

# รายวิชาภาษาอังกฤษ

รหัสวิชา อ16101

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

## Healthy Lifestyle

ครูผู้สอน ครูอัญชลี สุวรรณบุตร  
ครูกนกวรรณ มีศรีผ่อง



# Healthy Lifestyle



# Objectives

The students are able to

1. pronounce and tell the meaning of the words correctly.
2. ask and give the information about healthy lifestyle.



# Can we guess your habits from eating?

## Slow Eater

You are confident and delicate.

## Big Eater

You are adventurous and courageous.

## Fast Eater

You are hot-headed and ambitious.

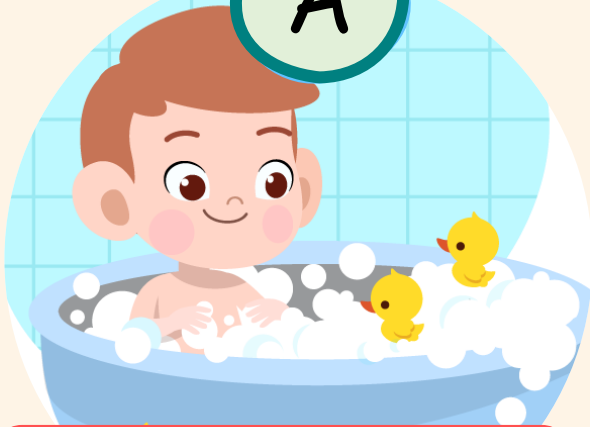
## Picky Eater

You are creative and sometimes sensitive.

# Review

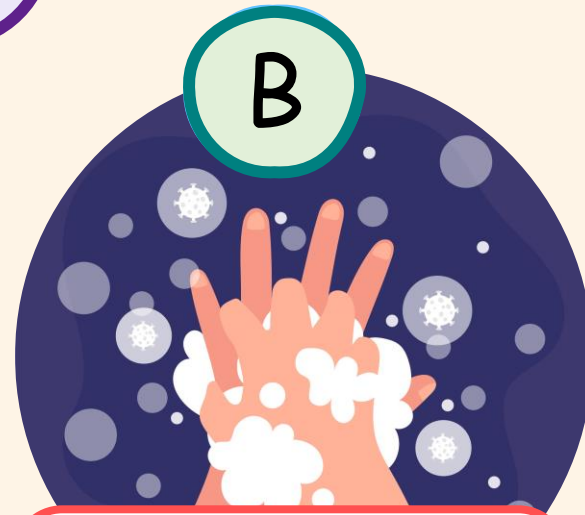
# Words

A



take a bath

B



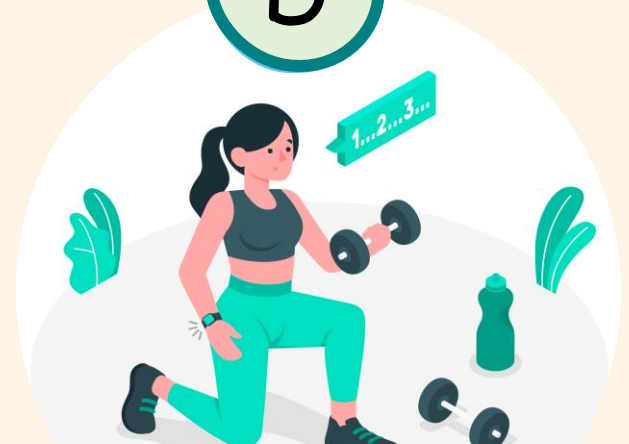
wash your hands

C



brush your teeth

D



exercise

# Review

# Words

E



fast food

F



sweets

G



biscuits

H



sugary drinks

I

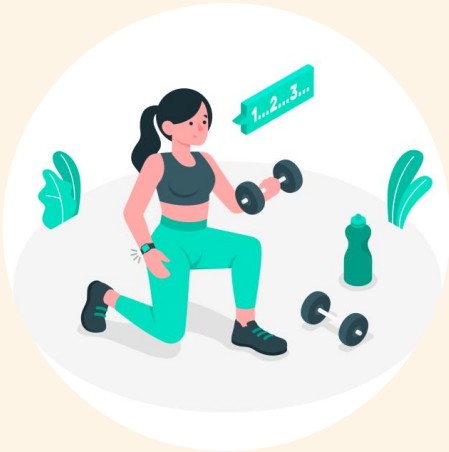


chocolate

# Review Question & Answer

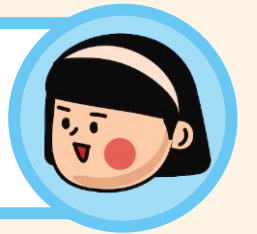


How often do you exercise?



100%

I always exercise.



always

never

usually

sometimes

Let's practice

Question & Answer

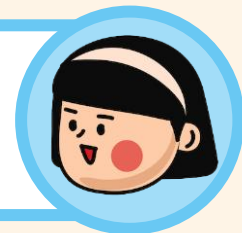


How often do you eat fast food?



50%

I sometimes eat fast food.



always

never

usually

sometimes



Let's practice

Question & Answer

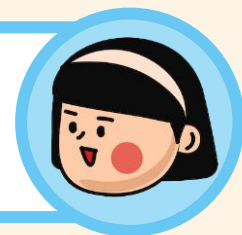


How often do you wash your hands?



90%

I usually wash my hands.



always

never

usually

sometimes

Let's practice

Question & Answer

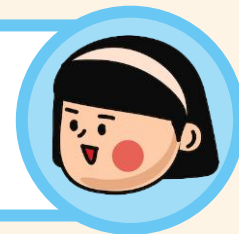


How often do you eat chocolate \_\_\_\_\_?



0%

I never eat chocolate \_\_\_\_\_.



always

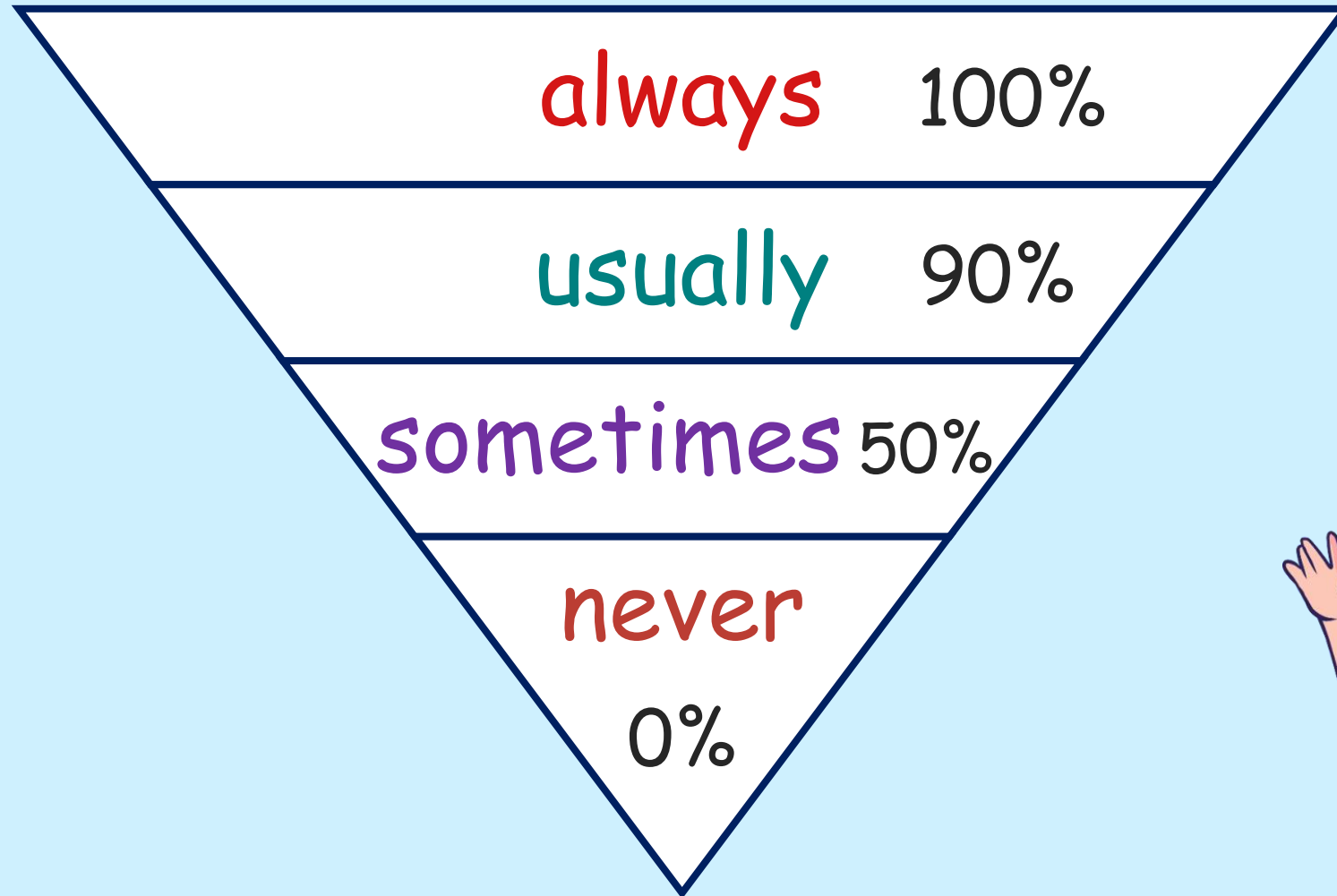
never

usually

sometimes

# Review

# Adverb of Frequency



## Review

# Adverb of Frequency

Subject

+

Adverb

+

Main Verb

I always eat chocolate.

I never eat fast food.

1. วาง adverb of frequency ไว้ก่อนคำกริยา
2. สามารถวางคำว่า "usually, often, และ sometimes"  
ไว้ด้านหน้าประโยคได้ เช่น Sometimes, I wash my hands.

ใบงานที่ 15 เรื่อง Let's Survey  
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง Healthy Living  
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 14 เรื่อง Healthy Life Style  
 รายวิชาภาษาอังกฤษ รหัสวิชา อ16101 ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

Instructions: Ask your friends the question.

How healthy are you?

Friend's name.....

My friend is  healthy person.  
 unhealthy person.

	Always	Usually	Sometimes	Never
1. How often do you exercise?				
2. How often do you eat vegetables?				
3. How often do you wash your hands?				
4. How often do you brush your teeth?				
5. How often do you take a bath?				
6. How often do you eat chocolate?				
7. How often do you eat sweet?				
8. How often do you eat fast food?				
9. How often do you eat biscuits?				
10. How often do you eat sugary drink?				
<b>Total</b>				

Score: Count your friend's point. นับคะแนนให้เพื่อน

Question	Points	Analysis
1-6	Always = 3	22-30 You are a healthy person
	Usually = 2	
	Sometimes = 1	11-21 Try some new healthy habit
	Never = 0	
7-10	Always = 0	0-10 Do exercise and eat healthy food
	Usually = 1	
	Sometimes = 2	
	Never = 3	

# Worksheet 15

## Let's Survey

### Instructions:

Ask your friend the questions and count your friend's points.

ถามคำถามเพื่อนเกี่ยวกับความถี่ในการ  
 ทำกิจกรรมต่าง ๆ จากนั้นนับคะแนนรวม  
 และสรุปผล

# WORKSHEET 15: Let's Survey

How healthy are you?

Friend's name: An

My friend is  healthy person.

unhealthy person.

		Always	Usually	Sometimes	Never
1.	How often do you exercise?		✓		
2.	How often do you eat vegetables?			✓	
3.	How often do you wash your hands?		✓		
4.	How often do you brush your teeth?	✓			
5.	How often do you take a bath?	✓			

Always = 3      Usually = 2  
Sometimes = 1      Never = 0

Total 1-5 = 11

			Always	Usually	Sometimes	Never
6.	How often do you	eat chocolate?		✓		
7.	How often do you	eat sweets?			✓	
8.	How often do you	eat fast food?			✓	
9.	How often do you	eat biscuits?				✓
10.	How often do you	drink sugary drinks?		✓		
Total (1-10)			11+9 = 20			

Always = 0    Usually = 1  
 Sometimes = 2    Never = 3

Total 6-10 = 9

Question	Points	Analysis
1-5	Always = 3	22-30    You are a healthy person. 11-21    Try some new healthy habit.
	Usually = 2	
	Sometimes = 1	
	Never = 0	
6-10	Always = 0	0-10    Do exercise and eat healthy food.
	Usually = 1	
	Sometimes = 2	
	Never = 3	



กิจกรรม  
นักเรียนปลายทาง

1. นักเรียนทำใบงานที่ 15 เรื่อง  
Let's Survey
2. ถ้ามคำถามเพื่อนเกี่ยวกับความถึ  
ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ
3. นับคะแนนตามตารางและสรุปผล



กิจกรรม  
ครูปลายทาง

ครูประเมินการพูดโต้ตอบตาม  
สถานการณ์ที่กำหนดให้ โดย  
ใช้แบบประเมินที่ 3





## แบบประเมินตนเอง

ชื่อ : \_\_\_\_\_ สกุล : \_\_\_\_\_ วัน \_\_\_\_\_ เดือน \_\_\_\_\_ พ.ศ. \_\_\_\_\_

หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง Take Care of Yourself

### 1. ประเมินการเรียนรู้ของตนเอง

กาเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความสามารถของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้ตามระดับการประเมินเหล่านี้  
ระดับความสามารถ : ดีมาก ค่อนข้างดี ดี พอใช้ ปรับปรุง

ที่	รายการ	ระดับความสามารถ				
		ดีมาก	ค่อนข้างดี	ดี	พอใช้	ปรับปรุง
1	ออกเสียง และบอกความหมายคำศัพท์/ประโยคเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ					
2	เขียนบรรยายข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ					
3	พุดถามตอบการถามเกี่ยวกับความถี่ในการดูแลสุขภาพ					
4	ออกเสียงบอกความหมายของคำศัพท์ที่เกี่ยวกับการทำความสะอาด					
5	อ่านเรื่องเกี่ยวกับการทำความสะอาดแล้ววาดและเขียนบรรยายภาพ					
6	ออกเสียง และบอกความหมายคำศัพท์/ประโยคเกี่ยวกับกีฬา					
7	พุดสนทนาเกี่ยวกับกีฬาและแสดงบทบาทสมมติ					

### 2. สิ่งที่ยังไม่เข้าใจ/ยังทำไม่ได้ คือ..... (สามารถเขียนได้มากกว่า 1 อย่าง)

.....

.....

.....

.....

### 3. สิ่งที่ยังตั้งใจจะทำให้ดีขึ้นในการเรียนหน่วยต่อไป (สามารถเขียนได้มากกว่า 1 อย่าง)

.....

.....

.....

# แบบประเมินตนเอง

## ประเมินตนเองในหน่วยย่อยที่ 3

### Take Care of Yourself

เรื่องที่ 11 Keeping Yourself Clean

เรื่องที่ 12 Cleaning Time

เรื่องที่ 13 You Look Great!

เรื่องที่ 14 Healthy Lifestyle



คำชี้แจง หลังจากนักเรียนได้ร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ ให้นักเรียนบันทึกการเรียนรู้ของตนเองตามหัวข้อต่อไปนี้

★ บันทึกการเรียนรู้ของฉัน.....



สิ่งที่ฉันชอบในหน่วยการเรียนรู้นี้

---

---

---

---

---

---

---

---

สิ่งที่ฉันอยากรู้อยากรู้เพิ่มเติม

---

---

---

---

---

---

---

---

สิ่งที่ฉันคิดว่ามีประโยชน์มากที่สุด และจะนำไปใช้

---

---

---

---

---

---

---

---



# แบบบันทึกการเรียนรู้

ประเมินตนเองในหน่วยการเรียนรู้ที่ 3

Healthy Living



## กิจกรรม

### นักเรียนปลายทาง

1. ทำแบบประเมินตนเองเพื่อประเมินตนเองในหน่วยย่อยที่ 4 Take Care of Yourself
2. ทำแบบประเมินตนเอง My Learning Log
  - สิ่งที่ชอบในหน่วยการเรียนรู้นี้
  - สิ่งที่ยากรู้เพิ่มเติม
  - สิ่งที่คุณคิดว่ามีประโยชน์มากที่สุดและสามารถนำไปใช้ได้



## กิจกรรม

### ครูปลายทาง

1. ครูมอบหมายให้นักเรียนทำแบบประเมินตนเองต่อไปนี้อย่างน้อย  
  - แบบประเมินตนเอง หน่วยย่อยที่ 4 Take Care of Yourself
  - แบบประเมินตนเอง My Learning Log
2. ครูเก็บรวบรวมข้อมูลการประเมินตนเองของนักเรียนครูให้นักเรียนเพื่อนำผลมาวิเคราะห์และพัฒนาต่อไป



# Words of the Day

always usually sometimes never

1. I **always** exercise.
2. I **never** drink sugary drinks.
3. I **sometimes** go to the park.
4. I **usually** study math.

ฝากไว้ให้คิด

# English a Day

Learning is a treasure that will follow its owner everywhere.

