

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

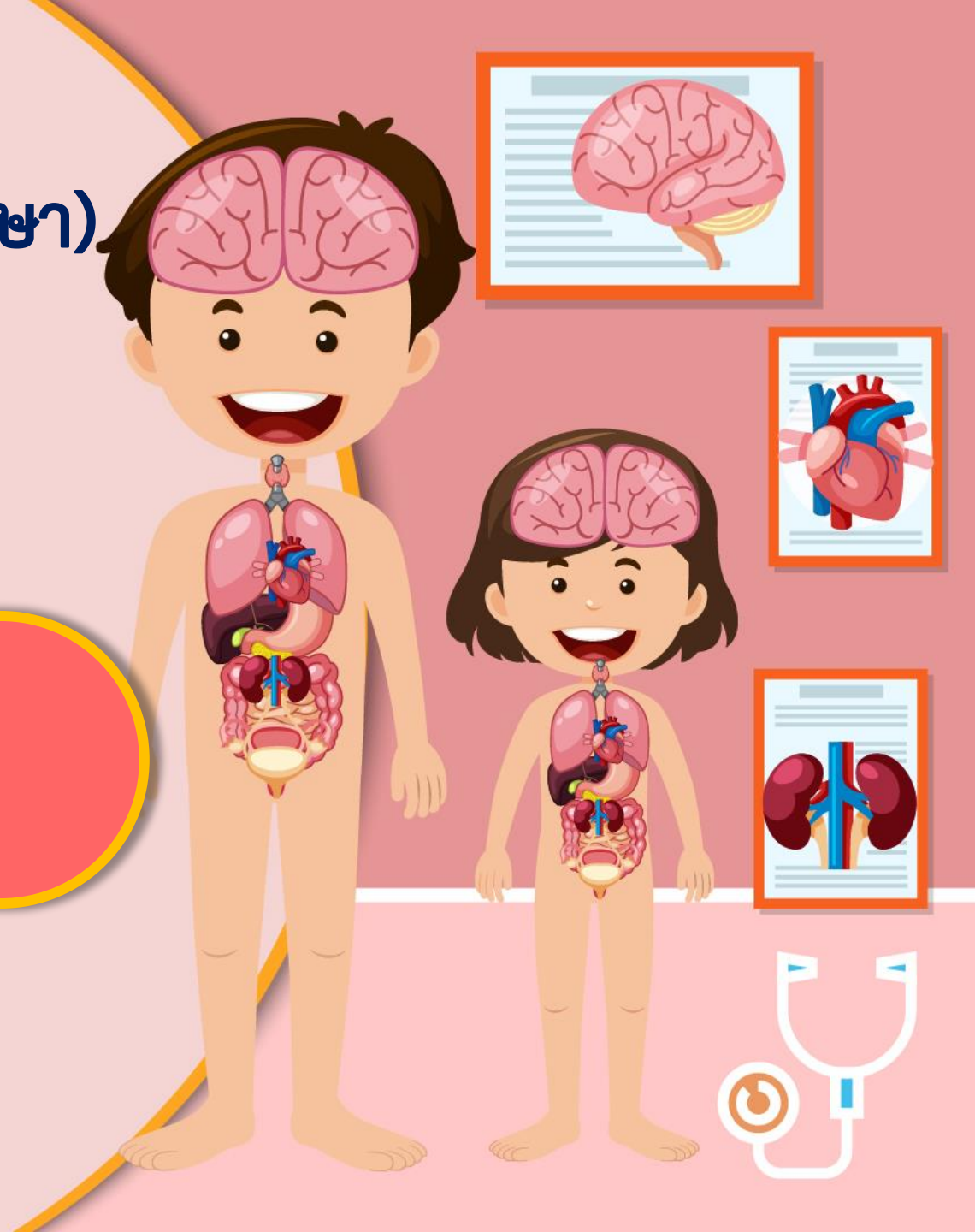
รหัสวิชา พ๑๒๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

เรื่อง สมอ

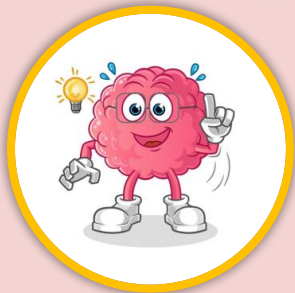
ครูผู้สอน ครูภัทรวรรณ เจริญมสุวรรณ

ครูสุจิตรา บุญธรรม



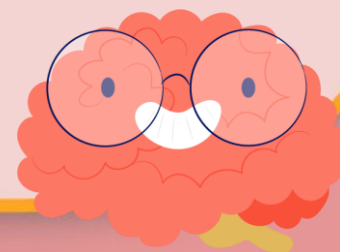
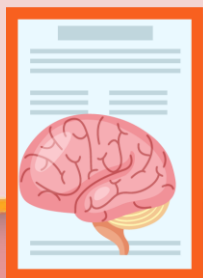
เรื่องสมอง





จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน
๒. อธิบายวิธีดูแลป้องกันอวัยวะภายใน
๓. บอกความสำคัญของอวัยวะภายในร่างกาย



ทบทวนความรู้





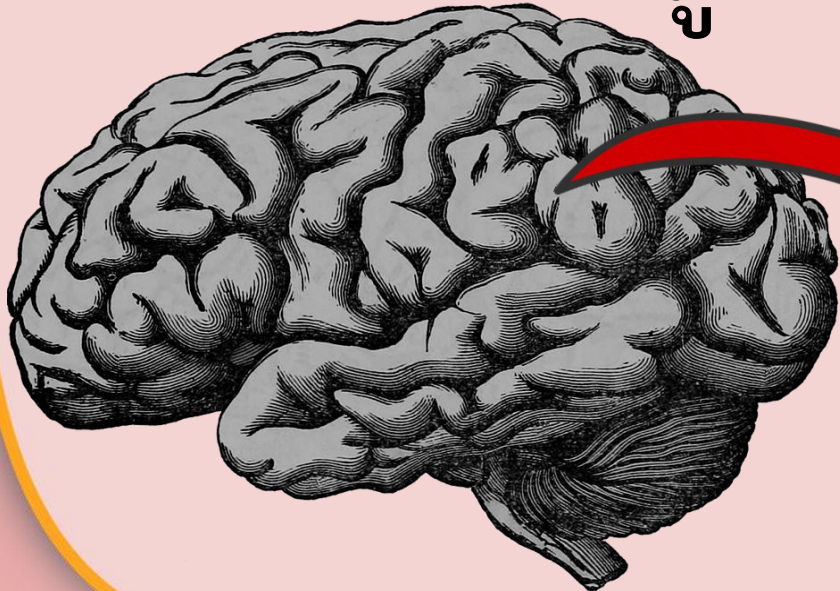
สมอง

BRAIN

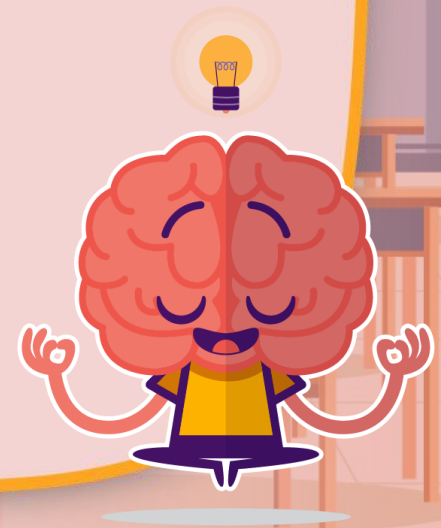
สมอง

BRAIN

สมอง เป็นอวัยวะภายในมีลักษณะ
เป็นก้อน ผิวของเนื้อสมองจะเป็น
ลูกคลื่นหรือรอยหยัก



เนื้อสมอง



สมอง

BRAIN

สมองบรรจุอยู่ภายใน
กะโหลกศีรษะของเรา



สมอง

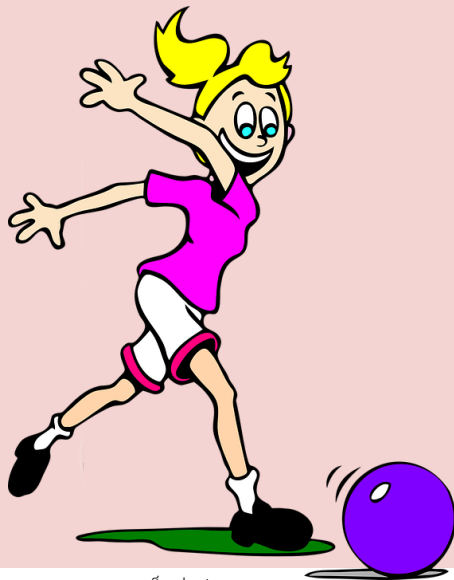
BRAIN

สมองทำหน้าที่ควบคุมการทำงานของร่างกาย
เช่น ควบคุมการเคลื่อนไหว และมีหน้าที่
ในการรับรู้ความรู้สึก อารมณ์ ความจำ ความคิด
และการเรียนรู้



ภาพเด็กวิ่ง

ที่มา <https://pixabay.com/th/illustrations>



ภาพเด็กเล่นฟุตบอล

ที่มา <https://pixabay.com/th/vectors>



ภาพหนาว

ที่มา <https://www.shutterstock.com/image-vector/cartoon-kid->

[hot-cold-weather-vector](https://www.shutterstock.com/image-vector/cartoon-kid-hot-cold-weather-vector)



ภาพการเรียน

ที่มา <https://pixabay.com/th/illustrations>

ถ้าสมองได้รับการกระทบกระเทือน
จะเกิดผลอย่างไร



สมอง

BRAIN

การดูแลรักษา



กินอาหารเข้าทุกวัน
จะช่วยบำรุงสมอง



อาหารเช้า...อาหารสมอง



ภาพน้ำเต้าหู้

ที่มา <https://www.piqsels.com/th/public-domain-photo-zwamz>



ภาพไข่ต้ม

ที่มา <https://food.mthai.com/food-recipe/122924.html>



ภาพโจ๊ก

ที่มา <https://www.flickr.com/photos/pittaya/4708635126>

สมอง

BRAIN

การดูแลรักษา

ออกกำลังกาย
สม่ำเสมอ



สมอง

BRAIN

การดูแลรักษา

นอนหลับพักผ่อน
ให้เพียงพอ



สมอง

BRAIN

การดูแลรักษา

ดื่มน้ำสะอาด
อย่างน้อยวันละ ๖-๘ แก้ว



สมอง

BRAIN

การดูแลรักษา

ระมัดระวัง

การเกิดอุบัติเหตุ



ระมัดระวังอุบัติเหตุที่กระทบกระเทือนศีรษะ



อาหารที่ช่วยบำรุงสมอง



ภาพปลา
ที่มา <https://pixabay.com/th/photos>



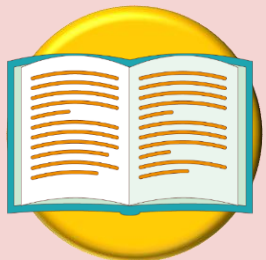
ภาพไข่ต้ม
ที่มา <https://pixabay.com/th/photos>



ภาพแก้วนมสด
ที่มา <https://pxhere.com/th/photo/1555601>



ภาพนมสด
ที่มา <https://www.thaihealth.or.th/Content/>

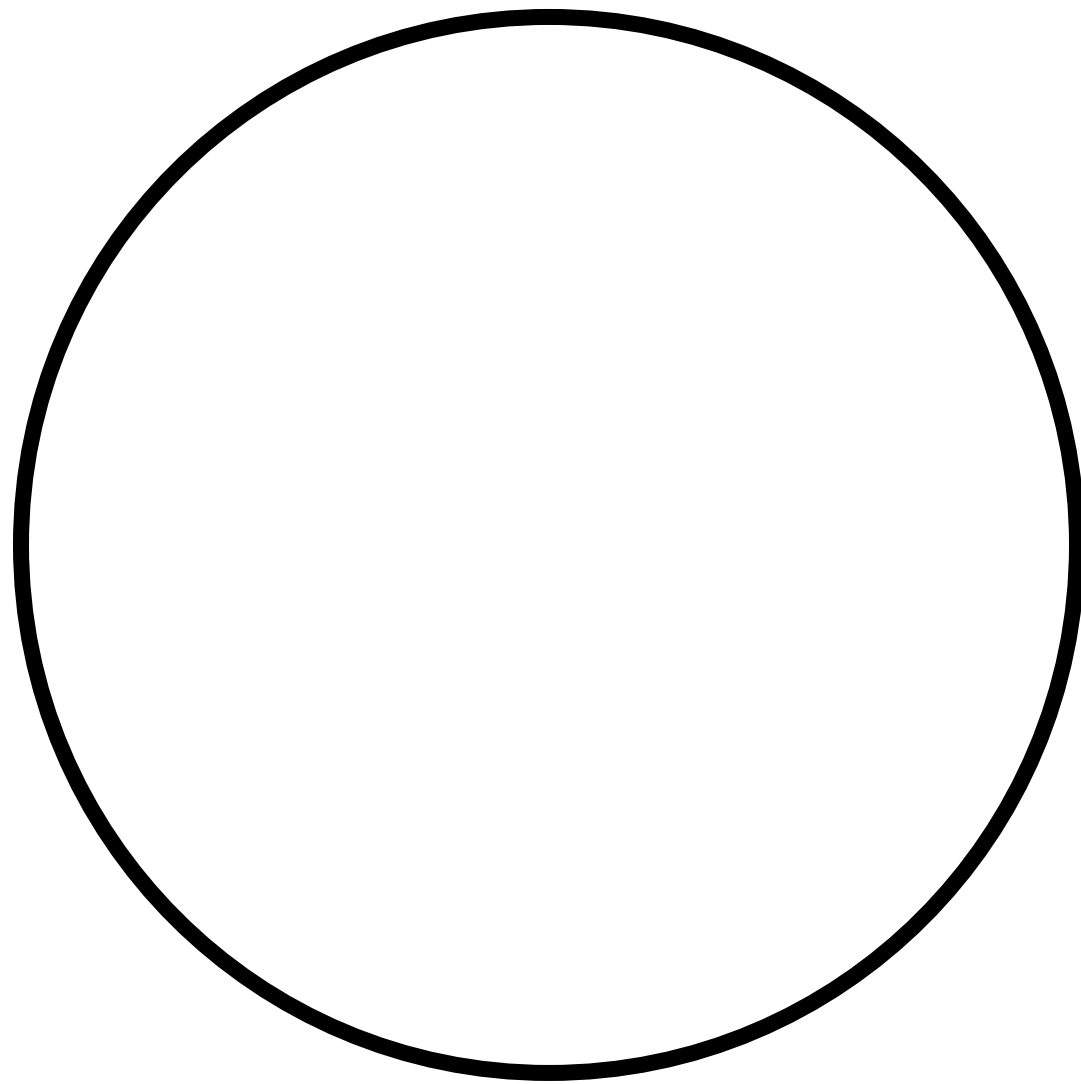


ใบงานที่ ๒ เรื่อง อาหารเช้า อาหารสมอง

คำชี้แจง

ให้นักเรียนวาดภาพอาหารเช้าที่นักเรียนรับประทาน
ในมือเช้า ระบายสีให้สวยงาม และระบุชื่อเมนูอาหาร





อาหารเข้าของฉันคือ.....

ใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง สมอ

สมอเป็นอวัยวะ
ภายในที่บรรจุอยู่
ในกะโหลกศีรษะ

ทำหน้าที่ควบคุม
ร่างกายและจิตใจ
รวมถึงการจำ
และการเรียนรู้

สมอ
เป็นอวัยวะที่สำคัญ
ดังนั้นเราควรดูแล
รักษาอย่างดี





กิจกรรมของปลายทางในวันนี้

คำชี้แจงกิจกรรมนักเรียน

๑. นักเรียนทำใบงานที่ ๒
เรื่อง อาหารเช้า อาหารสมอง
๒. นักเรียนสามารถศึกษาเพิ่มเติมได้
จากใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง สมอง

คำชี้แจงกิจกรรมครู

๑. อธิบายคำชี้แจงใบงาน
๒. เสนอแนวทางหรือตัวอย่างเพิ่มเติม
จากใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง สมอง
๓. ควบคุมดูแลการทำกิจกรรม
ของนักเรียนในห้องเรียน

สรุปความรู้เกี่ยวกับ... สมอง



สมองเป็นอวัยวะภายในที่บรรจุอยู่
ในกะโหลกศีรษะ

ทำหน้าที่ควบคุมร่างกายและจิตใจ
รวมถึงการจำและการเรียนรู้

สมองเป็นอวัยวะที่สำคัญ
ดังนั้นเราควรดูแลรักษาอย่างดี



บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง หัวใจ

สิ่งที่ต้องเตรียม

- สมุดหรือกระดาษ
- อุปกรณ์เครื่องเขียน
- ใบความรู้ที่ ๓ เรื่อง หัวใจ
- กระดาษขนาด A4

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th