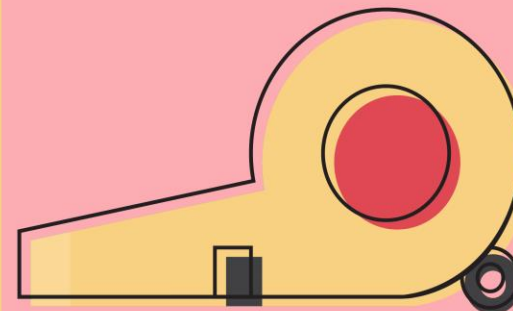


รายวิชา กลุ่มบูรณาการ (แกนหลักสุขศึกษาและพลศึกษา)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
ผู้สอน ครูจุลีพร จรุงพันธ์

เรื่อง โทษของบุหรี่



โทษของบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายถึงโทษของบุหรี่ และวิธีการป้องกันตนเองจากบุหรี่
2. วิเคราะห์ผลเสียของการสูบบุหรี่
3. ตระหนักถึงโทษและอันตรายของบุหรี่

“ 4 น ส 4 ส ย ”

ไม่แนใจ

ต่อไปเป็นคลิปวิดีโอเพื่อการศึกษา
รณรงค์เรื่องของบุหรื สสส.

7

คลิปวิดีโอนี้ใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น

เผยแพร่โดย Theera Srikaew

เผยแพร่เมื่อวันที่ 21 ม.ค 2555

ที่มา <https://www.youtube.com/watch?v=hNb7wAJlksw>

ที่บ้านของนักเรียนมีใคร
สูบบุหรี่บ้างหรือไม่ ?

เมื่อนักเรียนเห็นคนสูบบุหรี่รู้สึก

อย่างไร ?



นักเรียนรู้จักสารเสพติด
หรือไม่ ?

นักเรียนรู้จักสารเสพติด
อะไรบ้าง ?

นักเรียนคิดว่าการเสพ
สารเสพติด ก่อให้เกิดโทษ
อย่างไร ?

กิจกรรมกลุ่ม

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มๆ ละ 4 คน
ศึกษาใบความรู้ เรื่อง โทษของบุหรี่
วิเคราะห์สาเหตุของการสูบบุหรี่
โทษและพิษภัยของบุหรี่

“เวทีของหนู”



“กินดี อยู่ดี มีสุข”



สารเสพติด คือ สารที่เมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายแล้วจะมีความต้องการเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ และก่อให้เกิดโทษแก่ร่างกายและจิตใจคนเสพ

บุหรื คือ ยาสูบที่ใช้ใบตอง ใบจาก หรือ
กระดาษ มามวนใบยาสูบตากแห้งที่หั่น
เป็นฝอย



สารพิษควันบุหรี่



โทษและพิษภัยของบุหรี่

โรคหลอดเลือด
ตีบ-ตัน-แตก

สารพัด
โรคมะเร็ง

โรคกระดูก
และกล้ามเนื้อ

โรคระบบ
ทางเดิน
ปัสสาวะ

โรคหัวใจ

มีโอกาสดาบอด

โรคปอด
และระบบ
ทางเดินหายใจ

โรคระบบ
ทางเดิน
อาหาร

เสื่อมสมรรถภาพ
ทางเพศ

หญิงตั้งครรภ์
เสี่ยงแท้ง



โทษและพิษภัยของบุหรี่

1. ทำให้เกิดโรคต่างๆ เช่น โรคมะเร็งปอด
โรคถุงลมโป่งพอง โรคหลอดเลือดสมองอีกเสบ
โรคหัวใจ โรคไตเรื้อรัง

2. มีกลิ่นปาก ฟันผุ ฟันดำ กลิ่นตัวเหม็น

แก้เร็ว หนื่อยง่าย และเล็ดเหลือง

3. ทำให้อากาศเป็นพิษ

4. สิ้นเปลืองเงินที่ต้องจ่ายเป็นค่าบุหรื

5. ทำให้เกิดต่อกระจกได้ง่าย

วิธีป้องกันตนเองจากพิษภัยของบุหรี่

1. ไม่ทดลองสูบบุหรี่เด็ดขาด
2. ไม่อยู่ใกล้ผู้คนที่สูบบุหรี่
3. ไม่เลียนแบบดารานักร้องที่สูบบุหรี่

กิจกรรม

ให้นักเรียนวิเคราะห์ผลเสียของการ
สูบบุหรี่ และวิธีป้องกันตนเองจาก
โทษของบุหรี่ โดยเขียนเป็นแผนผัง
ความคิด



วิธีการป้องกันตนเอง ผลเสียของการสูบบุหรี่



ขอขอบคุณ <http://www.thaihealth.or.th>



สรุป

บุหรีเป็นสารเสพติดที่แพร่ระบาดในสังคมปัจจุบัน เพราะสามารถเสพได้โดยไม่ผิดกฎหมาย จึงควรรู้จัก ป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยงการชักชวนจากเพื่อน หรือคนใกล้ชิดให้สูบบุหรี

“ของฝากจากครู”



“
เคยหยุดสำรวจกันบ้างหรือไม่
ช่วงเวลาใดที่ดอกไม้ผลิบานภายใน
สำเร็จสำราญใจมากที่สุด
ตรวจสอบสภาพกายสำรวจสุขภาพใจ
พกกายสงบใจใครใคร่ทำได้
”



ต้นคิดจากครูรู้ปลายทาง

ครูจุลีพร จุรุพันธ์ / ครูกลุ่มบูรณาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4