจกรรมอย่างชัดเจน
๒. ให้คำแนะนำหรือเพิ่มเติมเนื้อหาแก่นักเรียน
๓. ดูแลช่วยเหลือนักเรียนขณะทำกิจกรรม

สรุป สารเสพติดให้โทษ (๒)

บุหรี่ เป็นสารเสพติดชนิดหนึ่งที่ถูกกฎหมาย...

ในควันของบุหรี่มีสารพิษมากมาย
ที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ



สรุป สารสนเทศให้โทษ (๒)

อันตรายจากควันทันบูหรือต่อสุขภาพ

วิธีป้องกันตนเองจากพิษภัยของควันทันบู

เนื้อหาในชั่วโมงต่อไป

เรื่อง

สารเสพติดให้โทษ (๓)



สิ่งที่ต้องเตรียมในชั่วโมงต่อไป

๑. อุปกรณ์การเรียน

๒. สมุดจดบันทึก

