

ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง Why Should I Exercise?

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง Health & Wellness

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง Benefits of Exercise

รายวิชา ภาษาอังกฤษ รหัสวิชา อ23101 ภาคเรียนที่ 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

WHY SHOULD I EXERCISE?

**MY STAMINA
IS
INCREASED**



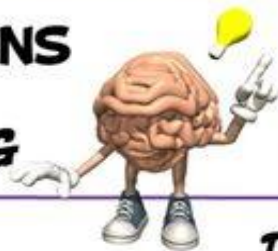
**I SLEEP
BETTER**



**It makes me feel
Fit and Healthy**



**IT SHARPENS
MY
THINKING**



**MY BODY GETS
LEANER**



**IT GIVES
ME MORE ENERGY**

**MY MUSCLES AND BONES
GET STRONGER**



**IT HELPS
ME TO
RELAX**



**IT RELIEVES
STRESS
IN MY LIFE**



MY HEART BECOMES MORE EFFICIENT

ใบงานที่ 1 เรื่อง Group the Words
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง Health & Wellness
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง Benefits of Exercise
 รายวิชา ภาษาอังกฤษ รหัสวิชา อ23101 ภาคเรียนที่ 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

Instructions: Put these words into the correct boxes.

(นำคำศัพท์ที่กำหนดให้ เติมลงในตารางให้ถูกต้อง)

Exercise

Put these words into the correct boxes.

Hit	Stretch	Relieves stress
Hop	Skip	Friendship
Bend	Kneel	Lie down
Strong	Kick	Upper arms
Growth	Attitude	Mood
Walk	Healthy	Relax
Run		

words

Exercise

Benefits

Exercise	Benefits



name

class

teacher

date

เฉลยใบงานที่ 1 เรื่อง Group the Words
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง Health & Wellness
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง Benefits of Exercise
 รายวิชา ภาษาอังกฤษ รหัสวิชา อ23101 ภาคเรียนที่ 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

Instructions: Put these words into the correct boxes.

(นำคำศัพท์ที่กำหนดให้ เติมลงในตารางให้ถูกต้อง)

Exercise

Put these words into the correct boxes.

Hit	Stretch	Relieves stress
Hop	Skip	Friendship
Bend	Kneel	Lie down
Strong	Kick	Upper arms
Growth	Attitude	Mood
Walk	Healthy	Relax
Run		

words	
Exercise	Benefits
<u>Kick</u>	<u>Relieves stress</u>
<u>Hit</u>	<u>Stretch</u>
<u>Hop</u>	<u>Friendship</u>
<u>Skip</u>	<u>Strong</u>
<u>Bend</u>	<u>Growth</u>
<u>Kneel</u>	<u>Attitude</u>
<u>Walk</u>	<u>Mood</u>
<u>Run</u>	<u>Healthy</u>
<u>Lie down</u>	<u>Relax</u>
<u>Upper arms</u>	

name

class

teacher

date

ใบงานที่ 2 เรื่อง Benefits of Exercise
หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง Health & Wellness
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง Benefits of Exercise
รายวิชา ภาษาอังกฤษ รหัสวิชา อ23101 ภาคเรียนที่ 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

Instructions: Make sentences about the benefits of exercise. (เขียนประโยคเพื่อบอกประโยชน์ของการออกกำลังกาย โดยใช้ข้อมูลของตนเอง)

Swing *Arm will get strong.*

Write the sentences. (เขียนประโยคโดยใช้ข้อมูลของตนเองตามโครงสร้างประโยค If Clause type 1)
For example: When I swing my arms, I will get stronger arms.

.....

.....

.....

.....

.....

เฉลยใบงานที่ 2 เรื่อง Benefits of Exercise
หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง Health & Wellness
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง Benefits of Exercise
รายวิชา ภาษาอังกฤษ รหัสวิชา อ23101 ภาคเรียนที่ 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

Instructions: Make sentences about the benefits of exercise. (เขียนประโยคเพื่อบอกประโยชน์ของการออกกำลังกาย โดยใช้ข้อมูลของตนเอง)

Swing	Arms will be stronger
Push ups	Shoulders will be strong
Run	My body will get leaner
Bend over	Helps me to relax
Jump up	Sleep better
Punch	Muscles and bones will get strong
Lunge	My heart will become healthier

Write the sentences. (เขียนประโยคโดยใช้ข้อมูลของตนเองตามโครงสร้างประโยค If Clause type 1)

For example: *When I swing my arms, I will get stronger arms.*

When I do push ups, my shoulders will be strong.

When I run, my body will get leaner.

When I bend over, I will feel relaxed.

When I jump up, I will sleep better.

When I punch, my muscles and bones will get strong.

When I lunge, my heart will become healthier.