

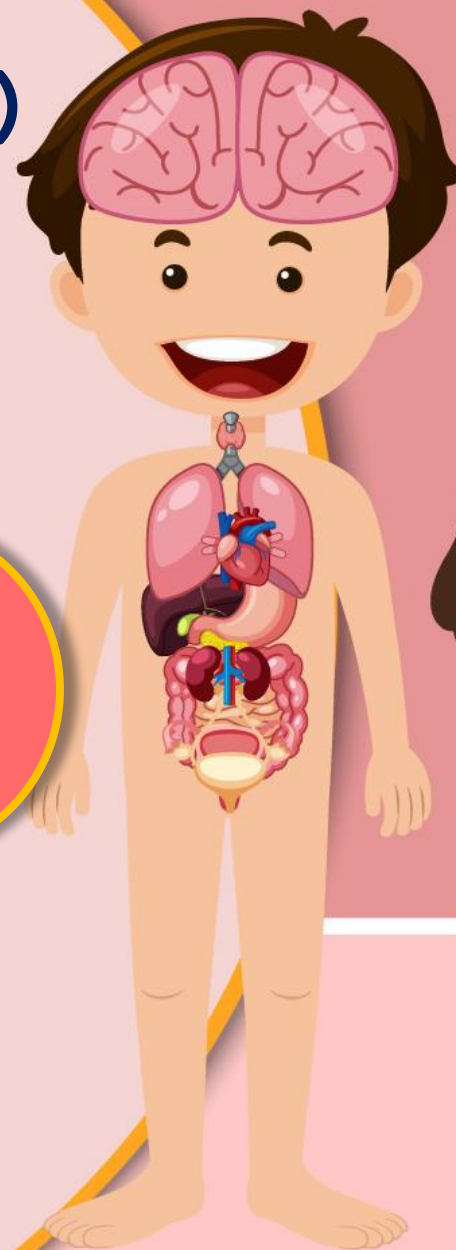
รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๒๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

เรื่อง กระเพาะอาหาร

ครูผู้สอน ครูภัทรวรรณ เจริญมสุวรรณ
ครูสุจิตรา บุญธรรม



เรื่อง กระเพาะอาหาร





จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน
๒. อธิบายวิธีดูแลป้องกันอวัยวะภายใน
๓. เห็นความสำคัญของอวัยวะภายใน





นักเรียนคิดว่าชายคนนี้มีอาการ
ปวดท้อง เกิดมาจากสาเหตุใด ?

อาหารเดินทางผ่านอวัยวะ
ภายในร่างกายอะไรบ้าง



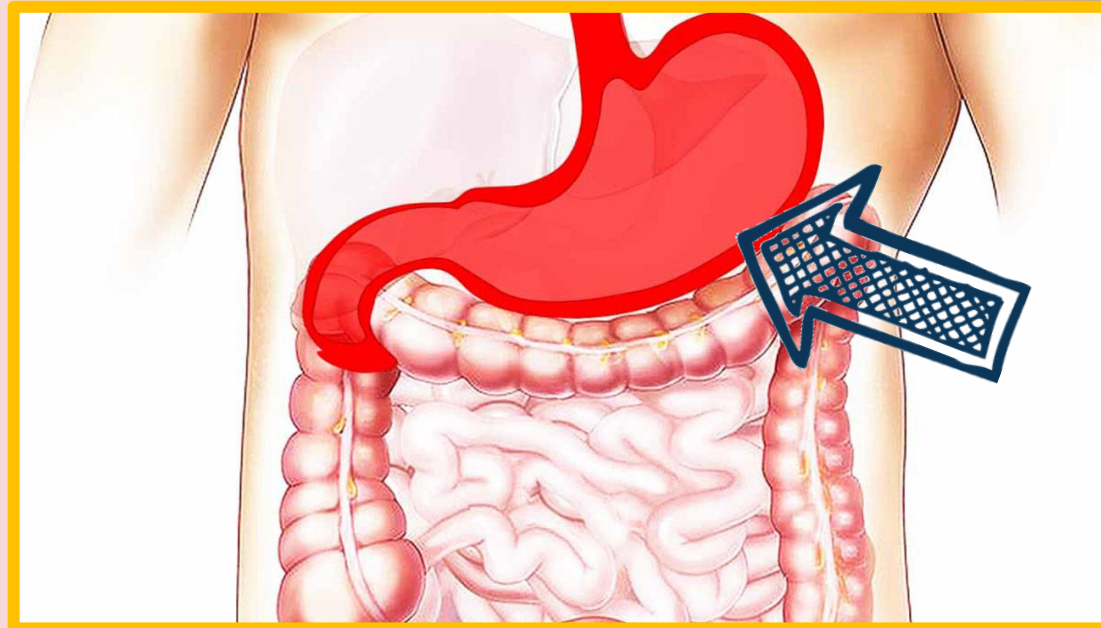


กระเพาะอาหาร

STOMACH



กระเพาะอาหาร
เป็นอวัยวะที่อยู่ภายในช่องท้อง



ภาพ ตำแหน่งของกระเพาะอาหาร

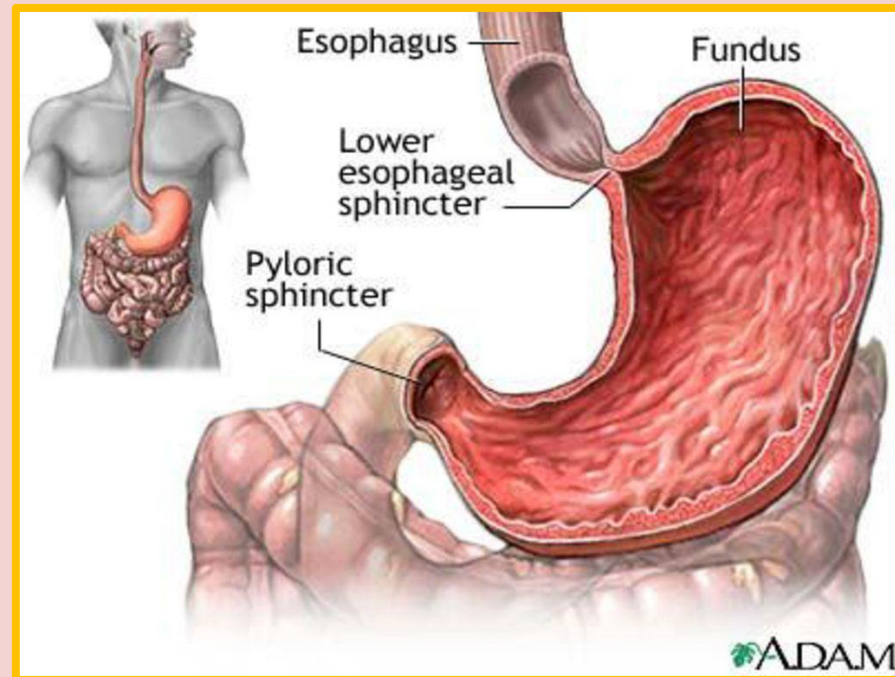
ที่มา <https://www.springnews.co.th/alive/lifestyle/health/287561>

กระเพาะ

อาหาร

STOMACH

กระเพาะอาหาร มีลักษณะเป็นถุงกล้ามเนื้อ
มีความเหนียวและยืดหดตัวได้



ภาพ กระเพาะอาหาร

ที่มา <https://slideplayer.in.th/slide/17921929/>



กระเพาะอาหาร
ทำหน้าที่เป็นที่พักอาหาร
และย่อยอาหารให้เล็กลง

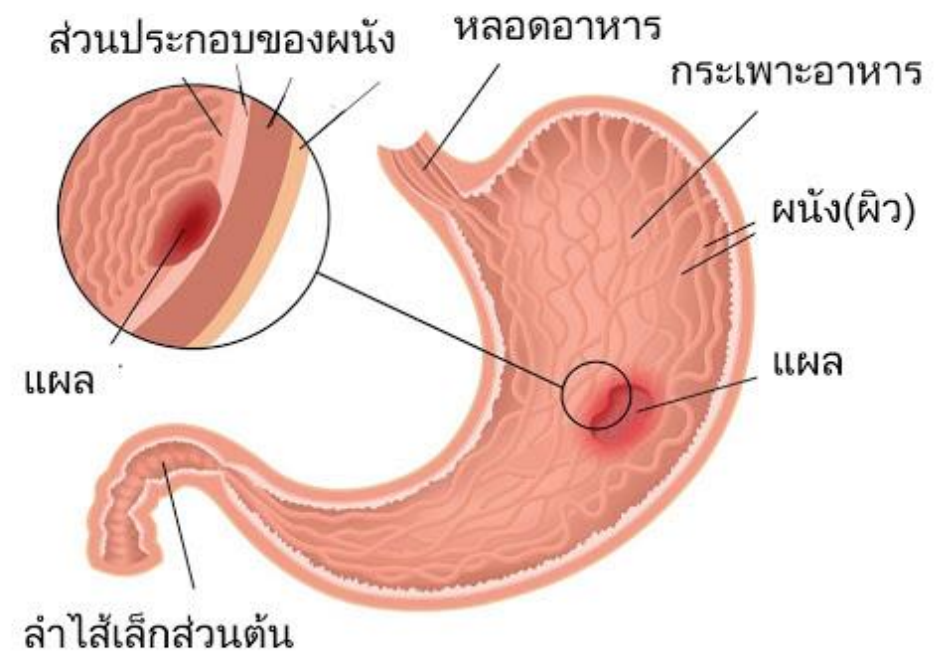




โรคกระเพาะอาหาร คืออะไร ?

เป็นอาการของแผลที่เกิดขึ้นในเยื่อบุ
กระเพาะอาหาร ทำให้เกิดอาการ
ปวดท้อง เนื่องจากกระคายเคือง
กระเพาะอาหาร

แผลในกระเพาะอาหาร Peptic Ulcer





สาเหตุของโรคกระเพาะอาหาร



รับประทานอาหาร
ไม่ตรงเวลา

ความเครียด

ทานอาหารรสจัด

ดื่มน้ำอัดลม

กระเพาะ

อาหาร

STOMACH

การดูแลรักษา

เคี้ยวอาหารให้ละเอียด
ก่อนกลืน



กระเพาะ

อาหาร

STOMACH

การดูแลรักษา

ออกกำลังกาย
สม่ำเสมอ

ภาพ ออกกำลังกาย

ที่มา <http://www.healthandtrend.com/parental/family>



กระเพาะ

อาหาร

STOMACH

การดูแลรักษา

ไม่รับประทานอาหารที่มีรสจัด
เพื่อไม่ให้เกิดการระคายเคือง
กระเพาะอาหาร

ภาพ อาหารรสเผ็ด

ที่มา <http://mobile.thai.china.com/1124/20160926/768030.html>



กระเพาะ

อาหาร

STOMACH

การดูแลรักษา

รับประทานอาหาร
ให้ตรงเวลา

ภาพ เวลาของมื้ออาหาร

ที่มา <https://homgroon.com/en/node/52>





ใบงานที่ ๕ เรื่องกระเพาะอาหาร

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพและระบายสีอาหารเมนูโปรด
ของตนเอง ระบุชื่อเมนู และบอกว่าอาหารเมนูโปรด
ของนักเรียนมีประโยชน์หรือไม่





เมนูโปรดของฉัน คือ.....

☐

มีประโยชน์

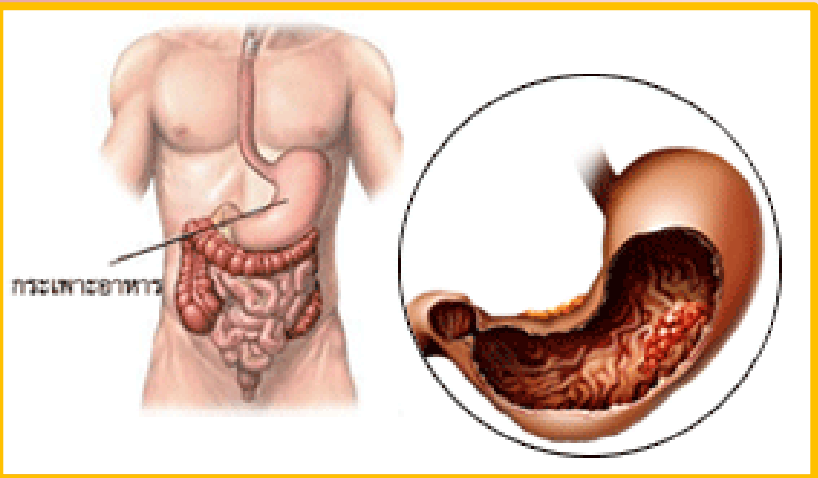
☐

ไม่มีประโยชน์



ใบความรู้ที่ ๒

เรื่อง กระเพาะอาหาร



กระเพาะอาหาร เป็นอวัยวะที่อยู่ภายใน
ช่องท้อง

กระเพาะอาหาร มีลักษณะเป็นถุงกล้ามเนื้อ
มีความเหนียวและยืดหดตัวได้

กระเพาะอาหาร ทำหน้าที่เป็นที่พักอาหาร
และย่อยอาหารให้เล็กลง



กิจกรรมของปลายทางในวันนี้

คำชี้แจงกิจกรรมนักเรียน

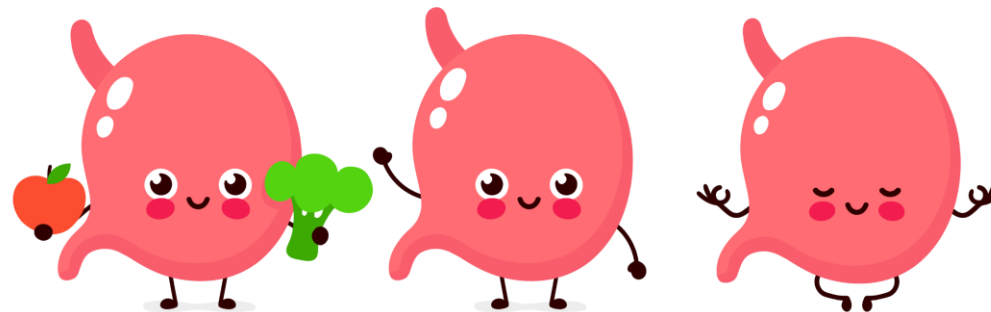
- นักเรียนทำใบงานที่ ๕ เรื่อง กระเพาะอาหาร
- นักเรียนสามารถศึกษาเพิ่มเติมได้จากใบความรู้ที่ ๖ เรื่องกระเพาะอาหาร

คำชี้แจงกิจกรรมครู

- อธิบายคำชี้แจงใบงาน
- เสนอแนวทางหรือตัวอย่างเพิ่มเติมจากใบความรู้ที่ ๖ เรื่องกระเพาะอาหาร
- ควบคุมดูแลการทำกิจกรรมของนักเรียนในห้องเรียน

สรุปความรู้เกี่ยวกับ...กระเพาะอาหาร

กระเพาะอาหาร เป็นอวัยวะภายในที่อยู่ภายในช่องท้อง
มีลักษณะเป็นถุงกล้ามเนื้อ ทำหน้าที่บรรจุและย่อย
อาหารให้เล็กลง





บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง ลำไส้เล็กและลำไส้ใหญ่

สิ่งที่ต้องเตรียม

- สมุดหรือกระดาน
- อุปกรณ์เครื่องเขียน
- ใบความรู้ที่ ๗ เรื่อง ลำไส้
- ใบงานที่ ๖ เรื่อง ลำไส้
- ป้ายเครื่องหมายถูก/ผิด

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th